The Meningitis Trust

Deall Llid yr Ymennydd

Canllawiau i weithwyr gyda'r blynyddoedd cynna

Cynnwys

Tudalen 1 Cynnwys

Tudalen 2 Cyflwyniad

Tudalen 3 Beth yw llid yr ymennydd?

Tudalen 4 Beth sy'n achosi llid yr ymennydd?

Tudalen 5 Pa mor rhwydd yw dal llid yr ymennydd?

Tudalennau 6 a 7 Beth yw arwyddion a symptomau llid yr ymennydd?

Tudalen 8 Beth os fydd achos o lid yr ymennydd yn fy lleoliad blynyddoedd cynnar?

Tudalen 9 Sut mae trin llid yr ymennydd?

Tudalen 10 Oes modd atal llid yr ymennydd?

Tudalen 11 Pa frechiadau sydd ar gael i amddiffyn rhag llid yr ymennydd?

Tudalen 12 A oes unrhyw gymhlethdodau neu ôl-effeithiau gan lid yr ymennydd?

Tudalen 13 Beth all y Meningitis Trust ei wneud i helpu?

Tudalennau 14 a 15 Ble fedra i gael mwy o wybodaeth?

Tudalen 16 Ynglŷn â Meningitis Trust.

Helo, fy enw i yw Monty, a fi yw mascot Meningitis Trust. Rwy'n hoffi helpu plant ifanc i ddeall mwy am lid yr ymennydd.

Cyflwyniad

Croeso i ganllawiau Meningitis Trust ar gyfer gweithwyr gyda'r blynyddoedd cynnar.

Mae llid yr ymennydd a septisemia (gwenwyniad gwaed) yn afiechydon difrifol a all effeithio ar unrhyw un ar unrhyw adeg. Er eu bod yn anghyffredin, gallant daro yn annisgwyl, yn arbennig mewn babanod a phlant ifanc. Mae'r ffaith bod pobl yn mynd yn sâl mor gyflym, a chwrs dramatig ac weithiau dinistriol y digwyddiadau, yn gwneud llid yr ymennydd a septisemia yn afiechydon brawychus.

Mae'r canllaw hwn yn darparu'r wybodaeth sydd ei angen arnoch am yr afiechydon hyn, ac yn cynnig gwybodaeth ymarferol am beth i'w wneud os oes achos yn codi yn eich lleoliad blynyddoedd cynnar.

Drwy'r canllaw hwn byddwch yn dysgu am arwyddion a symptomau llid yr ymennydd, a'r ôl-effeithiau a'r cymhlethdodau sy'n medru codi. Byddwch hefyd yn dod i ddeall pwysigrwydd triniaeth gyda gwrthfiotig ac atal drwy frechiadau.

Er hwylustod, defnyddir y termau canlynol drwy gydol y canllaw:

- Defnyddir y term plentyn neu blant er mwyn cyfeirio at fabanod a phlant o dan 5 oed.
- Defnyddir y term gweithiwr blynyddoedd cynnar er mwyn cyfeirio at bob un sy'n cynnig gofal ac addysg i blant o dan 5 oed.
- Defnyddir y term lleoliad blynyddoedd cynnar er mwyn cyfeirio at bob sefydliad sy'n gofalu am blant o dan 5 oed, er enghraifft meithrinfeydd, cylchoedd chwarae a mannau gwarchod plant.
- Defnyddir y term llid yr ymennydd fel term cyffredinol i gyfeirio at lid yr ymennydd a septisemia meningococaidd.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am y canllawiau, neu os oes angen mwy o wybodaeth, ffoniwch 0800 028 18 28.

Beth yw llid yr ymennydd?

Llid yr ymennydd yw'r term sy'n cael ei ddefnyddio i ddisgrifio llid (chwydd) yn yr haenau (pilennau'r ymennydd) sy'n amgylchynu'r ymennydd a madruddyn y cefn. Yr haenau hyn sy'n amddiffyn yr ymennydd rhag anaf a haint. Gall llid yr ymennydd ddigwydd pan fo organeb (germ) yn treiddio i'r gwaed ac yn teithio i leinin yr ymennydd. Prif achosion llid yr ymennydd yw organebau a elwir yn facteria a firysau. Gall organebau eraill megis ffyngau hefyd achosi llid yr ymennydd.

Beth yw septisemia?

Mae septisemia yn digwydd pan fo'r bacteria yn y gwaed yn lluosogi'n gyflym ac yn achosi haint. Pan fo'r bacteria yn dadelfennu ac yn marw maent yn rhyddhau symiau mawr o docsinau (cemegau gwenwynig). Gallant achosi niwed mawr i feinweoedd ac organau'r corff. Mae septisemia yn gyffredinol yn fwy o fygythiad i fywyd na llid yr ymennydd, a gall arwain at fethiant organau a cholli rhannau o'r corff.

Mae dros 1000 o achosion o lid yr ymennydd bacteriol yn cael eu cofnodi bob blwyddyn mewn plant o dan 5 yn y DG. Er ei fod yn gymharol anghyffredin, mae'r ffaith bod plant yn mynd yn sâl mor gyflym, a chwrs dramatig ac weithiau ddinistriol y digwyddiadau yn ei wneud yn afiechyd brawychus. Gall gwybodaeth a dealltwriaeth dda am lid yr ymennydd, a medru adnabod yr arwyddion a'r symptomau'n gyflym, yn ogystal â chael sylw meddygol yn gyflym, arbed bywydau. Er y gall achosion ddigwydd drwy gydol y flwyddyn, mae'r mwyafrif o achosion yn digwydd yn ystod misoedd y gaeaf.

Beth sy'n achosi llid yr ymennydd?

Y germau mwyaf cyffredin sy'n achosi llid yr ymennydd yw firysau a bacteria.

Llid yr ymennydd bacteriol

Gall nifer o wahanol facteria achosi llid yr ymennydd. Isod ceir manylion y bacteria sy'n achosi llid yr ymennydd fel arfer ymysg plant. Mae llid yr ymennydd bacteriol yn gallu lladd, a rhaid cael sylw meddygol ar unwaith.

Bacteria meningococaidd yw achos mwyaf cyffredin llid yr ymennydd bacteriol. Dosberthir y bacteria mewn pum gr p: A, B, C, W135 ac Y. Yn y DG, gr p B sy'n gyfrifol am tua 90% o'r holl achosion. Mae gr p C, er yn llai cyffredin, hefyd yn gyfrifol am nifer o achosion. Anaml y gwelwn llid yr ymennydd sydd wedi'i achosi gan y grwpiau eraill (A, W135 ac Y), er eu bod yn gyfrifol am nifer o achosion mewn rhannau eraill o'r byd. Mae pob un o'r grwpiau hyn yr un mor ddifrifol, ac yn gallu lladd. Gall bacteria meningococaidd achosi llid yr ymennydd a septisemia. Gyda'i gilydd, mae'r rhain yn cael eu hadnabod fel afiechyd meningococaidd. Amcangyfrifir bod 850 achos o afiechyd meningococaidd yn cael ei gofnodi mewn plant o dan 5 bob blwyddyn yn y DG. Bydd tua 7% o'r rhai sy'n dioddef afiechyd meningococaidd yn marw a bydd 10-15% o'r rhai sy'n goroesi yn dioddef ôl-effeithiau difrifol megis colli rhannau o'r corff, niwed i'r ymennydd a cholli clyw.

Bacteria niwmococaidd yw'r ail achos mwyaf cyffredin o lid yr ymennydd bacteriol. Mae cymaint â 90 straen wahanol, ond nifer fach yn unig o'r rhain sy'n achosi llid yr ymennydd mewn plant fel arfer. Gall y bacteria hyn hefyd achosi nifer o heintiau eraill gan gynnwys septisemia, gwynegon septig, llid y glust (otitis media), clust ludiog, sinusitis, niwmonia a heintiau'r ysgyfaint. Gyda'i gilydd, gelwir yr heintiau hyn yn afiechyd niwmococaidd. Mae llid yr ymennydd niwmococaidd yn fwyaf cyffredin mewn plant o dan 18 mis oed. Amcangyfrifir bod 200 o achosion mewn plant bob blwyddyn yn y DG. Bydd tua 20% o'r rhai sy'n dioddef llid yr ymennydd niwmococaidd yn marw, a bydd 25% arall yn dioddef ôl-effeithiau difrifol megis colli clyw, cymhlethdodau niwrolegol hirdymor, a lle bo septisemia wedi digwydd, colli rhannau o'r corff.

Hib (Haemophilus influenzae math b) arferai fod yn achos mwyaf cyffredin llid yr ymennydd mewn plant o dan 5. Gall y bacteria hyn hefyd achosi nifer o heintiau eraill gan gynnwys septisemia a llid ar ran uchaf y bibell wynt (epiglottitis). Gyda'i gilydd, gelwir yr heintiau hyn yn glefyd Hib.

Llid yr ymennydd firysol

Mae llid yr ymennydd firysol yn llawer mwy cyffredin na llid yr ymennydd bacteriol. Er mai anaml y mae'n fygythiad i fywyd, gall achosi llesgedd mawr. Gall nifer o firysau achosi llid yr ymennydd, a gelwir y rhai mwyaf cyffredin yn enterofirysau. Mae enterofirysau yn byw fel arfer yn y perfedd, a gellir eu trosglwyddo drwy ddiffyg gofal am hylendid, er enghraifft, peidio â golchi dwylo ar ôl bod yn y t bach. Mae'n bwysig cofio golchi eich dwylo cyn ac ar ôl newid clytiau babanod. Gwisgwch fenig bob tro, a gwaredu clytiau mewn modd priodol. Cadwch eich amgylchedd yn lan bob amser gan roi sylw arbennig i'r mannau newid

Pa mor rhwydd yw dal llid yr ymennydd?

Mae'r germau sy'n achosi llid yr ymennydd bacteriol fel arfer yn byw yn ddigon diniwed yng nghefn y gwddf, ac yn cael eu pasio o berson i berson drwy beswch, tisian a chusanu clos. Bydd y mwyafrif ohonom yn eu cario ar ryw adeg yn ein bywydau heb fod yn sâl, ac maent yn ein cynorthwyo i adeiladu imiwnedd naturiol. Yn achlysurol, bydd y germau hyn yn goresgyn amddiffyniad y corff ac yn achosi haint.

Mae'r cyfnod deor ar gyfer llid yr ymennydd bacteriol rhwng 2 a10 diwrnod. Dyma'r cyfnod rhwng derbyn y bacteria ac ymddangosiad symptomau. Mae'r mwyafrif o achosion yn digwydd yn unigol, ond os oes achos yn eich lleoliad blynyddoedd cynnar, mae siawns fechan y gall achosion pellach ddigwydd. Dyma'r cyfnod pan ddylech fod yn arbennig o wyliadwrus.

Mae nifer o ffactorau risg sy'n gysylltiedig â llid yr ymennydd:

Ysmygu

- Mae ysmygwyr yn fwy tebygol o gario'r bacteria yng nghefn eu gyddfau.
- Bydd plant sy'n byw mewn amgylchedd myglyd yn fwy agored i'r bacteria, ac mewn perygl uwch o ddioddef yr afiechyd.

Cartrefi gorlawn

Mae cysylltiad agos dros gyfnod hir yn ei gwneud yn haws trosglwyddo'r bacteria.

Pam fod babanod a phlant ifanc mewn mwy o berygl?

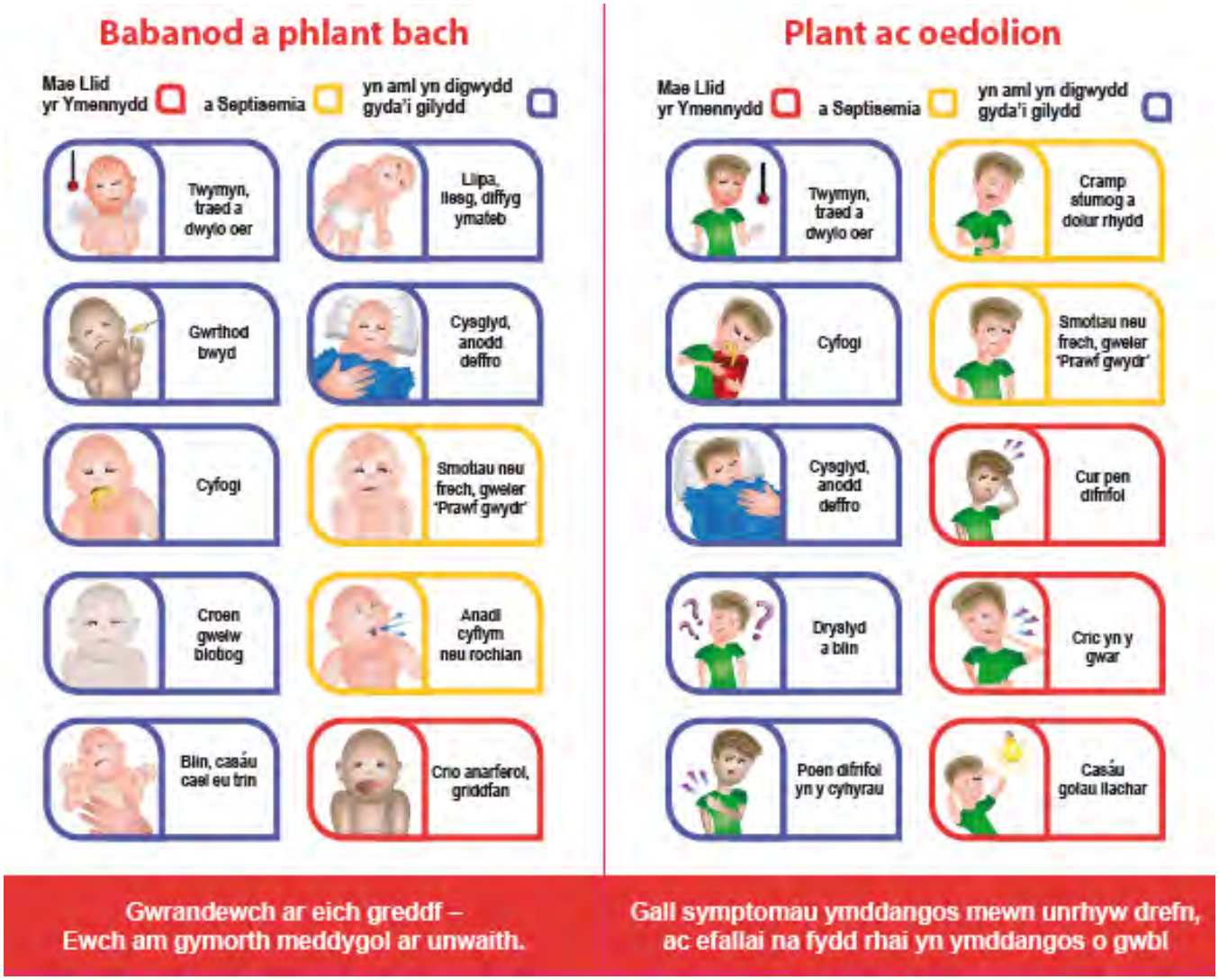
Mae plant, ac yn arbennig babanod o dan 18 mis oed, mewn mwy o berygl gan nad yw eu systemau imiwnedd wedi datblygu'n llawn. Os fydd y bacteria yn cyrraedd eu cyrff, ni all eu systemau imiwnedd ymladd yn erbyn yr haint.

Mae rhai babanod a phlant mewn mwy o berygl gan eu bod wedi eu geni â phroblemau sy'n gysylltiedig gyda'u systemau imiwnedd. Hefyd, mae plant sydd â niwed i'r ddueg (spleen - organ o'r corff sy'n gweithredu fel amddiffyniad naturiol i haint), neu sydd heb ddueg, hefyd mewn mwy o berygl.

Beth yw arwyddion a symptomau llid yr ymennydd?

Nid yw llid yr ymennydd bob amser yn hawdd i'w adnabod ar unwaith. I ddechrau, gall yr arwyddion a symptomau fod yn debyg i nifer o heintiau eraill plentyndod, nad ydynt yn fygythiad i fywyd, haint clust neu ffliw er enghraifft. Mae'r arwyddion a symptomau cynnar yn cynnwys tymheredd uchel, teimlo'n sâl a chyfogi, dolur rhydd, teimlo'n flin, diffyg archwaeth/gwrthod bwyta a blinder cyffredinol. Gall yr afiechyd gychwyn yn araf. Serch hynny, mae'r dirywiad yn aml yn gyflym iawn.

Gan nad yw plant bob amser yn medru dweud wrthych sut y maent yn teimlo, mae'n bwysig i chi fod yn ymwybodol o symptomau mwy penodol llid yr ymennydd a septisemia. Fel gofalwyr bydd angen i chi gael eich arwain gan eich gwybodaeth a'ch greddf, gan fod llid yr ymennydd a septisemia yn achosion brys meddygol. Dyma'r arwyddion perygl:



Beth am y frech?

Un arwydd o septisemia meningococaidd yw brech nad yw'n pylu o dan bwysau (gweler y Prawf Gwydr).

Prawf Gwydr

Pwyswch ochr gwydr clir yn gadarn yn erbyn y croen

- Mae'r frech hon yn cael ei achosi gan waed yn gollwng i mewn i'r meinwe o dan y croen. Mae'n cychwyn fel smotiau bychain unrhyw le ar y corff. Gall ledaenu yn gyflym i edrych fel cleisiau newydd.
- Mae'r frech hon yn anoddach i'w gweld ar groen tywyllach. Edrychwch ar ardaloedd goleuach y croen ac o dan yr amrannau.

Brech Septisemaidd

Os oes rhywun yn sâl neu'n amlwg yn gwaethygu, peidiwch ag aros am frech. Gall ymddangos yn hwyr neu beidio ag ymddangos o gwbl.

Mae twymyn gyda brech nad yw'n pylu dan bwysau yn achos brys meddygol.

Gwrandewch ar eich greddf. Ceisiwch gymorth meddygol ar unwaith.

Beth os fydd achos o lid yr ymennydd yn fy lleoliad blynyddoedd cynnar?

Yn yr amgylchiadau anghyffredin bod achos yn codi yn eich lleoliad blynyddoedd cynnar, rhaid i chi fod yn barod i reoli'r sefyllfa mor effeithiol ag sy'n bosib. Os ydych yn amau bod plentyn o dan eich gofal yn dangos unrhyw un o arwyddion a symptomau llid yr ymennydd rhaid i chi:

1. Weithredu yn gyflym i gael sylw meddygol brys drwy gysylltu gyda Meddyg Teulu'r plentyn ar unwaith. Os nad yw'r Meddyg Teulu ar gael, dylech fynd â'r plentyn ar unwaith i'r Adran Damweiniau a Brys agosaf neu ffonio 999.

2. Cysylltwch â rhieni'r plentyn a'u hysbysu am eich pryderon a'r camau a gymerwyd gennych. Hysbyswch hwy fod angen i chi fynd â'r plentyn i'r ysbyty os yw'r rhieni cryn bellter i ffwrdd.

3. Tawelwch feddyliau'r staff a'r rhieni bod achosion fel arfer yn rhai unigol, a bod y tebygolrwydd o ail achos o lid yr ymennydd yn fach iawn. Gall achos o lid yr ymennydd yn unrhyw leoliad blynyddoedd cynnar, neu hyd yn oed si am achos tybiedig, achosi panig ac aflonyddwch ymysg staff a rhieni.

4. Bydd meddyg sy'n arbenigo mewn rheolaeth afiechydon heintus iechyd cyhoeddus yn eich hysbysu'n swyddogol bod angen cymryd camau iechyd cyhoeddus. Byddwch yn cael eich cynghori am y camau pwrpasol pellach i'w cymryd gan fod pob achos yn cael ei drin yn unigol.

5. Nid oes rheswm dros gau'r lleoliad blynyddoedd cynnar. Serch hynny, efallai bydd rhai rhieni yn dewis cadw'u plant yn y cartref.

6. Nid oes angen dinistrio na diheintio unrhyw offer neu deganau y mae'r plentyn wedi eu cyffwrdd.

7. Bydd y tîm iechyd cyhoeddus (meddygon a nyrsys) yn cysylltu gyda'r person sy'n gyfrifol am y lleoliad blynyddoedd cynnar er mwyn cynnig cyngor ac arweiniad bob amser.

8. Bydd y tîm iechyd cyhoeddus fel arfer yn dosbarthu llythyr i'r rhieni eraill er mwyn eu hysbysu am y sefyllfa ac i roi gwybodaeth am lid yr ymennydd.

9. Mewn achosion afiechyd meningococaidd, gellir cynnig gwrthfiotig i bobl a ystyrir eu bod mewn cysylltiad agos. Fel arfer, aelodau uniongyrchol y teulu yw'r rhain, neu gysylltiadau yn y cartref. Rhoddir gwrthfiotig i ladd y bacteria a all fod yn cael ei gario yng nghefn y gwddf; mae hyn yn lleihau'r perygl o basio'r bacteria i eraill. O dan amgylchiadau penodol gellir cynnig brechiad. Mae'r camau hyn yn cael eu cydlynu gan y tîm iechyd cyhoeddus.

10. Mae'r tebygolrwydd o gael ail achos o lid yr ymennydd yn fach iawn. Serch hynny, os oes dau neu fwy o achosion yn codi o fewn pedair wythnos yn yr un lleoliad blynyddoedd cynnar, gellir cynnig gwrthfiotig i'r holl blant a'r staff, ar gyngor y meddyg iechyd cyhoeddus. Yn ystod y cyfnod hwn dylech fod ar eich gwyliadwriaeth am arwyddion a symptomau. Dylid cynghori rhieni i gysylltu gyda'u meddyg teulu os ydynt yn bryderus neu'n poeni fod eu plant yn anhwylus.

11. Os fydd plentyn yn mynd yn sâl yn ei gartref a bod llid yr ymennydd yn cael ei amau, efallai bydd rhiant neu ofalwr yn cysylltu gyda chi er mwyn eich hysbysu am y salwch, ac efallai y bydd y tîm iechyd cyhoeddus hefyd yn cysylltu gyda chi (gweler pwyntiau 7-10).

Sut mae trin llid yr ymennydd?

Mae angen triniaeth feddygol ar frys ar lid yr ymennydd bacteriol a septisemia, gyda gwrthfiotig a mynediad cyflym i'r ysbyty. O dderbyn triniaeth gyflym gyda gwrthfiotig, mae llid yr ymennydd a septisemia yn llai o fygythiad i fywyd. Yn yr ysbyty, bydd triniaethau, camau ac ymchwiliadau eraill yn cael eu cynnal gan ddibynnu ar gyflwr y plentyn. Y cynharaf y mae'r driniaeth yn cael ei gychwyn, gorau oll fydd y canlyniad tebygol.

Os fydd plentyn yn mynd yn ddifrifol wael, bydd angen gofal a thriniaeth arbenigol mewn uned gofal dwys. Yma bydd y meddygon a nyrsys yn medru monitro cyflwr y plentyn yn ofalus, ymateb i achosion brys a darparu cefnogaeth ar unwaith pan fo angen.

Bydd angen i'r mwyafrif o blant â llid yr ymennydd a septisemia aros yn yr ysbyty am wythnos o leiaf; gall hyn fod llawer yn hwy os ydynt wedi bod yn ddifrifol wael. Yn ystod y cyfnod hwn bydd angen cryn dipyn o gefnogaeth ar aelodau'r teulu er mwyn eu cynorthwyo i ddelio gyda'r profiad brawychus hwn.

A yw llid yr ymennydd firaol yn cael ei drin yn wahanol?

Mae llid yr ymennydd firaol yn cael ei drin yn wahanol gan nad yw firysau yn ymateb i wrthfiotig. Os oes angen ysbyty ar glaf, mae'r driniaeth fel arfer ar sail gorffwys a moddion i leddfu'r symptomau, er enghraifft, cyffur lleddfu poen ar gyfer cur pen.

Gall Meningitis Trust ddarparu mwy o wybodaeth a chefnogaeth drwy'r llinell gymorth 24 awr rad ac am ddim, dan arweiniad nyrsys, ar **0800 028 18 28**. Dosbarthir gwybodaeth yn rhad ac am ddim. Neu gellir cael gwybodaeth ar wefan y Meningitis Trust: **www.meningitis-trust.org**

Oes modd atal llid yr ymennydd?

Brechiad yw'r unig ffordd i atal llid yr ymennydd. Mae brechiadau effeithiol ar gael i atal rhai mathau o lid yr ymennydd, ond nes bydd gennym frechiadau ar gyfer bob math, rhaid i chi fod yn ymwybodol o'r arwyddion a'r symptomau.

Beth yw'r brechiadau a sut maent yn gweithio?

Rhoddir brechiadau er mwyn helpu system imiwnedd y corff i ymladd yn erbyn afiechyd. Maent yn cynnwys darnau bach iawn o germau (bacteria neu firysau) sy'n medru achosi afiechyd, neu symiau bach iawn o'r tocsin y maent yn ei greu. Ar wyneb y germau mae sylweddau a elwir yn antigenau ac maent yn bresennol mewn brechiadau. Pan fo'r brechiad yn cael ei chwistrellu i mewn i'r corff, mae'r system imiwnedd yn cynhyrchu gwrthgyrff sy'n adnabod yr antigenau hyn. Mae pob germ gwahanol yn cynhyrchu ei antigen penodol ei hun, ac mae angen i'r system imiwnedd gynhyrchu gwrthgorff penodol i'w adnabod. Felly, mae angen brechiad gwahanol i amddiffyn yn erbyn pob germ gwahanol. Yn dilyn y brechiad, os fydd rhywun yn dod i gysylltiad gyda'r germ, bydd y corff yn ei adnabod, ac yn medru ei ymladd. Gall fod angen rhoi rhai brechiadau fwy nag unwaith er mwyn adeiladu digon o amddiffyniad.

A yw'r brechiadau yn ddiogel?

Cyn i frechiad gael ei drwyddedu i'w ddefnyddio yn y DG, mae'n cael ei brofi yn drylwyr am ei ddiogelwch a'i effeithiolrwydd. Mae'r holl frechiadau sydd ar gael i atal rhag llid yr ymennydd bellach wedi cael eu defnyddio am flynyddoedd lawer, ac mae miliynau o ddognau wedi eu rhoi. Mae'r brechiadau yn cael eu monitro yn gyson er mwyn sicrhau bod unrhyw adwaith negyddol neu sgil effeithiau yn cael eu cofnodi ar gyfer ymchwil pellach.

Mae symptomau cyffredin a all ddigwydd yn sgil brechiad, er enghraifft twymyn neu gochni a chwyddo o amgylch safle'r brechiad, yn adweithiau naturiol gan system imiwnedd y corff. Bydd y symptomau hyn fel arfer yn pylu mewn cyfnod byr iawn o amser, ac maent yn ffordd dda o ddangos brechiad llwyddiannus.

Pa mor effeithiol yw'r brechiadau?

Bu brechiadau yn llwyddiannus iawn wrth leihau'r nifer o achosion o lid yr ymennydd, gan arbed miloedd o fywydau. Yn y DG, mae nifer o afiechydon nad ydynt yn fygythiad bellach, a hynny o achos y cyfraddau uchel o frechiadau. Nid y person sy'n derbyn y brechiad yn unig sy'n cael ei amddiffyn, ond hefyd eraill yn y gymuned, yn arbennig plant, na ellir eu brechu am resymau meddygol.

Oes modd cael llid yr ymennydd o'r brechiadau?

Ni all brechiadau llid yr ymennydd achosi llid yr ymennydd. Rhannau bach iawn yn unig o facteria marw neu'r tocsin sy'n cael ei gynhyrchu ganddynt sy'n cael eu defnyddio yn y brechiadau.

Pa frechiadau sydd ar gael i amddiffyn rhag llid yr ymennydd?

Mae'r brechiadau canlynol yn darparu amddiffyniad rhag y tri phrif facteria a all achosi llid yr ymennydd. Mae'r brechiadau yn cael eu cynnig i bob plentyn yn y DG fel rhan o'r Rhaglen Imiwneiddio Plant.

Hib

Mae Hib yn rhan o'r brechiad cyfun sy'n amddiffyn yn erbyn diptheria, tetanus, pertussis (y pas), polio a Hib. Cynigir y brechiad cyfun hwn i fabanod 2, 3 a 4 mis oed. Cynigir dos atgyfnerthu Hib i fabanod 12 mis oed.

MenC

Cynigir MenC i fabanod 3 a 4 mis oed, gyda dos atgyfnerthu yn cael ei roi i rai 12 mis oed. Mae'r brechiad atgyfnerthu yn frechiad cyfunol Hib a MenC.

Nid oes brechiad i atal afiechyd meningococaidd grŵp B, sy'n achosi'r mwyafrif o achosion o lid yr ymennydd bacteriol yn y DG.

Niwmococaidd (PCV)

Cynigir brechiad Niwmococaidd i fabanod 2, 4 a 13 mis oed.

Firaol

Gall rhai firysau sy'n achosi afiechyd megis brech goch a dwymyn doben, hefyd achosi llid yr ymennydd. Mae'r brechiad MMR cyffredin yn amddiffyn rhag brech goch, dwymyn doben a rwbela (brech Almaeneg). Cyn ei gyflwyno, dwymyn doben oedd achos mwyaf cyffredin llid yr ymennydd firaol mewn plant. Rhoddir brechiad MMR pan fo plentyn tua 13 mis oed, gyda dos atgyfnerthu cyn cyrraedd pump oed.

Brechiadau Teithio

Mae brechiadau teithio ar gael i atal rhai grwpiau o afiechyd meningococaidd. Mae grwp A yn achosi epidemig yn Affrica Is Sahara, ac yn arwain at filoedd o farwolaethau bob blwyddyn. Mewn blynyddoedd diweddar, achosodd grwp W135 salwch ymysg pererinion yn teithio i'r Haj yn Sawdi Arabia, ac mae bellach yn gyfreithiol ofynnol i ymwelwyr gael eu brechu rhag W135. Mae dau wahanol frechiad ar gael os ydych yn teithio i ardaloedd o'r byd lle mae perygl, un yn amddiffyn rhag grwpiau A ac C, a'r llall yn amddiffyn rhag grwpiau A, C, W135 ac Y. Mae'r brechiadau hyn yn cynnig amddiffyniad sy'n para am rhwng tair a phum mlynedd, ond nid ydynt yn effeithiol mewn babanod a phlant ifanc. Bydd gan eich meddygfa neu ganolfan iechyd wybodaeth benodol, ddiweddar am yr holl frechiadau sydd eu hangen cyn teithio.

Am fwy o wybodaeth am frechiadau, ffoniwch ein llinell ffôn 24 awr dan arweiniad nyrsys ar 0800 028 18 28.

A oes unrhyw gymhlethdodau neu ôl-effeithiau gan lid yr ymennydd?

Bydd y mwyafrif o blant sy'n dioddef llid yr ymennydd a septsiemia yn gwella'n llwyr. Serch hynny, mewn rhai amgylchiadau bydd cymhlethdodau ac ôl-effeithiau. Gall ôl-effeithiau corfforol llid yr ymennydd a septisemia fod yn rhai dros dro neu barhaol. Gallant amrywio o rai gwan, a chymedrol i ddifrifol. Pan fo'r cymhlethdodau yn ddifrifol, gall plant ddioddef anabledd difrifol a pharhaol.

Nid yw'r union nifer o bobl sy'n dioddef ôl-effeithiau yn hysbys. Gall hyd a difrifoldeb yr ôl-effeithiau hyn amrywio gan ddibynnu ar yr organeb. Er enghraifft, mae cymhlethdodau llid yr ymennydd niwmococaidd yn fwy tebygol o fod yn hir dymor ac yn fwy difrifol nag achosion bacteriol eraill o lid yr ymennydd mewn plant.

Marwolaeth, wrth gwrs, yw'r canlyniad mwyaf dinistriol. Gall marwolaeth plentyn gael effaith dwys a hir dymor ar deuluoedd a'r gymuned ehangach. Gall hyn fod yn brofiad trawmatig ac emosiynol i ofalwyr mewn unrhyw leoliad blynyddoedd cynnar, a bydd cefnogaeth cydweithwyr yn hanfodol. Dylid caniatáu i bawb alaru a delio gyda'u colled. Mae gan Meningitis Trust linell gymorth 24 awr dan arweiniad nyrsys ar gyfer staff a rhieni yn darparu cefnogaeth a gwybodaeth i bawb. Ffoniwch 0800 028 18 28.

Ôl-effeithiau llid yr ymennydd a septisemia

Mae ôl-effeithiau llid yr ymennydd yn digwydd fel arfer o ganlyniad i niwed i amrywiol rannau o'r ymennydd. Mae'r mwyafrif o'r cymhlethdodau hyn yn gydnabyddedig, ac yn cynnwys: colli clyw neu fod yn fyddar, nam ar y golwg neu ddallineb, epilepsi, parlys ymennydd, anawsterau dysgu a phroblemau ymddygiad.

Gall septisemia arwain yn aml at ardaloedd mawr o niwed i'r croen a'r meinwe oddi tano. Gall hyn achosi creithio sydd o bosib yn gofyn am impio croen. Mewn achosion difrifol, gall fod yn angenrheidiol torri bysedd, bysedd traed, neu rannau o'r corff i ffwrdd. Gall septisemia hefyd achosi niwed i brif organau'r corff, megis yr iau a'r arennau.

Adferiad a phlant ifanc

Yn ogystal â'r ôl-effeithiau corfforol, gall fod problemau seicolegol ac emosiynol. Gall problemau emosiynol ymddangos mewn nifer o ffyrdd. Efallai nad yw'n amlwg os ydynt yn ganlyniad i'r salwch ei hun, neu'n ganlyniad i'r arhosiad yn yr ysbyty. Gall problemau ymddygiad hefyd ddigwydd: gall y plentyn droi yn ôl i ymddwyn yn fwy babïaidd, gan gynnwys dirywiad o ran llefaru, ac o dan rhai amgylchiadau, gwlychu'r gwely. Hefyd gellid gweld strancio ac ymddygiad sy'n chwilio am sylw.

Gall gofalu am blentyn sydd wedi bod yn ddifrifol wael fod yn waith caled. Efallai bydd angen cryn dipyn o gymorth a chefnogaeth er mwyn ail gyflwyno'r plentyn i'r lleoliad blynyddoedd cynnar. Gall gymryd amynedd ac ymroddiad i gynorthwyo'r plentyn i setlo yn ôl i amgylchedd sy'n teimlo'n ddiogel ac yn saff.

Gall adferiad llawn gymryd wythnosau neu weithiau fisoedd. Yn ystod y cyfnod hwn bydd angen cryn dipyn o ofal a chefnogaeth barhaus ar blentyn a'i deulu. Beth bynnag yw'r ôl-effaith, gwan neu ddifrifol, gall llid yr ymennydd newid bywyd plentyn am byth.

Beth all y Meningitis Trust ei wneud i helpu?

Mae ein hystod o wasanaethau cefnogi proffesiynol, wedi'u datblygu dros nifer o flynyddoedd, yn cynorthwyo pobl ledled y DG i ailgodi eu bywydau ar ôl llid yr ymennydd. Mae'r gefnogaeth hon ar gael drwy gydol eu bywydau, pryd bynnag bo'i angen, ac yn cynnwys y canlynol:

Llinell gymorth 24 awr dan arweiniad nyrsys

Gwasanaeth ffôn rhad ac am ddim, yn darparu gwybodaeth a chefnogaeth saith diwrnod yr wythnos.

Cynghori proffesiynol

Cynghori cyfrinachol i bobl sydd wedi dioddef llid yr ymennydd a'u teuluoedd.

Grantiau cymorth ariannol

Gallwn ddarparu grantiau i gynorthwyo i gyllido hyfforddiant arbenigol, offer, gweithgareddau, gofal ysbaid (i roi seibiant i ofalwyr) a chostau angladd.

Ymweliadau cartref

Mae staff hyfforddedig yn cynnig gwybodaeth a chefnogaeth yn y cartref.

Cysylltiad wyneb yn wyneb

Cysylltu pobl sydd wedi dioddef llid yr ymennydd gyda gwirfoddolwyr sydd hefyd wedi profi'r afiechyd.

Ble fedra i gael mwy o wybodaeth?

Bydd y wybodaeth yn y gwefannau a'r llyfrau a restrir isod yn gyfrwng i gynyddu eich gwybodaeth a'ch dealltwriaeth o unrhyw destun sy'n cael ei gynnwys yn y canllaw hwn.

Gwefannau defnyddiol

Meningitis Trust www.meningitis-trust.org
Gwybodaeth am lid yr ymennydd a gwaith y Meningitis Trust

Gwefan Addysg Meningitis Trust www.meningitis-learning.org
Gwefan ar gyfer disgyblion cynradd ac uwchradd, athrawon a rhieni

Gwefan Inmed www.inmedonline.com
Gwefan bwrpasol i addysgu gweithwyr iechyd am lid yr ymennydd a septisemia

Brechu www.immunisation.nhs.uk
Gwybodaeth am frechiadau, wedi'i gyhoeddi gan yr Adran Iechyd

Surgery Door www.surgerydoor.co.uk
Gwefan iechyd yn cwmpasu nifer o faterion iechyd gan gynnwys llid yr ymennydd

NHS Direct www.nhsdirect.nhs.uk
Gwybodaeth, cwestiynau a holir yn aml, a chysylltiadau defnyddiol ar destunau iechyd gan gynnwys llid yr ymennydd

NHS 24 www.nhs24.com
Gwasanaeth ffôn cyfrinachol i roi cyngor a gwybodaeth i bobl yn yr Alban

Asiantaeth Diogelu Iechyd www.hpa.org.uk
Ystadegau a gwybodaeth am afiechydon heintus (gan gynnwys llid yr ymennydd) yng Nghymru a Lloegr

Scottish Centre for Infection and Environmental Health www.hps.scot.nhs.uk
Ystadegau a gwybodaeth am afiechydon heintus (gan gynnwys llid yr ymennydd) yn yr Alban

Communicable Disease Surveillance Centre for Northern Ireland www.cdscni.org.uk
Ystadegau a gwybodaeth am afiechydon heintus (gan gynnwys llid yr ymennydd) yng Ngogledd Iwerddon

RAPPID www.rappid.org.uk
Gwybodaeth am afiechyd niwmococaidd (gan gynnwys llid yr ymennydd) mewn plant

Ble fedra i gael mwy o wybodaeth? (Parhad)

Llyfrau

Meningitis - a guide for families, 1997
J Simon Kroll, Andrew J Pollard, Parviz Habibi
Cyhoeddwyd gan Publishing Solutions Ltd. (UK)
Mae'r llyfr hwn yn darparu rhagolwg ardderchog o lid yr ymennydd ac afiechyd meningococaidd drwy ffeithiau am yr afiechyd ac astudiaethau achos. Mae'n llyfr da i'w argymell i bob rhiant.

Need to Know Meningitis
Kristina Routh
Cyhoeddwyd gan Heinemann Library, 2004.
Mae'r llyfr hwn yn darparu gwybodaeth hanfodol am bob agwedd o lid yr ymennydd.

Ymwadiad:
Ac eithrio ei gwefannau ei hun, nid yw Meningitis Trust yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau a'r llyfrau sy'n cael eu rhestru yma.

Ynglŷn â Meningitis Trust

Mae llid yr ymennydd yn afiechyd dinistriol. Gall daro ar unrhyw adeg ac mae ei effaith yn para am oes. Mae gwybod am yr afiechyd yn arbed bywydau, ac mae'r Meningitis Trust wedi ymrwymo at sicrhau bod cymaint o bobl ag sy'n bosib yn gwybod am yr afiechyd a'i arwyddion a symptomau.

Er gwaethaf y cynnydd mewn ymwybyddiaeth dros nifer o flynyddoedd a datblygiadau meddygol diweddar, bydd un o bob deg o bobl sy'n dioddef llid yr ymennydd yn y DG yn marw a bydd nifer yn fwy yn dioddef anableddau difrifol.

Cynorthwyo'r bobl hyn yw'r rheswm dros fodolaeth y Meningitis Trust - gan roi'r gefnogaeth emosiynol, ymarferol ac ariannol sydd ei angen arnynt i'w cynorthwyo i ail-godi eu bywydau. Yn sgil profedigaeth, bydd hyn yn golygu dod o hyd i ffyrdd o symud ymlaen. Yn sgil ôl-effeithiau, bydd yn golygu dod o hyd i ffyrdd o addasu i'r amgylchiadau newydd.

Llinell gymorth 24 awr dan arweiniad nyrsys

0800 028 18 28

Meningitis Trust Prif Swyddfa Fern House Bath Road Stroud Gloucestershire GL5 3TJ UK
ffôn: 01453 768000 **minicom:** 01453 768003 **ffacs:** 01453 768001 **e-bost:** info@meningitis-trust.org
llinell gymorth 24 awr DG: 0800 028 18 28 **rhyngwladol:** +44 870 124 7000 **gwefan:** www.meningitis-trust.org
Lloegr • Iwerddon • Gogledd Iwerddon • Yr Alban • Cymru

Noddwr
Archesgob Caergaint
Dr Rowan Williams
Llywydd
Andrew Harvey
Noddwr Brenhinol
Ei Mawrhydi
Iarlles Wessex

Rhif Elusen Gofrestredig (Cymru a Lloegr) 803016 (Yr Alban) SC037790
Rhif Cofrestredig Cwmni Cyfyngedig Dan Warant yng Nghymru a Lloegr 2469130

© Meningitis Trust 2008