



Mae Brechu yn achub bywydau  
Vaccination saves lives



# Protection against meningitis and septicaemia



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales

**This leaflet explains why it's important that teenagers and young people under the age of 25 should receive the MenACWY vaccine.**

## **What is meningococcal disease?**

Meningococcal disease is caused by several groups of meningococcal bacteria, the most common of which are A, B, C, W and Y. Meningococcal bacteria can cause meningitis (inflammation of the lining of the brain) and septicaemia (blood poisoning). The same bacteria that cause these serious diseases are also commonly carried in the back of the nose and throat, especially in older teenagers and young adults, without causing any illness.

## **How common is it?**

Everybody is at risk from meningococcal disease, but:

- the under-fives are most at risk; and
- teenagers and young adults are the second most at risk group.

Since the MenC vaccine was introduced into the UK routine vaccination programme in 1999 and the MenACWY vaccine in 2015, there has been a big reduction in cases of meningococcal disease in all age groups. Although rare, meningococcal disease is very serious and needs urgent treatment in hospital. It can lead to life-changing disabilities such as amputations, hearing loss, brain damage and scars. If it is not diagnosed early it can even be fatal.





## Why do I need to get the MenACWY vaccine?

Older teenagers are at higher risk of getting meningococcal disease, so you need to get vaccinated now to protect yourself. Vaccination also reduces the risk of you carrying the bacteria and so protects other people around you. You need this vaccine even if you have previously received the MenC vaccine, as the MenACWY vaccine will give you protection against meningococcal group C disease as well as extra protection against groups W, A and Y disease.

It will still be important to know the signs and symptoms of meningitis and septicaemia (meningococcal disease) even if you are vaccinated, because no vaccine is 100% effective. There are also other bacteria that can cause these illnesses, including the meningococcal group B disease that is not covered by the ACWY vaccine.

# What are the signs and symptoms of meningococcal disease?

Look out for any of these symptoms



Fever, cold hands and feet



Vomiting



Drowsy, difficult to wake



Confusion and irritability



Severe muscle pain



Pale, blotchy skin  
Spots or rash  
(see glass test)



Severe headache



Stiff neck



Dislike of bright lights



Convulsions or seizures

## Do the glass test

Someone with septicaemia may develop a rash of tiny 'pin pricks' which can turn into purple bruising. This rash does not fade under pressure. You can do the glass test by pressing the side of a drinking glass against the rash. If the spots don't fade under pressure, get medical help immediately. The rash can be more difficult to see on dark skin, but may be visible in paler areas, especially the soles of the feet, the palms of the hands, the abdomen, or on the inside of the eyelids or roof of the mouth.



Never wait for a rash. It can be a late sign or may not appear at all.

Septicaemia can happen with or without meningitis. Not everyone gets all the symptoms and they can appear in any order. Make sure you know the signs and symptoms and get help immediately if you are concerned.



**Meningitis and septicaemia are very serious and need urgent medical help immediately. If you can't get in touch with your doctor, ring 999 or go to the emergency department of your nearest hospital.**



## Who is eligible for the MenACWY vaccine?

- Teenagers aged 13 to 14 (school year 9) are routinely offered the MenACWY vaccine alongside the 3-in-1 teenage booster vaccine.
- Young people under the age of 25 also remain eligible if they have never received the MenACWY vaccine.
- People with an increased risk of meningococcal disease due to an existing medical condition or treatment, travel, their job, or close contact with a case of meningococcal disease may also be recommended to have the MenACWY vaccine.

# How will I know when I am due to receive the MenACWY vaccine?

In most areas of Wales, the MenACWY vaccination is routinely offered in school year 9. In a few areas, where the vaccine is not given in school, you will be invited to have it at your GP surgery.

Young people who are not in school or who are educated at home can make an appointment with their GP surgery to have the vaccine when it is due.

If you have left school and you missed your MenACWY vaccination you should make an appointment with your GP surgery.

If you are a student going to university or college for the first time (including overseas and mature students) and you have not yet had the MenACWY vaccine, you can receive it up until your 25th birthday. You should make an appointment with your GP surgery to have the vaccine. Ideally, the vaccine should be given at least two weeks before you start university.



**It's also a good idea to check that you have also had two doses of the MMR vaccine, as there continue to be outbreaks of mumps and measles at colleges and universities. If you have not previously had two doses of the MMR vaccine, you can ask your GP surgery for the vaccine.**





## What if I miss the vaccination and I am already at university?

First-time university students are at particularly high risk in the first weeks of term, so you should make every effort to have the vaccine before you start. If you have not had the vaccine, you can go to the University Health Centre or register with a GP surgery at university and arrange to get the vaccine there, but try and do that straight away – ideally in ‘freshers’ week.



**Don't delay it. The sooner you have it the better.**

# Must I have the MenACWY vaccine?

All vaccinations in the UK are voluntary but it's recommended that all eligible teenagers and young people have the vaccination. This protects not just yourself from very serious illnesses but also others, including infants who may be particularly at risk from infection.

## Consent

If you are under 16 years old and you receive a consent form from school, make sure you and your parent or guardian read the information, fill in the form and return it as soon as possible.

It's best to involve your parent or guardian in your decision about having the vaccine, but you may be able to give permission for the vaccination yourself if you fully understand what is being offered.

If you are aged 16 or over you are able to give permission for the vaccination yourself.

## Are there any reasons why I should not be vaccinated?

There are very few teenagers and young people who should not have the MenACWY vaccine. You should not have it if you have had a severe (life-threatening) reaction to any ingredient of the vaccine or to a previous dose of MenACWY vaccine. If you have a minor illness without a fever, such as a cold, you should still have the vaccination. If you are ill with a fever, put the vaccination off until you are better.

If you have a bleeding disorder, speak to your doctor or nurse before having the vaccination.

## Is the MenACWY vaccine safe?

As with all vaccines, reports of side effects are closely monitored and reviewed. The MenACWY vaccine has been used for many years across the world and has an excellent safety record. Serious side effects from the vaccine are rare.

## Are there any side effects?

Your arm may be sore with some swelling, redness or tenderness where you have had the injection. Sometimes a small painless lump develops, but this usually disappears within a few weeks. Other side effects may include fever, headache, dizziness, feeling sick and swollen glands. Very rarely, some people have an allergic reaction soon after a vaccination. This may be a rash or itching affecting part or all of the body.

If you have a fever and feel unwell after the vaccination, take paracetamol to help you feel better. Read the instructions on the bottle or packet carefully and take the correct dose for your age.

You should not take paracetamol before or after the vaccination just because you think you might get a fever.



**Remember, don't take medicines that contain aspirin if you are under 16 years old.**



Even more rarely, some people can have a severe reaction soon after the vaccination. This is called an anaphylactic reaction and can also happen with other medicines and food.

These reactions are extremely rare and nurses are trained to manage them. People who have an anaphylactic reaction can be successfully treated and usually recover within a few hours.

Young people or their parents or guardians can report suspected side effects of vaccines through the Yellow Card scheme. You can do this online at [www.mhra.gov.uk/yellowcard](http://www.mhra.gov.uk/yellowcard) (external site) or by calling the Yellow Card hotline (free) on **0800 731 6789** (Monday to Friday 9am to 5pm).

# Further information

## Meningitis Now

Visit: [www.meningitisnow.org](http://www.meningitisnow.org) (external site)

Free helpline: **0808 80 10 388**

(9am to 4pm Monday to Friday)

## Meningitis Research Foundation

Visit: [www.meningitis.org](http://www.meningitis.org) (external site)

Free helpline: **080 8800 3344**

(9am to 5pm Monday to Friday)

If you have any questions or want more information, go to [111.wales.nhs.uk](http://111.wales.nhs.uk) (external site), talk to your doctor or nurse, or contact NHS 111 Wales by calling **111**.

You can find out more information on vaccines offered in Wales at [phw.nhs.wales/vaccines](http://phw.nhs.wales/vaccines)

To find out more about the vaccine, including its contents and possible side effects, go to [medicines.org.uk/emc](http://medicines.org.uk/emc) (external site). Enter the name of the vaccine (Men A, C, W, Y) in the search box. You can also see the patient leaflet online.

You can report suspected side effects online at [www.mhra.gov.uk/yellowcard](http://www.mhra.gov.uk/yellowcard) (external site), by downloading the Yellow Card app, or by calling **0800 731 6789** (Monday to Friday, 9am to 5pm).

To find out how the NHS uses your information, visit [111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation](http://111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation) (external site)



# Rhagor o wybodaeth

## Meningitis Now

Evch i: [www.meningitisnow.org](http://www.meningitisnow.org) (safle allanol)

Llinell gymorth am ddim: **0808 80 10 388**

(9am tan 4pm o ddydd Llun tan ddydd Gwener)

## Meningitis Research Foundation

Evch i: [www.meningitis.org](http://www.meningitis.org) (safle allanol)

Llinell gymorth am ddim: **080 8800 3344**

(9am tan 5pm o ddydd Llun tan ddydd Gwener)

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os hoffech

gael rhagor o wybodaeth, ewch i [111.wales.nhs.uk](http://111.wales.nhs.uk)

(safle allanol), siaradwch â'ch meddyg neu'ch nys,

neu cysylltwch â GIG 111 Cymru drwy ffonio **111**.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am frechlynnau a

gynigir yng Nghymru yn [ic.gig.cymru/brechlynnau](http://ic.gig.cymru/brechlynnau)

I gael rhagor o wybodaeth am y brechlyn, gan

gynnwys ei gynhwysion a'i sgliffethiau posibl,

ewch i [medicines.org.uk/emc](http://medicines.org.uk/emc) (safle allanol).

Rhowch enw'r brechlyn (Men A, C, W, Y) yn y blwch

chwilio. Gallwch heyd weld y datlen i gleffion ar-lein.

Gallwch roi gwybod am sgliffethiau a amheuir

ar-lein yn [www.mhra.gov.uk/yellowcard](http://www.mhra.gov.uk/yellowcard) (safle

allanol), drwy lawrlwytho ap y Cerdyn Melyn, neu

drwy ffonio **0800 731 6789** (dydd Llun tan ddydd

Gwener, 9am tan 5pm).

I gael gwybod sut maer GIG yn defnyddio'ch

gwybodaeth, ewch i

[111.wales.nhs.uk/mandanomi/eichgwybodaeth](http://111.wales.nhs.uk/mandanomi/eichgwybodaeth)

(safle allanol)



Fersiwn 2 | Mehefin 2024

© Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru  
ISBN 978-1-83766-398-9



Er ei fod yn digwydd hyd yn oed yn fwy anaml, gall rhai pobl gael adwath difrifol yn fuan ar ôl y brechiad. Gelwir hyn yn adwath anaffylactig a gall hefyd ddigwydd gyda meddyginiaethau a bwydddd eraill.

Mae'r adweithiau hyn yn hynod o brin ac mae nyrsys wedi'u hyfforddi i'w rheoli. Gall pobl sy'n cael adwath anaffylactig gael eu trin yn llwyddiannus ac fel arfer maent yn gwella o fewn ychydig oriau. Gall pobl ifanc neu eu rhieni neu warcheidwaid roi gwybod am sgil-ffeithiau a amheuir brechlynnau drwy'r cynllun Cerdyn Melyn. Gallwch wneud hyn ar-lein yn [www.mhra.gov.uk/yellowcard](http://www.mhra.gov.uk/yellowcard) (safle allanol) neu drwy ffonio llinell gymorth y Cerdyn Melyn (am ddim) ar **0800 731 6789** (Dydd Llun tan Ddydd Gwener 9am i 5pm).

# Ydy'r brechlyn MenACWY yn ddiogel?

Fel pob brechlyn arall, mae sgîl-ffeithiau yn cael eu monitro a'u hadolygu'n agos. Mae brechlyn MenACWY wedi cael ei ddefnyddio ers blyneddoddedd lawer ar draws y byd ac mae ganddo hanes diogelwch ardderchog. Prin yw sgîl-ffeithiau difrifol y brechlyn.

## Oes sgîl-ffeithiau?

Gall eich braich fod yn boenus gyda rhywfaint o chwyddo, cochni neu dynwrch lle rydych wedi cael y pigiad. Weithiau bydd lwm bach di-boen yn datblygu, ond mae hyn fel arfer yn diflannu o fewn ychydig wythnosau. Gall sgîl-ffeithiau eraill gynnwys twymyn, cur pen, pendro, teimlo'n sâl a chwarennau chwyddedig. Yn anaml iawn, bydd rhai pobl yn cael adwath alergaidd yn fuan ar ôl cael eu brechu. Gall hyn fod yn frech neu gosi sy'n effeithio ar ran o'r corff neu'r corff cyfan.

Os bydd genych dwymyn ac yn teimlo'n sâl ar ôl cael y brechiad, cymwrch barasetamol i'ch helpu i deimlo'n well. Darllenwch y cyfarwyddiadau ar y botel neu'r pecyn yn ofalus a chymwrch y dos cywir ar gyfer eich oedran.

Ni ddylech gymryd parasetamol cyn neu ar ôl y brechiad oherwydd eich bod yn meddwl y gallech gael twymyn.

**Cotiwch, peidiwch â chymryd meddyginiaethau sy'n cynnwys aspirin os ydych o dan 16 oed.**



# Oes rhaid i mi gael brechlyn MenACWY?

Mae pob brechlad yn y DU yn wirfoddol ond argymhellir bod pob person ifanc yn ei ardegau a phob person ifanc cymwys yn cael y brechlad. Bydd hyn yn eich diogelu chi a phobl eraill rhag salwch difrifol iawn, gan gynnwys babanod a allai fod mewn perygl arbennig o gael haint.

## Cydsyniad

Os ydych chi o dan 16 oed a'ch bod yn derbyn ffurflen gydsynio gan yr ysgol, gwnewch yn siŵr eich bod chi a'ch rhiant neu warcheidwad yn darllen yr wybodaeth, yn llenw'r ffurflen ac yn ei dychwelyd cyn gynted â phosibl.

Mae'n well cynnwys eich rhiant neu warcheidwad yn eich penderfyniad ynglyn â chael y brechlyn, ond mae'n bosibl y byddwch yn gallu cydsynio ar gyfer y brechlad ar eich pen eich hun os ydych chi yn deall yn iawn beth sy'n cael ei gynnig.

Os ydych chi'n 16 oed neu'n hyn gallwch chi gydsynio ar gyfer y brechlad ar eich pen eich hun.

# A oes unrhyw resymau pam na ddylwn i gael fy mrechu?

Ychydig iawn o bobl ifanc yn eu harddegau a phobl ifanc na ddylai gael brechlyn MenACWY. Ni ddylech ei gael os ydych chi wedi cael adwaith difrifol (sy'n perglu bywyd) i unrhyw gynhwysyn yn y brechlyn neu i ddos blaenorol brechlyn MenACWY. Os oes genych fân anhwylder heb dwymyn, fel annwyd, dylech gael y brechlad o hyd. Os ydych chi'n sâl gyda thwymyn, peidiwch â chael y brechlad nes eich bod chi'n well.

Os oes genych anhwylder gwaedu, siaradwch â'ch meddyg neu'ch nyrs cyn cael y brechlad.

## Peidwch ag oedi. Gorau po gyntaf y byddwch yn ei gael.



Mae myfyrwyr sydd wedi mynd i'r brifysgol am y tro cyntaf mewn perygl arbennig o uchel yn ystod wythnosau cyntaf y tymor, felly dylech wneud pob ymdrech i gael y brechlyn cyn i chi ddechrau. Os nad ydych wedi cael y brechlyn, gallwch fynd i Ganolfan Iechyd y Brifysgol neu gofrestru gyda phraxis meddyg teulu yn y brifysgol a threfnu i gael y brechlyn yno, ond ceiswch wneud hynny ar unwaith – yn ddelfrydol yn ystod wythnos y glasfyrwyr.

## Beth os byddaf yn methu â chael y brechiad ac rwyf eisoes yn y brifysgol?





# Sut byddaf yn gwybod pryd y byddaf yn cael brechlyn MenACWY?

Yn rhan fwyaf o ardaloedd Cymru, cynigir brechiad MenACWY fel mater o drefn ym mlwyddyn ysgol 9. Mewn rhai ardaloedd, lle nad yw'r brechlyn yn cael ei roi yn yr ysgol, fe'ch gwahoddir i'w gael yn eich practis meddyg teulu.

Gall pobl ifanc nad ydynt yn yr ysgol neu sy'n cael eu hadysgu gartref wneud apwyntiad gyda'u practis meddyg teulu i gael y brechlyn pan fydd yn bryd gwneud hynny.

Os ydych wedi gadael yr ysgol a'ch bod wedi methu cael eich brechiad MenACWY, dylech drefnu apwyntiad gyda'ch practis meddyg teulu.

Os ydych yn fyfyrwr sy'n mynd i brifysgol neu goleg am y tro cyntaf (gan gynnwys myfyrwr tramor ac aeddfed) ac nad ydych wedi cael brechlyn MenACWY eto, gallwch ei dderbyn hyd at eich pen-blwydd yn 25 oed. Dylech wneud apwyntiad gyda'ch practis meddyg teulu i gael y brechlyn. Yn ddefnyddol, dylid rhoi'r brechlyn o leiaf bythefnos cyn i chi ddechrau yn y brifysgol.

Mae hefyd yn syniad da gwirio eich bod hefyd wedi cael dau dos o'r brechlyn MMR, gan fod achosion o glwy'r pennau a'r frech goch yn parhau mewn cologau a phrifysgolion. Os nad ydych wedi cael dau dos o'r brechlyn MMR o'r blaen, gallwch ofyn i'ch practis meddyg teulu am y brechlyn.



# Pwy sy'n gymwys ar gyfer brechlyn MenACWY?

- Mae pobl ifanc yn eu harddegau rhwng 13 a 14 oed (blwyddyn ysgol 9) yn cael cynnig brechlyn MenACWY fel mater o drefn law yn llaw â'r brechlyn atgyfnerthu 3-mewn-1 i bobl ifanc yn eu harddegau.
- Mae pobl ifanc o dan 25 oed hefyd yn parhau i fod yn gymwys os nad ydynt erioed wedi cael brechlyn MenACWY.
- Mae'n bosibl yr argymhellir bod y rhai sydd â risg uwch o gelfyd meningococol oherwydd cyflwr meddygol sy'n bodoli neu driniaeth, rhesymau teithio, swydd neu oherwydd eu bod wedi dod i gysylltiad agos ag achos o gelfyd meningococol hefyd yn cael brechlyn MenACWY.



# Gwnëwch y prawf gwyrdr

Gall rhywun â septicemia datblygu brech 'pigladau pin' bach a all droi'n gleisio porffor. Nid yw'r frech hon yn pylu dan bwysau. Gallwch wneud y prawf gwyrdr trwy bwysu ochr gwyrdr yfed yn erbyn y frech. Os nad yw'r smotiau'n pylu dan bwysau, ceiswch gymorth meddygol ar unwaith. Gall fod yn fwy anodd gweld y frech ar groen tywyll, ond gall fod yn weladwy mewn manau mwy golau, yn enwedig gwadnau'r traed, cledrau'r dwylo, yr abdomen, neu y tu mewn i'r amrannau neu daflod y geg.



Peidiwch byth ag aros nes y bydd brech yn ymddangos. Gall fod yn arwydd hwy'r neu efallai na fydd yn ymddangos o gwbl.

Gall septicemia ddigwydd gyda llid yr ymennydd, neu hebddo. Ni fydd pawb yn cael yr holl symptomau a gallant ymddangos mewn unrhyw drefn. Gwnëwch yn siŵr eich bod yn adnabod yr arwyddion a'r symptomau a cheiswch gymorth ar unwaith os ydych yn bryderus.

Mae llid yr ymennydd a septicemia yn ddifrifol iawn ac mae angen cymorth meddygol brys ar eu cyfer ar unwaith. Os na allwch gysylltu â'ch meddyg, ffoniwch 999 neu ewch i adran achosion brys eich ysblyt agosaf.



# Beth yw arwyddion a symptomau clefyd meningococcol?

Gwiliwch am unrhyw un o'r symptomau hyn



Twymyn, dwylo a thraed oer



Cysgylt, anodd deffro



Poen difrifol yn y cyhyrau



Cur pen difrifol



Ddim yn hoffi golenadau llachar



Chwydu



Dryswch a thymher flin



Croen gwelw, blotiog Smotiau neu frech (gweler y prawf gwedr)



Gwddf stiff



Conflysiynau neu drawiadau



## Pam mae angen i mi gael brechlyn MenACWY?

Mae pobl yn eu harddegau hŷn mewn mwy o berygl o gael cleyd meningococol, felly mae angen i chi gael eich brechu nawr i ddiogelu eich hun. Mae brechu hefyd yn lleihau'r risg y byddwch yn carïor bacteria ac felly'n diogelu pobl eraill o'ch cwmpas. Bydd angen y brechlyn hwn arnoch hyd yn oed os ydych wedi cael brechlyn MenC yn flaenorol, gan y bydd brechlyn MenACWY yn eich diogelu rhag cleyd meningococol grŵp C yn ogystal â rhoi diogelwch ychwanegol rhag cleyd grwpiau W, A ac Y.

Bydd yn dal yn bwysig bod yn ymwybodol o arwyddion a symptomau llid yr ymennydd a septicemia (cleyd meningococol) hyd yn oed os cewch eich brechu, oherwydd nad yw'r un brechlyn 100% yn effeithiol. Mae hefyd bacteria eraill a all achos'r atiechyd hon, gan gynnwys cleyd meningococol grŵp B nad yw brechlyn ACWY yn diogelu rhagddynt.



Ers i frechlyn MenC gael ei gyflwyno i raglen frechu arferol y DU ym 1999 a brechlyn MenACWY yn 2015, bu gostyngiad mawr mewn achosion o glefyd meningococol ym mhob grŵp oedran. Er bod clefyd meningococol yn brin, mae'n ddifrifol iawn ac yn gofyn am driniaeth frys yn yr ysberty Gall arwain at anabeddau sy'n newid bywydau fel trychadau, colli clyw, niwed i'r ymennydd a chreithiau. Os na chaff ei ddiagnosio'n gyunnar, gall hyd yn oed fod yn anghueol.

- phobl ifanc yn eu harddegau ac oedolion ifanc
  - plant dan bum oed sy'n wnebu'r ail berygl mwyaf; a
- meningococol, ond:
- Mae pawb mewn perygl o gael clefyd

## Pa mor gyffredin yw'r clefyd?

Mae clefyd meningococol yn cael ei achosi gan sawl grŵp o facteria meningococol, a'r rhai mwyaf cyffredin yw A, B, C, W ac Y. Gall bacteria meningococol achosi lliid yr ymennydd (llid yn leinin yr ymennydd) a septicemia (gwenwyn gwaeð). Mae'r un bacteria sy'n achos i'r afiechydon difrifol hyn hefyd yn cael eu cario'n gyffredin yng nghefn y trwyn a'r gwydd, yn enwedig ymhlith rhai yn eu harddegau hyn ac oedolion ifanc, heb achosi unrhyw salwch.

## Beth yw clefyd meningococol?

**Mae'r datlen hon yn egluro pam ei bod yn bwysig bod pobl ifanc yn eu harddegau a phobl ifanc o dan 25 oed yn cael brechlyn MenACWY.**

# Diogetlu rhag llid yr ymennydd a septicemia



Mae Brechu yn achub bywydau  
Vaccination saves lives

