

Cyngor i rieni/gofalwyr babanod llai na thri mis oes yn ystod coronafeirws yng Nghymru

Gall fod yn ddryslyd gwybod beth i'w wneud pan fydd eich babi yn wael yn ystod y pandemig coronafeirws. Cofiwch bod y GIG yn dal i ddarparu gofal diogel.

Mae meddygfeydd teulu ac ysbytai wedi gwneud newidiadau i helpu i leihau'r risg o heintiad. Dim ond un rhiant/gofalwr fydd yn gallu mynd i'r adran Ddamweiniau ac Argyfwng gyda'r plentyn. Defnyddiwch yr hylif diheintio dwylo sydd ar gael, gwisgwch orchudd wyneb mewn manau caeedig a chadw pellter cymdeithasol.

Cofiwch: os nad yw eich babi yn dda, gofynnwch am gyngor a sylw meddygol. Dyma i chi gyngor i'ch helpu.



COCH

Os oes gan eich babi unrhyw un o'r arwyddion canlynol:

- Croen gwelw, smotiog sy'n teimlo'n anarferol o oer.
- Yn stiff neu anystwyth am gyfnod hir neu yn symud ei freichiau neu ei goesau yn herciog dro ar ôl tro, a hynny ddim yn stopio pan fyddwch yn gafael ynddyn nhw (ffit neu drawiad).
- Yn anodd ei ddeffro.
- Â brech nad yw'n diflannu wrth bwyso gwydr yn ofalus yn erbyn y croen.
- Â brest, wyneb neu gefn chwyslyd neu oer a llaith (tymheredd o 38.0C/100.40F neu uwch) oni bai bod hyn o fewn dau ddiwrnod o frechiadau ac nad oes unrhyw arwyddion eraill o'r blwch hwn neu'r blwch **OREN** isod.
- Yn rhy brin o anadl i fwyta, ag ataliad yn ei anadlu sy'n para am fwy na 10 eiliad ac yn rhochian neu'n troi'n las.
- Cyfog gwyrdd (fel lliw sbigoglys neu hylif golchi llestri gwyrdd).

Ceisiwch gael help ar frys os oes arnoch ofn oherwydd bod eich babi yn edrych yn wael iawn.

Mae arnoch angen help ar frys

Ffoniwch 999 a gofyn am ofal argyfwng



OREN

Os oes gan eich babi unrhyw un o'r arwyddion canlynol:

- Anhawster wrth anadlu, gan gynnwys: anadlu yn gyflym trwy'r amser: lledu ei ffoenau neu dynnu'r cyhyrau dan yr asennau i mewn wrth anadlu.
- Dim diddordeb mewn bwyta a/neu edrych wedi dadhydradu (ceg sych, llygaid wedi suddo, dim dagrau, neu ddim clytiau/cewynnau gwlyb yn yr 8 awr ddiwethaf).
- Yn gynyddol gysglyd neu groes (crio yn barhaus ac yn gwrthod tawelu).
- Croen melyn neu wyn y llygad yn felyn, sy'n mynd yn waeth yn gyflym.
- Gwaed mewn pw.
- Pw gwelw iawn (gwyn neu lwyd) – cadwch sampl i'w ddangos i'r meddyg.
- Crynu.
- Cyfogi o hyd.

Chwiliwch am gyngor os yw eich babi yn mynd yn waeth neu os ydych yn bryderus.

Cysylltwch â'ch meddyg teulu neu wasanaethau iechyd lleol ar unwaith i wneud apwyntiad i'ch babi gael ei weld y diwrnod hwnnw.

Yn ystod y pandemig presennol, efallai y gall fod yn anodd cael cyngor. Os bydd y symptomau yn parhau am 4 awr neu fwy ac nad ydych wedi gallu siarad â naill ai aelod o staff eich meddygfa neu wasanaethau iechyd lleol, yna ystyriwch ffonio 999.



GWYRDD

Os NAD OES gan eich babi unrhyw arwyddion o'r blychau **COCH** nac **OREN**, mae'r canlynol yn normal:

- Eich babi yn llai na phythefnos oed (neu yn dair wythnos oed ac yn cael ei fwydo ar y fron) ac yn edrych ychydig yn felyn, ar yr wyneb yn bennaf. (Gall hyn gynyddu yn raddol dros ddiwrnod neu ddau ond yna bydd yn dechrau pylu).
- Cael pedwar i chwe chlwt/cewyn gwlyb y dydd.
- Y pw yn wyrdd, brown, oren, melyn neu ddu. (Fel arfer bydd pw babis sy'n cael eu bwydo ar y fron yn felyn a gall edrych yn 'raeanog' yn aml – mae'n arwydd bod eich babi yn iach).
- Yn parhau i fwyta'n dda gyda llaeth o'r fron neu laeth powdwr.
- Y babi yn deffro'n aml ac yn criu eisiau bwyd.

Daliwch ati i ofalu am eich plentyn gartref

Gallwch ofyn i wasanaethau iechyd lleol am gyngor ychwanegol i'ch helpu i ymdopi â chrio babi sy'n iach fel arall.

Os ydych chi'n dal i bryderu am eich babi, cysylltwch â'ch Ymwelydd Iechyd neu chwiliwch am 111 GIG Cymru i wirio'ch symptomau, dod o hyd i wasanaethau lleol ac i gael cyngor ar y ffordd orau i gael mynediad at wasanaethau.