Sut mae'r germau yn cael eu lledaenu?

Mae'r germau sy'n achosi llid yr ymennydd bacteriol fel rheol yn byw yn ddiniwed yng nghefn y gwddf. Bydd y mwyafrif ohonom yn eu cario rhywbryd yn ein bywydau heb fod yn sâl, ac maent yn ein cynorthwyo i adeiladu imiwnedd naturiol (amddiffyniad yn erbyn yr afiechyd). Yn achlysurol, mae'r germau hyn yn llwyddo i basio amddiffyniad y corff ac achosi haint.

Caiff y germau eu pasio o berson i berson drwy beswch, tisian a chusanu agos. Ond yn anaml y byddant yn achosi afiechyd.

Gall lid yr ymennydd a septicemia effeithio ar unrhyw un, unrhyw oed, ond babanod a phlant ifanc sydd mewn perygl mwyaf.

Wyddoch chi?

Dangosodd arolwg diweddar gan y Meningitis Trust fod hyd at 10 miliwn o bobl yn y DG yn anabod rhywun sydd wedi cael llid yr ymennydd.

Pa mor hawdd yw dal llid yr ymennydd?

Mae'r mwyafrif o achosion yn rhai unigol, ond pan fod achos o afiechyd meningococaidd, mae siawns fechan o achosion pellach.

Gall y swyddfa iechyd gyhoeddus lleol gynnig gwrthfiotig i bobl sydd wedi bod mewn cysylltiad agos dros gyfnod hir gyda rhywun sydd ag afiechyd meningococaidd. Mae hyn er mwyn lleihau'r risg o achosion pellach.

Trin llid yr ymennydd

Mae angen triniaeth feddygol frys gyda gwrthfiotig ar lid yr ymennydd bacteriol a septisemia. Os ydynt yn cael eu hadnabod a'u trin yn gynnar, maent yn llai tebygol o fygwth bywyd neu achosi sgil-effaith difrifol.

Ar ôl llid yr ymennydd

Mae'r Meningitis Trust yn credu bod hyd at 500,000 o bobl yn byw yn y DG heddiw wedi cael llid yr ymennydd a septicemia. Mae nifer o'r rhain dal i fyw gydag effaith yr afiechyd erchyll yma.

Mae ôl-effeithiau difrifol a gwanychol llid yr ymennydd yn adnabyddus ac maent yn gallu cynnwys byddardod, ddallineb, colli aelod, anhawsderau dysgu a phroblemau ymddygiad. Gall effeithiau'r afiechyd achosi i berthnasau dorri, pobl i golli swyddi a newidiadau mawr arall i fywyd.

Am bob person sydd wedi cael llid yr ymennydd, mae'r teulu a'r bobl o'u amgylch yn cael eu heffeithio hefyd ac yn aml bydd eu bywyd yn newid am byth. Mae arolwg diweddar yn awgrymu bod hyd at 10 miliwn o bobl yn y DG yn adnabod rhywun sydd wedi cael llid yr ymennydd.

Atal llid yr ymennydd

Brechu yw'r unig ffordd o atal llid yr ymennydd. Mae brechiadau effeithiol ar gael i atal rhai mathau o lid yr ymennydd bacteriol ac mae'r rhain wedi gostwng y nifer o achosion yn y DG yn syfrdanol. Er mwyn barhau gyda'r llwyddiant hwn, mae angen i raddfeydd brechu aros yn uchel.

Mae bacteria meningococaidd sy'n achosi afiechyd yn perthyn bron bob tro i grwpiau arbennig – A, B, C, W-135 ac Y.

Cynigir brechiadau sy'n amddiffyn rhag grŵp C meningococaidd, Hib, a bacteria newmococaidd fel rhan o frechiadau arferol plentyndod.

Achosir tua 90% o afiechyd meningococaidd yn y DG gan grŵp B. Ar hyn o bryd, does dim brechiad i amddiffyn yn erbyn afiechyd a achoswyd gan y grŵp yma.

Y Meningitis Trust

Rydym ni, y Meningitis Trust, yn elusen gofrestredig a sefydlwyd yn 1986 gan deuluoedd a oedd wedi eu heffeithio gan lid yr ymennydd. Rydym wedi ymrwymo i gynyddu dealltwriaeth o'r afiechyd ac yn cynnig gwasanaethau arbenigol, proffesiynol i unrhyw un sydd wedi cael eu heffeithio. Mae'r gwasanaethau yma yn cynnig cymorth emosiynol, ymarferol ac ariannol i helpu bobl ail-adeiladu eu bywydau.

Dyma rhai o'r ffyrdd rydym yn gwneud hyn:

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 ar gyfer pobl sydd wedi dioddef llid yr ymennydd a'u teuluoedd.

Grantiau cymorth ariannol - i helpu talu am hyfforddiant arbenigol, offer, gweithgareddau, gofal seibiant (i roi seibiant i ofalwyr) a chostau angladd.

Ymweliadau cartref – mae staff hyfforddedig yn cynnig gwybodaeth a chefnogaeth yn y cartref.

Cysylltiad un-i-un - cysylltu pobl a effeithiwyd gan lid yr ymennydd gyda gwirfoddolwyr sydd hefyd wedi profi'r afiechyd.

Mae hyn ond yn bosib drwy gyfraniadau gan bobl fel chi, am ein bod yn dibynnu bron yn gyfan gwbl ar gyfraniadau gwirfoddol i barhau gyda'n gwaith.

Rhadffon

Llinell gymorth 24-awr dan arweiniad nyrsys

0800 028 18 28

www.meningitis-trust.org

Meningitis Trust
Fern House, Bath Road
Stroud, Glos, GL5 3TJ, DG
Ffôn: 01453 768000
Ffacs: 01453 768001

Rhif elusen gofrestredig (Cymru a Lloegr) 803016, (yr Alban) SC037790
© Ymddiriedolaeth Llid yr Ymennydd 2008 WIM/05/08

The Meningitis Trust

Beth yw llid yr ymennydd?

Ateb eich cwestiynau am lid yr ymennydd a septisemia meningococaidd

Mae llid yr ymennydd a septisemia meningococaidd (gwenwyniad gwaed) yn afiechydon difrifol. Maent yn medru taro mewn ennyd ond gall eu heffeithiau bara am oes.

Er datblygiadau diweddar mewn brechiadau, mae tua 3000 o achosion o lid yr ymennydd bacteriol, a mae'n debygol fod dwbl y nifer hynny o achosion o lid yr ymennydd firaol bob blwyddyn yn y DG. Rydym yn credu bod cannoedd o filoedd o bobl yn byw yn y DG wedi cael eu heffeithio gan lid yr ymennydd. 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 daflen hon yn darparu gwybodaeth bwysig am yr afiechydon hyn ac yn egluro'r ffeithiau y tu ôl i'r ofnau. Os hoffech fwy o wybodaeth, ffoniwch ein llinell gymorth 24-awr ar **0800 028 18 28** neu ewch at **www.meningitis-trust.org**.

Beth yw llid yr ymennydd?

Llid yr ymennydd yw llid ar y bilen sy'n amgylchynu ac yn amddiffyn yr ymennydd a llinyn y cefn.

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

Mae **llid yr ymennydd firaol** yn anaml yn fygythiad i fywyd, er y gall wneud pobl yn sâl iawn. Mae'r mwyafrif o bobl yn gwella'n gyflan gwbl, ond gall ddioddefwyr cael eu gadael gyda ôl-effeithiau megis cur pen, blino a cholli cof.

Mae **llid yr ymennydd bacteriol** yn medru bod yn fygythiad i fywyd ac mae angen sylw meddygol brys. Mae'r mwyafrif o bobl sy'n dioddef o lid yr ymennydd bacteriol yn gwella, ond mae nifer yn cael eu gadael gydag amryw o ôl-effeithiau a bydd un mewn pob 10 yn marw.

Gall nifer o wahanol facteria achosi llid yr ymennydd. Y prif fathau yw meningococws, newmococws, TB a Hib.

Meningococws yw achos mwyaf cyffredin llid yr ymennydd bacteriol yn y DG, ac sy'n achosi'r pryder cyhoeddus mwyaf.

Beth yw septisemia meningococaidd?

Gall bacteria meningococaidd achosi llid yr ymennydd a septisemia. Gyda'i gilydd maent yn cael eu hadnabod fel afiechyd meningococaidd.

Gall septisemia meningococaidd ddigwydd gyda llid yr ymennydd neu'n unigol. Mae septisemia fel rheol yn fwy o fygythiad i fywyd na llid yr ymennydd, a gall ddatblygu o fewn ychydig oriau. Gall germau eraill hefyd achosi septisemia.

Llun drwy garedigrwydd B. Dowsett HPA Porton Down

Bacteria Meningococaidd

Beth yw'r arwyddion a'r symptomau?

Mae llid yr ymennydd a septisemia yn aml yn anodd eu hadnabod yn y lle cyntaf. Ar y cychwyn, gall arwyddion a symptomau fod yn debyg i salwch mwy cyffredin megis ffliw.

Gwrandewch ar eich greddf
Os ydych yn amau llid yr ymenydd neu septisemia, ceisiwch gymorth meddygol ar unwaith.

Rhestrir arwyddion a symptomau cyffredin llid yr ymennydd a septisemia gyferbyn. Gall symptomau cynnar gynnwys twymyn, cur pen, teimlo'n sâl, cyfogi, poen yn y cyhyrau a thwymyn gyda thraed a dwylo oer.

Am gopi o'n cerdyn symptomau ffoniwch 0800 028 18 28

Arwyddion a symptomau cyffredin llid yr ymennydd a septisemia

Babanod a phlant bach

Llid yr ymennydd
- Twymyn
- Gwrthod bwyd neu gyfogi
- Blin, casáu cael eu trin
- Croen gwelw blotiog
- Llesg, diffyg ymateb
- Cysglyd, anodd deffro
- Crio anarferol, griddfan

Septisemia
- Twymyn, traed a dwylo oer
- Gwrthod bwyd neu gyfogi
- Croen gwelw blotiog
- Smotiau neu frech, gweler 'prawf gwydr'
- Llipa, llesg, diffyg ymateb
- Anadl cyflym neu rochian
- Cysglyd, anodd deffro

Plant ac oedolion

Llid yr ymennydd
- Twymyn
- Cur pen difrifol
- Cyfogi
- Casáu golau llachar
- Cric yn y gwar, poen cyhyrau
- Cysglyd, anodd deffro
- Dryslyd a blin

Septisemia
- Twymyn, traed a dwylo oer
- Cyfogi
- Poen difrifol yn y cyhyrau
- Smotiau neu frech, gweler 'Prawf gwydr'
- Cramp stumog a dolur rhydd
- Cysglyd, anodd deffro
- Dryslyd a blin

Gall symptomau ymddangos mewn unrhyw drefn ac efallai na fydd rhai yn ymddangos o gwbl. Mae llid yr ymennydd a septisemia yn aml yn digwydd gyda'i gilydd. Byddwch yn ymwybodol o'r holl arwyddion a symptomau.

Beth am y frech?

- Mae brech nad yw'n pylu dan bwysau (gweler 'prawf gwydr') yn arwydd o septisemia meningococaidd. Gall y frech gychwyn fel ychydig o smotiau bychain unrhyw le ar y corff, a gall ledaenu yn gyflym i edrych fel cleisiau newydd.
- Mae'r smotiau neu'r frech yn cael eu hachosi gan waed yn gollwng i mewn i'r meinwe o dan y croen.
- Mae'r smotiau neu'r frech yn anoddach i'w gweld ar groen tywyll. Edrychwch ar ardaloedd goleuach o'r croen ac o dan yr amrannau

Brech gwenwyniad gwaed

Prawf Gwydr
Bydd smotiau neu frech nad ydynt yn pylu dan bwysau yn medru cael eu gweld pan fydd ochr gwydr yfed clir yn cael ei wasgu yn gadarn yn erbyn y croen.

Llun drwy garedigrwydd Dr Petter Brandtzaeg

Mae twymyn gyda smotiau neu frech nad yw'n pylu dan bwysau yn argyfwng meddygol.

Os oes rhywun yn sâl neu'n amlwg yn gwaethygu, peidiwch ag aros i smotiau neu frech ymddangos. Efallai y byddant yn ymddangos yn hwyr, neu na fyddant yn ymddangos o gwbl.

Beth i'w wneud os ydych yn amau llid yr ymennydd neu septisemia
- Cysylltwch gyda'ch meddyg teulu ar unwaith. Os nad yw eich meddyg teulu ar gael, ewch yn syth i'r adran ddamweiniau ac argyfwng agosaf.
- Disgrifiwch y symptomau yn ofalus a dywedwch eich bod yn meddwl y gallai fod yn lid yr ymennydd neu septisemia.
- Gall diagnosis cynnar fod yn anodd. Os ydych wedi gweld meddyg a'ch bod yn bryderus o hyd, peidiwch ag ofni gofyn am gymorth meddygol eto.