sepsistrust.org

GWELD Y PLENTYN SÂL

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Sganiwch y cod QR i agor yr offeryn hunanasesu sepsis

BETH YW SEPSIS?

Mae sepsis yn gyflwr meddygol brys lle mae'r system imiwnedd yn gorymateb i haint. Mae'n effeithio ar bobl o bob oed; a heb driniaeth ar frys gall arwain at fethiant organau a marwolaeth. Mae'r niferoedd yn syfrdanol – mae 245,000 o bobl yn datblygu sepsis yn y DU bob blwyddyn, ac mae 48,000 o bobl yn marw o'r cyflwr. Golyga hyn fod 120 o fywydau'n cael eu colli oherwydd sepsis bob diwrnod! Ond yr hyn sy'n hollbwysig yw bod sepsis, yn aml, yn gyflwr y gellir ei drin os ceir diagnosis yn ddigon cynnar, felly mae'n bwysig bod yn ymwybodol o sepsis a gofyn: 'a allai fod yn sepsis?'

Defnyddiwch y daflen hon os ydych yn bryderus ynglŷn â symptomau eich plentyn, yn enwedig os yw'r salwch yn wahanol i unrhyw anhwylder a gafodd eich plentyn o'r blaen, ac os ydych o'r farn fod rhywbeth o'i le yn rhywle – hyd yn oed os yw tymheredd eich plentyn yn gostwng eto.

Bydd yr wybodaeth hon yn eich helpu i gadw golwg ar gyflwr eich plentyn fel y bydd modd ichi wybod:

- Pryd i ofyn am help
- Ble i fynd
- Sut i ddisgrifio'r symptomau.

SYMPTOMAU OREN

Mae rhai plant (ond nid pob un) yn ddifrifol wael os ydynt yn arddangos y symptomau hyn. Gofynnwch HEDDIW i weithiwr iechyd proffesiynol hyfforddedig asesu eich plentyn, a gofynnwch: "A allai fod yn Sepsis?".

TYMHEREDD

- ☐ Tymheredd uchel (uwch na 37.5°C) am bum diwrnod neu fwy
- ☐ Crynu neu ysgwyd

ANADLU

- ☐ Mae maint y ffroenau'n newid gyda phob anadl
- ☐ Mae'r anadlu'n swnllyd neu'n gras
- ☐ Peswch sy'n swnio'n debyg i gyfarthiad morlo

Y CROEN, Y GWEFUSAU A'R TAFOD

- ☐ Croen anarferol o welw. Ar groen lliw du neu frown gall fod yn haws gweld newidiadau ar ochr fewnol y fraich neu ar gledr y llaw
- ☐ Ceg, gwefusau a / neu dafod sych

BWYTA AC YFED

- ☐ Nid yw eich baban yn bwydo (mae'n cymryd llai na hanner y llaeth arferol)
- ☐ Bwyta llawer llai nag arfer
- ☐ Wedi chwydu fwy na dwywaith yn y 24 awr ddiwethaf

MYND I'R TOILED / CLYTIAU/CEWYNNAU

- ☐ Mae baban neu blentyn sy'n iau na blwydd oed wedi cael dolur rhydd fwy na phum gwaith yn y 24 awr ddiwethaf
- ☐ Pi-pi neu glwt/cewyn gwlyb unwaith yn unig mewn wyth awr

EGNI A CHORFF Y PLENTYN

- ☐ Llai o ddiddordeb nag arfer mewn chwarae
- ☐ Mae'n anodd deffro'r plentyn, neu'n mae'n anarferol o gysglyd
- ☐ Aelod neu gymal wedi chwyddo
- ☐ Nid yw'n defnyddio / rhoi pwysau ar fraich, coes, llaw neu droed

Weithiau, mae'n anodd bod yn siŵr ynglŷn ag arwyddion a symptomau penodol. Os ydych o'r farn y gallai eich plentyn fod yn ddifrifol wael, neu os ydych yn bryderus ynglŷn â rhywbeth nad ydyw wedi'i gynnwys yn y rhestrau hyn, ffoniwch GIG 111, cysylltwch â'ch meddyg teulu, neu ewch i Ganolfan Galw i Mewn neu i Uned Mân Anafiadau gan ddibynnu ar lefel eich pryder.

SYMPTOMAU COCH

Mae llawer o blant (ond nid pob un) yn ddifrifol wael os ydynt yn arddangos y symptomau hyn.

CYMERWCH GAMAU'N DDI-OED.
FFONIWCH 999 YN SYTH. PEIDIWCH AG OEDI.

- ☐ Tymheredd sy'n uwch na 38°C mewn babanod iau na thri mis oed
- ☐ Tymheredd sy'n uwch na 39°C mewn babanod rhwng tri mis a chwe mis oed
- ☐ Unrhyw dymheredd uchel mewn plentyn na ellir ei annog i ddangos diddordeb mewn unrhyw beth
- ☐ Tymheredd isel (is na 36°C, gwiriwch y tymheredd deirgwaith o fewn 10 munud)

ANADLU

- ☐ Mae'r plentyn yn ei chael hi'n llawer anoddach nag arfer i anadlu – mae'n gorfod gweithio'n galed i anadlu
- ☐ Mae'n gwneud sŵn 'grwntach' gyda phob anadl (mewn babanod newydd-anedig, gall swnio'n debyg i oen yn brefu)
- ☐ Mae'n anadlu'n gyflym iawn (mwy nag un anadl yr eiliad mewn babanod)
- ☐ Ni all ddweud mwy nag ychydig eiriau ar y tro (yn achos plant hŷn sy'n siarad fel arfer)
- ☐ Mae yna oedi amlwg wrth anadlu

Y CROEN, Y GWEFUSAU A'R TAFOD

- ☐ Mae'r croen yn las, yn frith (porffor, coch) neu'n welw iawn. Ar groen lliw du neu frown gall fod yn haws gweld newidiadau ar ochr fewnol y fraich neu ar gledr y llaw
- ☐ Mae'r gwefusau neu'r tafod yn las
- ☐ Mae'r llygaid fel pe baent wedi suddo
- ☐ Mae'r dwylo a'r traed yn anarferol o oer wrth eu cyffwrdd
- ☐ Brech nad yw'n diflannu wrth bwyso'n galed arni (defnyddiwch wydr clir)

BWYTA AC YFED

- ☐ Nid oes gan faban bach sy'n iau na mis unrhyw ddiddordeb mewn bwydo
- ☐ Heb yfed ers mwy nag wyth awr (pan fo'n effro)
- ☐ Eithriadol o sychedig
- ☐ Methu â chadw hylif i lawr
- ☐ Chwydu'n ddi-baid am fwy na 24 awr
- ☐ Mae'r chŵd yn wyrdd (lliw bustl), yn waedlyd neu'n ddu

MYND I'R TOILED / CLYTIAU/CEWYNNAU

- ☐ Nid yw wedi pi-pi na chael clwt/cewyn gwlyb ers 12 awr

EGNI A CHORFF Y PLENTYN

- ☐ Mae'r man meddal ar ben y baban yn chwyddo
- ☐ Ni ellir annog y plentyn i ddangos diddordeb mewn unrhyw beth
- ☐ Mae'r baban yn llipa
- ☐ Sŵn 'nadu' gwan neu wylo parhaus mewn plentyn iau
- ☐ Dryswch mewn plentyn hŷn
- ☐ Nid yw'n ymateb neu mae'n biwis iawn
- ☐ Anodd ei ddeffro, ni all aros yn effro, neu mae'n ymddangos nad yw'n gallu eich adnabod
- ☐ Gwddf yn stiff, yn enwedig wrth geisio edrych i fyny ac i lawr

Os yw eich plentyn yn arddangos y symptomau canlynol:

Symptomau OREN

CEISIWCH GYNGOR MEDDYGOL

A GOFYNNWCH

"A ALLAI FOD YN SEPSIS?"

Symptomau COCH

EWCH Â'CH PLENTYN I'R YSBYTY'N DDI-OED

Ffoniwch 999 am ambiwlans os oes angen

"PAM NAD YW PAWB YN GWYBOD AM HYN?"

"Mae pobl yn gofyn imi'n aml a ydw i'n teimlo'n ddig ynglŷn â'r hyn a ddigwyddodd i Sam. Yr hyn dw i'n ei deimlo'n bennaf yw galar. Ond dw i'n teimlo'n ddig pan glywaf fod yr un camgymeriadau a gyfrannodd at farwolaeth ddiangen Sam yn cael eu gwneud drosodd a throsodd; rhagor o blant yn marw oherwydd oedi cyn cael diagnosis a thriniaeth; rhagor o rieni na chawson nhw gyfle i ofyn "a allai fod yn sepsis?" gan nad oedd neb wedi sôn wrthyn nhw am fodolaeth sepsis."

Sue Morrish (Mam Sam).

Mae'r wybodaeth hon yn deillio o daflen SAM a luniwyd gan NHS England (y De-orllewin). Cafwyd caniatâd i ddefnyddio'r wybodaeth er mwyn cynorthwyo i adnabod sepsis mewn plant. Mae'r cyfranwyr yn cynnwys pediatregwyr, arbenigwyr sepsis, nyrsys, meddygon teulu a rhieni plant sydd wedi cael sepsis.

YN SYML GOFYNNWCH

"A ALLAI FOD YN SEPSIS?"

Os yw sepsis wedi effeithio arnoch chi, ewch i: sepsistrust.org/get-support, neu ffoniwch: 0808 800 0029 i siarad â'n tîm cymorth arbenigol sydd â blynyddoedd lawer o brofiad. Mae aelodau'r tîm yn llawn angerdd ac yn ymroddedig i helpu'r rhai sy'n ceisio ymdopi â galar, y rhai sy'n cael trafferth i ymadfer neu'r rhai sy'n ceisio cynorthwyo un o'u hanwyliaid.

Mae holl gynnwys y daflen hon, yn cynnwys y testun a'r delweddau, yn eiddo i Ymddiriedolaeth Sepsis y DU.
DN10009 Medi 2021. Rhif Elusen Gofrestredig Ymddiriedolaeth Sepsis y DU (Cymru a Lloegr) 1158843 (Yr Alban) SC050277. Rhif Cofrestru'r Cwmni 8644039. Rhif Cofrestru Sepsis Entreprises Ltd 9583335. Rhif TAW 293133408.

OGL © Hawlfraint y Goron 2026, Llywodraeth Cymru, WG55146
Rydym yn croesawu gohebiaeth a galwadau ffôn yn Gymraeg