

## Twymyn mewn plant o dan 5 oed: asesiad a rheolaeth gychwynnol

7 Tachwedd 2019

### ***Twymyn mewn plant o dan 5 oed: y gofal y dylech ei ddisgwyl***

Weithiau, mae babanod a phlant bach yn datblygu tymheredd uchel (twymyn). Mae bron pob plentyn â thwymyn yn gwella'n gyflym heb unrhyw broblemau. Yn anaml iawn ni fydd twymyn yn gwella neu bydd y plentyn yn mynd yn fwy sâl. Weithiau, gall hyn fod yn arwydd o salwch neu haint difrifol, megis niwmonia, haint wrinol neu lid yr ymennydd, y mae angen ei drin ar unwaith. Mae'n bwysig bod meddygon a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill yn gallu barnu pryd y gellir gofalu am blentyn gartref a phryd y gallai fod angen rhagor o brofion a thriniaeth arno.

Rydym am sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwneud gwahaniaeth i deuluoedd â baban neu blentyn sydd â thwymyn drwy sicrhau'r canlynol:

- bod rhiant sy'n poeni am ei blentyn bob amser yn cael ei gymryd o ddifrif
- bod meddygon yn gallu adnabod arwyddion a allai fod yn salwch neu'n haint difrifol cyn gynted â phosibl
- mai dim ond pan fydd eu gwir angen y cynigir gwrthfotigau
- bod rhieni yn cael y cyngor cywir am ofalu am eu plentyn gartref.

### ***Cyngor i rieni a gofaluwyr***

Dylai eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol roi gwybodaeth glir i chi am sut i ofalu am eich plentyn gartref a phryd i gael rhagor o gyngor.

Dylai egluro:

- sut i ddefnyddio parasetemol neu ibuprofen er mwyn gwneud i'ch plentyn deimlo'n fwy cyfforddus os bydd yn ofidus (gan ddilyn y cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r botel bob amser)
- sut i wybod os bydd eich plentyn wedi dadhydradu – bydd ganddo ffontanél (y man meddal ar ben baban) wedi suddo, ceg sych, llygaid wedi suddo, dim dagrau

- na ddylech geisio lleihau'r dwymyn drwy wneud iddo wisgo gormod neu wisgo rhy ychydig neu roi sbwng dŵr iddo.

Os na allwch ddeall y wybodaeth a roddir i chi, dywedwch hynny wrth eich gweithiwr gofal iechyd proffesiynol.

### ***Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?***

Ceir rhagor o wybodaeth am ofalu am blentyn â thwymyn ar [wefan y GIG](#).

Gall y sefydliadau isod roi rhagor o gyngor a chefnogaeth i chi.

- [Action for Sick Children](#), 0161 486 6788
- [Sefydliad Ymchwil Llid yr Ymennydd](#), 080 8800 3344
- [Meningitis Now](#), 0808 80 10 388

Nid yw NICE yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau hyn.

I rannu profiad o ofal rydych wedi'i gael, cysylltwch â'ch grŵp [Gwarchod Iechyd](#) lleol.

Gwnaethom ysgrifennu'r canllaw hwn gyda gweithwyr proffesiynol sydd â phrofiad o ofalu am blant â salwch twymynol a'r teuluoedd y mae wedi effeithio arnynt. Mae'r holl benderfyniadau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: 978-1-4731-3612-0