



Tim Amddiffyn Iechyd
Iechyd Cyhoeddus Cymru, Llawr 4, Rhif 2 Capital
Quarter, Stryd Tyndall, Caerdydd CF10 4BZ

Health Protection Team
Public Health Wales, Floor 4, Number 2 Capital
Quarter, Tyndall Street, Cardiff, CF10 4BZ

Ffôn/Tel: 0300 00 300 32 - 02920 442981
Gwefan/Web: www.iechydcyhoedduscymru.org
www.publichealthwales.org

Our ref: RhS-SA

8th March 2018

Dear Student

Re: Measles in the South East Wales area

You may have already seen or heard some information in the news, and we are writing to inform you that Public Health Wales are aware that measles is currently circulating in South East Wales.

Measles is highly infectious and is generally spread from person to person by coughs and sneezes.

Early symptoms include:

- a high temperature
- cough
- conjunctivitis (painful, red eyes)
- and sometimes small white spots on the inside of the mouth.

A red, blotchy rash appears approximately 3 to 4 days later which usually begins on the face and spreads down over the rest of the body.

If you develop symptoms you should stay home from school / college / university and from social events such as clubs and birthday parties.

If you think you may have symptoms of measles, please do not go to the GP surgery, A&E department or hospital, where you could put other people at risk, without calling ahead first.

If you suspect you may have measles you should contact your GP or NHS Direct Wales on 0845 46 47 for an assessment.

MMR vaccination is the best means of providing protection against measles. If you have not had the full course of two MMR vaccines, you

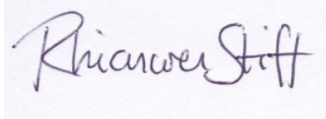


may not be fully protected. You can arrange a vaccination with your General Practice.

General information on measles disease may be obtained from the website, <http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/encyclopaedia/y/article/Yfrechgoch/?locale=en>

Information on MMR vaccination is available at <http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/doityourself/vaccinations/MMR?locale=en>

Yours sincerely

A handwritten signature in black ink that reads "Rhianwen Stiff". The signature is written in a cursive style and is placed on a light blue rectangular background.

Dr Rhianwen Stiff
Consultant in Communicable Disease Control



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Tim Amddiffyn Iechyd

Iechyd Cyhoeddus Cymru, Llawr 4, Rhif 2 Capital
Quarter, Stryd Tyndall, Caerdydd CF10 4BZ

Health Protection Team

Public Health Wales, Floor 4, Number 2 Capital Quarter,
Tyndall Street, Cardiff, CF10 4BZ

Ffôn/Tel: 0300 00 300 32 · 02920 442981

Gwefan/Web: www.iechydcyhoedduscymru.org
www.publichealthwales.org

8fed Mawrth 2018

Y frech goch yn ardal Casnewydd a Thorfaen

Annwyl Myfyriwr / Myfyrwraig

Y Frech Goch yn ardal De Ddwyrain Cymru

Efallai eich bod chi wedi clywed neu gweld gwybodaeth yn y newyddion yn barod, ond rydym yn ysgrifennu er mwyn rhoi gwybod i chi fod Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ymwybodol o achosion o'r frech goch yn ardal De Ddwyrain Cymru ar hyn o bryd.

Mae'r frech goch yn hynod heintus ac yn gyffredinol bydd yn ymledu o un unigolyn i'r llall drwy besychu a thisian.

Ymhlith y symptomau cynnar mae'r canlynol:

- tymheredd uchel
- peswch
- llid yr amrannau (llygaid coch, poenus)
- ac weithiau sbotiau bach gwyn y tu mewn i'r geg.

Bydd y frech goch yn ymddangos tua 3 i 4 diwrnod yn ddiweddarach, sydd fel arfer yn dechrau ar yr wyneb ac yn ymledu i lawr dros weddill y corff.

Os ydych chi yn meddwl efallai eich bod chi yn datblygu symptomau, dylech cadw draw o'r ysgol / coleg / prifysgol ac o ddigwyddiadau cymdeithasol fel clybiau a phartion pen-blwydd.


Os ydych chi yn meddwl bod gennych chi y frech goch, os gwelwch yn dda, peidiwch â mynd i'r feddygfa, yr adran damweiniau ac achosion brys na'r ysbyty, lle gallwch beryglu pobl eraill, heb ffonio ymlaen llaw yn gyntaf.

Os ydych yn meddwl fod symptomau'r frech goch arnoch, dylech cysylltu â'ch meddyg teulu neu ffonio Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47 am asesiad.

Brechiad MMR yw'r ffordd orau bosibl o ddiogelu rhag y frech goch. Os nad ydych chi wedi cael y cwrs llawn o ddau frechiad MMR, efallai na fydddech wedi eich diogelu'n llwyr. Gallwch trefnu pigiad trwy cysylltu â'ch meddyg teulu.

Gellir cael gwybodaeth gyffredinol am y frech goch o'r wefan, <http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/encyclopaedia/y/article/Yfrechgoch/>
Ac am y brechiad MMR o'r wefan <http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/doityourself/vaccinations/MMR?locale=Cy>

Yn gywir,



Dr Rhianwen Stiff
Ymgynghorydd mewn Rheoli Clefydau Trosglwyddadwy