

Advice for parents during coronavirus

Whilst coronavirus is infectious to children it is rarely serious. If your child is unwell it is likely to be a non-coronavirus illness, rather than coronavirus itself.

Whilst it is extremely important to follow Government advice to stay at home during this period, it can be confusing to know what to do when your child is unwell or injured. Remember that NHS 111, GPs and hospitals are still providing the same safe care that they have always done. Here is some advice to help:



RED

If your child has any of the following:

- Becomes pale, mottled and feels abnormally cold to the touch
- Has pauses in their breathing (apnoeas), has an irregular breathing pattern or starts **grunting**
- Severe difficulty in breathing becoming agitated or unresponsive
- Is going blue round the lips
- Has a fit/seizure
- Becomes extremely distressed (crying inconsolably despite distraction), confused, very lethargic (difficult to wake) or unresponsive
- Develops a rash that does not disappear with pressure (the 'Glass test')
- Has testicular pain, especially in teenage boys

You need urgent help:

Go to the nearest A&E department
or phone 999



AMBER

If your child has any of the following:

- Is finding it hard to breathe including drawing in of the muscles below their lower ribs, at their neck or between their ribs (**recession**) or **head bobbing**
- Seems dehydrated (dry mouth, sunken eyes, no tears, drowsy or passing less urine than usual)
- Is becoming drowsy (excessively sleepy) or irritable (unable to settle them with toys, TV, food or picking up) - especially if they remain drowsy or irritable despite their fever coming down
- Has extreme shivering or complains of muscle pain
- Babies under 3 months of age with a temperature above 38°C / 100.4°F
- Infants 3-6 months of age with a temperature above 39°C / 102.2°F
- For all infants and children with a fever above 38°C for more than 5 days.
- Is getting worse or if you are worried
- Has persistent vomiting and/or persistent severe abdominal pain
- Has blood in their poo or wee
- Any limb injury causing reduced movement, persistent pain or head injury causing persistent crying or drowsiness

You need to contact a doctor or nurse today.

Please ring your GP surgery or call
NHS 111 - dial 111

The NHS is working for you. However, we recognise during the current coronavirus crisis at peak times, access to a health care professional may be delayed. If symptoms persist for 4 hours or more and you have not been able to speak to either a GP or 111, then take your child to the nearest A&E



GREEN

If none of the above features are present

- You can continue to provide your child care at home. Information is also available on NHS Choices
- Additional **advice** is available to families for coping with crying of well babies 
- Additional **advice** is available for children with complex health needs and disabilities.

Self care

Continue providing your child's care at home. If you are still concerned about your child, call NHS 111 - dial 111

Cyngor i rieni yn ystod Coronafeirws

Er bod plant yn gallu cael coronafeirws, nid yw'n eu heffeithio'n ddifrifol fel arfer. Os yw plentyn yn sâl mae'n debygol o fod yn salwch heblaw coronafeirws yn hytrach na coronafeirws ei hun.

Er ei bod yn bwysig iawn i ddilyn cyngor y llywodraeth i aros gartref yn ystod y cyfnod hwn, mae'n gallu bod yn ddryslyd penderfynu beth i'w wneud os bydd eich plentyn yn cael anaf neu salwch. Cofiwch fod NHS 111, Meddygon Teulu ac ysbytai'n dal i ddarparu gofal safonol a digel fel maen nhw wedi arfer ei wneud. Dyma ychydig o gyngor i helpu:



Coch

Os oes gan eich plentyn unrhyw un o'r canlynol:

- Edrych yn welw, ac yn oer i'w gyffwrdd
- Dim yn anadlu ar adegau (apnoea), neu yn anadlu gyda phatrwm anarferol, neu'n [anadlu'n swnllyd](#).
- Yn ei chael hi'n anodd iawn i anadlu, yn cynhyrfu neu ddim yn ymateb.
- Yn mynd yn las o gwmpas ei wefusau
- Yn cael ffit / "seizure"
- Yn ofidus iawn (crio heb stop er ceisio tynnu ei sylw), yn ddryslyd, yn gysglyd iawn (anodd ei ddeffro) neu ddim yn ymateb
- Yn cael brech sydd ddim yn diflannu gyda phwysau (fel yn y [prawf gwydr](#))
- Poen yn y ceilliau yn enwedig bechgyn yn eu harddegau

Mae arnoch angen gofal brys:

Ewch i'ch adran achosion brys agosaf neu ffoniwch 999



Oren

Os oes gan eich plentyn unrhyw un o'r canlynol:

- Anhawster anadlu yn cynnwys sugno'r cyhyrau o dan ei asennau neu ei wddf neu'n [nodio ei ben](#)
- Yn edrych wedi dadhydradu (ceg sych, llygaid wedi suddo, dim dagrau, yn pasio llai o bi-pi nac arfer neu yn flinedig iawn)
- Yn fwy blinedig nac arfer neu yn mynd yn flin yn hawdd iawn (a dim yn gallu ei setlo gyda theganau arferol) yn enwedig os yw'n dal yn flin ar ôl i'r tymheredd ddod i lawr.
- Yn crynu heb allu ei reoli neu'n cwyno o boen yn y cyhyrau
- Babis dan dri mis oed gyda thymheredd dros 38°C / 100.4°F
- Babis 3-6 mis oed gyda thymheredd dros 39°C / 102.2°F
- Pob plentyn gyda thymheredd dros 38°C am fwy na 5 diwrnod.
- Yn gwaethgu neu yn achosi i chi boeni
- Yn chwydu yn ormodol neu gyda phoen bol difrifol
- Gwaed yn ei garthion neu ei bi-pi
- Unrhyw anaf i'r breichiau neu goesau sydd yn achosi problemau gyda symud, poen parhaus neu anaf i'r pen sy'n achosi crio parhaus neu wneud hi'n anodd deffro'r plentyn

Mae angen i chi gysylltu â meddyg neu nyrs heddiw.


Ffoniwch eich meddyg teulu neu alw NHS 111

Mae'r GIG yn gweithio i chi. Yn ystod yr argyfwng coronafeirws efallai bydd yna oedi mewn cael gofal mewn gweithiwr proffesiynol iechyd. Os yw'r symptomau'n parhau dros 4 awr ac os nad ydych wedi gallu cysylltu â'ch meddyg teulu eu NHS 111, ewch â'r plentyn i'r adran achosion brys.



Gwyrdd

Oes nad yw unrhyw un o'r symptomau uchod yn amlwg

- Gallwch barhau i edrych ar ôl eich plentyn adref. Mae mwy o wybodaeth ar wefan NHS Choices
- Mae mwy o [gyngor](#) ar gael ar gyfer pobl sy'n cael trafferth ymdopi â babi iach sy'n crio gan 
- Mae mwy o [wybodaeth](#) hefyd ar gael ar gyfer plant gyda chefnidir meddygol cymhleth

Hunan-ofal

Parhewch i ofalu am eich plentyn adref. Os oes gennych bryderon pellach galwch NHS 111