Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

HPV Vaccination

For gay, bisexual and other men who have sex with men

GIG CYMRU NHS WALES

The human papillomavirus (HPV) vaccine is available from specialist sexual-health services and HIV clinics for gay, bisexual and other men who have sex with men (GBMSM). It is available for those aged 45 or under.

The vaccine will help to prevent HPV infection, which can cause genital warts and HPV-related cancers such as cancer of the anus, penis and throat. It is especially important for those who are living with HIV and those who have multiple sexual partners.

This leaflet includes information about HPV and the vaccine.

What is human papillomavirus (HPV) and what diseases can it cause?

There are over 100 types of HPV that infect the skin and mucous membranes (mucous membranes are the moist protective lining of body cavities and canals, for example mouth, throat, genitals and anus). Most HPV infections do not cause any symptoms, and infections usually clear on their own.

Some HPV infections that don't clear increase the risk of developing some cancers. Two types of HPV cause most HPV-associated cancers and increase the risk of developing HPV-related cancers in later life, such as:

- some mouth and throat cancers (head and neck); and
- some cancers of the anus and genital areas (including cervical cancer in women and people with a cervix and penile cancer in men).

Other types of HPV can cause genital warts.

How is HPV infection spread?

HPV is a common infection that spreads through close skin-to-skin contact, usually during sexual activity (including oral sex). Genital HPV infections are highly contagious. Nearly all sexually active people get infected with HPV at some point in their lives. The risk increases with the number of sexual partners you and your partners have.

Can HPV infection be prevented?

Condoms do not guarantee protection from infection. This is because HPV can be passed on through skin contact with areas not covered by condoms.

The best way to protect yourself from HPV infection is to get vaccinated. The HPV vaccine offered at sexual-health or HIV clinics is called Gardasil 9, which protects against nine types of HPV that are responsible for causing most HPV-related cancers and genital warts.

The HPV vaccine: what do I need?

In the UK, a HPV vaccine programme for girls aged 12 to 13 has been in place since 2008 and was extended to boys aged 12 to 13 in September 2019. The HPV vaccine programme for GBMSM began in 2017.

In June 2022 the UK's expert panel, the Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI), advised a change to the number of doses of HPV vaccine that those under the age of 25 need. This is based on evidence that shows that one dose of HPV vaccine in this age group gives excellent protection.

If you are first vaccinated for HPV after the age of 25, are immunocompromised (have a weakened immune system) or HIV-positive you will still need more than one dose. This is because currently there is limited information on the effectiveness of fewer than two doses in people aged 25 or over and three doses in those who are known to be HIV-infected. (This includes people on antiretroviral therapy or who are known to be immunocompromised at the time they are vaccinated.)

See the table below for how many doses you need and when.

Up to age 24	From age 25 to 45	People who are HIV-positive or have a weakened immune system
First dose only	**First dose:** Initial dose	**First dose:** Initial dose
	Second dose: At least 6 months after initial dose	**Second dose:** 1 month after the first dose
		Third dose: 4 to 6 months following second dose

Ideally, the vaccine should be given before you become sexually active, but the protection is still good even if you receive the vaccine later. To get the best protection, it is important you receive the recommended number of doses.

Why should I be vaccinated if I attend sexual-health services or an HIV clinic?

The risk of anal cancer caused by HPV in GBMSM is higher than in heterosexual men. If you also have HIV, this risk is higher again. GBMSM are also more likely to get genital warts.

Other people may be offered the HPV vaccination if an assessment shows they may benefit from it. These include some GBMSM aged over 45, transgender men and women, HIV-positive men who are not GBMSM, HIV-positive women and sex workers. Speak to your sexual-health nurse or doctor for more information about this.

HPV vaccination is a very effective way to reduce your risk of genital warts and your risk of developing HPV-associated cancer in the future.

Is the vaccine safe?

The HPV vaccine has passed strict safety standards for use in the UK and has been shown to be very safe. Millions of doses of the vaccine have been given to girls and boys in the UK and around the world. As with all vaccines, any reports of side effects are closely monitored and reviewed.

Does it have any side effects?

The most common side effects are similar to other common vaccines and are quite mild. Soreness, swelling and redness at the site of the injection is quite common but will wear off after a couple of days. More serious side effects are rare. If your symptoms get worse or if you are concerned, call NHS 111 Wales on 111 or your GP surgery. Calls to NHS 111 Wales are free from landlines and mobiles.

You can report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. You can do this online at **www.mhra.gov.uk/yellowcard** or by calling 0800 731 6789 (Monday to Friday, 9am to 5pm).

A complete list of ingredients and side effects for the Gardasil 9 vaccine is given in the patient information leaflet at **www.medicines.org.uk/emc**

If you would like further information on side effects, speak to your clinic nurse or doctor.

Where can I get more information?

If you have any questions or want more information, you can visit **111.wales.nhs.uk**, talk to your doctor or nurse or call **NHS 111 Wales**.

You can find out more information on vaccines offered in Wales at **phw.nhs.wales/vaccines** and **www.friskywales.org** (this is an external website).

You can find out more about the vaccine, including its contents and possible side effects, at **www.medicines.org.uk/emc**. You will need to enter the name of the vaccine (Gardasil 9) in the search box. You can also see the patient leaflet online.

A schedule showing which vaccinations are routinely offered in Wales is available from: **phw.nhs.wales/CompleteSchedule**

You can find out how the NHS uses your information at **111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation**

© Public Health Wales, September 2023
(with acknowledgement to UK Health Security Agency)

Version 1. September 2023.
ISBN 978-1-83766-200-5

GIG CYMRU NHS WALES

Crystal Mark 24106 Clarity approved by Plain English Campaign

Ble gallaf gael rhagor o wybodaeth?

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau neu os hoffech gael rhagor o wybodaeth, gallwch fynd i **111.wales.nhs.uk**, siarad â'ch meddyg neu nyrs neu ffonio **GIG 111 Cymru**.

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am y brechiadau a gynigir yng Nghymru yn **icc.gig.cymru/brechlynnau** a **www.friskywales.org** (gwefan allanol yw hon).

Gallwch gael rhagor o wybodaeth am y brechiad, gan gynnwys ei gynnwys a'i sgîl-effeithiau posibl, yn **www.medicines.org.uk/emc**. Bydd angen i chi nodi enw'r brechiad (Gardasil 9) yn y bocs chwilio. Gallwch hefyd weld y daflen i gleifion ar-lein.

Mae amserlen sy'n dangos pa frechiadau sy'n cael eu cynnig fel mater o drefn yng Nghymru ar gael o: **icc.gig.cymru/AmserlenGyflawn**

Gallwch gael gwybod sut mae'r GIG yn defnyddio eich gwybodaeth yn **111.wales.nhs.uk/amdanomni/eichgwybodaeth**

© Iechyd Cyhoeddus Cymru Medi 2023
(gyda chydnabyddiaeth i Asiantaeth Diogelwch Iechyd y DU)

Fersiwn 1 | Medi 2023.
ISBN 978-1-83766-200-5

Crystal Mark 24106 Clarity approved by Plain English Campaign

Oes ganddo unrhyw sgîl-effeithiau?

Mae'r sgîl-effeithiau mwyaf cyffredin yn debyg i frechiadau cyffredin eraill ac maent yn eithaf ysgafn. Mae dolur, chwyddo a chochni ar safle'r pigiad yn eithaf cyffredin ond bydd yn diflannu ar ôl ychydig o ddiwrnodau. Mae sgîl-effeithiau mwy difrifol yn brin. Os bydd eich symptomau'n gwaethygu neu os ydych chi'n bryderus, ffoniwch GIG 111 Cymru ar 111 neu eich meddygfa. Mae galwadau i GIG 111 Cymru am ddim o linellau tir a ffonau symudol.

Gallwch roi gwybod am sgîl-effeithiau brechiadau a meddyginiaethau drwy gynllun y Cerdyn Melyn. Gallwch wneud hyn ar-lein yn **www.mhra.gov.uk/yellowcard** neu drwy ffonio 0800 731 6789 (Llun – Gwener, 9am i 5pm).

Rhoddir rhestr gyflawn o gynhwysion a sgîl-effeithiau ar gyfer y brechiad Gardasil 9 yn y daflen wybodaeth i gleifion yn **www.medicines.org.uk/emc**

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth am sgîl-effeithiau, siaradwch â'ch nyrs yn y clinig neu'ch meddyg.

Pam ddylwn i gael fy mrechu os wyf yn mynychu gwasanaethau iechyd rhywiol neu glinig HIV?

Mae’r risg o ganser yr anws a achosir gan HPV mewn GBMSM yn uwch nag mewn dynion heterorywiol. Os oes gennych chi HIV hefyd, mae’r risg hon yn uwch eto. Mae GBMSM hefyd yn fwy tebygol o gael dafadennau gwenerol.

Gellir cynnig y brechiad HPV i bobl eraill os yw asesiad yn dangos y gallent elwa ohono. Mae’r rhain yn cynnwys rhai GBMSM dros 45 oed, dynion a merched trawsryweddol, dynion HIV-positif nad ydynt yn GBMSM, merched HIV-positif a gweithwyr rhyw. Siaradwch â’ch nyrs iechyd rhywiol neu’ch meddyg am ragor o wybodaeth am hyn.

Mae brechiad HPV yn ffordd effeithiol iawn o leihau eich risg o ddafadennau gwenerol a’ch risg o ddatblygu canser sy’n gysylltiedig â HPV yn y dyfodol.

Ydi’r brechiad yn ddiogel?

Mae’r brechiad HPV wedi pasio safonau diogelwch llym i’w ddefnyddio yn y DU a dangoswyd ei fod yn ddiogel iawn. Mae miliynau o ddosau o’r brechiad wedi’u rhoi i ferched a bechgyn yn y DU a ledled y byd. Fel gyda phob brechiad, mae unrhyw adroddiadau am sgîl-effeithiau’n cael eu monitro a’u hadolygu’n fanwl.

Os cewch eich brechu ar gyfer HPV am y tro cyntaf ar ôl 25 oed, os oes gennych chi imiwnedd gwan (system imiwnedd wan) neu os ydych chi'n HIV-positif, bydd arnoch angen mwy nag un dos o hyd. Mae hyn oherwydd bod gwybodaeth gyfyngedig ar hyn o bryd am effeithiolrwydd llai na dau ddos mewn pobl 25 oed neu hŷn a thri dos yn y rhai yr ydym yn gwybod eu bod wedi'u heintio â HIV. (Mae hyn yn cynnwys pobl ar therapi gwrth-retrofeirysol neu bobl yr ydym yn gwybod bod eu system imiwnedd yn wan pan gânt eu brechu.)

Edrychwch ar y tabl isod i weld faint o ddosau sydd arnoch eu hangen a phryd.

Hyd at 24 oed	Rhwng 25 a 45 oed	Pobl sy'n HIV-positif neu â system imiwnedd wan
Dos cyntaf yn unig	**Dos cyntaf:** Dos cychwynnol	**Dos cyntaf:** Dos cychwynnol
	Ail ddos: O leiaf 6 mis ar ôl y dos cychwynnol	**Ail ddos:** 1 mis ar ôl y dos cychwynnol
		Trydydd dos: 4 i 6 mis ar ôl yr ail ddos

Yn ddelfrydol, dylid rhoi'r brechiad cyn i chi ddod yn rhywiol actif, ond mae'r warchodaeth yn dda o hyd, hyd yn oed os byddwch yn cael y brechiad yn ddiweddarach. Er mwyn cael yr amddiffyniad gorau, mae'n bwysig eich bod yn cael y nifer o ddosau a argymhellir.

Sut mae haint HPV yn lledaenu?

Mae HPV yn haint cyffredin sy'n lledaenu drwy gyswllt croen i groen agos, fel arfer yn ystod gweithgarwch rhywiol (gan gynnwys rhyw geneuol). Mae heintiau HPV gwenerol yn heintus iawn. Mae bron pob person sy'n cael rhyw yn cael eu heintio â HPV ar ryw adeg yn eu bywydau. Mae'r risg yn cynyddu gyda nifer y partneriaid rhywiol sydd gennych chi a'ch partneriaid.

Oes posib atal haint HPV?

Nid yw condomau yn gwarantu gwarchodaeth rhag haint. Mae hyn oherwydd y gall HPV gael ei drosglwyddo drwy gyswllt croen ag ardaloedd nad ydynt wedi'u gorchuddio gan gondomau.

Y ffordd orau o warchod eich hun rhag haint HPV yw cael eich brechu. Gelwir y brechiad HPV a gynigir mewn clinigau iechyd rhywiol neu HIV yn Gardasil 9, sy'n gwarchod rhag naw math o HPV sy'n gyfrifol am achosi'r rhan fwyaf o ganserau sy'n gysylltiedig â HPV a dafadennau gwenerol.

Y brechiad HPV: beth sydd arnaf ei angen?

Yn y DU, mae rhaglen y brechiad HPV ar gyfer merched 12 i 13 oed wedi bod ar waith ers 2008 a chafodd ei hymestyn i gynnwys bechgyn rhwng 12 a 13 oed ym mis Medi 2019. Dechreuodd rhaglen y brechiad HPV ar gyfer GBMSM yn 2017.

Ym mis Mehefin 2022 cynghorodd panel arbenigol y DU, y Cyd-bwyllgor ar Frechu ac Imiwneiddio (JCVI), y dylid newid nifer y dosau o'r brechiad HPV y mae eu hangen ar bawb dan 25 oed. Mae hyn yn seiliedig ar dystiolaeth sy'n dangos bod un dos o'r brechiad HPV yn y grŵp oedran hwn yn rhoi gwarchodaeth ragorol.

Beth yw papilomafeirws dynol (HPV) a pha afiechydon y gall eu hachosi?

Mae mwy na 100 o fathau o HPV sy'n heintio'r croen a'r pilenni mwcaidd (pilenni mwcaidd yw leinin amddiffynnol llaith ceudodau a chamlesi'r corff, er enghraifft ceg, gwddw, organau cenhedlu a'r anws). Nid yw'r rhan fwyaf o heintiau HPV yn achosi unrhyw symptomau, ac mae'r heintiau fel arfer yn clirio ar eu pen eu hunain.

Mae rhai heintiau HPV nad ydynt yn clirio yn cynyddu'r risg o ddatblygu rhai canserau. Mae dau fath o HPV yn achosi'r rhan fwyaf o ganserau sy'n gysylltiedig â HPV ac yn cynyddu'r risg o ddatblygu canserau sy'n gysylltiedig â HPV yn ddiweddarach mewn bywyd, fel:

- rhai canserau'r geg a'r gwddw (pen a gwddw); a
- rhai canserau'r anws a'r organau cenhedlu (gan gynnwys canser ceg y groth mewn merched a phobl â chroth a chanser y pidyn mewn dynion).

Gall mathau eraill o HPV achosi dafadennau gwenerol.

Mae’r brechiad papilomafeirws dynol (HPV) ar gael gan wasanaethau iechyd rhywiol arbenigol a chlinigau HIV ar gyfer dynion hoyw, deurywiol a dynion eraill sy’n cael rhyw gyda dynion (GBMSM). Mae ar gael i’r rhai 45 oed neu iau.

Bydd y brechiad yn helpu i atal haint HPV, a all achosi dafadennau gwenerol a chanserau sy’n gysylltiedig â HPV fel canser yr anws, y pidyn a’r gwddw. Mae’n arbennig o bwysig i’r rhai sy’n byw gyda HIV a’r rhai sydd â phartneriaid rhywiol lluosog.

Mae’r daflen hon yn cynnwys gwybodaeth am HPV a’r brechiad.

Mae Brechu yn achub bywydau
Vaccination saves lives

Brechiad HPV

Gyfer dynion hoyw, deurywiol a dynion eraill sy'n cael rhyw gyda dynion

GIG CYMRU NHS WALES