



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



Datganiad Ansawdd Blynyddol GIG Cymru

Darparu gwasanaethau iechyd o ansawdd
uchel i bobl Cymru 2016/2017 a 2017/2018



Cyflwyniad gan Andrew Goodall, Prif Weithredwr, GIG Cymru

1. Cadw'n Iach	4
2. Gofal Diogel	10
3. Gofal Effeithiol	18
4. Gofal gydag Urddas	25
5. Gofal Amserol	34
6. Gofal Unigol	44
7. Ein Staff	49
8. Rhagolwg	58



Croeso

Mae'n bleser gen i gyflwyno pedwerydd Datganiad Ansawdd Blynyddol GIG Cymru.

Mae'r GIG yng Nghymru yn hwyluso miliynau o gysylltiadau mewn lleoliadau amrywiol bob blwyddyn, ac mae'n parhau yn wasanaeth mawr a phrysur iawn. Law yn llaw â hyn mae gennym y nifer uchaf erioed o feddygon a pharafeddygon yn gweithio yn y GIG heddiw, O ystyried maint y GIG, byddai'n amhosibl cyfleu yn y ddogfen hon yr holl waith rhagorol y mae sefydliadau'r GIG a'u staff yng Nghymru wedi ei wneud yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, neu'r effaith bositif y mae hyn yn ei chael ar gleifion. Fodd bynnag, mae'r adroddiad hwn yn rhoi blas ar y gwaith hwn, ac yn rhoi'r cyfle i ni gydnabod a dathlu arferion da, arloesedd a chyflawniadau. Fodd bynnag, mae hefyd yn ein galluogi i ganolbwyntio ar feysydd sydd angen eu gwella o hyd i sicrhau ein bod yn darparu'r gwasanaeth iawn, yn y lle iawn, ar yr adeg iawn, i ddiwallu anghenion cleifion unigol.

Yn y ddogfen hon drwyddi draw, mae enghreifftiau clir o staff y GIG yn darparu gofal diogel o ansawdd ac yn rhoi cleifion yng nghanol popeth a wnânt. Rydym yn olrhain gwelliannau yn ansawdd y gofal a ddarperir, er enghraifft o ran dementia, sepsis, diabetes a chanser. Rwy'n ddiolchgar iawn am y gwaith caled parhaus ac ymrwymiad ein holl staff yn y GIG, o dan amgylchiadau prysur iawn ac anodd yn aml, ac mewn cyfnod lle mae'r GIG dan bwysau enfawr.

Gaeaf y llynedd oedd y prysuraf erioed i'r GIG, gyda thywydd garw iawn, mwy o dderbyniadau brys nag erioed, y gyfran uchaf o gleifion hŷn yn cael eu derbyn ers blyneddau lawer a lefelau fflw uchel iawn. Er y pwysau parhaus, derbyniodd mwyafrif llethol y cleifion ofal amserol a phroffesiynol a gwelsom welliannau mewn amseroedd aros allweddol, fel diagnosteg ac atgyfeiriadau i gael triniaeth. Mae hyn yn brawf o'r holl waith paratoi sy'n cael ei wneud pob gaeaf ac ymrwymiad y staff, gyda llawer ohonynt wedi straffaglu drwy eira trwchus i allu parhau i ofalu am eu cleifion. Fodd bynnag, cafwyd enghreifftiau o aros annerbyniol hefyd ac rwy'n gwybod yn iawn fod cyrff y GIG yn gwerthuso'r rhesymau am hyn ac am wneud gwelliannau yn ystod gaeaf eleni, yn arbennig mewn perthynas â'r pwysau ar ein system gofal heb ei drefnu.

Fodd bynnag, nid yn ystod y gaeaf yn unig y mae pwysau ar wasanaethau'r GIG, yn sgil y galw cynyddol a'r cyfyngiadau ariannol cynyddol. Mae gweithio ar sut i ymateb i'r pwysau hwn wedi bod yn fater allweddol i bawb sy'n cyfrannu at iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru eleni wrth i ni fyfyrion ar ben-blwydd y GIG yn 70 oed ac ymateb i adroddiad yr Adolygiad Seneddol ar Iechyd a Gofal Cymdeithasol yng Nghymru.

Mae llawer wedi newid ers i Aneurin Bevan greu'r GIG ym 1948, gyda chynnydd mewn disgwyliad oes yn un o lwyddiannau mawr y GIG, diolch i welliannau ym maes ymchwil, gofal iechyd a meddyginiaethau. Mae hyn wedi fy atgoffa o'r newidiadau enfawr ym maes gofal ac ymarfer clinigol sydd wedi digwydd dros y 70 mlynedd. Mae hon yn gamp i'w dathlu, ond gwyddom fod henaint a heriau yn dod law yn llaw, gyda'r heriau'n cynnwys llesgedd, unigrwydd ac unigedd a'r angen i ganolbwyntio ar wahanol anghenion gofal gydol oes. Rydym hefyd yn gwybod bod y rhan fwyaf o bobl hŷn, mwy agored i niwed, am aros yn eu cartrefi eu hunain, gan fyw mor annibynnol â phosibl, felly mae'n rhaid i ni addasu i reoli eu hanghenion iechyd a gofal yn well yn y gymuned. Mae hyn yn ei dro yn golygu gweithio'n well ym maes iechyd a gwasanaethau cymdeithasol, i roi gwasanaethau cydgysylltiedig di-dor sy'n darparu gofal a chymorth, pryd bynnag a lle bynnag sydd eu hangen i ddiwallu eu hanghenion unigol.

Eleni, mewn ymateb i Adolygiad Seneddol, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru "Cymru Iachach", sef cynllun hirdymor ar gyfer dyfodol iechyd a gofal cymdeithasol. Mae'r cynllun yn amlinellu newidiadau pwysig i'r ffordd y bydd y GIG a gofal cymdeithasol yn cael eu trefnu yn y dyfodol, gan ddod â gofal yn nes at gartrefi pobl, gyda llai o ddibyniaeth ar ysbytai. Mae'n canolbwyntio ar ddarparu gwasanaethau cydgysylltiedig mewn lleoliadau cymunedol – gan gael gwared ar lawer o'r rhwystredigaethau a fynegir ar hyn o bryd gan y rhai sy'n defnyddio a gweithio yn y system. Dyma'r tro cyntaf i gydgyllun iechyd a gofal cymdeithasol gael ei lunio yng Nghymru ac mae wedi'i ddatblygu ar

y cyd â'r gwasanaeth ac â'n rhanddeiliaid. Mae ei ddatblygiad wedi derbyn cefnogaeth gadarnhaol ac mae cerrig milltir clir ar gyfer ei roi ar waith dros y tair blynedd nesaf ac mae pawb sy'n cyfrannu ato wedi buddsoddi yn ei lwyddiant.

Yn ogystal â chefnogi pobl pan fyddant yn sâl, rydym am weld gwasanaethau sy'n eu cefnogi i aros yn iach hefyd. Mae hyn yn golygu darparu mwy o wasanaethau sy'n atal pobl rhag mynd yn sâl drwy ganfod salwch yn gynt, neu ei atal yn llwyr. Bydd hyn yn cynnwys helpu pobl i reoli eu hiechyd a rheoli eu cyflyrau hirdymor. Mae gan bob un ohonom gyfrifoldeb i ofalu am ein hiechyd a'n lles ein hunain, o ymarfer corff yn rheolaidd, bwyta'n iach, rhoi'r gorau i ysmygu ac yfed alcohol yn gymedrol. Mae gwneud hyn yn cael effaith enfawr ar fywydau pobl, gan ysgafnhau'r pwysau ar y GIG. Mae'r cynllun hefyd yn cynnwys sicrhau bod mwy o gyfleoedd iechyd a llesiant i bawb.

Pan fydd y GIG yn 80 oed, rwy'n disgwyl y bydd cydweithio a gwasanaethau arloesol a di-dor yn gyffredin yng Nghymru, ac nid yn eithriad, yn unol â'n gweledigaeth 10 mlynedd dros newid. Rwy'n hyderus y gallwn greu gwasanaethau sy'n cydnabod nad oes un ateb sy'n addas i bawb; gwasanaeth sydd wedi'i lunio i ddiwallu anghenion pobl, gyda'u cyfranogiad.

Mae cyfleoedd di-ri i lywio a chyflawni dyfodol gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru. Rwy'n edrych ymlaen at weld newid go iawn yn digwydd yn ystod y flwyddyn nesaf, gan adeiladu ar yr enghreifftiau amrywiol a'r arferion da sydd wedi'u hamlygu yn y datganiad ansawdd blyneddol hwn.

1

Cadw'n Iach

Mae gwasanaethau'r GIG eisiau gweithio gyda phobl i'w helpu i fyw bywydau iach. Nid trin afiechyd yw unig nod y GIG. Mae yno i wneud popeth posibl i atal afiechyd a hyrwyddo iechyd a llesiant pobl.

Fodd bynnag, mae'n rhaid i'r cyhoedd a chleifion dderbyn rhywfaint o gyfrifoldeb eu hunain er mwyn ei gwneud yn haws i wasanaethau gofal iechyd eu helpu, yn bennaf trwy gymryd camau i ddiogelu eu hiechyd personol.

Rydym yn awyddus i helpu pobl i wneud penderfyniadau am eu dewisiadau iechyd a ffordd o fyw a'r camau y gellir eu cymryd i sicrhau gwelliant.

Mae Arolwg Cenedlaethol Cymru 2016/17 wedi darparu gwybodaeth bwysig am iechyd a ffordd o fyw plant rhwng 3 a 17 oed, gan gynnwys faint o blant sy'n bwyta ffrwythau a llysiau bob dydd, faint ohonynt sy'n yfed diodydd llawn siwgr bob dydd, a faint ohonynt sy'n egniol bob dydd.

Mae'r holl wybodaeth hon yn dangos bod ein penderfyniadau a'n dewisiadau personol, a'r rhai ar gyfer ein plant, yn cael effaith ar ein hiechyd o oedran cynnar.

Cofiwch – gall camau bach gael effaith fawr!

Dechrau'r daith

Mae pobl o bob oed yn gallu gwneud pethau i wella eu hiechyd a'u llesiant – dydych chi byth yn rhy hen i wneud newidiadau er gwell! Mae'r datganiad ansawdd eleni'n canolbwyntio ar rai enghreifftiau o'n camau rydym ni wedi bod yn eu cymryd i helpu i hyrwyddo iechyd da drwy gydol ein bywydau. Dyma rai o'r ffyrdd rydym yn helpu pobl i wneud dewisiadau iach a byw bywydau iachach.

Ymgyrch sy'n para blwyddyn yw **Ymgyrch Beichiogrwydd Mwy Diogel Cymru**, ac mae wedi'i datblygu gan Rwydwaith Mamolaeth Cymru mewn cydweithrediad â 1000 o Fwydau – Gwasanaeth Gwella, rhaglen wella genedlaethol **lechyd Cyhoeddus Cymru**.

Nod yr ymgyrch hon yw codi ymwybyddiaeth o farw-enedigaethau a ffordd o fyw iach ar gyfer menywod beichiog. Yn anffodus, mae un o bob 200

o fabanod yn y DU yn farw-anedig. Mae'r ymgyrch yn amlygu pwysigrwydd cydweithio er mwyn cadw babanod yn ddiogel yn ystod beichiogrwydd, ac mae'n ceisio helpu mamau beichiog a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol i ddechrau sgysiau. Mae poster'i'n cael eu harddangos mewn ysbytai a meddygfeydd ledled Cymru ac ar y cyfryngau cymdeithasol. Y nod yw sicrhau bod y wybodaeth hon a'r sgysiau hyn yn rhan o ddarpariaeth ofal arferol gwasanaethau mamolaeth.

Mae'r gwaith hwn yn ategu gwaith arall gan lechyd Cyhoeddus Cymru, fel y rhaglenni Y 1000 Diwrnod Cyntaf¹ a Naw Mis a Mwy². Mae tudalen we Beichiogrwydd Mwy Diogel Cymru³ yn darparu gwybodaeth ychwanegol ar gyfer clinigwyr a'r cyhoedd.

1. www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/hafan

2. www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/861/Naw%20Mis%20a%20Mwy%20Fersiwn%202%20April%202015.pdf

3. www.1000ofwydauamwy.wales.nhs.uk/hafan

Cynllun Cyn Ysgol Iach a Chynaliadwy

Nod Cynllun Cyn Ysgol Iach a Chynaliadwy Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro yw hybu iechyd plant oedran cyn ysgol, eu teuluoedd a'u gofalwyr. Mae'r cynllun yn cyrraedd plant ifanc trwy weithio gyda'r sefydliadau gofal plant y maent yn eu mynychu, ac mae'n ceisio annog ymddygiad iechyd cadarnhaol ymysg plant mor gynnar â phosibl.

Mae'r cynllun yn cael ei rannu ar sail pynciau iechyd gwahanol:

- Cam Rhagarweiniol.
- Maetheg ac iechyd y geg.
- Gweithgarwch corfforol a chwarae egniol.
- Diogelwch.
- Hylendid.
- Iechyd meddwl ac emosiynol, llesiant a pherthynas ag eraill.
- Yr amgylchedd.
- Iechyd yn y gweithle.

Mae sefydliadau gofal plant (meithrinfeydd, cylchoedd chwarae a gwarchodwyr plant) yn casglu tystiolaeth yn raddol i ddangos eu bod yn bodloni'r meini prawf ym mhob un o'r meysydd uchod.

Mae llawer o arferion iechyd yn cael eu sefydlu o oedran cynnar, sy'n golygu bod amgylchedd y blynyddoedd cynnar yn amser delfrydol i ddylanwadu ar iechyd plentyn.

Gall ymarferwyr y blynyddoedd cynnar wneud cyfraniad enfawr at iechyd a llesiant plant yn eu gofal, ac mae Cynllun Cyn Ysgol Iach a Chynaliadwy Bro Morgannwg yn eu helpu i wneud hyn.



Plant lach

Fframwaith newydd ar gyfer Gwasanaeth Nyrsio mewn Ysgolion



Nod y Fframwaith newydd ar gyfer Gwasanaeth Nyrsio mewn Ysgolion yw sicrhau bod pobl ifanc yn derbyn cymorth arbenigol cyson gan weithiwr iechyd proffesiynol sy'n gyfarwydd â'u hanghenion iechyd a llesiant. Bydd gan bob ysgol uwchradd a'i hysgolion cynradd clwstwr nyrs ysgol benodedig a thîm iechyd cysylltiedig sydd ag amrywiaeth o sgiliau, a fydd yn gallu darparu cymorth a chngor gydol taith addysgol plant, yn ystod y tymor a'r tu allan iddo.

Yn ogystal â helpu plant i ddeall eu cyrff eu hunain a sut i gadw'n iach ac yn ddiogel, rydym eisiau sicrhau bod ymyrraeth a chymorth cynnar ar gael iddynt os oes unrhyw broblemau'n codi.

Meddai Ysgrifennydd y Cabinet, Vaughan Gething:

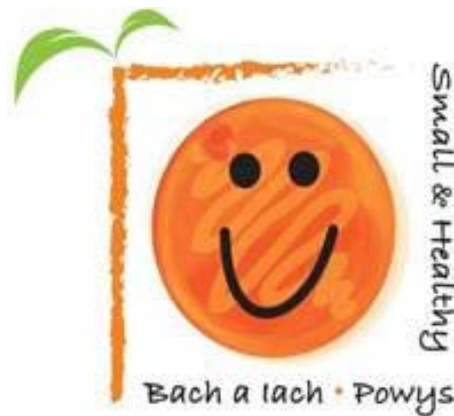
“Mae nyrsys ysgol yn gwneud cyfraniad pwysig at ddatblygiad iach plentyn ac rwy'n falch y bydd gan bob plentyn yng Nghymru nyrs ysgol ddynodedig drwy gydol eu hamser yn yr ysgol i sicrhau bod eu hanghenion iechyd ac emosiynol yn cael eu diwallu.

Mae ganddynt yr hawl i fod yn ddiogel, yn iach ac yn barod ar gyfer byw fel oedolion. Mae nyrsys ysgol yn gwneud cyfraniad pwysig at helpu i gyflawni hyn.”

Mae dogfen y Fframwaith ar gael yma: **Fframwaith ar gyfer Gwasanaeth Nyrsio mewn Ysgolion.**⁴

4. www.gov.wales/docs/phhs/publications/170523schoolnursecy.pdf

Bach a lach



Dyfarniad cyn ysgol yw cynllun 'Bach a lach' **Bwrdd Iechyd Addysgu Powys**, ac mae wedi'i ddatblygu i wneud y canlynol yn benodol:

- Helpu i gyflwyno Cynllun Gweithredu Pwysau lach Powys (gan gynnwys hyrwyddo'r rhaglen genedlaethol '10 Cam i Bwysau lach');
- Cefnogi a datblygu sgiliau cohort o leoliadau cyn ysgol i gyrraedd y safonau uchel sydd eu hangen ar gyfer elfennau 'Bwyd a Ffitrwydd' dyfarniadau'r Cynllun Cyn-ysgol lach;

- Recriwtio rhagor o aelodau i'r Cynllun Cyn-ysgol lach.

Mae adnoddau wedi'u datblygu ar gyfer lleoliadau cyn-ysgol gan ffynonellau amrywiol, ac maent yn cynnwys cardiau gweithgaredd, deunyddiau asesu, siartiau monitro ar gyfer staff, cyfarpar ar gyfer gemau a gweithgareddau, syniadau ar gyfer ryseitiau, a chanllawiau ar iechyd y geg.

Hyd yn hyn, mae 8 o'r 15 lleoliad perthnasol wedi derbyn achrediad ar gyfer elfennau 'Maeth ac Iechyd y Geg' a 'Gweithgaredd Corfforol a Chwarae Gweithredol' y Dyfarniadau Cyn-ysgol lach.

Eich dannedd

Cynllun Gwên – symud o dda i wych!

Mae iechyd deintyddol gwael yn gallu effeithio ar iechyd, lleferydd a hunan-barch plentyn, yn ogystal â'i bresenoldeb yn yr ysgol. Yn rhy aml o lawer, mae pydredd yn arwain at haint, poen a nosweithiau di-gwsg.



Rhaglen a ariennir gan Lywodraeth Cymru i atal pydredd dannedd ymysg plant ifanc yng Nghymru yw Cynllun Gwên. Mae'r rhaglen yn canolbwyntio ar blant mewn meithrinfeydd ac ysgolion lle mae lefelau pydredd dannedd ar eu huchaf.

Dyma un o'r rhesymau mwyaf cyffredin am drin plant mewn ysbytai, ac mae tua 8000 o blant yng Nghymru yn cael llawdriniaeth ddeintyddol o dan anesthetig cyffredinol bob blwyddyn.

Mae modd atal pydredd dannedd bron yn gyfan gwbl trwy:

- Frwsio dannedd gyda phast dannedd fflworid teuluol (gyda fflworid 1450 ppm) cyn mynd i'r gwely ac o leiaf unwaith arall yn ystod y dydd.
- Lleihau pa mor aml y mae'ch plentyn yn cael bwydydd a diodydd llawn siwgr, a faint ohonynt y mae'n eu cael
- Ymweld â'r deintydd yn rheolaidd i gael gofal a chynghor ataliol gan y tîm deintyddol.

Mae Cynllun Gwên wedi helpu i wella iechyd plant yng Nghymru.

Rhwng 2008 a 2016, cafwyd gostyngiad o 13% mewn pydredd dannedd ymysg plant pump oed. Mae rhagor o wybodaeth am Gynllun Gwên ar gael yn y ddolen ganlynol: www.gov.wales/topics/health/professionals/dental/smile/?skip=1&lang=cy

Yn sgil cyflwyno menter Cynllun Gwên ledled Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, mae'r Tîm Hyrwyddo Iechyd y Geg wedi sicrhau'r gostyngiad mwyaf sylweddol mewn pydredd dannedd ledled Cymru gyfan.

Yn ôl ystadegau diweddaraf Uned Gwybodaeth Iechyd Geneuol Cymru ar gyfer Hywel Dda, mae Cynllun Gwên wedi helpu i leihau cyfraddau pydredd dannedd 21.1% ymysg plant 5 oed.

Dyma'r ffigurau ar gyfer lleoliadau Gofal Sylfaenol Hywel Dda ym mis Medi 2017:

- Mae 195 o leoliadau'n darparu gwasanaeth Cynllun Gwên.
- Mae 48 o leoliadau'n darparu farnais fflworid i gleifion ddwywaith y flwyddyn.
- Roedd 10,300 o blant yn brwsio eu dannedd.
- Roedd 90% o'r plant a oedd yn brwsio eu dannedd yn derbyn pecynnau cartref ddwywaith y flwyddyn.



Iechyd Meddwl

Gwrthiseluddion ar Bresgripsiwn

Iselder ysbryd yw'r anhwylder iechyd meddwl mwyaf cyffredin ym Mhrydain yn ôl y Sefydliad Iechyd Meddwl.

Gallai'r symptomau gynnwys teimlad o ddiymadferthedd, crio, pryder, lefel isel o hunan-barch, diffyg egni, anawsterau cysgu, poen corfforol, ac anobaith am y dyfodol.

Mae gwrthiseluddion yn driniaeth effeithiol sy'n gallu helpu llawer o bobl cyn belled â'u bod yn cael eu defnyddio'n briodol. Fodd bynnag, i lawer o bobl â symptomau iselder ysbryd cymedrol neu lai difrifol, mae'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal yn argymhell defnyddio ymyriadau seicogymdeithasol dwysedd isel fel therapi gwybyddol ymddygiadol (CBT) neu raglenni grŵp strwythuredig yn hytrach na rhoi gwrthiseluddion ar bresgripsiwn.

Cysylltu'r gwaith o leihau gwrthiseluddion ar bresgripsiwn â'r elusen Camau'r Cymoedd

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf yn gweithio mewn partneriaeth â'r elusen Camau'r Cymoedd, sy'n darparu cyrsiau yn y gymuned ar gyfer cleifion, gan gynnwys cyrsiau ymwybyddiaeth ofalgar.



Mae'r bartneriaeth hon wedi bod yn llwyddiannus iawn yn y gymuned, a defnyddir y model eto yn y dyfodol lle bynnag y bo modd, gan ddarparu cyrsiau pwrpasol i gynorthwyo cleifion i'w helpu eu hunain.

Mae datblygiad gwasanaeth Camau'r Cymoedd yn cynnig cyfeiriadau amgen arwyddocaol ar gyfer meddygon teulu, gyda'r nod o leihau presgripsiynau am wrthiseluddion.

Gwneud i Bob Cyswllt Gyfrif (MECC)

Mae llawer o glefydau hirdymor ymysg y boblogaeth yn gysylltiedig â ffactorau risg ymddygiadol hysbys.

Mae newidiadau fel rhoi'r gorau i smygu, gwella deiet, cynyddu lefelau gweithgarwch corfforol, colli pwysau ac yfed llai o alcohol yn gallu gwneud cyfraniad sylweddol at helpu pobl i leihau'r perygl o iechyd gwael.

Mae MECC yn ddull o newid ymddygiad sy'n manteisio ar y miliynau o ryngweithiadau bob dydd rhwng sefydliadau, pobl a phobl eraill er mwyn hyrwyddo newid ymddygiad sy'n cael effaith gadarnhaol ar iechyd a llesiant unigolion, cymunedau a phoblogaethau.



Gwneud i bob cyswllt gyfrif
Making every contact count

Mae MECC yn rhaglen hyfforddi sy'n sicrhau bod gan staff yr hyder, y wybodaeth, y sgiliau a'r adnoddau i siarad â'u cleifion am eu ffordd o fyw ac am y newidiadau bach posibl i'w helpu i wella eu hiechyd a'u llesiant.

Y gobaith yw y bydd llawer o newidiadau bach i ffordd o fyw pobl yn gwella iechyd y boblogaeth yn gyffredinol.

Dyma rai enghreifftiau o'r ymrwymiad i MECC: Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr wedi hyfforddi tua 450 o Nyrsys Ysgol ac Ymwelwyr Iechyd ledled y Gogledd; mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan wedi ymrwymo i hyfforddi 10% o'i staff rheng flaen, ac mae Bwrdd Iechyd Addysgu Powys wedi hyfforddi dros 300 o staff. .

Anghydraddoldeb iechyd

Mae anghydraddoldeb iechyd yn cyfeirio at wahaniaethau yng nghanlyniadau iechyd grwpiau.

Mae'r term anghydraddoldeb iechyd yn cyfeirio at yr hyn sy'n cael ei ystyried yn wahaniaethau annheg y gellir eu hosgoi o bosibl mewn canlyniadau iechyd rhwng grwpiau.



Mynd i'r afael ag anghydraddoldebau yn iechyd dynion mewn cymunedau gwledig

Mae Adran Cleifion Allanol **Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr** yn Ysbyty Dolgellau wedi datblygu Canolfan Hybu Iechyd. Mae'r ganolfan hon yn sicrhau bod addysg iechyd yn ganolog i'r holl ofal, ac mae'n darparu'r adnoddau i gynorthwyo hunanofal ar gyfer y gymuned leol.

Yn ddiweddar, mae'r staff wedi canolbwyntio ar annog dynion i roi gwybod am symptomau salwch cyn gynted â phosibl, ac ar ddarparu cyngor a chymorth.

Enillodd tîm yr Adran Cleifion Allanol Wobr Nyrs y Flwyddyn 2017 y Coleg Nyrsio Brenhinol am ei waith yn lleihau anghydraddoldebau ym maes iechyd dynion.

Maetheg a Deieteg

Maetheg mewn Cartrefi Nyrsio

Mae 1 o bob 10 person hŷn yn y DU yn dioddef diffyg maeth, neu mewn perygl o ddioddef diffyg maeth.

Mae Gwasanaeth Maetheg a Deieteg Bwrdd Iechyd Prifysgol **Abertawe Bro Morgannwg** yn gweithio gyda chartrefi nyrsio lleol i wella maeth eu preswylwyr.

Ym mis Ionawr 2017, dechreuodd y tîm gyflwyno rhaglen hyfforddi a chymorth er mwyn helpu staff cartrefi nyrsio i nodi preswylwyr

sydd mewn perygl sylweddol o ddioddef diffyg maeth, gan adolygu a gwella eu darpariaeth bwyd a diod.

Ers hynny, mae 573 o aelodau staff mewn 23 o gartrefi nyrsio ledled ardal y Bwrdd Iechyd wedi mynychu sesiynau hyfforddi, gan wella hyder, gwybodaeth a chywirdeb sgrinio am ddiffyg maeth.

Erbyn hyn, mae 13 o gartrefi nyrsio yn gallu atgyfeirio eu cleifion risg uchel yn uniongyrchol i'r Adran Faetheg a Deieteg, gan wella llwybr gofal y preswylwyr.



2

Gofal Diogel

Bydd diogelwch cleifion yn flaenoriaeth i'r GIG yng Nghymru hefyd. Rhaid i ni geisio gwneud popeth yn ein gallu i sicrhau gofal diogel, gan osgoi pob niwed posibl wrth i ni ofalu am bobl, boed hynny mewn ysbyty, mewn gwasanaethau cymunedol, neu gartref.

Rydym ni wedi targedu meysydd penodol i hyrwyddo diogelwch – o faterion yn ymwneud ag atal heintiau a sepsis, i fonitro'r broses o adrodd ynghylch problemau diogelwch cleifion.

Mae'n bwysig ein bod ni'n gallu mesur ac olrhain ein cynnydd.

Gwyddom fod mwy i'w wneud o hyd, bod rhaid i ni barhau i ddysgu a gwella, ac rydym bob amser yn edrych am ffyrdd o wella ansawdd a diogelwch y gwasanaethau rydym ni'n eu darparu.

Dyma rai enghreifftiau o'r gwaith rydym wedi ei wneud i wella diogelwch a'r meysydd sydd angen eu gwella ymhellach.

Eich cadw chi'n ddiogel

Pwysau'r Gaeaf

Gwelodd cyfnod pwysau'r gaeaf 2017/18 yr hyn a ddisgrifiwyd fel 'galw na welwyd mo'i debyg o'r blaen' ar holl systemau a gwasanaethau'r GIG ledled y DU. Er gwaethaf y pwysau eithafol a chyson dros y gaeaf, cafodd mwyafrif helaeth y cleifion ofal amserol a phroffesiynol.

Mae llawer o enghreifftiau ledled y GIG sy'n dangos gwaith caled, cynllunio ac ymroddiad staff, gyda llawer ohonynt yn straffaglu drwy eira trwm i barhau i ofalu am eu cleifion.

Aeth staff **Bwrdd Iechyd Addysgu Powys** ati'n rhagweithiol gyda'u partneriaid i roi camau gwella ar waith i reoli llif cleifion.

Yn ystod yr eira, roedd staff ymroddgar yn aml yn gweithio oriau estynedig, gyda rhai'n gweithio hyd at 24 awr ar y safle.

Diolch i gynigion lu i helpu gan aelodau'r cyhoedd a staff eraill â cherbydau 4x4, roedd modd cludo sawl aelod o staff y wardiau yn ôl ac ymlaen yn

ogystal â chynorthwyo ein timau Nyrsys Ardal mewn ardaloedd anghysbell.

Ar gyfer **Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwylans Cymru (WAST)** gaeaf 2017-18 oedd yr un prysuraf eto. Mae cynnydd yn y galwadau i ystafelloedd rheoli WAST wedi golygu cynnydd yn y galw am griwiau brys.

Cafwyd mwy o alwadau na'r disgwyl dros y Nadolig a'r Flwyddyn Newydd. Ddydd Calan, ymatebodd y gwasanaeth i fwy na 1,800 o ddigwyddiadau, tua 500 yn fwy na'r hyn y byddem yn ei ddisgwyl ar ddiwrnod prysur arferol.

Gyda'r gaeaf yn un heriol iawn, roedd y galw am wasanaethau ambiwylans yn fwy nag erioed yn 2017-18 oherwydd bod nifer uchel o bobl ddifrifol wael, bregus a hen angen triniaeth frys.

CIPOLWG AR WASANAETHAU AMBIWLANS CYMRU



3 MILIWN

Nifer y bobl oedd yn derbyn gwasanaeth gan Wasanaethau Ambiwylans Cymru



540,891

Cyfanswm y nifer o alwadau 999 a dderbyniwyd

22,639

Nifer y digwyddiadau bygwth bywyd ar unwaith oedd yn esgor ar ymateb brys



460,185

Nifer y galwadau brys nad oedd yn bygwth bywyd ar unwaith



685,291

Nifer y cleifion nad oedd yn rhai brys a gludwyd i apwyntiadau ysbytai

278,647

Cyfanswm y nifer o alwadau a dderbyniwyd gan Galw Iechyd Cymru



3,871,348

Nifer yr ymweliadau â gwefan Galw Iechyd Cymru



Atal Cwypmiadau

Sadiwch i... Gadw'n SAFF



Cryfder



A Chydbwysedd



Hanes
o gwmpo



Amgylchedd

Mae Sadiwch i... Gadw'n SAFF yn ceisio lleihau'r risg o bobl hŷn yn cwmpo a chadw pobl hŷn yn iach ac yn annibynnol yn eu cartrefi nhw'u hunain.

Mae'n fenter Cymru gyfan sy'n targedu pawb dros 65 oed yng Nghymru ac fe'i rheolir gan 1000 o Fywydau, ein gwasanaeth gwella cenedlaethol.

Mae'r camau i atal cwypmiadau yn canolbwyntio ar dri maes seiliedig ar dystiolaeth: cryfder a chydbwysedd, hanes o gwmpo, ac amgylchedd diogel yn y cartref.

Mae'r cyfan yn dod o dan y brand "Sadiwch i... Gadw'n SAFF", neu "Steady on, Stay SAFE" yn Saesneg, gyda'r gair SAFE yn hyrwyddo tri ffocws atal cwypmiadau (S- Strength and Balance, F-Falls History, E-Environmental hazards).

Atal Cleifion rhag Cwmpo:

Mae grŵp lleihau cwypmiadau yn cyfarfod yn fisol yng Nghanolfan Ganser **Ymddiriedolaeth Felindre** i oruchwyllo a gweithredu canllawiau ar gyfer atal cwypmiadau.

Mae'r grŵp wedi adolygu Polisi Cwypmiadau'r Ganolfan Ganser, cyflwyno Asesiad newydd ar gyfer Cwypmiadau, datblygu taflen wybodaeth i gleifion, nodi Hyrwyddwyr Atal Cwypmiadau ar wardiau cleifion mewnol a dechrau cyflwyno rhaglen addysg a hyfforddiant ar atal cwypmiadau yn y Ganolfan Ganser.

Sliperi Nadolig

Gyda thua 500 o bobl dros 65 oed yn mynychu uned frys **Caerdydd a'r Fro** bob mis oherwydd cwypmiadau, dyluniwyd ymgyrch newydd i atgoffa pobl bod modd osgoi cwmpo ac nad yw'n rhan anochel o heneiddio.

Hen sliperi sydd wedi treulio neu sliperi sydd ddim yn ffitio'n dda yw un o brif achosion cwmpo ymysg pobl hŷn.

Nod Sliperi Nadolig oedd annog pobl i brynu sliperi newydd i'w hanwyliaid.

Roedd yr ymgyrch yn boblogaidd dros ben, gydag aelodau'r cyhoedd, y cyfryngau a byrddau iechyd eraill ledled Cymru'n dangos eu cefnogaeth.

Cafodd gefnogaeth gwleidyddion a sêr chwaraeon hefyd a chyrhaeddodd 100,000 a mwy o bobl ar y cyfryngau cymdeithasol.



Gweithredu i atal ymwrthedd i gyffuriau gwrthfotig

Ymwrthedd i Gyffuriau (AMR) yw gallu micro-organeb (fel bacteria, feirysau, a rhai parasitiaid) i atal cyffur (fel gwrthfotigau) rhag gweithio yn ei erbyn.

Ymwrthedd i gyffuriau yw un o'r bygythiadau mwyaf i iechyd pobl ac anifeiliaid.

Os na fydd rhywbeth yn cael ei wneud ynghylch hyn, erbyn 2050, amcangyfrifir y gallai ymwrthedd i gyffuriau achosi 10 miliwn neu fwy o farwolaethau; mwy nag achosion marwolaeth eraill fel canser a damweiniau ffyrdd.

Mae ymwrthedd i gyffuriau eisoes yn faich ar boblogaeth Cymru wrth i wrthfotigau hysbys fethu â thrin heintiau ac wrth i organebau sydd ag ymwrthedd i gyffuriau ac sy'n anodd eu trin ledanenu.

Fferyllwyr cyffuriau Cwm Taf yn ymuno â'r rheng flaen yn y frwydr yn erbyn heintiau ag ymwrthedd i gyffuriau

Mae fferyllwyr arbenigol yn gweithio gyda gweithwyr iechyd proffesiynol eraill a chleifion yn y frwydr i atal lledaeniad angheuol heintiau ag ymwrthedd i gyffuriau.

Yng Nghwm Taf, mae fferyllwyr cyffuriau yn mynd i ysbytai a meddygfeydd teulu i gynghori ar y defnydd gorau o wrthfotigau, i'w harbed fel triniaethau effeithiol at y dyfodol.

Maent yn annog staff a chleifion i wneud beth y gallant i ddiogelu gwrthfotigau a dod yn 'warcheidwad gwrthfotigau'. Y llynedd, cytunodd mwy na

700 o bobl yng Nghwm Taf i addo bod yn 'warcheidwaid' gwrthfotigau a mynd ati i geisio atal y camddefnydd ohonynt.

Meddai'r fferylllydd Dan Phillips:

“Mae cymryd camau eisoes wedi helpu i leihau nifer yr achosion o heintiau *C difficile* mewn ysbytai yng Nghwm Taf i fod ymhlith y cyfraddau isaf yng Nghymru.

Mae staff meddygol yn cael eu hannog i ddefnyddio gwrthfotigau sydd wedi eu targedu'n well i frwydro heintiau penodol, yn hytrach na'r rhai sbectwm eang – a ddisgrifir fel 'Domestos' y byd gwrthfotigau – sy'n gallu lladd hyd yn oed y bacteria da yn y system. ”



Rhaglen Dirywiad Aciwt: Sepsis ac Anafiadau Aciwt i'r Arennau

Mae Ymddiriedolaeth Sepsis y DU yn amcangyfrif bod Sepsis, ymateb i haint sy'n rhoi bywyd yn y fantol, yn achosi marwolaeth tua 44,000 o bobl yn y DU bob blwyddyn.

Mae hyn yn cyfateb i ryw 2,200 o bobl yng Nghymru bob blwyddyn.

Mae cyfranogiad pob bwrdd ac ymddiriedolaeth iechyd yn Set Ddysgu Ymateb Cyflym i Salwch Aciwt (RRAILS) y Gwasanaeth Gwella 1000 o Fwydau yn helpu i sicrhau gwelliannau o ran adnabod sepsis a'i drin yn gyflym yn GIG Cymru.

Mae RRAILS wedi cynorthwyo byrddau iechyd i leihau niwed a marwolaethau o sepsis drwy'r Sgoriau Rhybudd Cynnar Cenedlaethol (NEWS), sgrinio am sepsis a gweithredu'r bwndel Gofal Sepsis 6.

Gwella'r gofal ar gyfer pobl â Sepsis, ac adnabod cleifion sy'n dirywio yn gynnar



Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, fel pob bwrdd iechyd, wedi bod yn gweithio ers nifer o flynyddoedd i sicrhau bod pobl â sepsis yn cael eu hadnabod yn gynnar a'u trin yn gyflym.

Defnyddir "offeryn sgrinio" ar gyfer sepsis er mwyn sbarduno staff i feddwl "Oes perygl bod hwn yn achos o sepsis?" os oes gan glaf gyfuniad o arwyddion a symptomau sy'n cael eu cofnodi'n gyffredinol, gan roi gwybod iddynt beth yw'r driniaeth gywir i'w rhoi.

Pa bynnag mor dda yw'r ffurflen sgrinio arferol, mae'n dibynnu ar y ffaith bod y nyrs neu'r meddyg yn sylwi ar y cyfuniad o arwyddion a symptomau, ac weithiau ni fydd hyn yn digwydd.

Os yw'r holl arwyddion a symptomau yn cael eu cofnodi ar system electronig yn hytrach nag ar bapur, gall y system electronig rybuddio os oes gan y claf gyfuniad penodol o arwyddion a symptomau a allai awgrymu bod ganddo sepsis.

Gall hyn fod yn fwy dibynadwy na ffurflen bapur ac ymdrechion personol gan unigolion.

Mae rhan gyntaf system electronig ar gyfer cofnodi arsylwadau ffisiolegol cyffredinol am y claf – fel tymheredd a phwysedd gwaed – wedi'i chyflwyno yn Ysbyty Ystrad Fawr. Mae ail ran y system yn tynnu sylw meddygon os bydd nifer o'r arsylwadau hynny yn uwch neu'n is na'r disgwyl, ond nid yw wedi'i chyflwyno yn ddigon eang yn Ysbyty Ystrad Fawr i weld unrhyw newidiadau.

Roedd hyn yn sgil problemau yn gosod y system electronig i weithio gyda systemau electronig presennol yr ysbyty. Fodd bynnag, drwy gyflwyno cofnodion electronig o arsylwadau ar gleifion, cafwyd gwell dealltwriaeth o anghenion

hyfforddiant staff clinigol i arsylwi ar gleifion a defnyddio'r system.

Mae hyn yn bwysig tu hwnt gan fod y bwrdd iechyd yn bwriadu cyflwyno'r system electronig yn Ysbyty Nevill Hall yn 2018-19, ac fe fydd yr hyn a ddysgwyd yn sicrhau ei fod yn cael ei ddefnyddio mewn ffordd fwy diogel a dibynadwy yn yr ysbyty mawr hwn, gydag amrywiaeth ehangach o wasanaethau aciwt.

Mae'r offeryn sgrinio sepsis wedi'i gyflwyno i bob ward mewn ysbytai aciwt.

Fe gafodd hyn ei ategu gan Gynhadledd Undydd ar Sepsis a drefnwyd gan y Nyrs Arweiniol ar sepsis. Cafwyd presenoldeb da iawn gan gynrychiolwyr o bob ward.

Yn y Gynhadledd bu cleifion sydd wedi goroesi sepsis yn siarad am yr effaith ar eu bywydau. Dywedodd y staff oedd yn bresennol yn y Gynhadledd bod clywed gan y rhai oedd wedi goroesi sepsis wedi eu hysgogi i adnabod sepsis ac ymateb iddo, gan eu bod yn deall mor andwyol y gall yr haint hwn fod.

Atal Anafiadau Acíwt i'r Arennau ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

Mae Anaf Acíwt i'r Arennau (AKI) yn un o nodweddion cyffredin sepsis yn ogystal ag un o achosion dirywiad aciwt ynddo'i hun ac mae'n gysylltiedig â chyfradd uchel o farwolaethau a chlefyd cronig.

Mae Cymru wedi datblygu system o e-rybuddion AKI cynhwysfawr ac mae tîm o Brifysgol Caerdydd, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro a RRAILS wedi bod yn gweithio ar addasu'r e-rybuddion hyn i sicrhau ymateb effeithiol gan y Tîm Allgymorth Gofal Critigol gan arwain at welliant sylweddol yng nghanlyniadau cleifion.

Fel rhan o'r gwasanaeth, mae aelod o'r tîm a'r tîm gofal sylfaenol yn ymweld â chleifion sydd wedi cael rhybudd AKI electronig i godi ymwybyddiaeth.

Maent yn rhoi sticer yn nodiadau'r claf yn cynnwys gwybodaeth am fwndel gofal. Roedd cyfradd adfer arennau yn well o lawer ymysg y cleifion hynny roedd y tîm allgymorth wedi ymateb iddynt.

Briwiau Pwysu

Dros y flwyddyn ddiwethaf mae cryn dipyn o waith wedi'i wneud i weld beth yn fwy sydd angen i ni ei wneud i atal briwiau pwysu. O ganlyniad, yn Ionawr 2018, lansiwyd tri adnodd newydd a diwygiedig i helpu gyda'r gwaith o atal a rheoli briwiau pwysu.

Bydd y tair dogfen hon yn helpu gweithwyr gofal iechyd proffesiynol, aelodau'r cyhoedd, cleifion, eu teuluoedd a gofalmwyr i ddeall beth sy'n achosi briwiau pwysu a chymryd camau i'w hatal.

Cyhoeddwyd [Essential Elements of Pressure Ulcer Prevention & Management All Wales Guidance](#)¹ i roi argymhellion seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer atal a thrin briwiau pwysu y gall gweithwyr iechyd proffesiynol ledled Cymru eu defnyddio.

Pan fydd briwiau pwysu'n datblygu, mae'n bwysig dysgu a rhannu gwersi ynghylch sut datblygon nhw er mwyn lleihau'r risg y byddant yn digwydd eto.

Cafodd y [Reporting & Investigation: All Wales Guidance including the All Wales Pressure Ulcer Review Tool](#)² ei ddiwygio.

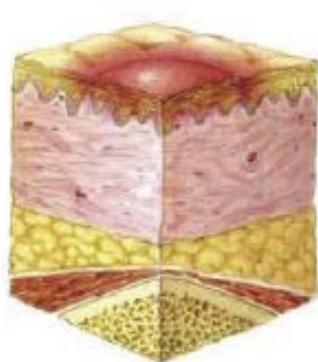
Mae'r ddogfen hon yn berthnasol i holl Ymddiriedolaethau a Byrddau Iechyd y GIG a'i nod yw:

- Annog cysondeb ac arwain adrodd ar berfformiad yn erbyn disgwyliadau Llywodraeth Cymru i sicrhau dim goddefgarwch i niwed pwysau y gellir ei osgoi.
- Rhoi canllawiau ynghylch pryd y dylai niwed pwysau gael ei atgyfeirio mewn prosesau diogelu.
- Hwyluso dysgu effeithiol drwy ddatblygu prosesau ymchwilio safonol i leihau'r risg y bydd rhagor o gleifion yn dioddef yr un niwed.

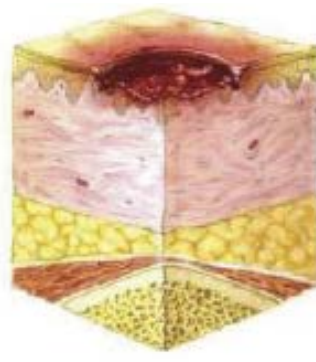
Mae llawer o bobl a allai wynebu risg o ddatblygu briwiau pwysau yn gofalu am eu hunain yn eu cartrefi nhw'u hunain neu'n cael gofal gan eu teulu a'u ffrindiau heb gymorth gweithwyr gofal iechyd proffesiynol.

Datblygwyd a chyhoeddwyd [Taflen Wybodaeth i'r Cyhoedd](#)³ i helpu aelodau'r cyhoedd i ddeall y ffactorau risg a gwybod pa gamau i'w cymryd i leihau'r risg o friwiau pwysu'n datblygu.

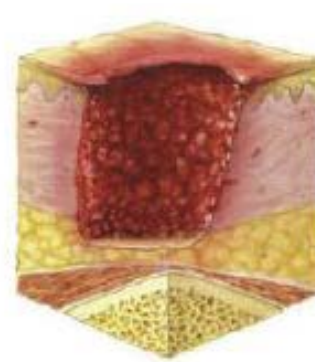
Pedwar cam Briw Pwysu



Cam 1



Cam 2



Cam 3



Cam 4

1. www.wwic.wales/uploads/files/documents/Professionals/Clinical%20Partners/AWTVNF/PDF%20Essential%20Elements%20of%20Pressure%20Ulcer%20Prevention%20%20Management%20All%20Wales%20Guidance%202014%20Final%20Version.pdf

2. www.welshwoundnetwork.org/files/4215/1669/5863/Version_2_Pressure_Ulcer_Reporting_and_Investigation_-_All_Wales_Guidance_Final_Jan_2018.pdf

3. www.wwic.wales/uploads/files/documents/Professionals/Clinical%20Partners/AWTVNF/PDFPressure%20Ulcer%20Public%20Information%20Leaflet%20All%20WALES%20Jan%202018.pdf

Anymataliaeth wrinol sy'n gysylltiedig â straen a phrolaps organau'r pelfis

Mae anymataliaeth straen yn golygu bod troeth yn gollwng pan fo'r bledren dan bwysau; er enghraifft wrth beswch neu chwerthin. Achosir anymataliaeth straen fel rheol pan fydd y cyhyrau sy'n cael eu defnyddio i atal troethi, fel cyhyrau llawr y pelfis yn cael eu gwanhau neu eu niweidio.

Mae prolaps organau'r pelfis yn digwydd pan fydd un neu fwy o'r organau yn y pelfis yn llithro o'u safle arferol ac yn gwthio i'r wain.

Gall ddigwydd i'r groth, y coluddyn neu'r bledren, neu frig y wain.

Nid yw prolaps yn fygythiad i fywyd, ond gall achosi poen ac anesmwythder.

Fel rheol gall y symptomau gael eu lleddfu gan ymarferion llawr y pelfis a newidiadau i ffordd o fyw, ond weithiau bydd angen triniaeth feddygol.

Adolygu'r defnydd o Dâp a Llieiniau Rhwyll Synthetig y Wain ar gyfer Anymataliaeth Wrinol sy'n Gysylltiedig â Straen a Phrolaps Organau'r Pelfis

Ym mis Hydref 2017, gofynnodd Ysgrifennydd y Cabinet dros lechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol am Grŵp Gorchwyl a Gorffen i adolygu'r defnydd o dâp a llieiniau rhwyll synthetig ar gyfer anymataliaeth wrinol sy'n gysylltiedig â straen a phrolaps organau'r pelfis.

Daethpwyd â thîm o weithwyr proffesiynol cymwys ynghyd i adolygu'r sefyllfa.

Ar 4 Mai 2018, cyhoeddodd Ysgrifennydd y Cabinet yr adroddiad a oedd yn darparu llawer o wybodaeth am y defnydd o'r rhwyll yng Nghymru a'r problemau cysylltiedig ond a oedd hefyd, yn bwysig iawn, yn gwneud argymhellion ynghylch pa gamau y dylid eu cymryd nawr i sicrhau gwelliannau yn gyflym.

Mae'r adroddiad ar gael ar wefan Llywodraeth Cymru:

www.gov.wales/topics/health/publications/health/reports/mesh/?skip=1&lang=cy

Yn dilyn adroddiad yr adolygiad, cyhoeddodd Ysgrifennydd y Cabinet y byddai'n sefydlu Grŵp Gweithredu ar gyfer lechyd Menywod i oruchwyllo rhai meysydd penodol o ieuchyd menywod sydd angen sylw a gwelliannau ar fyrder.

Cadeirydd y grŵp yw Tracy Myhill, Prif Swyddog Gweithredol Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg.

Bydd y grŵp yn cael cymorth hyd at £1m y flwyddyn gan Lywodraeth Cymru.

Bydd yr arian yn cael ei ddefnyddio i sicrhau bod llwybrau ieuchyd a llesiant pelfig cymunedol yn cael eu gosod ym mhob bwrdd ieuchyd yng Nghymru, yn ogystal â datblygu'r argymhellion eraill.

System Genedlaethol ar gyfer Adrodd a Dysgu (NRLS)

Bob blwyddyn, mae miloedd o gleifion yn cael triniaeth ddiogel ac effeithiol o safon uchel, ond mewn system ieuchyd fodern lle mae triniaethau mwyfwy cymhleth yn cael eu gwneud, mae camgymeriadau'n gallu digwydd ac yn digwydd.

Mewn achosion o'r fath rhaid i'r GIG ymchwilio'n agored a rhoi sicrwydd ac adborth i gleifion a'u teuluoedd. Rhaid iddynt ddysgu o unrhyw gamgymeriadau hefyd er mwyn eu hatal rhag digwydd eto yn y dyfodol.

Rhaid i sefydliadau'r GIG roi gwybod i'r NRLS am bob digwyddiad, boed yn ddifrifol neu'n fan-ddigwyddiad, er mwyn gallu rhannu unrhyw beth a ddysgir o ddigwyddiadau diogelwch cleifion. Os ydym am barhau i ddysgu o bethau sydd wedi mynd o le a lleihau niwed, mae'n bwysig sicrhau bod sefydliadau'r GIG yn rhoi gwybod yn iawn am bob digwyddiad.

Yn 2017, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru 6 hysbysiad/rhybudd diogelwch cleifion. Roeddent yn cynnwys.

Roedd hyn yn cynnwys camau i leihau'r risg o farwolaeth a niwed difrifol –

drwy gamgymeriad â phenytoin a roddir drwy chwistrell⁴

drwy lyncu gronynnau⁵ gel polymer amsugol iawn.

Yn aml, mae hysbysiadau a rhybuddion yn cael eu datblygu pan ddaw pryder penodol yn dod i'r amlwg yn y data a gesglir gan NRLS.

Er enghraifft, yn yr ail esiampl uchod, dangosodd chwiliad o'r NRLS 15 o ddigwyddiadau na achosodd farwolaeth mewn lleoliadau ysbyty, cymunedol a gofal iechyd meddwl dros gyfnod o chwe blynedd yn ddiweddar a datblygwyd yr hysbysiad diogelwch cleifion i fynd i'r afael â hyn.

Deddf Lefelau Staff Nyrsio (Cymru)

Cymru yw'r wlad gyntaf yn Ewrop i ddeddfu ar lefelau staff nyrsio a gallwn ymfalchïo yn y ffaith i ni balmantu'r ffordd yn hyn o beth.

Mae hyn yn grymuso nyrsys ac yn sicrhau bod ganddynt yr adnoddau i roi gofal priodol ac amserol i'w cleifion.

Mae cryn frwdfrydedd am y gwaith hwn, gyda'r disgwyl y bydd yn gwella bywydau gwaith ein gweithlu nyrsio ac yn bwysicaf oll, yn gwella bywydau'r cleifion y maent yn gofalu amdanynt gyda'r fath dosturi.

Mae cyhoeddi **Canllawiau Statudol** i gyd-fynd â'r Ddeddf (fe'u lansiwyd ar 2 Tachwedd 2017) wedi sicrhau bod gan ein cymuned nyrsio y wybodaeth sydd ei hangen arni i weithredu'r ddeddfwriaeth arloesol hon a ddaeth i rym yn 2018.

Datblygwyd y canllawiau i adlewyrchu safbwyntiau a sylwadau sefydliadau'r GIG, y Coleg Nyrsio Brenhinol, unigolion a phartneriaid eraill sy'n helpu i weithredu'r ddeddfwriaeth hon yng ngwasanaethau'r GIG.

Mae'r canllawiau wedi cryfhau llais nyrsys wardiau yn sylweddol hyd at lefel bwrdd yn y bwrdd iechyd.



4. www.patientsafety.wales.nhs.uk/pendoc/301279

5. www.patientsafety.wales.nhs.uk/pendoc/313028

3

Gofal Effeithiol

Rydym yn awyddus i weithio gyda gwasanaethau iechyd er mwyn sicrhau bod y gofal a'r driniaeth a gewch yn cael eu darparu i'r safon ofynnol.

Mae safonau gofal yn cael eu pennu gan gyrff uchel eu parch, fel y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE), ar sail ymyrraeth gofal iechyd effeithiol sy'n seiliedig ar dystiolaeth wyddonol. Mae darparu gofal yn unol â safonau sy'n seiliedig ar dystiolaeth yn helpu i sicrhau eich bod yn derbyn y gofal cywir lle bynnag y byddwch chi'n byw yng Nghymru, y cyfle gorau o sicrhau canlyniad cadarnhaol a defnydd cost-effeithiol o adnoddau'r GIG.

Rydym yn gwneud hyn mewn sawl ffordd, fel pwysleisio pwysigrwydd safonau cenedlaethol, archwilio gwasanaethau yn erbyn safonau, a hyrwyddo'r defnydd o adolygiadau gan gymheiriaid, yn ogystal â chyflwyno prosesau gwella ansawdd.

Rydym wedi gweithio gyda'r GIG a sefydliadau fel elusennau er mwyn datblygu cyfres o gynlluniau cyflawni cenedlaethol (www.gov.wales/topics/health/nhswales/plans/?skip=1&lang=cy). Maent yn darparu cyfeiriad cenedlaethol ar gyfer gwasanaethau fel strôc, clefyd y galon, canser, diwedd oes, iechyd anadlol, salwch difrifol, diabetes a gofal llygaid. Mae llawer o'r cynlluniau cenedlaethol hyn wedi'u diweddarau a'u hystyngyn hyd at 2020 yn ddiweddar, er mwyn datblygu'r gwaith caled dros y blynyddoedd diwethaf i wella gwasanaethau a chanlyniadau i gleifion. Mae grwpiau cyflawni cenedlaethol yn datblygu'r cynlluniau hyn, ond mae byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd yn rhoi ystyriaeth iddynt hefyd wrth fynd ati eu hunain i gynllunio gwasanaethau.

Mae byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd wedi rhoi nifer o ddulliau gweithredu arloesol neu newydd ar waith er mwyn helpu i wella gwasanaethau a chanlyniadau i gleifion. Trafodir rhai ohonynt isod.

Gwasanaethau Cancer

Rhagnodi Cemotherapi yn Fwy Diogel ar gyfer Plant a Sepsis Newtrogenig

Mae system electronig o ragnodi cemotherapi ar gyfer plant yn cael ei defnyddio ym **Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro** bellach. Mae'r system yn lleihau'r perygl o wallau trwy sicrhau bod y math a'r dos cywir o gemotherapi yn cael ei ragnodi, gan roi cyfle i glinigwyr gael gfael yn ddiogel ar ganlyniadau profion gwaed, ble bynnag y gwneir y profion.

Mae hyn yn bwysig gan fod Ysbyty Arch Noa Plant Cymru yn gofalu am gleifion ledled y De.

Mae gan y bwrdd iechyd brosiect hefyd i leihau oedi mewn triniaeth gwrthfotig i gleifion ifanc sydd wedi datblygu sepsis ar ôl cael cemotherapi.

Mae'r prosiect hwn wedi ennill Gwobr Gwella Diogelwch Cleifion GIG Cymru 2017.

Mae cemotherapi yn gallu golygu bod cleifion yn fwy agored i ddal heintiau ac yn fwy tebygol o ddatblygu sepsis.

Sepsis yw'r ail reswm mwyaf cyffredin pam y mae plant a phobl ifanc sydd â chanser yn cael eu derbyn i'r ysbyty.



Dylai cleifion sy'n dod i'r ysbyty gael gwrthfotigau o fewn awr i gyrraedd yno, ond dangosodd archwiliad mai dim ond 27.3% o'r amser yr oedd y targed hwn yn cael ei gyrraedd. Mae prosiect a gynhaliwyd yn y Gwasanaeth Cancer i Rai yn eu Harddegau ac Oedolion Ifanc yn cefnogi nyrsys sydd wedi'u hyfforddi'n arbennig i roi'r gwrthfotigau i gleifion 14 oed a throsodd sydd wedi cael triniaeth gwrth-ganser yn y 4 wythnos diwethaf ac sydd wedi datblygu sepsis.

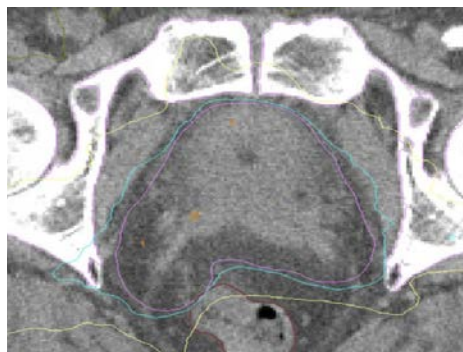
Mae'r prosiect wedi bod yn llwyddiant mawr ac fe dderbyniodd 87% o'r cleifion a welwyd gan y nyrsys eu gwrthfotigau o fewn awr.

Uned Cam Cynnar yn arloesi wrth drin achosion o diwmor ar yr ymennydd yng Nghymru

Gweithiodd yr Uned Cam Cynnar yng Nghanolfan **Ganser Felindre** mewn partneriaeth â Chanolfan Ymchwil Cancer Cymru er mwyn mabwysiadu ei threial cyntaf sy'n cyfuno cyffur ac ymbelydredd.

Roedd y treial yn golygu bod cleifion addas o Gymru wedi gallu manteisio ar y treial sy'n cyfuno cyffur ac ymbelydredd a elwir yn PARADIGM 2.

Roedd y treial yn ystyried effeithiau cyffur o'r enw Lynparza (olaparib) gyda radiotherapi ar gyfer cleifion â thiwmor ar yr ymennydd sy'n tyfu'n gyflym.



Cafodd cleifion eu recriwtio a'u trin yn yr Uned Cam Cynnar yng Nghanolfan Ganser Felindre.

Ar ddechrau'r treialon, dywedodd arweinydd yr Uned, Dr Robert Jones,

“Rydym wrth ein bodd yn cyflwyno'r treial hwn mewn cydweithrediad agos â Phrifysgol Glasgow sy'n arwain y treial.

Mae'r gwaith sy'n cael ei wneud yma yn hanfodol i ddatblygu triniaethau newydd a gwell ar gyfer cleifion cancer yng Nghymru a thu hwnt, ac mae'n bwysig ein bod yn gallu cynnig y treialon hyn mewn lleoliadau mwy lleol i gleifion a fyddai'n gorfod teithio i Rydychen neu Lundain fel arall. Mae'r ffaith ein bod yn gallu cynnig math newydd o dreial i gleifion yn gyffrous, ac rydym yn gobeithio gallu datblygu ein portffolio presennol o dreialon cam cynnar.”

Dysgu o brofiadau cleifion i wella gwasanaethau a chanlyniadau iechyd

Mae Llywodraeth Cymru yn ystyried dulliau gwahanol o ddeall a mesur yn well y gofal a roddir i bobl gan wasanaethau gwahanol a statws iechyd claf neu ei ansawdd bywyd cysylltiedig ag iechyd ar adeg benodol.

Mae gwybodaeth am statws iechyd yn dangos canlyniadau neu ansawdd y gofal sy'n cael ei ddarparu i gleifion y GIG.

Mae'n bwysig deall barn cleifion ar eu profiadau o ofal a chanlyniadau eu triniaeth er mwyn sicrhau ein bod yn gallu dysgu gwersi a gwella gwasanaethau.

O dan y Cynllun Cyflawni ar gyfer Cancer, anfonwyd arolwg profiad cleifion at bobl sy'n cael eu heffeithio gan ganser. Ymatebodd dros 6,700 o bobl i arolwg 2016, gyda 93% ohonynt yn ymateb yn gadarnhaol i'w gofal cyffredinol.

Dangosodd yr arolwg fod profiadau pobl o ofal cancer yn dda iawn mewn sawl maes, ond amlygodd hefyd feysydd gofal cancer y mae angen canolbwyntio arnynt i raddau mwy yn genedlaethol ac yn lleol.

Er enghraifft, mae angen i gyrff y GIG roi rhagor o sylw i'r cynnig o gynllun gofal ysgrifenedig a phrofiad cleifion o wasanaethau sarcoma a chanser yr ymennydd dros y blynyddoedd nesaf.

Bydd canfyddiadau'r arolwg cancer yn helpu i lywio agwedd cyrff y GIG at ddarparu gofal cancer sy'n canolbwyntio mwy ar yr unigolyn. I weld canlyniadau'r arolwg ewch i:

www.gov.wales/topics/health/publications/health/reports/report13/?skip=1&lang=cy

Mae'r arolwg o brofiad cleifion cancer yn cynnwys gwybodaeth bwysig am y graddau y mae gwasanaethau yn llwyddo i ddarparu gofal.

Mae'n gyfle i GIG Cymru asesu pa mor dda y mae gwasanaethau'n cael eu darparu ac yn gyfle i rannu arferion da a gwelliannau sy'n dod o Gymru a thu hwnt.

Gwasanaethau Diabetes

Rhwydwaith Diabetes Cymru i Blant a Phobl Ifanc yn ennill gwobr diabetes genedlaethol fawreddog.

Nododd Datganiad Ansawdd Blynyddol 2016 fod rhaglen addysg strwythuredig SEREN yn darparu cymorth fel bod plant, pobl ifanc a'u teuluoedd yn gallu rheoli eu diabetes o adeg y diagnosis tan y byddant yn trosglwyddo i wasanaethau oedolion.

Enillodd y rhaglen wobwr Grymuso Pobl â Diabetes – Plant, Pobl Ifanc ac Oedolion Ifanc yng Ngwobrau Diabetes Ansawdd mewn Gofal (QIC) 2017.

Mae rhaglen SEREN yn cael ei chynnal gan Rwydwaith Diabetes Cymru i Blant a Phobl Ifanc a'i hariannu gan Lywodraeth Cymru.

Erbyn hyn, defnyddir rhaglen SEREN gan bob tîm diabetes pediatriig ledled Cymru, gan sicrhau bod plant a phobl ifanc yn derbyn yr un wybodaeth ble bynnag y maent yn byw. Hefyd, mae'r rhaglen wedi'i chyflwyno i dimau pediatriig y tu allan i Gymru.

Dyma sylwadau beirniaid Gwobr QIC ar y rhaglen:

“ Mae SEREN yn canolbwyntio'n gyfan gwbl ar blant, ac roedd y beirniaid wrth eu bodd â hynny. Mae'n rhaglen eang sy'n cael cryn effaith, ac mae'n seiliedig ar allu plentyn i ddeall yn hytrach na'i oedran. Mae wedi'i chynllunio'n dda iawn ar gyfer y tymor byr ac mae'r llyfrau gwaith yn ei gwneud yn hawdd i rieni a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol olrhain cynnydd. ”



Florence

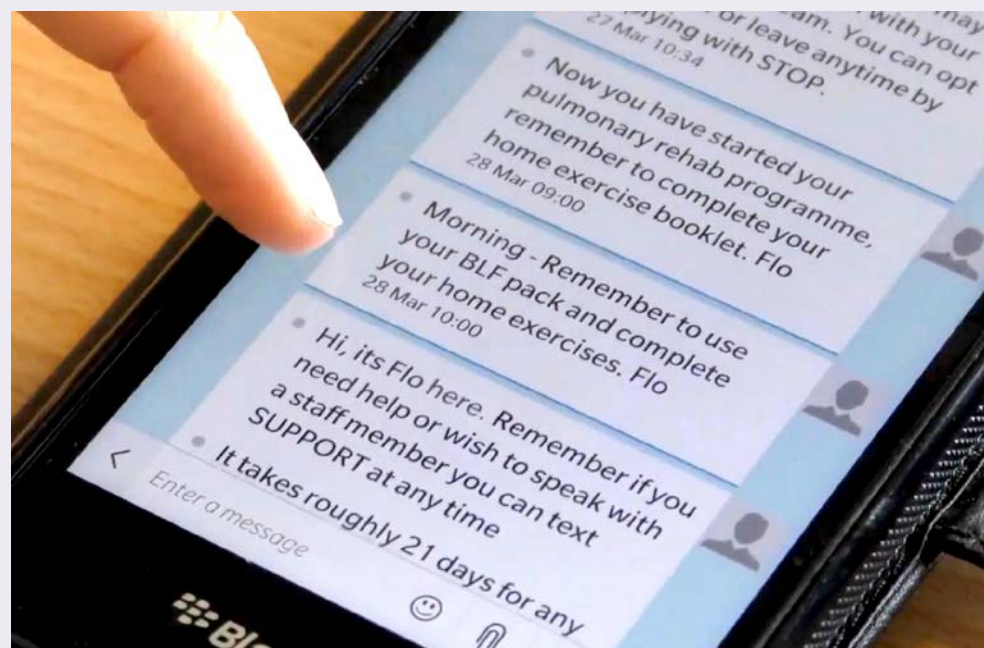
Gwasanaeth monitro teleiechyd y GIG (system gyfathrebu) yw Florence sy'n defnyddio negeseuon testun i helpu unigolyn â diabetes a'r gweithwyr iechyd proffesiynol sy'n helpu i ofalu amdanynt i fonitro a/neu reoli eu cyflwr meddygol yn agosach. Cyfeirir at y system fonitro fel "Flo" weithiau.

Mae Flo yn cyfathrebu trwy negeseuon testun at ac oddi wrth ffonau symudol. Bydd yn gweithio ar unrhyw ffôn symudol sy'n gallu anfon a derbyn negeseuon testun.

Manteision Flo

Mae'n system syml sy'n helpu pobl â diabetes i'w helpu eu hunain i:

- gymryd rhan fwy gweithredol yn eu gofal iechyd
- deall eu cyflwr/cyflyrau yn well
- dilyn eu canllawiau clinigol yn well
- cydymffurfio'n well â'r driniaeth a ragnodwyd iddynt
- gofyn am gymorth pan fydd hynny'n briodol yn glinigol.



Florence ym Mhowys: Gwella hunanreolaeth pobl â diabetes Math 2 trwy ddefnyddio ateb teleiechyd syml.

Mae system gyfathrebu Flo yn cael ei chyflwyno i'w defnyddio gan wasanaethau eraill ledled Powys:

- Grŵp Adsefydlu Cleifion yr Ysgyfaint y Gogledd – dewisodd pedwar claf ddefnyddio system Flo – sy'n annog cleifion i wneud ymarferion rhwng sesiynau er mwyn gwella cydymffurfiaeth ag ymarferion, cynyddu goddefiant i ymarferion a gwella ymarferion anadlu.
- Canolfan Rheoli Poen – aeth ati i ddatblygu a phrofi system i gefnogi'r llyfr gwaith. Cafodd dau aelod o staff hyfforddiant ar sut i ddefnyddio Flo. Ychwanegwyd y claf at y system ddiwedd mis Mai 2017.
- Codymau – datblygwyd system i gefnogi cleifion ar raglen godymau; cafodd Therapydd Galwedigaethol a Ffisiotherapydd wedi'u hyfforddi i ddefnyddio Flo; profwyd y system.
- Beating the Blues – datblygwyd system, mae staff yn cael hyfforddiant i ddefnyddio Flo.

Yn unol â Strategaeth Iechyd a Gofal Powys, ac uchelgais Digidol yn Gyntaf, bydd Flo yn dod â sgiliau arbenigol ac arbenigedd o bell i bobl ym Mhowys.

Nod Powys yw arwain datblygiadau arloesol ar gyfer cymunedau gwledig.

Mae'r datblygiad yn gysylltiedig â'r Ganolfan Gwasanaeth Arloesi, Ymchwil a Gwella (IRIS) ym Mhowys, a bydd yn helpu i integreiddio technoleg â gwasanaethau a nodwyd.

Gwasanaeth Diabetes Newydd

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda** wedi datblygu gwasanaeth diabetes newydd yn Llanelli, wedi'i enwi ar ôl Uwchymgyngorydd Diabetes yn Sir Gaerfyrddin, Dr Meurig Williams, a ymddeolodd yn ddiweddar.

Mae'r gwasanaeth yn dwyn nifer o wasanaethau ynghyd yn yr un lleoliad, sy'n galluogi cleifion i reoli eu diabetes yn fwy effeithiol mewn clinig un safle. Dywedodd yr ymgynghorydd diabetes, Dr Sam Rice:

“Rydym yn falch iawn o gael agor Canolfan Ddiabetes Gymunedol Meurig Williams.

Dyma'r tro cyntaf yng Nghymru i'r holl wasanaethau hyn i bobl â diabetes fod ar gael yn yr un adeilad. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod ein cleifion yn cael holl elfennau'r gofal sydd ei angen arnynt.”

Dileu'r bygythiad i iechyd y cyhoedd o Hepatitis C

Feirws yw Hepatitis C ac mae'n gallu heintio'r afu. Os caiff ei adael heb ei drin, gall weithiau achosi niwed difrifol i'r afu dros lawer blwyddyn, a gallai hyn beryglu bywyd.

Yn 2016, mabwysiadwyd Strategaeth Sector Iechyd Byd-eang ar hepatitis feirysol ar gyfer 2016-2021 gan Gynulliad Iechyd y Byd, sy'n rhan o Sefydliad Iechyd y Byd.

Cyflwynodd y strategaeth hon y targedau byd-eang cyntaf erioed ar gyfer rheoli hepatitis feirysol, sy'n cynnwys:

- gweledigaeth o fyd lle nad yw hepatitis feirysol yn cael ei drosglwyddo a lle mae pawb sy'n byw gyda hepatitis feirysol yn gallu derbyn gofal a thriniaeth ddiogel, fforddiadwy ac effeithiol;
- y nod o waredu hepatitis feirysol fel bygythiad mawr i iechyd y cyhoedd erbyn 2030;

- targedau sy'n ceisio lleihau nifer yr achosion o heintiau hepatitis cronig o'r 6-10 miliwn o achosion o heintiau cronig presennol i 0.9 miliwn o heintiau erbyn 2030, a lleihau nifer y bobl sy'n marw o hepatitis cronig bob blwyddyn o 1.4 miliwn i lai na 0.5 miliwn erbyn 2030.

Mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i ddileu hepatitis B ac C yng Nghymru. Fel gwlad, rydym mewn sefyllfa gyda'r gorau'n fyd-eang i gyrraedd targedau Sefydliad Iechyd y Byd ar gyfer dileu'r clefydau.

Fel rhan o gyllid Llywodraeth Cymru ar gyfer cyflwyno Cynllun Gweithredu ar gyfer Hepatitis Feirysol a Gludir yn y Gwaed 2010-2015, bu'n rhaid i'r byrddau iechyd fuddsoddi mewn gwasanaethau hepatoleg (sef astudio, atal, rhoi diagnosis a rheoli clefydau sy'n effeithio ar yr afu) – meddygon a nyrsys – a datblygu'r adnodd i atal a thrin hepatitis feirysol.

O ganlyniad i'r buddsoddiad hwn, mae gan Gymru rwydwaith hepatoleg clinigol cryf ac effeithiol

sy'n cydgysylltu triniaeth ar gyfer pobl sydd â'r feirws hepatitis B ac C. Yn sgil cyflwyno mwy o feddyginiaethau sy'n effeithiol yn erbyn feirysau, rhoddwyd Rhaglen Cyflwyno Hepatitis C Cymru Gyfan ar waith yn 2014. Bu'r rhaglen yn llwyddiannus iawn hyd yn hyn, gan dderbyn cydnabyddiaeth genedlaethol a rhyngwladol. Mae'r rhwydwaith wedi trin pob claf sy'n hysbys i'r gwasanaethau yng Nghymru ac sy'n dal i dderbyn gofal – sef dros 1,000 o gleifion yn y 18 mis diwethaf.

Yr her yn y dyfodol yw adnabod ac ymgysylltu ag unigolion nad ydynt yn ymwybodol o reidrwydd bod hepatitis B neu C arnynt, neu nad ydynt wedi manteisio ar fodel traddodiadol gofal iechyd.

Mae Is-grŵp Hepatitis Feirysol Grŵp Gweithredu Clefyd yr Afu Llywodraeth Cymru yn darparu arweinyddiaeth a chymorth ar gyfer modelau gwahanol o ddarparu gwasanaethau fel bod modd profi ar gyfer heintiau, a'u trin, mewn lleoliadau cymunedol fel fferyllfeydd.

Gofalu am bobl sydd wedi cael strôc

Ymosodiad ar yr ymennydd yw strôc. Mae'n digwydd pan fydd y cyflenwad gwaed i ran o'ch ymennydd yn cael ei dorri. Gwaed sy'n cludo maethynnau hanfodol ac ocsigen i'r ymennydd. Heb waed, gall celloedd eich ymennydd gael eu niweidio neu gallant farw. Gall y niwed hwn gael effeithiau gwahanol, gan ddibynnu ble yn yr ymennydd y mae'n digwydd.



Mae dros **92%**
o gleifion dan
75 mlwydd oed
yn goroesi strôc



Mae strôc yn glefyd y gellir ei atal ac y gellir ei drin. Dyma un o brif achosion anabledd mewn oedolion yng Nghymru, a'r trydydd peth mwyaf cyffredin sy'n achosi marwolaeth, ar ôl canser a chlefyd y galon. Mae'n gyflwr difrifol iawn sy'n newid bywydau, a gall gael effaith enfawr ar bobl a'u teuluoedd.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan** wedi ailgynllunio'r holl lwybr gofal ar gyfer cleifion sy'n cael strôc er mwyn darparu gofal cyflymach a mwy cynhwysfawr pan fydd ei angen fwyaf ar gleifion – yn syth ar ôl cael strôc.

Cytunwyd ar nodau adferiad

94.1%

o gleifion yng Nghymru
o fewn 5 diwrnod i'w
derbyn i'r ysbyty



Mae triniaeth gyflym a gwasanaeth adsefydlu cyfunol yn rhoi'r cyfle gorau posibl i unigolion wella i'r graddau gorau posibl o effeithiau strôc.

Treuliodd

83.5% o gleifion

90% o'u
hamser ar
ward strôc



Mae'r gwasanaeth newydd yn cynnwys:

- Canoli gofal yn syth ar ôl y strôc mewn uned gofal strôc hyperaciwt amlddisgyblaethol saith diwrnod (lle bo'r claf o fewn 6 awr ers cychwyn y strôc) yn Ysbyty Brenhinol Gwent.
- Gofal strôc aciwt llai dwys yn agosach i'r cartref yn Ysbyty Brenhinol Gwent, Ysbyty Nevill Hall ac Ysbyty Ystrad Fawr.
- Gwasanaeth adsefydlu strôc ar gyfer cleifion preswyl yn Ysbyty Gwynllyw, Ysbyty Nevill Hall ac Ysbyty Ystrad Fawr.
- Gwasanaeth Niwro-adsefydlu Cymunedol (mae niwro-adsefydlu yn broses feddygol gymhleth sydd â'r nod o helpu cleifion i wella ar ôl anaf i'r ymennydd) er mwyn rhyddhau cleifion yn gynnar gyda chymorth ar gyfer pobl sydd wedi goroesi strôc, yn aml yn syth ar ôl iddynt fynd adref o'r uned hyperaciwt.

Yr Her 15 Cam

Mae'r Her 15 Cam yn becyn cymorth â chyfres o gwestiynau ac awgrymiadau i arwain unigolyn drwy ei argraff gyntaf o ward yr ysbyty. Cafodd yr Her 15 Cam ei gynllunio gan **Fwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** i gefnogi gwelliant parhaus. Nid gweithgaredd unwaith ac am byth ydyw – mae angen iddo fod yn rhan reolaidd o'r broses o wella'r gofal a ddarperir. Mae'r pecyn yn canolbwyntio ar yr hyn sy'n bwysig i gleifion.

Mae cynnwys pobl ifanc yn yr Her 15 Cam wedi bod yn brofiad gwerthfawr. Cafodd hyn ei wneud dros y flwyddyn ddiwethaf ym mhob un o'r mannau lle mae plant yn gleifion mewnol. Aethpwyd i'r afael â materion y tynnodd y bobl ifanc sylw atynt, a datblygwyd cynlluniau gweithredu i sicrhau bod y newidiadau sydd o fewn ein maes cyfrifoldeb yn cael eu gwneud.

Bwriedir i'r bobl ifanc ddod yn ôl i'r wardiau i wneud yn siŵr bod y newidiadau wedi digwydd.

Byw Nawr– Bwrdd Iechyd Addysgu Powys

Nod Byw Nawr yw codi ymwybyddiaeth y cyhoedd o bwysigrwydd siarad yn fwy agored am farwolaeth a marw a phrofedigaeth, a phwysigrwydd rhoi gwybod beth yw eich dymuniadau. Dim ond un cyfle sydd gan wasanaethau iechyd a gofal i gael pethau'n iawn ar ddiwedd oes. Fodd bynnag, nid yw siarad am farwolaeth a marw yn hawdd bob amser. Felly, fel rhan o'r cynlluniau ym Mhowys i wella gofal diwedd oes, mae'r bwrdd iechyd yn hyrwyddo'r ymgyrch Byw Nawr i annog pobl i siarad yn fwy agored a gwneud cynlluniau ar gyfer diwedd eu hoes.

Nid yw cael sgysiau agored a gonest gyda'ch teulu a'ch ffrindiau am farwolaeth a marw yn achosi marwolaeth – yn hytrach, mae'n helpu i sicrhau eu bod yn gwybod beth yw ein dymuniadau ac mae'n ein helpu i wneud cynlluniau ar gyfer ein dyfodol. Mae hefyd yn ein helpu ni i gyd i ganolbwyntio ar yr hyn sy'n bwysig inni o ran byw'n dda nawr a meddwl am yr hyn y byddwn yn ei adael ar ein holau a sut yr hoffem gael ein cofio. Yn y pen-draw, bwriad hyn yw sicrhau ein bod ni i gyd yn gwella profiad pobl o ofal diwedd oes yn Mhowys.

Ymchwil a Datblygu

Mae ymchwil yn rhan allweddol o wella iechyd a llesiant pobl y Gogledd. Mae ar yr ymchwilwyr ym **Mwrdd Iechyd Prifysgol Beti Cadwaladr** sy'n gweithio ar y datblygiadau pwysig hyn angen cymorth aelodau o'r cyhoedd i gymryd rhan mewn astudiaethau ymchwil glinigol.

Mae Doeth am Iechyd Cymru yn rhoi cyfle unigryw i bobl fod yn rhan o'r gwaith o gynllunio gofal iechyd at y dyfodol.

Mae dadansoddiad o ddata'r 10,000 person cyntaf i gymryd rhan wedi arwain at bum canfyddiad allweddol.

Gallwch gofrestru drwy wefan Doeth am Iechyd Cymru: www.healthwisewales.gov.wales/homepage/

Cafwyd enghraifft greadigol arall o arloesi yn y Bwrdd Iechyd gan Nyrs Atal a Rheoli Heintiau sy'n frwd o blaid defnyddio dulliau

dysgu gwahanol i'r arfer i helpu gweithwyr iechyd proffesiynol i ddysgu.



Mae hi wedi creu'r 'Game of Stools' i addysgu staff mewn ffordd hwyliog a gwahanol. Mae'r gêm yn annog y chwaraewyr i drafod atal a rheoli heintiau ac mae'n gwella'u gwybodaeth a'u hyder gan sicrhau bod cleifion yn cael gofal amserol a diogel.

Mae **Ymddiriedolaeth Felindre** yn bwrw ymlaen â modelau clinigol newydd ac yn ail-lunio gwasanaethau er mwyn sicrhau bod y gwasanaethau y mae'n eu darparu yn parhau'n addas i'r diben yn awr ac yn y dyfodol.

Yng Ngwasanaeth Gwaed Cymru, mae cynllun Cadwyn Gyflenwi 2020 yn pennu cynllun tair blynedd i ail-lunio'r broses o gynllunio, casglu, profi, prosesu a dosbarthu cydrannau gwaed i ysbytai ledled Cymru.

Drwy'r rhaglen Trawsnewid Gwasanaethau Canser, mae'r Ymddiriedolaeth yn gweithio gyda'n Bwrdd Iechyd, y trydydd sector a phartneriaid elusennol i gynllunio a datblygu modelau clinigol newydd ar gyfer gofal cancer yn y dyfodol.

Bydd hyn yn cynnwys darparu rhai gwasanaethau yn agosach at gartrefi cleifion, a chanolfan ganser newydd i ddarparu triniaethau cymhleth ac arbenigol.

5 Canfyddiad Allweddol

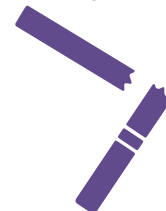


Angen mwy o sylw i **iechyd meddwl** gofalwyr di-dâl



Mae hanner ohonoch yn yfed **mw y alcohol** na'r hyn sy'n cael ei argymell

Dyw 9 o bob 10 ohonoch **ddim yn smygu**



Mae mwy na hanner ohonoch yn bwyta pum dogn o **ffrwythau a llysiau** bob dydd

Mae mwy nag **1 o bob 3** ohonoch yn gwneud gweithgarwch corfforol



4 Gofal gydag Urddas

Mae gan bawb yr hawl i gael eu trin â pharch ac urddas a chredwn fod hyn yn bwysig iawn. Mae'n golygu trin pobl â charedigrwydd, urddas a thosturi. Rhywbeth y mae'n rhaid i ni ei gael yn iawn bob amser.

Mae sawl ffordd o arall o fonitro pa mor dda rydym ni'n ei wneud a lle mae angen inni wella. Rydym wedi gosod safonau clir ac rydym ni'n cadw llygaid ar y rhain yn rheolaidd.

Mae gennym arolygwyr sy'n ymweld ag ysbytai'r GIG yng Nghymru gydol y flwyddyn er mwyn gofalu bod pobl yn derbyn gofal diogel a thrugarog, yn yr un ffordd ag y mae arolygwyr yn cofrestru ac yn cymryd camau i wella ansawdd a diogelwch gwasanaethau gofal cymdeithasol er mwyn gwella lles y genedl. Mae'r arolygwyr yn cyhoeddi eu

hadroddiadau fel bod pawb yn gallu gweld pa mor dda mae ysbytai a gwasanaethau cymdeithasol yn bodloni'r disgwyliadau.

Ewch i wefan Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru www.hiw.org.uk a gwefan Arolygiaeth Gofal Cymru www.arolygiaethgofal.cymru/

Gofalu am fabanod sydd ar drothwy goroesi



Mae Llywodraeth Cymru wedi cyflwyno canllawiau ar sut dylai'r GIG yng Nghymru ofalu am fabanod sy'n cael eu geni ar drothwy goroesi. Mae'r canllawiau'n nodi beth mae angen i fyrddau iechyd ei wneud er mwyn gofalu am fabanod a aned yn fyw cyn 24 wythnos o gyfnod cario (proses o ddatblygu yn y groth), tra'n cefnogi eu teuluoedd a sicrhau eu bod nhw'n rhan lawn o benderfyniadau am eu gofal a'u triniaeth.

Datblygwyd y canllawiau mewn ymateb i bryder gan aelod o'r cyhoedd, Emma Jones, nad oedd canllawiau proffesiynol cyfredol y British Association of Perinatal Medicine (BAPM) yn dweud beth ddylai'r GIG ei wneud i ofalu am fabanod a aned yn fyw cyn 24 wythnos. Hyn yn dilyn marwolaeth drist ei mab, Riley, a fu farw ar ôl cael eni'n 22 wythnos a 4 diwrnod oed ym mis Rhagfyr 2013.

O ganlyniad, mae Llywodraeth Cymru wedi gweithio gydag Emma dros yr ychydig flynyddoedd diwethaf i ddatblygu canllawiau ychwanegol sy'n hyrwyddo'r gwasanaethau o'r radd flaenaf, mwyaf tosturiol ac sy'n seiliedig ar dystiolaeth, i famau a babanod sy'n cael eu geni'n fyw cyn 24 wythnos.

Mae'r canllawiau'n nodi os bydd baban sydd ar drothwy goroesi yn cael ei eni, dylai timau mamolaeth gysylltu â'r tîm newyddenedigol neu baediatreg (pryd bynnag sy'n bosib cyn geni'r plentyn), er mwyn sicrhau bod asesiadau clinigol yn cael eu cynllunio a'u cynnal.

Hefyd, bydd teulu'r baban yn rhan o benderfyniadau am ofal parhaus.

Bydd llawer o deuluoedd angen gwasanaethau profedigaeth, ac erbyn hyn, mae gan bob bwrdd iechyd yng Nghymru fydwraig brofedigaeth arweiniol i hyrwyddo arferion gorau.

Meddai Emma, mam ac aelod pryderus o'r cyhoedd:

“Dechreuodd fy siwrne dros newid yn y Cynulliad Cenedlaethol pan gyflwynais fy neiseb.

Arweiniodd marwolaeth Riley at frwydr lwyddiannus dros newid.”

Meddai Dr Frank Atherton, Prif Swyddog Meddygol Cymru a Chyfarwyddwr Meddygol y GIG yng Nghymru:

“Pan gaiff babi ei eni'n gynnar iawn, mae rhieni a gweithwyr proffesiynol yn wynebu penderfyniadau anodd a thrallodus iawn.

Er bod gwyddorau meddygol wedi cymryd camau breision o ran gofalu am fabanod cyn pryd, yn enwedig rhai a aned dan 26 wythnos o feichiogrwydd,

mae pen draw i'r hyn sy'n bosib yn nhermau goroesi.

Efallai na fydd modd dadebru babanod bach iawn, hyd yn oed rhai sy'n cael eu geni'n fyw, gan fod eu tyllau aer a'u hysgyfaint yn rhy anaeddfed (heb ddatblygu'n llwyr) ac eiddil i wrthsefyll mewndiwbio ac awyru (tiwb sy'n cael ei roi yn y bibell wynt a darparu aer i'r ysgyfaint) a'u pibellau gwaed yn rhy fach i roi meddyginiaethau neu hylifau.

Rydym yn cydnabod bod angen i Lywodraeth Cymru ddatblygu'r canllawiau ychwanegol hyn, am nad yw canllawiau proffesiynol cyfredol y British Association of Perinatal Medicine (BAPM) yn dweud beth ddylai'r GIG ei wneud er mwyn gofalu am fabanod sy'n cael eu geni'n fyw cyn 24 wythnos.

Rydym yn hynod ddiolchgar i Emma Jones am rannu ei phrofiadau poenus gyda ni, ac am gydweithio â ni i ddatblygu'r canllawiau newydd, a fydd yn helpu gwasanaethau mamolaeth i roi cymorth sensitif i famau a theuluoedd lle mae babanod yn cael eu geni ar drothwy goroesi.”

Gofalu am blant bach

Beth sy'n Bwysig i Fi

Mae Beth sy'n Bwysig i Fi (What Matters to Me) yn wasanaeth sy'n cael ei ddarparu gan **Fwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** gyda phlant yn yr ysbyty yn cael y cyfle i dynnu llun neu ysgrifennu rhestr o bethau sy'n bwysig iddyn nhw.

Caiff y rhestr ei dangos ger eu gwely wedyn fel bod staff meddygol neu unrhyw aelod o'r tîm cyfunol sy'n dod i giwbicwl neu ardal wely'r plentyn yn gallu ei gweld.

Mae hyn yn rhoi dealltwriaeth well o beth mae pob plentyn ei eisiau a'i angen, a beth mae'n hoffi a ddim yn hoffi.



Pan gyflwynwyd syniad 'Beth sy'n Bwysig i Fi' gyntaf, fe helpodd i greu newid mawr – o ofyn 'beth sy'n bod arnat ti?' i holi 'beth sy'n bwysig i ti?'.

Weithiau, roedd atebion y cleifion ifanc yn peri cryn syndod. Roedd yr atebion mwyaf cyffredin yn cynnwys:

- Staff caredig a gofalgar.
- Caniatáu i'r teulu aros dros nos.
- Teganau a gemau.
- Mynediad i'r we.
- Y bwyd.
- Y dewis o raglenni teledu.
- Ymddiriedaeth.



- Cael mam a dad gyda fi.
- Gwella.
- Meddygon a nyrsys sy'n gwenu.

Mae Beth sy'n Bwysig i Fi yn seiliedig ar dri cham:

1. **Gofyn** beth sy'n bwysig.
2. **Gwranddo** ar beth sy'n bwysig.
3. **Gwneud** pethau sy'n bwysig.

Y nod yw gwneud i blant teimlo fel bod ganddyn nhw fwy o reolaeth dros eu cyfnod yn yr ysbyty, waeth pa mor hir yw hynny, a helpu i greu gwasanaeth trwy ddeall sut fyddai pob person yn hoffi derbyn gofal, beth bynnag fo'i oed.

Iechyd Meddwl

Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS)

Mae'r Rhaglen Law yn Llaw dros Blant a Phobl Ifanc (TfCYP) yn parhau i feithrin cysylltiadau rhwng sefydliadau sy'n darparu cymorth iechyd meddwl ac emosiynol i blant a phobl ifanc. Ategwyd hyn gan fuddsoddiadau sylweddol mewn gwasanaethau.

Mae dros £300,000 wedi'i fuddsoddi bob blwyddyn ers 2016 er mwyn recriwtio gweithwyr cymorth adfer i helpu pobl ifanc 16-24 oed, sy'n profi salwch meddwl difrifol, i fod yn fwy gwydn ac adeiladu'r gallu i wella'n gynt.

Gweithwyr y trydydd sector yw'r rhain (sefydliadau dielw ac ati) sy'n cydweithio'n agos â thimau byrddau iechyd lleol sy'n gyfrifol am ymyrryd yn gynnar mewn achosion o seicosis (problem iechyd meddwl sy'n achosi pobl i gymryd neu ddehongli pethau'n wahanol i'r rhai sydd o'u cwmipas).

Maen nhw nid yn unig yn cynorthwyo pobl ifanc yn ystod triniaeth, ond hefyd yn eu helpu i fanteisio ar addysg, hyfforddiant, cyfleoedd gwaith a gweithgareddau cymdeithasol,

fel rhan bwysig o'r broses o wella, gan eu helpu i gyflawni o'u gorau.

Yn 2017, fe wnaeth TfCYP gyhoeddi canllawiau i sicrhau proses bontio hwylus o wasanaethau plant i rai oedolion. Roedd y canllawiau'n canolbwyntio ar ddau faes penodol:

- Ni ddylai gwasanaethau plant ac oedolion ystyried symud gwasanaethau'n gyntaf dim ond achos bod y person ifanc ar fin troi'n 18 oed. Dylent weld pa wasanaeth sydd fwyaf addas i ddiwallu anghenion y person ifanc a chydweithio i ddiwallu'r rhain yn y ffordd fwyaf priodol;
- Cyflwyno pasbort y person ifanc, gan ei alluogi i gymryd rheolaeth dros y newid/y broses o symud a'i ofal ehangach, a bod gwasanaethau'n gyfrifol am unrhyw fethiannau yn ei ofal.

Gan gydnabod y gwelliannau hyn a'r gwelliannau eraill a wnaed gan Wasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasod yn y blynyddoedd diweddar, mae Llywodraeth Cymru wedi gosod targedau mwy heriol i gyrchu gwasanaethau erbyn hyn – gan gynnwys targed 28 diwrnod i gael gwasanaeth CAMHS arbenigol a tharged 26 wythnos i gael gwasanaethau niwroddatblygiadol.

Celfyddydau mewn Iechyd Meddwl

Mae cymryd rhan yn y celfyddydau yn cael ei gydnabod ledled y byd fel ffordd o hybu iechyd, gan gynnwys iechyd meddwl, o fewn lleoliadau gofal iechyd a chymunedau lleol.

'Creadigol Iach' – Y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Llesiant

Mae tîm y celfyddydau mewn iechyd a lles Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yn ymroi i ddarparu gwasanaethau creadigol i'r cleifion a'r staff fel ei gilydd. Mae creadigrwydd yn chwarae rhan bwysig i gleifion mewn gofal ac yn eu helpu i wella ac adfer yn iawn. Nod y tîm yw gwella profiad gwasanaethau Betsi Cadwaladr trwy ddarparu gweithgareddau celf fel "canu gyda dementia"⁶ a "The D Word"⁷.

Mae'r tîm hefyd yn ymroi i wella amgylchedd yr ysbyty trwy waith celf a gwaith creadigol. Mae'n gweithio'n gadarnhaol gydag awdurdodau lleol, y sector gwirfoddol, sefydliadau

6&7 Drama a gomisiynwyd gan yr awdur a'r cyfarwyddwr profiadol Jany Chambers sy'n cyfleu profiadau dirdynol, personol a theuluol o dementia.

mentrau cymdeithasol ac elusennau, ac mae'r rhaglen gyfredol yn cael ei hariannu gan Gyngor y Celfyddydau.

Mae'r rhaglen hefyd yn cyfrannu at ddiddordeb Llywodraeth Cymru mewn cyflwyno rhaglenni tebyg ar y celfyddydau, iechyd a llesiant ar draws holl fyrddau iechyd y wlad:

www.llyw.cymru/docs/drah/publications/161214-a-vision-for-culture-in-wales-cy.pdf



Dementia

Mae'r gair 'dementia' yn disgrifio set o symptomau a all gynnwys colli'r cof a thrafferthion meddwl, datrys problemau neu iaith.

Mân newidiadau yw'r rhain i ddechrau, ond i rywun â dementia, maen nhw'n gallu bod yn ddigon difrifol i effeithio ar fywyd bob dydd. Gall rhywun â dementia brofi newidiadau mewn hwyliau neu ymddygiad hefyd.

Achosir dementia pan gaiff yr ymennydd ei niweidio gan glefydau, fel clefyd Alzheimer neu gyfres o strociau. Clefyd Alzheimer yw'r achos mwyaf cyffredin o ddementia, er nad yr unig un chwaith.

Llwyddiant i Wasanaeth Dementia Cynnar

Mae Gwasanaeth Dementia Cynnar **Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro** wedi ennill categori 'Arloesi mewn Iechyd Meddwl' yr Health Service Journal Awards 2017. Mae'r gwasanaeth yn gweithio'n agos gyda chleifion sy'n cael diagnosis o ddementia cyn eu bod nhw'n 65 oed.

Mae gan bobl iau â dementia anghenion gwahanol yn aml – efallai eu bod nhw'n dal i weithio neu â phlant iau yn dal i fyw gartre.



Mae'r gwasanaeth dementia yn cydweithio'n agos â'r cleifion a'u teuluoedd i'w cysylltu â'r gwasanaethau sydd eu hangen arnynt.

Hoffai'r bwrdd iechyd i'w holl staff, gan gynnwys porthorion, meddygon, derbynwyr a nyrsys, fod yn ddigon hyderus i ddarparu gofal rhagorol i gleifion â dementia.

Ym mis Tachwedd 2017, roedd dros 60% o staff y bwrdd iechyd wedi derbyn hyfforddiant dementia, sy'n gynydd aruthrol ar y flwyddyn flaenorol.

Cafodd Cynllun Gweithredu Strategol ar Ddementia Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr ei ddatblygu ar ôl ymgysylltu ac ymgynghori â phobl sy'n byw gyda dementia, eu gofalwyr, gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a sefydliadau eraill.

Roedd y bwrdd iechyd am wybod beth sy'n bwysig i unigolion a beth oedd angen i'r Bwrdd Iechyd ei newid.

Mae'r cynllun gweithredu hwn yn dweud pa mor bwysig yw newid pethau er mwyn sicrhau bod y bwrdd iechyd yn dod yn sefydliad mwy dementia-gyfeillgar.

Dysgodd y bwrdd iechyd nad yw pobl â dementia bob amser yn teimlo bod pobl eraill yn gwrandao arnyn nhw, ac nad oedd gofalwyr yn cael digon o gymorth bob amser.

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yn addo bod yn sefydliad dementia-gyfeillgar trwy sicrhau bod materion diogelu wrth wraidd popeth a wna, gan werthfawrogi pob unigolyn trwy ddulliau gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Bydd y gofal yn dosturiol, diogel ac effeithiol.

Bydd gofalwyr yn teimlo eu bod yn cael eu croesawu, eu gwerthfawrogi a'u cefnogi. Bydd y bwrdd iechyd yn ymgysylltu â phobl ac yn sicrhau bod ei amgylcheddau gofal yn galluogi eraill. Bydd pob person yn cael cynnig cymorth a'i gyfeirio at wasanaethau eraill.



Yn ystod 2017, cafodd holl amgylcheddau wardiau eu hasesu gan ddefnyddio offer cydnabyddedig Cronfa King's yn nhermau pa mor dementia-gyfeillgar yw ward.

Yn sgil yr asesiad hwn, mae gwelliannau ar waith gyda llawer o'r wardiau, yn enwedig rhai ysbytai cymunedol, gan anelu at statws demenita-gyfeillgar fel y gwelwyd yn Ysbyty Llandudno yn gynharach eleni ac ailwampio unedau fel Bryn Hesketh ym Mae Colwyn.

Mae llawer o dimau wedi cyflwyno gwelliannau er mwyn cynnig profiad gwell i gleifion, eu teuluoedd a gofalwyr.

Mae prosiect 'Pwy ydw i' yn defnyddio profiadau bywyd cleifion â dementia i wella'r modd maen nhw'n cael eu trin yn yr ysbyty. Cafodd ei dreialu yn Heddfan, uned iechyd meddwl ar gyfer pobl hŷn yn Ysbyty Maelor Wrecsam, ac mae wedi helpu i godi hwyliau'r cleifion â dementia a lleihau eu gorbryder a'u haflonyddwch meddwl yn ystod eu cyfnod yn yr ysbyty. Mae ar fin cael ei weithredu ledled y Bwrdd Iechyd, ac mae byrddau iechyd eraill yng Nghymru yn awyddus i'w ddefnyddio.

"Wrth wraidd pob unigolyn mae stori, hanes ei fywyd a'i hunaniaeth bersonol. Wrth i bobl ddatblygu amhariadau a salwch, nid yw hyn yn golygu eu bod yn anghofio eu profiadau neu eu cyflawniadau yn y gorffennol. Gallwn ddeall triniaeth bresennol claf o'u nodiadau achos meddygol, ond nid oes dim ynddynt i roi gwybod i ni pwy ydyn nhw neu pam y gallai ymddwyn mewn ffordd benodol. Mae angen i ni adnabod yr unigolyn y tu hwnt i'r amhariad i gyfathrebu ag o yn effeithiol."

Cymunedau Dementia-Gyfeillgar

Erbyn heddiw, mae gan **Bwrdd Iechyd Addysgu Powys** bum cymuned dementia-gyfeillgar ym Mhowys. Mae'r cymunedau hyn yn hyrwyddo cynnwys yn hytrach nag ynysu neu wahanu pobl a all fod yn byw gyda dementia.

Mae'r 5 cymuned ym Mhowys wedi'u cydnabod yn swyddogol gan y Gymdeithas Alzheimer fel rhai sydd naill ai'n dementia-gyfeillgar neu'n anelu at hynny:

- Aberhonddu,
- y Drenewydd,
- y Trallwng,
- Ystradgynlais a Threfyclo.

Mae wyth cymuned arall sydd naill ai'n weithgar yn y broses neu newydd ddechrau ddod yn dementia-gyfeillgar:

- Machynlleth,
- y Gelli Gandryll,
- Crucywel, Llandrindod,
- Trefaldwyn, Llanandras,
- Cegidfa a Rhaeadr Gwy.

Roedd Diwrnod Pobl Hŷn y DU ddydd Sul, 1 Hydref 2017, yn dathlu cyflawniadau a chyfraniadau pobl hŷn i'n cymdeithas ni.

Fe'i dathlwyd ar hyd a lled y DU i gyd-fynd â Diwrnod Rhyngwladol Pobl Hŷn y Cenhedloedd Unedig.

Cynhaliodd Bwrdd Iechyd Addysgu Powys de parti dementia yn Ysbyty Coffa Victoria, y Trallwng, gan gynnig hwyl a chwmnïaeth i bobl hŷn.

Roedd y digwyddiad yn cynnwys paned a chacennau, yn ogystal â gemau a gweithgareddau fel dominos a bowlïo dan do.

Hefyd, dangoswyd lluniau a phethau cofiadwy er mwyn annog cleifion a theuluoedd i gofio'r gorffennol.

Prosiect Valley LIFE

Yn 2016-17, fe wnaeth **Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf** rannu sut mae'n parhau i ailgynllunio gwasanaethau i bobl hŷn trwy ddatblygu prosiect **Valley LIFE**.

Hoffai'r bwrdd iechyd sicrhau bod pobl hŷn â dementia, eu gofalwyr a'u teuluoedd yn derbyn cymorth amserol i wella eu lles a'u safon bywyd.

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi lansio canolfan i newid a chynnig gofal a chymorth gwell i bobl sy'n byw gyda dementia. Mae'r Ganolfan Iechyd a Llesiant, sydd ar safle Ysbyty George Thomas, Treorci, yn rhan hanfodol o strategaeth y Bwrdd Iechyd i gyflwyno gofal dementia o'r radd flaenaf i unigolion a'u teuluoedd ledled Cymoedd y De.



Mae'r ganolfan newydd yn hyrwyddo'r syniad o symud oddi wrth ofal yn yr ysbyty ac yn rhoi pwyslais ar sut gall pobl â dementia fyw'n dda yn y gymuned os oes lefel ddigonol o gymorth ar waith.

Mae amrywiaeth o wasanaethau, gan gynnwys gofal dydd, asesiadau, clinigau, nyrsio cymunedol, therapïau a thimau gofal cartref yn ogystal â'r awdurdodau lleol a gwasanaethau trydydd sector, yn cael eu darparu o'r Ganolfan, sydd wedi'i chynllunio i adlewyrchu hanes cryf yr ardal.

Mae'n un o gerrig milltir prosiect Valley LIFE Cwm Taf, lle mae amryw o sefydliadau wedi dod ynghyd i ddatblygu cynlluniau i ailgynllunio gofal i bobl â dementia trwy eu helpu i fyw'n dda naill ai yn eu cartrefi neu'n nes at adref.

Cynllun Urddas mewn Gofal

Mae gan **Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** gynllun Urddas mewn Gofal er mwyn gwella ansawdd y gofal a ddarperir i gleifion.

Mae'r Ymddiriedolaeth yn ymrwymo i sicrhau bod cleifion wrth wraidd popeth a wnawn. Ar draws yr Ymddiriedolaeth, mae 'Hyrwyddwyr Urddas' o ranbarthau a meysydd gwahanol sy'n cydweithio i wella profiadau cleifion.

Mae'r cynllun yn adlewyrchu gwerthoedd ac ymddygiad yr Ymddiriedolaeth ac yn ystyried pobl sydd angen gofal arbennig mewn cymdeithas, pobl maen nhw'n dod ar eu traws bob dydd. Nod yr Ymddiriedolaeth, drwy'r Cynllun Urddas mewn Gofal, yw cynnal gwerthoedd parch ac urddas i gleifion, herio gofal gwael ac ymroi i wella'r meysydd hynny sy'n bwysig i gleifion.

Gallwch weld cyflawniadau 2016/17 yma:
www.ambulance.wales.nhs.uk/assets/documents/

Cefnogi pobl ag anableddau dysgu

Nod **Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda** yw cefnogi plant a phobl ifanc ag anableddau dysgu. Ym maes pediatreg, mae'r tîm chwarae a'r nyrsys cyswllt wardiau eisiau lleihau rhwystrau, galluogi a chefnogi plant a phobl ifanc ag anableddau dysgu.

Mae'r bwrdd iechyd yn annog teuluoedd i ddod ag unrhyw beth defnyddiol a allai helpu i gyfathrebu wrth ymweld â'r ysbyty, ac mae'r bwrdd iechyd wrthi'n datblygu 'pasbort cyfathrebu' ar gyfer derbyniadau a llyfr 'fy niwrnod achos i' gyda symbolau/lluniau.

Mae'r tîm chwarae wedi casglu ffotograffau, symbolau a lluniau

i helpu plant a phobl ifanc ac yn prynu dyfeisiau iPad er mwyn helpu rhai ag anableddau dysgu i ddefnyddio ffôn symudol neu raglenni cyfrifiadurol.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro** wedi cyflwyno offer asesu risg, asesu poen a siart Sgoriau Rhybudd Cynnar Cenedlaethol i'w defnyddio wrth ofalu am gleifion ag anableddau dysgu.

Mae'r adnoddau hyn yn sicrhau bod y grŵp hwn o gleifion yn gallu cael yr un ymchwiliadau ac asesiadau â gweddill y boblogaeth ond yn cydnabod y gall fod angen cyflwyno asesiadau'n wahanol er mwyn cael yr un canlyniadau i bobl ag anableddau dysgu.



Sefydliad Paul Ridd



The Paul Ridd Foundation

Supporting people with a Learning Disability when needing secondary care

Roedd Mr Ridd yn 53 oed a chanddo anghenion dysgu difrifol pan fu farw o niwmonia yn Ysbyty Treforys.

Cafodd Sefydliad Paul Ridd ei sefydlu gan deulu Paul yn ystod gwanwyn 2016.

Mae wedi codi arian ar gyfer sawl menter wahanol gan gynnwys creu ffeil wybodaeth i wardiau wrth drin pobl ag anableddau dysgu.

Mae'r wybodaeth hon wedi'i chyflwyno i'r rhan fwyaf o wardiau yng Nghymru, ac wedi'u cynllunio er mwyn helpu i ddarparu pecynnau gofal "Improving Care for Patients with a Learning Disability in General Hospitals".

Mae gan y Sefydliad logo sy'n dangos lle mae'r unigolyn arni ar hyn o bryd wrth ddefnyddio'r pecynnau. Defnyddir lliwiau'r logo ym mhasbort ysbyty pobl ag anableddau dysgu ac mae'n cynrychioli'r canlynol:

Coch

Pethau mae'n rhaid i bobl wybod am berson ag anableddau dysgu, fel pa feddyginiaethau maen nhw'n eu defnyddio.

Oren

Pethau defnyddiol i'w gwybod, e.e. pa fath o fwyd maen nhw'n eu hoffi a ddim yn eu hoffi.

Gwyrdd

Pethau yr hoffai'r unigolyn i chi ei wybod amdano/amdani, e.e. ei hoff gerddoriaeth.

Mae'r logo wedi'i seilio ar hoffter Paul o losin jelly babies.

Gofalwyr

Gwerthfawrogi gofalwyr

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** yn rhan o Fwrdd Partneriaeth Gofalwyr Bae'r Gorllewin.

Mae bwrdd y bartneriaeth yn parhau i gydweithio i godi ymwybyddiaeth o ofalwyr di-dâl a'u cefnogi nhw trwy ddarparu gwybodaeth a gwasanaethau.

Eleni, yn ogystal â'r arian pontio i ofalwyr gan Lywodraeth Cymru, mae arian ar gael o'r Gronfa Gofal Integredig.

Defnyddir hon i ddatblygu'r gwaith pellach o adnabod a chefnogi gofalwyr ifanc yn ysgolion yr ardal ac ehangu gwaith Canolfannau Gofalwyr Abertawe a Phen-y-bont ar Ogwr a Gwasanaeth Gofalwyr Port Talbot o ddarparu gwybodaeth mewn ysbytai lleol a lleoliadau iechyd eraill.

Ymgyrch John

Cafodd 'John's Campaign' ei sefydlu yn 2014 gyda datganiad syml; annog y gred y dylai gofalwyr gael croeso mewn lleoliadau ysbyty. Mae hefyd yn cefnogi staff a chleifion a phawb sy'n gysylltiedig â nhw i gydweithio. Mae hyn yn bwysig i iechyd a lles y claf.

Mae'r ymgyrch yn berthnasol i bob lleoliad ysbyty, gan gynnwys rhai aciwt, cymunedol, iechyd meddwl ac unrhyw sefydliad gofalu eraill lle mae pobl yn byw ymhell o'u hanwyliaid.

Aeth nifer o aelodau staff **Bwrdd Iechyd Addysgu Powys** i ddigwyddiad i hyrwyddo John's Campaign yng Nghaerdydd ar 4 Ebrill 2017, a dynnodd sylw at ddiben a llwyddiant y fenter.

Mae hyfforddiant wedi'i gyflwyno i holl ysbytai Powys erbyn hyn. Mae'r niferoedd sydd wedi mabwysiadu'r cynllun yn anffurfiol wedi amrywio. Erbyn hyn, mae dull mwy ffurfiol wedi'i dderbyn a gwybodaeth glir ar gael i gleifion, gofalwyr a staff.

Pontydd i bontio'r cenedlaethau – gwaith rhyng-genhedlaeth/ gweithgareddau gwerth chweil

Gydol 2017/18, mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a'i bartneriaid wedi bod yn gweithio gyda sefydliadau a chymunedau er mwyn ceisio mynd i'r afael ag achosion o ynysu cymdeithasol (diffyg cysylltiad llwyr neu rannol rhwng unigolyn a'r gymdeithas) ac unigrwydd trwy fenter Ffrind i mi/Friend of mine® (www.ffrindimi.co.uk).

Mae partneriaethau diweddar ag ysgolion/plant ysgol, myfyrwyr coleg a'r heddlu/cadetiadau gwirfoddol wedi arwain at fwy a mwy o bobl ifanc yn dod yn ffrindiau â phobl hŷn mewn cartrefi gofal, llety gwarchod a wardiau ysbytai. Roedd hyn o fudd mawr i'r plant a'r bobl hŷn fel ei gilydd.



Yn achos pobl hŷn, rydym wedi gweld ymdeimlad cynyddol o lesiant, teimlad o werthfawrogiad a'r lleihad yn nifer y bobl heb unrhyw gysylltiad ag eraill.

O ran y plant, gwelsom eu bod wedi magu hyder ac ymdeimlad o werth, gyda chysylltiadau rhyng-genhedlaeth yn darparu modelau rôl ac esiamplau cadarnhaol sy'n eu hannog a'u hysbrydoli i gyflawni o'u gorau. Meddai un plentyn:

“Dw i'n hoffi mynd i'r ysbyty gan fy mod i'n swil iawn ac yn teimlo braidd yn lletchwith wrth siarad â phobl newydd. Felly pan es i, roeddwn i'n credu y byddai'n fy helpu i fod yn fwy cymdeithasol ac yn llai ofnus.”

Evie
(Ysgol Gynradd Griffithstown)

Yn ogystal â lleihau arwahanrwydd ac unigrwydd, mae'r maes gweithgarwch hwn yn cefnogi amcanion datblygu cynaliadwy Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol a 'Cwricwlwm i Gymru – cwricwlwm am oes'.

Yn ôl yr ymateb a'r adborth a gafodd y bwrdd iechyd gan bobl hŷn, cydweithwyr a phartneriaid, roedden nhw'n teimlo nad oedd pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal neu ar wardiau hirdymor yn gallu cael gafael ar weithgareddau a drefnwyd ar eu cyfer.

Nid pawb sydd eisiau chwarae bingo neu wrando ar White Cliffs of Dover.

Cynhaliodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan ddigwyddiad undydd hynod lwyddiannus "Bingo and Beyond", a ddaeth â phawb at ei gilydd i ddysgu gan bobl sydd eisoes yn gwneud pethau llawn dychymyg i fynd i'r afael ag ymdeimlad o unigrwydd, gan ystyried beth mwy gellir ei wneud er mwyn cynnwys pobl mewn gweithgareddau pwrpasol ac ystyrlon.



Mae'r ddau beth hyn – cyfeillio rhyng-genhedlaeth a gweithgareddau gwerth chweil – wedi dod ynghyd mewn un cartref gofal, lle mae plant o ysgolion yn cael eu recriwtio'n "arwyr digidol".

Maen nhw'n mynd i'r cartref gofal ac yn helpu'r staff a'r trigolion i wneud defnydd creadigol o dechnoleg, er mwyn sicrhau bod rhai o'r trigolion yn treulio rhagor o amser ar weithgareddau o bwys iddyn nhw. Cafodd pawb eu synnu gan effaith defnyddio'r dechnoleg ddigidol yn y cartref gofal.

Mae'r effaith gadarnhaol a gafodd ar drigolion wedi helpu i wella lefelau lesiant a sicrhau canlyniadau cadarnhaol, gan gynnwys defnyddio llai o feddyginiaeth sy'n pwyllgo pobl rwystredig.

5

Gofal Amserol

Mae'r GIG yng Nghymru yn ymrwymo i sicrhau eich bod chi'n derbyn y gofal rydych chi ei angen, pan fyddwch ei angen.

Mae ymateb mewn ychydig funudau yn gallu helpu i achub bywyd rhywun, a'r ffordd orau o ddatrys llawer o broblemau gofal iechyd yw gwneud hynny'n gyflym fel bod pobl yn gallu dychwelyd i fywyd normal, neu'r peth agosaf i fywyd normal sy'n bosib, yn gyflym. Rydym yn gwybod bod pobl mewn rhai ardaloedd yn aros yn rhy hir cyn cael eu trin. Rydyn ni'n ymroi i wella hyn.

Mae sicrhau'r cydbwysedd rhwng darparu gofal brys a sicrhau bod modd cynnal pob llawdriniaeth a thriniaeth arall sydd wedi'i chynllunio yn her. Rydym yn gweithio'n galed i sicrhau bod gan bobl fynediad hawdd ac amserol i wasanaethau er mwyn creu'r canlyniadau gorau posib i'w hiechyd.

Mae sicrhau'r cydbwysedd rhwng darparu gofal brys a sicrhau bod modd cynnal pob llawdriniaeth a thriniaeth arall sydd wedi'i chynllunio yn her. Rydym yn gweithio'n galed i sicrhau bod gan bobl fynediad hawdd ac amserol i wasanaethau er mwyn creu'r canlyniadau gorau posib i'w hiechyd.

Mae hyn yn ei dro yn golygu bod adrannau brys yn gweld mwy a mwy o gleifion sydd angen aros yn yr ysbyty.

Mae angen i bawb ohonom ystyried sut rydym ni'n gofyn am gymorth, cyngor a thriniaeth gan y GIG, boed trwy fferyllwyr cymunedol, meddygon teulu neu os ydym angen gofal brys.

Mynediad at wasanaethau gofal heb eu trefnu

Mae 'gofal heb ei drefnu' yn cyfeirio at y cyngor a'r gwasanaethau sy'n cael eu defnyddio gan bobl pan maen nhw'n cael eu taro'n wael neu eu hanafu'n annisgwyl ac yn cynnwys:

- Galw Iechyd Cymru neu wasanaeth ffôn 111 ar gyfer achosion nad ydynt yn argyfwng;
- Gwasanaethau fferyllfeydd cymunedol;
- Gwasanaethau meddygon teulu yn ystod oriau a thu allan i oriau;
- Unedau Môn Anafiadau;
- Gwasanaethau cyswllt iechyd meddwl;
- Gwasanaeth Casglu a Throsglwyddo Meddygol Brys (EMRTS);
- Gwasanaethau ambiwlans brys;
- Adrannau brys.

111

Datblygwyd gwasanaeth 111 er mwyn darparu rhif rhadffon hawdd i'w gofio sy'n cyfeirio pobl at y driniaeth gywir yn y lle cywir gan ddim o glinigwyr gwahanol.



Mae'n cyfuno cyngor a gwybodaeth Galw Iechyd Cymru gyda gwasanaeth 'y tu allan i oriau'.

Cafodd y gwasanaeth ei gyflwyno'n llwyddiannus yn ardaloedd Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg a Sir Gâr fel cynllun peilot, cyn ei gyflwyno yng ngweddill Cymru.

Roedd casgliadau'r cynllun peilot yn cynnwys gwybodaeth bwysig yn enwedig barn cleifion a staff y GIG am y gwasanaeth:

- blaenoriaeth galwadau: yn ystod y cyfnod dan sylw, cafodd rhyw 32,000 o alwadau eu brysennu, ac roedd 36% ohonyn nhw'n achosion brys;
- canlyniad i gleifion: cafodd 66% o'r galwyr eu cyfeirio ymlaen at wasanaeth meddyg teulu y tu allan i oriau;
- lefel uchel o fodlonrwydd ymhlith defnyddwyr y gwasanaeth: roedd bron i 77% yn fodlon iawn, a dim ond 2% oedd yn anfodlon;
- bodlonrwydd staff y GIG â'r gwasanaeth:
 - » 68% yn credu bod y gwasanaeth yn gwella mynediad i ofal brys,
 - » 74% yn credu ei fod yn hybu mynediad i ofal iechyd priodol,
 - » 41% yn credu ei fod wedi gwell ansawdd gofal i gleifion.

- effaith ar wasanaethau meddyg teulu y tu allan i oriau: mae gan gleifion fwy o gyfle i gael asesiad clinigol dros y ffôn a thriniaeth (presgripsiynau ac ati) heb fod angen apwyntiad wyneb yn wyneb â meddyg teulu;

- effaith bosibl ar bresenoldeb mewn adrannau brys: yn ystod chwe mis cynta'r cynllun peilot, gwelodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg ostyngiad o 1% o gymharu â'r flwyddyn flaenorol, sy'n golygu arbed oddeutu £218,000 wrth i lai o bobl fynd i adrannau brys.

Oherwydd ei lwyddiant, bydd y GIG yn cyflwyno gwasanaeth 111 ar gyfer Cymru gyfan, gyda chyllid ychwanegol wedi'i gytuno ar gyfer 2018/19 a 2019/20.

Gwasanaethau Ambiwylans Brys

Mae **Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** yn parhau i ennill ei blwyf fel arweinydd byd gyda'i fodel ymateb clinigol sydd wedi cael cydnabyddiaeth ryngwladol. Mae'n blaenoriaethu cleifion sydd fwyaf angen ymateb brys.

Mae perfformiad Coch Cymru gyfan (cleifion y mae eu bywyd mewn perygl uniongyrchol) wedi bod yn gyson uwch na'r targed cenedlaethol, sef bod o leiaf 65% o'r galwadau Coch yn derbyn ymateb o fewn wyth munud, yn 2017/18. Roedd yr ymateb nodweddiadol i'r math hwn o alwad ychydig o dan bum munud yn 2017/18.

Llwyddwyd i gyrraedd y targed hwn am 35 mis yn olynol ers cyflwyno'r model newydd ym mis Hydref 2015.

Mae pa mor gyflym mae'r gwasanaeth yn ymateb i alwadau ar gyfer y grŵp hwn o gleifion – er enghraifft, mewn achos o drawiad ar y galon, lle mae

calon y claf wedi stopio – yn allweddol oherwydd mae'n helpu i sicrhau'r cyfle gorau posib o oroesi a mwynhau bywyd o safon. Mae'n galonogol bod y ffigurau diweddaraf sydd ar gael ar gyfer 1 Ebrill – 30 Mehefin 2018 yn dangos bod 106 o gleifion wedi'u dadebru gan glinigwyr ambiwlans.

Mae'r gwasanaeth ambiwlans yn parhau i wella ei berfformiad clinigol ehangach hefyd, gydag o leiaf 95% o gleifion yr amheuir eu bod wedi cael strôc a thua 90% o gleifion yr amheuir eu bod wedi torri clun yn cael eu hasesu a'u trin trwy becynnau gofal arferion gorau gan glinigwyr ambiwlans.

Uned Ymateb ar Feic



Mae Uned Ymateb ar Feic **Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** wedi helpu dros 600 o gleifion mewn blwyddyn trwy ymateb i 623 o alwadau ar strydoedd y brifddinas yn ystod 2017, sef blwyddyn lawn gynta'r cynllun.

Mae'r Uned yn defnyddio pŵer pedlo i gyrraedd cleifion cyn pen dim yn rhannau prysuraf canol y ddinas, yn enwedig ardaloedd cerddwyr a chanolfannau siopau, ac ar ddyddiadau allweddol pan mae'r ddinas yn cynnal digwyddiadau chwaraeon ac adloniant mawr.

Mae'r tîm yn cynnwys parafeddygon, technegwyr

meddygol brys ac ymatebwyr cyntaf cymunedol, sy'n defnyddio beiciau wedi'u gosod â seiren a golau glas sy'n fflachio.

Maen nhw'n cario amrywiaeth o gyfarpar meddygol, gan gynnwys diffribilyddion (dyfeisiau sy'n adfer curiad calon normal trwy anfon pwls neu sioc drydanol i'r galon), ac maent yn gallu rhoi triniaeth achub bywyd pan mae'r ambiwlans ar ei ffordd.

Gallant hefyd drin cleifion â salwch ac anafiadau llai difrifol yn y fan a'r lle, gan osgoi siwrnai ddiangen i'r ysbyty a rhyddhau criwiau ambiwlans i ymateb i alwadau eraill.

Y Gwasanaeth Casglu a Throsglwyddo Meddygol Brys

Mae Gwasanaeth Casglu a Throsglwyddo Meddygol Brys (EMRTS) Cymru yn parhau i ddarparu gofal critigol cyn-ysbyty ar hyd a lled Cymru.

Cafodd y gwasanaeth ei lansio ddiwedd mis Ebrill 2015 ac mae'n bartneriaeth rhwng Elusen Ambiwylans Awyr Cymru, Llywodraeth Cymru a GIG Cymru (enw arall ar y gwasanaeth yw'r Welsh Flying Medics).

Ym mis Gorffennaf 2017, daeth EMRTS yn gyfrifol, ar ran Elusen Ambiwylans Awyr Cymru, am ganolfan Caernarfon yn y Gogledd-orllewin ochr yn ochr â'i ganolfannau cyfredol yn Llanelli a'r Trallwng.

Yn ystod 2017, fe wnaeth EMRTS:

- dderbyn 2554 o alwadau;
- o'r rhain, ymatebwyd i 71% mewn hofrennydd a 29% mewn Cerbyd Ymateb Cyflym;
- roedd 53% o'r cleifion wedi cael anaf corfforol sydyn a achoswyd gan rym allanol (trawma) ac roedd gan 43% gyflwr meddygol;

- roedd yr ystod oedran rhwng 0 a 98 oed;
- fe wnaeth meddygon EMRTS roi 50 o drawsblaniadau gwaed a 161 dos o anaesthetig brys (cyffur atal poen).

Ym mis Tachwedd 2017, derbyniodd Elusen Ambiwylans Awyr Cymru glod gan Wobr Digwyddiad Arbennig Ambiwylans Awyr am yr eildro mewn dwy flynedd. Roedd y wobwr hon yn cydnabod triniaeth feddygol anghyffredin ond llwyddiannus i achub bywyd a berfformiwyd yn y fan a'r lle mewn digwyddiad heriol yn gynharach yn y flwyddyn. Yn dilyn gofal eithriadol i achub bywyd

y claf, cafodd ei gludo mewn hofrennydd i'r ysbyty mewn 23 munud (byddai'r daith ar y ffordd wedi cymryd o leiaf 90 munud). Cafodd y claf lawdriniaeth frys, ac ar ôl cyfnod yn yr ysbyty, cafodd fynd adref i wella.

Trwy EMRTS, mae Ambiwylans Awyr Cymru wedi cyflogi pedwar meddyg trosglwyddo mewn hofrennydd i weithio ar fwrdd Ambiwylans Awyr Cymru i Blant yr elusen. Mae'r gwasanaeth hwn wedi'i leoli ym Maes Hofrennydd Caerdydd ac mae'n trosglwyddo cleifion – babanod newydd-anedig, plant ac oedolion – pan fyddai'r daith wedi cymryd dros awr ar y

ffyrdd. Yr elusen sy'n ariannu'r hofrennydd ac mae'n cael ei dreialu tan fis Mawrth 2019, pan fydd y gwasanaeth yn cael ei asesu er mwyn penderfynu a oes angen hofrennydd trosglwyddo parhaol.

Cafodd fflyd newydd o hofrennyddion 'Airbus H145' Ambiwylans Awyr Cymru eu cyflwyno yng nghanolfannau Caernarfon, Llanelli a'r Trallwng y llynedd. Mae'r hofrennydd newydd yn cynnwys caban mwy o faint, ac yn gallu hedfan yn gyflymach ac am amser hirach heb orfod llenwi'r tanc. Bydd hyn yn sicrhau gwasanaeth awyr 24 awr at y dyfodol.



Adrannau Brys ac Unedau Mân Anafiadau

Daeth dros filiwn o bobl i adrannau brys a chyfleusterau gofal brys eraill yng Nghymru yn ystod 2017/18. Er gwaetha'r nifer cynyddol o gleifion, yn enwedig ymhlith yr henoed a phobl fwy bregus, roedd y mwyafrif helaeth naill ai wedi'u derbyn i wely ysbyty neu wedi gallu gadael adrannau o fewn yr amser targed o bedair awr.

Mae pa mor dda mae adran frys yn gweithio yn gallu bod yn ganllaw defnyddiol i'r modd mae'r system gofal heb ei drefnu ehangach yn gweithio.

Cafodd mwy o gleifion eu brysennu, eu hasesu, eu trin a'u rhyddhau adref o fewn 4 awr (841,617) ond, fel arwydd o'r pwysau ar y system gofal heb ei drefnu ehangach, fe wnaeth mwy o gleifion ddisgwyl dros 12 awr am wely ysbyty (38,904). Ychydig dros ddwyawr oedd yr amser cyfartalog roedd rhaid i glaf ddisgwyl am ofal mewn adran frys yn 2017/18, sy'n deyrnged i sgil ac ymroddiad clinigwyr mewn meddygaeth frys.

Asesiadau drws ffrynt ysbytai yn golygu bod llai o bobl oedrannus yn gorfod mynd i'r wardiau

Mae pobl hŷn sy'n cael eu taro'n wael yn llawer mwy tebygol o gael eu derbyn i ddau o ysbytai **Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** dim ond os oes gwir angen iddyn nhw fod yno erbyn hyn. Mae defnydd cynyddol o asesiadau "drws ffrynt" wrth i gleifion gyrraedd yn caniatáu i lawer ohonyn nhw ddychwelyd adref yn gynt gyda chymorth eu tîm cymunedol lleol, sy'n cynnwys geriatregwyr, nyrsys a staff eraill.



Mae hyn yn golygu bod meddygon a nyrsys ysbyty a gweithwyr iechyd proffesiynol cysylltiedig sy'n arbenigo mewn gofal yr henoed yn gallu canolbwyntio ar y cleifion difrifol wael.

Mae'n well i gleifion hefyd, gan fod cyfnod yn yr ysbyty yn gallu achosi problemau fel lleihau symudedd a cholli annibyniaeth. Cyflwynwyd newidiadau yn Ysbyty Tywysoges Cymru, Pen-y-bont ar Ogwr, ac Ysbyty Singleton Abertawe.

Dywedodd Dr Ashok David, Cyfarwyddwr Clinigol Gofal Henoed yn Ysbyty Tywysoges Cymru, nad oedd angen i 65% o bobl oedrannus yn yr ysbyty fod yno o gwbl.

Ym mis Chwefror 2017, sefydlwyd Uned Eiddilwch Acíwt ar Ward 20 fel cam cynta'r broses o ailwampio gofal henoed yn Ysbyty Tywysoges Cymru.

Dyma lle mae cleifion a dderbyniwyd ar ôl cael eu hasesu yn cael gofal yn ystod cam aciwt eu salwch. Yna, mae'r cleifion yn cael eu trosglwyddo i ward gofal henoed nad yw'n aciwt neu'n dychwelyd adref, gyda thîm cymunedol yn darparu unrhyw ofal angenrheidiol.

Dywedodd Dr David fod y newidiadau'n golygu bod hyd arhosiad cyfartalog ar Ward 20 wedi lleihau o 17 diwrnod i 11 diwrnod, a bod hyn wedi para dros gyfnod o 12 mis.

Yng ngham dau'r broses, sy'n rhyddhau meddygon i ddarparu asesiad drws ffrynt, cyflwynodd Ysbyty Tywysoges Cymru ward dan law nyrsys ac ymarferwyr nyrsio fis diwethaf. Mae 25 o welyau ar y ward hon, 19 ohonynt ar gyfer cleifion nad ydynt angen gofal meddygol aciwt ond sydd angen trefnu gofal tymor byr cyn dychwelyd adref. Mae gan Singleton fodel gofal gwahanol, yn seiliedig ar ddatblygu gwasanaeth eiddilwch aciwt o fewn Uned Asesu Singleton.

Mae tîm amlddisgyblaeth gan gynnwys meddyg, ffisiotherapydd, therapydd galwedigaethol a fferylllydd yn cynnal asesiad drws ffrynt.

Rhwng mis Medi a mis Tachwedd 2017, cafodd 118 o gleifion asesiad drws ffrynt ar ôl cyrraedd Uned Asesu Singleton. O'r rhain, nid oedd 38% angen cael eu symud i wardiau, a chawsant fynd adref o'r uned ar ôl treulio deuddydd ar gyfartaledd yno.

Mynediad at ofal wedi'i gynllunio

Mae gwasanaethau gofal wedi'i gynllunio yn cyfeirio at ofal iechyd fel llawdriniaeth sydd wedi'i chynllunio ymlaen llaw. Mae gofal wedi'i gynllunio yn cynnwys trefnu ymgynghoriadau a thriniaethau i gleifion allanol yn ogystal â phroffion diagnostig.

Nod Rhaglen Llywodraeth Cymru ar gyfer Gofal wedi'i Gynllunio yw cyflawni gwasanaeth cynaliadwy. Mae'n gweithio gyda'r GIG ac yn cefnogi'r gwasanaeth i wneud newidiadau effeithiol yn y ffordd y darperir gwasanaethau ar hyd holl lwybr gofal y claf.

Roedd y ffocws cychwynnol ar feysydd lle mae naill ai risg clinigol i glaf ar ôl disgwyl yn hir am driniaeth neu lle mae amseroedd aros annerbyniol o hir am driniaeth – fel offthalmoleg (gofal llygaid), orthopedeg (esgyrn a'r cymalau), y glust, y trwyn a'r gwddf (ENT), wroleg (clefydau'r arennau) ac yn fwy diweddar, dermatoleg (croen). Mae'r angen am fynediad cynnar priodol i'r adran cleifion allanol cyntaf yn bwysig iawn.

Mae apwyntiadau cleifion allanol dilynol yn cymryd cryn dipyn o amser y GIG. Hyd yma, mae cleifion wedi cael apwyntiadau fel mater o drefn yn hytrach na bod yr apwyntiad yn seiliedig ar anghenion clinigol.

Nod y rhaglen yw lleihau nifer yr apwyntiadau dilynol trwy:

- Gyflwyno apwyntiadau dilynol nad ydynt yn rhai wyneb yn wyneb, neu rithglinigau. Mae tystiolaeth gan **Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd** a'r Fro yn dangos bod defnydd o holiaduron penodol (mewn orthopedeg) wedi lleihau nifer y cleifion nad oedd angen gweld ymgynghorydd 70%.
- Cyflwyno 'clinig un stop' – mae'n cael ei ddefnyddio ym maes wroleg ac mae'n cael ymateb cadarnhaol gan gleifion.
- Hyfforddi arbenigwyr gofal iechyd i gynnal apwyntiadau, gan ryddhau amser ymgynghorwyr mewn llefydd eraill. Gwella gwasanaethau offthalmoleg trwy gynyddu nifer yr apwyntiadau yn y gymuned gan ddefnyddio optometryddion a nyrsys, sydd wedi rhyddhau llefydd mewn clinigau ymgynghorwyr prysur.

Mae'r Rhaglen ar gyfer Gofal wedi'i Gynllunio yn dechrau cyflwyno newidiadau, sy'n cynnwys:

- Cyflwyno canllawiau cenedlaethol ar apwyntiadau dilynol ar gyfer gwasanaethau'r trwyn, y glust a'r gwddf, sydd â'r potensial i leihau tua 40% o apwyntiadau dilynol diangen ledled Cymru pan fyddant ar waith yn llawn.
- Dogfen asesu a thriniaeth cyhyrsgerbydol⁸ clinigol genedlaethol (CMAT) wedi'i chytuno. Bydd yn gwella ac yn datblygu'r gwasanaethau CMAT cyfredol a bydd yr egwyddorion hyn yn cael eu cyflwyno ar hyd a lled Cymru.

Amseroedd aros rhwng Atgyfeirio a Thriniaeth

Mae'r amseroedd aros rhwng atgyfeirio a thriniaeth (RTT) wedi gwella dros y ddwy flynedd ddiwethaf yn sgil buddsoddiad ychwanegol gan Lywodraeth Cymru.

Ddiwedd Mawrth 2018, roedd nifer y bobl oedd yn aros dros 36 wythnos ar restr aros RTT wedi gostwng 58% ers uchafbwynt Awst 2015. Y cyfanswm oedd 12,119, sef y ffigur isaf ers mis Mawrth 2014.

Roedd perfformiad 26 wythnos ddiwedd Mawrth 2018 yn 87.6% yn erbyn targed o 95%.

Roedd 0.8 pwynt canran o welliant ers Mawrth 2016 (roedd Mawrth 2018 yn waeth na Mawrth 2017).

Diagnosteg (Symptom neu nodwedd sy'n dystiolaeth ategol mewn diagnosis) – Ddiwedd mis Mawrth 2018, roedd nifer y bobl a oedd yn aros mwy nag wyth wythnos am brawf diagnostig penodol 69% yn is nag ym mis Mawrth 2017, 95% yn uwch nag uchafbwynt Ionawr 2014 ac yn is nag y bu ers mis Medi 2009.

8 Yn ymwneud â'r cyhyr a'r sgerbwd gyda'i gilydd

Gwasanaethau Therapi – ddiwedd mis Mawrth 2018, roedd y niferoedd a oedd yn disgwyl dros 14 wythnos am wasanaethau therapi 90% yn is nag ym Mawrth 2017.

I gefnogi'r gwaith cyflawni, buddsoddodd Llywodraeth Cymru £50 miliwn o gyllid

ychwanegol yn ystod 2017-18 i adeiladu ar y cynnydd a wnaed dros y ddwy flynedd flaenorol, gyda'r disgwyliad y byddai'r amseroedd aros rhwng atgyfeirio a thriniaeth, diagnosteg a'r gwasanaethau therapi yn gwella ymhellach erbyn diwedd mis Mawrth 2018.



Gweithredu Prosiect Red2Green a SAFER yn Ysbyty Bronglais



Mae egwyddor Red2Green yn cael ei chyflwyno ym mhob ward yn Ysbyty Bronglais Aberystwyth ar hyn o bryd, ar y cyd â phecyn llif cleifion **SAFER**.

Mae pecyn llif cleifion **SAFER** yn ffordd ymarferol o leihau oedi i gleifion mewn wardiau cleifion mewnol i oedolion (ac eithrio mamolaeth). O'i ddilyn yn gyson, bydd cleifion yn treulio llai o amser ar y ward a bydd llif a diogelwch cleifion yn gwella fel a ganlyn:

S

Mae pob claf yn cael uwch adolygiad cyn hanner dydd gan glinigwr sy'n gallu gwneud penderfyniadau rheoli a rhyddhau.

A

Mae gan bob claf ddyddiad rhyddhau disgwyledig a meini prawf clinigol ar gyfer rhyddhau – sy'n cael ei osod gan dybio ei fod yn gwella'n ddelfrydol a gan gymryd nad oes amser aros diangen.

F

Mae llif cleifion yn dechrau o'r cyfle cyntaf posib, o'r unedau asesu i'r wardiau cleifion mewnol – bydd wardiau sy'n derbyn cleifion o unedau asesu yn sicrhau bod y claf cyntaf yn cyrraedd y ward erbyn 10am.

E

Rhyddhau'n gynnar – bydd 33% o'r cleifion yn cael eu rhyddhau o'r wardiau cleifion mewnol sylfaen cyn hanner dydd.

R

Adolygiad MDT systematig o gleifion â hyd aros estynedig (>7 diwrnod – 'cleifion sy'n sownd') gyda meddylfryd clir 'gartre'n gyntaf'.

Mae pecyn llif cleifion SAFER yn gweithio'n arbennig o dda pan gaiff ei ddefnyddio ochr yn ochr â'r dull Red2Green, sy'n golygu bod cleifion yn cael marc coch neu wyrdd bob dydd, a'r nod yw troi pob coch yn wyrdd.

Nid yw diwrnod coch o unrhyw werth i'r claf. Er enghraifft, efallai na chynhelir gwaith diagnosteg gofynnol neu dyw'r ymyriad therapi a gynlluniwyd ddim yn digwydd neu dyw'r claf ddim angen gofal yn yr ysbyty mwyach.

Mae diwrnod gwyrdd yn ddydd o werth i'r claf. Er enghraifft, mae'r claf yn derbyn ymyriad sy'n cefnogi ei lwybr gofal hyd at ei ryddhau o'r ysbyty neu mae rhywbeth a gynlluniwyd neu y gofynnwyd amdano'n digwydd y diwrnod hwnnw, gan arwain at brofiad cadarnhaol i'r claf.

Mae'r materion uchod yn cael eu trafod yn ystod rowndiau'r dydd, a chynhaliwyd y cyntaf ohonynt gan Dr Annette Snell, Orthogeriatregydd Ymgynghorol yn Ysbyty Bronglais ym mis Ebrill 2017.

Annette yw'r ymgynghorydd sydd hefyd wedi hyrwyddo a chwblhau rhaglen beilot lwyddiannus ar ryddhau cleifion dan arweiniad nyrs/digwyddiad.

Nawr, mae'r tîm yn rhoi prosesau ar waith i ddeall manteision y fenter i wella gofal cleifion ac mae menter Red2Green wrthi'n cael ei chyflwyno ar draws holl safleoedd aciwt **Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda**.

O ystyried llwyddiant y dull hwn mewn sawl ysbyty yma yng Nghymru a ledled y DU, mae canllawiau ar lif cleifion SAFER wedi'u cyhoeddi.

www.improvement.nhs.uk/documents/633/the-safer-patient-flow-bundle.pdf

Sgrinio Hepatitis ar Fws Byddin yr Iachawdwriaeth

Yn 2017, bu Tîm Feirysau a Gludir yn y Gwaed o **Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd** a'r Fro a gwirfoddolwyr yn treulio nosweithiau ar fwrdd bws Byddin yr Iachawdwriaeth yng nghanol dinas Caerdydd, lle buon nhw'n cynnal profion hepatitis a sgrinio'r iau gyda rhai o aelodau mwyaf agored i niwed ein cymdeithas.

Bu'r tîm yn gweithio ar ddec uchaf y bws am wythnos er mwyn cynnal profion yn ogystal

â chodi ymwybyddiaeth o'r feirws ymhlith y boblogaeth fregus hon, gan gynnwys sut i osgoi'r haint a threfnu i roi triniaeth fel bo'r angen.

Mae lleihau baich Hepatitis C nid yn unig o fudd i unigolion sy'n derbyn triniaeth ond hefyd holl aelodau'r gymdeithas gan fod triniaeth yn lleihau'r baich ar adnoddau gwerthfawr, fel trawsblaniad yr afu, yn ogystal â lleihau'r risg o drosglwyddo'r feirws i eraill.



Mynediad at y gofal cywir ar yr adeg gywir gan y person cywir / yn y lle cywir, neu'n agos i gartref



Yn ystod 2017, fe welsom sawl ffordd newydd ac arloesol o ddarparu gwasanaethau gofal iechyd lleol yn ein cymunedau lleol, wedi'u treialu ledled Cymru trwy raglenni ysgogi arloesi cenedlaethol a'r clystyrau gofal sylfaenol. Mae rhai enghreifftiau o fentrau yn cynnwys:

Fe wnaeth **clwstwr gofal sylfaenol Cwmtawe** benodi gweithiwr cyswllt presgripsiynau cymdeithasol ym mis Hydref 2017. Mae'r gwasanaeth hwn wedi meithrin cysylltiadau â darparwyr gofal cymdeithasol a sefydliadau cymunedol a gwirfoddol.

Er enghraifft, mae'r ganolfan gymuned leol wedi cytuno bod modd defnyddio llain o dir gwyrdd yn y ganolfan i ddatblygu clwb garddio.

Mae **rhwydwaith gofal y gymdogaeth Gogledd Trefynwy** yn darparu gwasanaeth ffisiotherapi mynediad uniongyrchol i gleifion yr ardal.

Ym mis Rhagfyr 2017, dywedodd y bwrdd iechyd lleol fod y gwasanaeth wedi arwain at welliannau yn y misoedd cyntaf gan gynnwys rhyddhau 20% o'r cleifion i reoli eu hunain a 62% o'r cleifion wedi'u neilltuo i'r rhestr aros am ffisiotherapi rheolaidd.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr** wedi gweithredu model gwaith sy'n denu rolau newydd i ofal iechyd lleol fel uwch ymarferwyr nyrsio, ffisiotherapyddion a fferyllwyr.

Mae'r model hefyd yn sicrhau bod derbynyddion meddygfeydd teulu yn derbyn hyfforddiant priodol i'w caniatáu i ddatblygu sgiliau a dod yn 'llyw-wyr cymunedol' sy'n treulio amser yn helpu aelodau'r cyhoedd sy'n ansicr ynghylch sut i gael gfael am y gofal cywir ar

yr adeg gywir gan y ffynhonnell gywir, gartref neu'n agos i gartref.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf** wedi gweithredu cynllun sy'n cyflwyno clinigau mwy lleol i gleifion diabetes, cyhyrsgerbydol, clefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint a chyflyrau'r galon. Mae clinigau yn cynnwys timau amlddisgyblaeth yn cydweithio i ddarparu clinigau rheolaidd i gleifion mewn lleoliadau cymunedol fel Dewi Sant, Pontypridd, a Pharc Iechyd Keir Hardie ym Merthyr.

Mae **clwstwr gofal sylfaenol Taf ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda** yn cyflogi technegydd therapi galwedigaethol o fewn y Tîm Adnoddau Cymunedol er mwyn helpu'r rhai a aseswyd eu bod mewn perygl o gwmpo neu eiddilwch. Mae hyn wedi caniatáu i ragor o gleifion a aseswyd fel rhai 'mewn perygl' i gael eu rheoli'n effeithiol yn eu cartrefi eu hunain gyda monitro parhaus a chymorth lefel isel fel bo'r angen.

Mae **clwstwr gofal sylfaenol Gogledd Powys** wedi penodi dau feddyg cysylltiol i ddarparu cymorth i feddygon teulu mewn meysydd fel cymryd

hanes meddygol gan gleifion, cynnal archwiliadau corfforol, perfformio gweithdrefnau diagnostig a therapiwtig a rhoi cyngor iechyd a llesiant.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro** wedi gweithredu cynllun sy'n sicrhau bod profion gwaed rheolaidd a brys yn cael eu cynnal gan waeddyddion yn hytrach na nyrs ardal lle bo'n briodol. Mae hyn wedi rhoi rhagor o amser i dimau nyrsio ardal ganolbwyntio ar y cleifion mwyaf eiddil a chymhleth dan eu gofal.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan** wedi sefydlu cynllun brechu plant dan law nyrsys. Mae'r tîm nyrsio wedi derbyn hyfforddiant i'w caniatáu i gyflwyno dull cynaliadwy o frechu heb fod angen defnyddio meddygon teulu. Ers ei sefydlu, mae'r tîm wedi rhoi cymorth i saith meddygfa deulu yn yr ardal, sy'n golygu bod rhestr aros ar gyfer imiwneiddio yn y meddygfeydd hyn wedi'u dileu'n llwyr.

Gofal Sylfaenol Primary Care

un
one



Datblygu Gofal Sylfaenol yng Nghymru ■ Developing Primary Care in Wales

Mae Llywodraeth Cymru wedi pennu model gofal sylfaenol⁹ ar gyfer y genedl. Mae'n deillio o waith arloesi lleol ar lefel clystyrau o safbwynt iechyd a llesiant.

Mae'n adeiladu ar lwyddiannau cynllun gofal sylfaenol cenedlaethol 2014 a ategwyd gan bron i £43 miliwn ac egwyddorion gofal iechyd darbodus¹⁰.

Mae ein ffordd o weithio yn golygu helpu pobl i ddeall sut i gadw mor iach â phosib.

Mae ein ffordd o weithio yn golygu helpu pobl i ddeall sut i gadw mor iach â phosib. Hoffem ragweld anghenion iechyd pobl ac ymyrryd cyn i'r anghenion hynny droi'n rhai brys.

Rydym yn disgwyl i feddygon teulu weithio gyda gweithwyr proffesiynol eraill, fel fferyllwyr, nyrsys, ffisiotherapyddion, deintyddion, optometryddion, gweithwyr cymdeithasol a phobl sy'n gweithio yn y sector gwirfoddol er mwyn cynnig sawl ffordd wahanol i bobl gael gafael ar y gofal a'r cymorth cywir yn agos i gartref neu hyd yn oed yn eu cartref.

Rydym yn disgwyl i bawb rannu gwybodaeth am unigolion yn briodol fel bod gwasanaethau'n rhai cydlynus ac yn cael eu

darparu mewn ffordd mor hwylus ac amserol â phosib ledled y gymuned.

Defnyddir technoleg fodern a chyfleusterau a gwasanaethau lleol i helpu pobl i fyw bywydau iach a chynorthwyo'r rhai sydd angen gofal.

Mae'r Cyfarwyddwr Cenedlaethol Gofal Sylfaenol wedi datblygu rhaglen strategol mewn ymateb i gynllun Cymru lachach.

Nod yr ymateb yw cynyddu hynt a maint camau cydweithio lleol i gyflwyno ein dull gweithredu iechyd a llesiant.

Mae rhagor o wybodaeth ar wefan Gofal Sylfaenol Un:
www.gofalsylfaenolun.cymru.nhs.uk/hafan

9. Mae gofal sylfaenol yn cynnwys hybu iechyd, atal clefydau, cynnal a chadw iechyd, cwmsela, addysg cleifion, diagnosis a thriniaeth ar gyfer salwch difrifol a hirdymor mewn amrywiaeth o leoliadau gofal iechyd (e.e. swyddfa, cleifion mewnol, gofal critigol, gofal hirdymor, gofal cartref, gofal dydd ac ati.).

10 Ystyr gofal iechyd darbodus yw gofal iechyd sy'n addas i anghenion ac amgylchiadau cleifion ac sy'n osgoi gofal gwastraffus nad yw o fudd i'r claf.

6 Gofal Unigol

Mae'r pethau sy'n bwysig i chi yn bwysig i ni hefyd.

Rydym ni eisiau gweithio gyda chi i gael eich gofal yn iawn fel ei fod yn diwallu'ch anghenion unigol chi, a chynnwys teulu neu ofalwyr pan fydd angen.

Trwy wrando ar eich profiadau a dysgu ganddynt, rydym yn gwneud ein gorau glas i ddylunio a darparu gwasanaethau sy'n lleihau anghydraddoldebau, yn darparu cymorth i ofalwyr, yn ogystal â gwella gwasanaethau ar gyfer grwpiau agored i niwed.

Dyma rai enghreifftiau o sut mae sefydliadau wedi cymryd camau i roi cleifion wrth galon popeth a wnânt, er mwyn sicrhau bod pawb yn cael eu trin fel unigolion ac yn cael cymorth sy'n canolbwyntio ar eu hanghenion penodol nhw.

Darparu gwasanaeth iechyd dwyieithog

Fel rhan o'i ymrwymiad i sicrhau gofal dwyieithog i gleifion a'r cyhoedd, mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr** wedi gwneud gwelliannau allweddol yn ystod 2017 i gynyddu ymwybyddiaeth o bwysigrwydd darparu gwasanaeth i'r boblogaeth Cymraeg ei hiaith.

Mae Cynllun Dewis Iaith, sy'n dangos iaith cleifion drwy roi magnetau 'Siaradwr Cymraeg' uwchben gwelyau cleifion, wedi cael ei gyflwyno ar draws y Bwrdd Iechyd i sicrhau bod cleifion yn cael cynnig gwasanaethau yn yr iaith o'u dewis.

Mae adborth gan staff, cleifion a theuluoedd wedi bod yn gadarnhaol, gyda llawer o gleifion yn dweud faint yn fwy cysurus ydyn nhw eu bod yn gallu trafod eu hanghenion gofal yn Gymraeg.

Lansiwyd ymgyrch newydd, 'Defnyddiwch eich Cymraeg / Use your Welsh', ym mis Chwefror 2018 i annog staff i ddefnyddio'u Cymraeg, beth bynnag fo lefel eu gallu.

Mae'r ymgyrch hon wedi codi ymwybyddiaeth o'r Gymraeg a'i phwysigrwydd yn y maes gofal iechyd, gan gynyddu'r cyfleoedd sydd ar gael i gleifion i ddefnyddio'r iaith.

Bydd y Bwrdd Iechyd yn parhau i weithio gyda phartneriaid a rhanddeiliaid allweddol i weithredu gofynion Mesur y Gymraeg (Cymru) 2011 i gynyddu darpariaeth gofal iechyd yn ardal y bwrdd iechyd.

Mae **Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** wedi ymrwymo i wella sgiliau Cymraeg ei staff hefyd. Mae'r Ymddiriedolaeth wedi cofrestru gyda'r Ganolfan Dysgu



Cymraeg Genedlaethol, gan roi cyfleoedd i staff ddilyn cwrs ar-lein 10 awr am ddim i ddysgu Cymraeg syml sy'n addas ar gyfer y gweithle.

Mae staff yn gallu cyfarch cydweithwyr, cleifion a phobl â buddiant yn yr Ymddiriedolaeth gan ddefnyddio brawddegau Cymraeg. Mae mwy na 70 o aelodau staff yr Ymddiriedolaeth wedi cofrestru ar y cwrs ac mae un aelod staff wedi manteisio ar y cyfle i fynychu cwrs preswyl dwys yng Nghanolfan y Gymraeg, Nant Gwrtheyrn.

Nam ar y synhwyrâu a grwpiau eraill agored i niwed

Ar lefel genedlaethol, mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda** yn parhau i gefnogi'r gwaith o gyflawni'r Safonau Nam ar y Synhwyrâu drwy fynychu cyfarfod y grŵp uwch-swyddogion Cymru gyfan.

Mae'r grŵp wedi rhoi cyfleoedd gwybodaeth i'r bwrdd iechyd rannu gwybodaeth a dylanwadu ar fentrau cenedlaethol, fel y mis ymwybyddiaeth o nam ar y synhwyrâu bob mis Tachwedd.



It Makes Sense
SENSORY LOSS AWARENESS MONTH

Cyflwynodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda nifer o fentrau lleol yn ystod mis ymwybyddiaeth o nam ar y synhwyrâu 2017.

Un maes y cafodd y Bwrdd Iechyd gydnabyddiaeth amdano oedd darparu cymorth cyfathrebu i'r gymuned bobl fyddar. Mae iaith Arwyddion Prydain a chymorth arall ar gael gan Gyngor Cymru i Bobl Fyddar, ac mae'r defnydd ohono'n cynyddu 20% a mwy o un flwyddyn i'r llall.

Bob blwyddyn, rhoddwyd cymorth ar gyfer nam ar y synhwyrâu i fwy na 200 o gleifion ac mae'r model gwerth am arian wedi cael ei gydnabod yn genedlaethol gan Dîm Arferion Da Swyddfa Archwilio Cymru.

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi ennill gwobrau cenedlaethol yn ystod 2017/18.

Mae gwobrau cyfun Cyngorau Cymru ar gyfer Pobl Fyddar a Phobl Ddall wedi'u seilio'n llwyr ar enwebiadau gan gleifion. Enillodd Adran Awdioleg Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda wob, a hefyd y Clinig Asesu am ei waith yn cefnogi claf â nam ar ei olwg.

Cam cadarnhaol arall oedd datblygu Gwobrau Ystyriol o Nam ar y Synhwyrâu y Bwrdd Iechyd. Pan gyhoeddwyd y safonau gyntaf, gwahoddwyd aelodau'r gymuned nam ar y synhwyrâu i ymweliadau 'cerdded a siarad' â wardiau, clinigau ac adrannau.

Roedd pob un o'r rhain wedi esgor ar awgrymiadau ar gyfer gwelliannau ac yn seiliedig ar y profiad cronol hwn, datblygwyd y Gwobrau.

Ap Cyfathrebu Cyn Ysbyty

Datblygodd **Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** (WAST) Ganllaw Cyfathrebu Cyn Ysbyty ar ffurf llyfryn bach, a lansiwyd yn 2013.

Roedd staff gweithredol yn defnyddio'r canllaw i'w helpu nhw i gyfathrebu'n fwy effeithiol gyda phobl ag anghenion cyfathrebu ychwanegol.

Gyda mwy a mwy o bobl yn berchen ar ac yn defnyddio ffonau clyfar, penderfynodd yr Ymddiriedolaeth ddatblygu'r canllaw ar ffurf ap.

Roedd yr Ymddiriedolaeth eisiau defnyddio atebion technoleg newydd ac arloesol i greu adnodd cyfathrebu a allai barhau dros amser ac a fyddai ar gael i staff y GIG a gofal cymdeithasol, yn ogystal ag aelodau'r cyhoedd a defnyddwyr gwasanaethau iechyd.

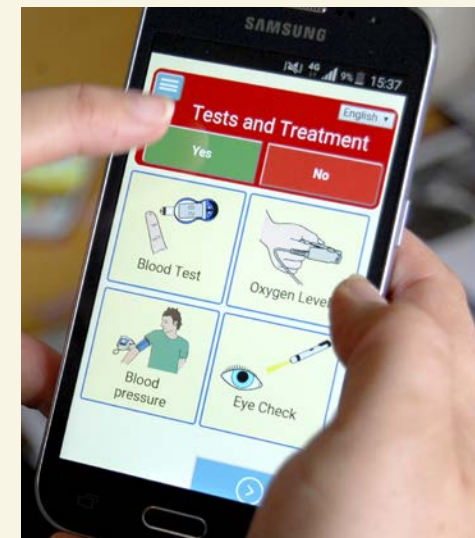
Defnyddio'r ap:

Mae'r ap yn defnyddio cymysgedd o iaith lafar, ystumiau a lluniau i gyfathrebu ac mae'n defnyddio lluniau gydag ychydig o destun ategol i helpu i ganfod gwybodaeth bwysig.

Mae o gymorth i gyfathrebu â phobl sydd ag anghenion cyfathrebu ychwanegol yn cynnwys:

- pobl fyddar neu drwm eu clyw
- pobl sydd heb Saesneg fel iaith gyntaf
- pobl ag anabledau dysgu
- pobl sydd â salwch neu anaf sy'n effeithio ar eu cyfathrebu.

Cafodd yr ap ei lansio'n swyddogol ym mis Tachwedd 2016 ac fe'i henwebwyd yn y categori 'Rhagoriaeth mewn Iechyd' Gwobrau Rhagoriaeth Cymru 2017 Action on Hearing Loss Cymru.



Daeth yr ap yn ail yn y categori hwn ond enillodd y wob 'Dewis y Bobl'.

Roedd y wob hon yn gydnabyddiaeth wych o'r gwaith sydd wedi'i wneud i wella cyfathrebu rhwng staff a phobl fyddar neu drwm eu clyw.



Gwasanaeth Cadw'n Iach Gartref

Y llynedd rhannodd **Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf** gynlluniau Partneriaeth Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cwm Taf Social ar gyfer tîm **Cadw'n Iach Gartref** newydd ac uchelgeisiol.

Nod y gwasanaeth newydd yw atal pobl rhag cael eu derbyn i'r ysbyty heb angen drwy asesu pobl yn yr adran frys neu'r Uned Penderfyniadau Clinigol/Uned Feddygol Acíwt a chomisiynu/darparu cymorth iechyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector/cymunedol i helpu pobl i

ddychwelyd adref yn gyflym 7 diwrnod yr wythnos, 365 diwrnod y flwyddyn rhwng 8am ac 8pm.

Mae'r timau hyn yn cynnwys Therapi Galwedigaethol, Ffisiotherapi, Gweithwyr Cymdeithasol ac Ymarferwyr Therapi Cynorthwyl.

Mae'r gwasanaeth Cadw'n Iach Gartref yn darparu triniaeth, gofal a chymorth i gyfran fawr o'r oedolion sydd angen gofal fwyaf, gan sicrhau eu diogelwch a'u llesiant yn y gymuned, eu cartrefi eu hunain, gan osgoi'r angen iddynt dreulio amser yn yr ysbyty a'r risgiau a'r costau sy'n gysylltiedig â hynny.



Iechyd Meddwl Amenedigol



Bwrdd Iechyd Addysgu Powys Mae gwasanaethau Iechyd Meddwl wedi gweithio'n agos gyda gwasanaethau Bydwreigiaeth a Phlant i sefydlu fforymau amenedigol sydd wedi gwella cydweithio ac arwain at ganlyniadau gwell i gleifion. Mae arweinydd amenedigol ym mhob ardal yn cefnogi iechyd meddwl yn ystod beichiogrwydd a gofal ôl-enedigol.

Mae'r cymorth a'r driniaeth sydd ar gael yn unigryw i'r unigolyn ac yn dibynnu ar gydweithio gwyb gan staff ar draws gofal sylfaenol ac eilaidd a'r trydydd sector (e.e. elusennau a gwirfoddolwyr). O fis Ebrill 2017, mae Bydwreagedd ac Ymwelwyr Iechyd wedi bod yn gofyn i bob darpar riant a riant newydd am eu hiechyd meddwl ac yn cynnig asesiad a chymorth pellach yn ôl yr angen.

Gwella canlyniadau iechyd a phrofiad cleifion

Mae Llywodraeth Cymru'n chwilio am ffyrdd o fesur a deall mwy am y profiad gofal mae pobl yn ei gael mewn gwahanol wasanaethau ac am statws iechyd neu ansawdd bywyd cysylltiedig ag iechyd ar ryw adeg benodol. Mae gwybodaeth am statws iechyd yn rhoi syniad o'r canlyniadau neu ansawdd y gofal a roddir i gleifion y GIG.

Mae deall barn cleifion am eu profiadau gofal a chanlyniadau'r driniaeth a gânt yn bwysig i sicrhau y gallwn ddysgu a gwneud gwelliannau i wasanaethau.

Mae'r wybodaeth hon yn cael ei chasglu drwy holiaduron o'r enw mesurau canlyniadau a adroddir gan gleifion (PROMs) a mesurau profiad a adroddir gan gleifion (PREMs).

Mae set genedlaethol o gwestiynau cyffredinol am brofiadau a chanlyniadau iechyd wedi'i chytuno ac mae cwestiynau mwy penodol am ganlyniadau cysylltiedig â chyflyrau wedi'u cymeradwy mewn tri maes o'r GIG: offthalmoleg (llygaid), orthopaedeg (esgyrn a chymalau) ac ENT (clust, trwyn a gwddf).

Mae'r wybodaeth a gesglir yn cael ei defnyddio gan feddygon a chleifion gyda'i gilydd i wneud penderfyniadau ynghylch triniaeth a gofal. Mae'r wybodaeth yn gallu cael ei defnyddio ar lefel

y boblogaeth ehangach hefyd i helpu i ddeall pa mor effeithiol fu triniaeth y GIG yn y meysydd hyn ac a yw canlyniadau'n cyd-fynd â'r hyn ddylai cleifion ei ddisgwyl.

Dros amser, bydd casglu mesurau canlyniadau a mesurau profiad hefyd yn galluogi ysbytai Cymru i gymharu eu hunain ag ysbytai eraill yng Nghymru, y DU ac mewn rhai achosion, y byd. Bydd hyn yn galluogi GIG Cymru i asesu pa mor dda mae gwasanaethau'n cael eu darparu ac mae'n cynnig cyfle i rannu arfer gorau a gwelliannau o Gymru a thu hwnt.

I wybod mwy am waith GIG Cymru ar y mesurau hyn, ewch i'r wefan Mesurau Canlyniadau a Adroddir gan Gleifion:

www.proms.nhs.wales



7 Ein Staff

Mae'r bobl sy'n gweithio i GIG Cymru'n gwneud gwahaniaeth ym mhopeth a wnawn. Mae eu hangerdd a'u hymroddiad i'w gweld yn y glir yn y gwasanaethau a ddarparwn.

Ni fyddem yn gallu darparu cynifer o wasanaethau a thriniaethau bob dydd ledled Cymru heb ymroddiad ein staff a'n contractwyr gofal sylfaenol.

Mae hyn yn wir hefyd am y gwirfoddolwyr a sefydliadau trydydd sector lu sydd hefyd yn darparu gofal, cefnogaeth a chymorth ymarferol i helpu pobl sydd ei angen.

Rydym yn awyddus i gydnabod a gwobrwyio hyn ble bynnag y gallwn ni - dyna pam rydym ni'n cynnal Gwobrau GIG Cymru, a ddathlodd eu canmlwyddiant yn 2017.

Mae'r arloesedd a'r gwaith caled sy'n cael sylw yn y gwobrau yn ysbrydoliaeth. Mae'r bennod hon yn cynnwys rhai enghreifftiau o'u gwaith caled a'u hymroddiad.

Helpu ein Gweithlu i fod yn hapus ac yn iach

Afal y dydd!

Mae gweithiwr iechyd yn Abertawe yn awyddus iawn i ofalu am ei chydweithwyr.

Mae tîm clinigol gofal brys y ddinas yn trin cleifion yn eu cartrefi nhw'u hunain fel nad oes rhaid iddyn nhw fynd i'r ysbyty. Mae'r tîm yn cynnwys 40 aelod staff yn cynnwys ymarferwyr uwch, meddygon, ymgynghorydd, nyrsys uwch, nyrsys a gweithwyr cymorth gofal iechyd.

Bellach maen nhw'n cael help llaw i gadw'n ffit ac yn iach eu hunain diolch i Sharon Taylor, aelod o'r tîm. Sharon, sy'n gweithio fel gweithiwr cymorth gofal iechyd, yw hyrwyddwr llesiant y tîm – ac mae ei phrosiect cyntaf, sef darparu ffrwythau ffres i'w chydweithwyr, wedi bod at ddant pawb.

Lansiodd **Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** ei Rwydwaith o Hyrwyddwyr Llesiant y llynedd, gyda'r nod o gael o leiaf un hyrwyddwr ym mhob maes gwasanaeth neu adran ar draws y bwrdd iechyd.

Newid Bach #TeimloYnWych



Nod yr ymgyrch hon yw mynd i'r afael â rhai o'r problemau a nodwyd yn adroddiad blynyddol 2015/16 Cyfarwyddwr Iechyd y Cyhoedd **Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf University**, 'One More Healthy Behaviour'.

Roed yr adroddiad yn amlinellu'r angen o hyd i fynd i'r afael â'r lefelau cynyddol o ordewdra (y rheini sydd dros bwysau), cyfraddau smygu uchel a deiet gwael yn ardaloedd Merthyr Tudful a Rhondda Cynon Taf.

Mae Un Newid Bach yn annog staff i addo gwneud un newid bach i'w bywyd bob dydd ac yna ymrwymo iddo mewn Her Teimlo yn Wych am 30 diwrnod.

Gall y newid fod mor syml ag yfed mwy o ddŵr bob dydd, cerdded bob amser cinio, coginio bwyd ffres bob dydd neu wneud y 'plank' (ymarfer corff sy'n cryfhau cyhyrau'r abdomen) cyn cyfarfodydd!

Bydd pawb sy'n cymryd rhan yn cael eu holi a wnaethon nhw gadw at eu haddewid, er mwyn gallu edrych ar wybodaeth a'i gwerthuso i ddangos yr effaith ar iechyd a lles.

O arwain drwy esiampl, gall staff fod yn gynrychiolwyr i'w cleifion, cydweithwyr a chymunedau lleol ar bwysigrwydd gwneud newidiadau iach i'w ffordd o fyw.

Meddai Angela Jones, Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd y Bwrdd Iechyd;

“Does dim rhaid i fod yn iach ac yn ffit fod yn waith caled, a thrwy addo gwneud un newid bach i'ch bywyd bob dydd, gallwch helpu i wella'ch iechyd a theimlo gymaint gwell.

Rydym ni am i bawb sy'n cymryd rhan feddwl am ba mor wych fyddan nhw'n teimlo ar ôl cwblhau'r her 30 diwrnod ac yna'u hannog a'u cynorthwyo i barhau â'r newid, dechrau newid arall ac ysbrydoli eraill i ymuno. ”

Recriwtio

Gwlad, Gwlad: Hyfforddi, Gweithio, Byw

Lansiwyd yr ymgyrch Hyfforddi Gweithio Byw ar gyfer meddygon, yn cynnwys meddygon teulu, yn Hydref 2016, i hyrwyddo manteision hyfforddi a gweithio yn Nghymru.

Mae'r ymgyrch yn defnyddio llwybrau cenedlaethol a rhyngwladol mewn cyfryngau digidol, print a chymdeithasol yn ogystal â mynychu digwyddiadau allweddol.

Adolygwyd y cam hwn o'r ymgyrch unwaith eto yn Hydref 2017 ac fe'i hehangwyd i gynnwys seiciatreg graidd (trin problemau iechyd meddwl).

Yn dilyn diwedd y cyfnodau recriwtio yn 2017, cafodd 144 o lefydd hyfforddi ar gyfer meddygon teulu eu llenwi, mwy na 136 o lefydd a oedd ar gael ar ddechrau'r cyfnod recriwtio.

Roedd hyn yn cynnwys recriwtio mewn ardaloedd sydd wedi ei chael hi'n anodd recriwtio yn y gorffennol, er enghraifft, yn 2016 ni lwyddodd Sir Benfro i lenwi unrhyw swyddi gwag o ganlyniad

i'r ymgyrch; llenwyd pob swydd wag yn 2017.

Mae chwe meddyg teulu dan hyfforddiant ychwanegol yn Sir Benfro ac fel rhan o'r cynllun hyfforddi, maen nhw'n gwneud y 18 mis cyntaf o'u hyfforddiant mewn ysbyty – mae hynny'n golygu bod 6 meddyg ychwanegol ar rotas ysbytai yn yr ardal leol.

Mae'r ymgyrch yn gyfrifol hefyd am nifer o benodiadau meddygol ar draws amrywiaeth o feysydd a graddau iechyd yn cynnwys ymgynghorydd.

Gan adeiladu ar yr ymgyrch meddygon teulu, ym mis Mai 2017 lansiodd Ysgrifennydd y Cabinet dros lechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol ail gam yr ymgyrch a oedd yn targedu nyrsys i hyfforddi, gweithio a byw yng Nghymru. Mae'r rhan hon o'r ymgyrch yn dangos pedair nyrs o bob cwr o Gymru wrth eu gwaith ac yn mwynhau un o'u diddordebau.

Nod yr ymgyrchoedd yw helpu byrddau iechyd lleol / ymddiriedolaethau iechyd drwy greu brand amlwg i GIG Cymru a'i hyrwyddo yn y DU ac ar draws y byd i ddangos beth sydd gan



Gyrfaoedd Meddygol yng Nghymru.
#HyfforddiGweithioByw

www.hyfforddigweithiobyw.cymru
ymholiadau@hyfforddigweithiobyw.cymru

Gymru i'w gynnig i weithwyr gofal iechyd proffesiynol.

Bydd camau nesaf yr ymgyrch yn targedu fferyllwyr a gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd yn cynnwys ffisiotherapyddion a therapyddion galwedigaethol.

Prif ffocws y cam hwn fydd cynyddu'r gwahanol sgiliau sydd ar gael ym maes gofal sylfaenol a gofal cymunedol.

Mae llwyddiant recriwtio yn cynnwys **Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr** yn cynnal cyfres o ddiwrnodau recriwtio a llwyddwyd i recriwtio 250 a mwy o staff nyrsio.

At hynny, recriwtiwyd 44 Nyrs Dychwelyd i Ymarfer ar ôl cwblhau'r cwrs Dychwelyd i Ymarfer gyda Phrifysgolion Bangor a Glyndŵr. Ddiwedd 2017, roedd **Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda** wedi penodi 65 o uwch feddygon, dwbl y nifer a benodwyd yn 2015, yn ogystal â 28 yn fwy o Weithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd a 91 yn fwy o Nyrsys Cofrestredig (yr unig Fwrdd Iechyd yng Nghymru i weld cynnydd mewn Nyrsys Cofrestredig).

Ai'r rhain yw meddygon ein dyfodol?

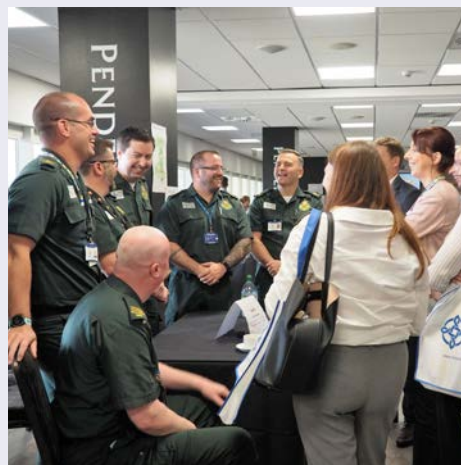
Mae 12 Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth **Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan** wedi rhoi cyllid i gynorthwyo myfyrwyr chweched dosbarth yng Ngwent i gwblhau cwrs a gyflwynir mewn partneriaeth â Mediprep UK (cynorthwyo pobl sy'n gwneud cais i ysgol feddygol). Mae hyn yn golygu bod myfyrwyr yn gallu dilyn y cwrs am ddim. Mynychodd 43 o fyfyrwyr y cwrs yn Ysgol Gymraeg Caerffili.

Yn gynharach yn y flwyddyn cynhaliwyd sesiwn Mediprep yn Ysgol Gyfun Cwm Rhymni, lle dywedodd 95% o fyfyrwyr na fyddent wedi cwblhau'r cwrs pe na bai wedi cael ei drefnu a'i ariannu gan y Bwrdd Iechyd. Hefyd, mae ysgolion lleol wedi cael cyllid i brynu llyfrau ac adnoddau meddygol a gofal iechyd ar gyfer eu llyfrgelloedd i helpu myfyrwyr i ddeall rolau proffesiynol a dewisiadau gyrfa yn y maes hwn.

Mae'r fenter hon yn rhan o ymdrech ehangach gan y Bwrdd Iechyd i recriwtio mwy o feddygon teulu a gweithwyr iechyd proffesiynol cysylltiedig i helpu i ddarparu gwasanaethau gofal sylfaenol cynaliadwy ledled Gwent.

Cymdeithas Rheoli Pobl Gofal Iechyd (HPMA) yn cydnabod digwyddiad recriwtio 'Big Bang' – 20 peth

Mae **Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** wedi ennill gwobr uchel ei bri am gynnal digwyddiad recriwtio y cyntaf o'i fath a arweiniodd at benodi 30 a mwy o Barafeddygon.



Mewn seremoni yn Llundain ym Mehefin 2017, enillodd yr Ymddiriedolaeth Wobr HPMA yn y categori Tîm Recriwtio'r Flwyddyn am ei ddigwyddiad 'Big Bang' a gynhaliwyd ar 15 Ebrill 2016 lle daeth dwsinau o ddarpar recriwtiaid newydd ynghyd yn Ysbyty Maes 203 Caerdydd am gyfweiliad swydd go wahanol.

Bu'r ymgeiswyr yn cymryd rhan mewn sesiynau ar arddull 'speed-dating' – roeddent yn cael cyfle i holi cynrychiolwyr o'r gwasanaeth yn fanwl, yn cynnwys gweithrediaid, iechyd a llesiant ac ymchwil a datblygu, er mwyn cael darlun gwell o sut mae'r Ymddiriedolaeth yn cael ei rhedeg.

Dilynwyd hyn gan brynawn o gyfweiliadau ffurfiol, a chafodd 32 o'r 39 o ymgeiswyr eu penodi ar y diwrnod.

Roedd y digwyddiad mor boblogaidd, fel i'r Ymddiriedolaeth gynnal ail ddigwyddiad recriwtio Big Bang ym Mehefin 2017 yn Stadiwm Liberty, Abertawe, gan recriwtio cymysgedd o barafeddygon graddedig a chymwysedig a thechnegwyr meddygol brys cymwysedig.

Mae'r digwyddiadau hyn wedi sicrhau bod gan yr Ymddiriedolaeth gyflenwad llawn o bameddygon. Mae wedi lleihau dibyniaeth ar staff yn gweithio goramser, wedi lleihau costau ac wedi sicrhau gwell cydbwysedd rhwng bywyd a gwaith i staff sy'n cael cysylltiad uniongyrchol â'r cyhoedd.

Gwirfoddoli

Mae byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd yn cydnabod cyfraniad sylweddol a gwerthfawr gwirfoddolwyr ym mhob un o'u gwasanaethau. Gall gwirfoddolwyr wella ac ychwanegu at y gwasanaethau a ddarperir gan staff cyflogedig, gan helpu i wella profiad cleifion a'u teuluoedd. Mae gwirfoddoli yn gallu cael effaith fuddiol a phwysig ar y gwirfoddolwyr eu hunain, gan helpu i wella'u hunanhyder a'u cymhelliad a'u cadw'n brysur hefyd.

Digwyddiad Dathlu Gwirfoddolwyr

Diolchwyd i gannoedd o wirfoddolwyr am eu gwaith yn cefnogi iechyd yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg. Cynhaliwyd dathliad arbennig i gydnabod gwaith caled ac ymroddiad y bwrdd iechyd a chydweithwyr y trydydd sector sy'n gwirfoddoli. Cafodd y digwyddiad ei agor gan y Cyfarwyddwyr Nyrso a'r Dirprwy Gadeirydd ac fe wnaethon nhw ddiolch o galon i'r rheini sy'n rhoi o'u hamser i wirfoddoli a chynorthwyo'r cleifion a'r bobl sy'n defnyddio gwasanaethau'r bwrdd iechyd.

Gwirfoddoli dros lechyd

Mae rhaglen 'Gwirfoddoli dros lechyd' Hywel Dda yn recriwtio gwirfoddolwyr mewn amrywiaeth o rolau i gefnogi cleifion a gwella'u profiad o ysbytai, yn cynnwys gwasanaeth cyfeillio ar wardiau, cymorth fferyllfa, tywyswyr cleifion allanol, rolau cefnogi cymheiriaid a rolau cyfarch mewn adrannau sy'n boblogaidd iawn yn y gymuned leol.

Mae'r fenter hefyd yn rhoi cyfleoedd garddio mewn ysbytai cymunedol a chyfleoedd i yrwyr gwirfoddol.

Mae gwirfoddolwyr yn cynnig budd mawr i gleifion, o gael rhywun i eistedd a sgwrsio gyda nhw pan fyddant ar eu pen eu hunain, neu eu helpu i fwyta. Ar hyn o bryd mae gan Hywel Dda 270 a mwy o wirfoddolwyr ac mae'r bwrdd yn edrych ar ehangu cwmpas eu gwirfoddolwyr i gydnabod pa mor werthfawr yw eu cyfraniad.

Mae'r bwrdd yn rhedeg Rhaglen Cleifion Arbenigol hefyd, lle mae 22 o diwtoriaid gwirfoddol yn darparu rhaglenni hunanreoli i gleifion. Maent yn amrywio o gyflwyniad tair awr o hyd, i gwrs chwe wythnos ar gyfer diabetes neu gwrs naw wythnos ar gyfer Clefyd Rhwystrol Cronig yr Ysgyfaint (COPD), grŵp o gyflyrau'r ysgyfaint.

Mae'r rhaglen yn cynnal tua 90 cwrs y flwyddyn gan weithio'n agos gyda gofal sylfaenol ac mae yna ddau wirfoddolwr ychwanegol yn gweithio'n agos gyda'r tîm i helpu i rannu gwybodaeth am y fenter ar draws Hywel Dda a thu hwnt.



Cymru o blaid Affrica

Mae'r GIG yn parhau i ddangos ymrwymiad i ddangos cyfrifoldeb at weddill y byd, gan gydnabod manteision hyn i Gymru yn ogystal â gwledydd eraill. Mae staff o fyrddau iechyd ac ymddiriedolaethau ledled Cymru yn parhau i feithrin cysylltiadau rhyngwladol gyda chydweithwyr yn Affrica.

Ymhlith yr enghreifftiau o waith da sy'n cael ei wneud ledled Cymru, fe wnaeth Cyswllt Gofal Cancer Sierra Leone De Cymru **Ymddiriedolaeth Felindre** a Bwrdd **Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro**, a ddatblygwyd i roi hyfforddiant arbenigol ar ganser a gofal lliniarol i weithwyr

gofal iechyd proffesiynol yn Sierra Leone, ennill Gwobr Bartneriaeth Cymru o blaid Affrica am ei rôl gydweithio yn dwyn ynghyd grwpiau o weithwyr proffesiynol yn Ne Cymru i weithio gyda chydweithwyr a chleifion cancer yn Sierra Leone.

Bu obstetregydd a bydwraig o **Fwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** yn gweithio gyda White Ribbon Alliance for Safe Motherhood Zimbabwe i hyfforddi bydwragedd ac obstetregwyr yn Harare, Zimbabwe.

Mae **Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda** wedi bod yn gweithio ar brosiect mamolaeth 3 blynedd yn Uganda gydag Engineers for Overseas Development (EFOD).

Roedd y cynllun yn cynnwys dylunio ac adeiladu dwy ystafell eni, ward ôl-geni wyth gwely a swyddfeydd a storfeydd mewn estyniad i Uned Iechyd saith ystafell a adeiladwyd ym 1950 ac sy'n gwasanaethu 55,000 o bobl erbyn hyn.

Mae Partneriaethau Iechyd Zimbabwe-Rhyngwladol wedi'u creu rhwng **Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf** a Zimbabwe drwy'r Pediatregydd Ymgynghorol Dr Zed Sibanda.

Nod yr elusen Zimbabwe Health Training Support (ZHTS) yw cynorthwyo gydag addysgu a hyfforddi gweithwyr iechyd proffesiynol yn Harare, Zimbabwe.

Mae **Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwylans Cymru** wedi bod yn gweithio yn rhanbarth Mbale Uganda i drechu tlodi a gwella mynediad at ofal iechyd sylfaenol.

Mae'r cynllun wedi mynd o nerth i nerth gan ddarparu adnodd achub bywyd i'r cymunedau gwledig. Trwy rannu brwdfrydedd, arbenigedd a gwybodaeth, mae staff wedi bod yn hollbwysig i ddatblygu gwasanaeth ambiwlans motobeic ym Mbale.

Mae ffyrdd a seilwaith y rhanbarth yn wael ac mae motobeics yn fwy addas i gyflwr y ddaear na cherbydau pedair olwyn.

Mae'r cynllun yn darparu stretsieri beiciau a stretsieri achub mynydd i helpu i gyrraedd y cymunedau mwyaf anghysbell.

Erbyn hyn, mae'r gwasanaeth, sydd ar gael 24 awr y dydd/7 diwrnod yr wythnos gan mwyaf, wedi cwblhau 25,500 a mwy o deithiau ers ei lansio yn Rhagfyr 2010.



Gwobrau GIG Cymru

Mae Gwobrau GIG Cymru yn rhoi llwyfan cenedlaethol i ragoriaeth ac yn dathlu arfer da wrth ddarparu gwell gofal o ansawdd uchel i gleifion ledled Cymru.

Lansiwyd y gwobrau yn 2008 i ddathlu 60 mlynedd ers sefydlu'r GIG.

Mae'r gwobrau hyn ar agor i dimau a sefydliadau, gyda'r nod o ddadlennu, cydnabod a dathlu arfer da sydd wedi helpu i drawsnewid gofal cleifion.

Roedd y rhai a gyrhaeddodd y rownd derfynol yn 2017 yn cynnwys prosiectau ar bynciau fel atal cwympiadau, gwella canlyniadau clinigol cleifion, trawsnewid gwasanaethau iechyd meddwl, triniaeth ar gyfer syndrom coluddyn llidus a rheoli gwrthfotigau yn ddoeth.

Roedd nifer o brosiectau aml-asiantaeth ymysg y rhai gyrhaeddodd y rownd derfynol, sy'n dangos faint o waith partneriaeth sy'n digwydd ledled Cymru i wella gwasanaethau.



Dinasyddion Wrth Wraidd Ailgynllunio a Darparu Gwasanaethau

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Hywel Dda – am:
*'Gweithio Law yn Llaw i
Drawsnewid Iechyd Meddwl'.*

Datblygu gweithlu hyblyg a chynaliadwy

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan – am waith ar
y prosiect:
*'Gweithwyr Cymorth Gofal
Iechyd Band 4 mewn Gofal
Cymhleth: Datblygu'r Rôl'.*

Gwella Iechyd a Lles a Lleihau Anghydraddoldebau

Ymddiriedolaeth
Gwasanaethau Ambiwlans
Cymru (WAST) – am waith ar y
prosiect: *'Gwella canlyniadau
clinigol i gleifion'.*

Gwella Diogelwch Cleifion

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Caerdydd a'r Fro – am waith
ar y prosiect:
*'Lleihau oedi wrth gyflenwi
gwrthfotigau mewn sepsis
niwtropenig'.*

Gwella Ansawdd drwy Ddefnyddio'r Fethodoleg Gwella Ansawdd Gyda'n Gilydd (IQT)

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Abertawe Bro Morgannwg –
am waith ar y prosiect: *'Rheoli
gwrthfotigau yn ddoeth'.*

Hyrwyddo Gwaith Ymchwil Clinigol a'i Ddefnydd wrth Ymarfer

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin
Bevan a'r Ysgol Feddygaeth,
Prifysgol Caerdydd – am
waith ar y prosiect: *'Cydbwyso
dyluniad ysbyty a mentrau
ymchwil ac ansawdd i ddiwallu
anghenion pobl hŷn fregus, yn
enwedig y rhai â dementia'.*



Gweithio'n Ddi-dor ar Drows Sefydliadau

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan – am waith ar y prosiect: *Dull Rheoli Integredig Gwasanaeth Cymunedol Torfaen i Leihau Cwmpïadau ymysg Pobl Hŷn a Gwellu Iechyd Esgyrn*.

Gwobr Cyfraniad i Ofal Iechyd

Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru – am waith ar y prosiect: *'Gwellu canlyniadau clinigol i gleifion'*.

Gwobr Uchel ei Bri i Gastroenterolegydd Ifanc

Meddyg yn Ysbyty Athrofaol Cymru oedd y cyntaf yng Nghymru i ennill gwobr uchel ei bri 'Gastroenterolegydd Ifanc y Flwyddyn 2017 – Gwobr Arweinydd Newydd' Cymdeithas Gastroenteroleg Prydain.



Nod y wobwr yw canfod a hyrwyddo gastroenterolegwyr dawnus yn genedlaethol er mwyn hyrwyddo arweinyddiaeth yn y maes gastroenteroleg yn y dyfodol.

Mae Dr Laith AlRubaiy wedi bod yn Gastroenterolegydd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro ers Gorffennaf 2016, ar ôl dod i Gymru i weithio yn 2007.

Ar hyn o bryd mae'n gweithio yn Ysbyty Athrofaol Cymru yn trin cleifion ag amrywiaeth o gyflyrau, yn cynnwys rhai sy'n effeithio ar y system dreulio a'r afu.

Mae'n weithgar iawn mewn ymchwil glinigol i wella ansawdd bywyd cleifion a gwasanaethau iechyd hefyd.

Daw'r wobwr yn dilyn cyfres o ddatblygiadau arloesol, a oedd yn cynnwys datblygu prosiectau ymchwil i wella ansawdd bywyd cleifion â chlefyd llid y coluddyn gyda'r Athro John Williams, Gastroenterolegydd Ymgynghorol ac Athro Ymchwil Gwasanaethau Iechyd ym Mhrifysgol Abertawe.

Meddai Dr AlRubaiy;

“Mae'n anrhydedd bod y meddyg cyntaf o Gymru i ennill y wobwr hon.

Mae'n golygu llawer ac yn pwysleisio cyfraniad cadarnhaol meddygon dan hyfforddiant yng Nghymru at arweinyddiaeth ac ymchwil ac at addysg feddygol ar gyfer gweithwyr meddygol proffesiynol yn lleol ac yn genedlaethol.

Rwy'n gobeithio y bydd meddygon eraill dan hyfforddiant yng Nghymru yn gweld y wobwr hon ac yn cael eu hannog i arloesi a dod yn arweinwyr gofal iechyd ac ymchwil yn y dyfodol. Bydd hyn yn gwella ansawdd y gwasanaethau iechyd mae ein cleifion yn eu cael yn y pen draw.

Hefyd, a minnau'n hanu o Irac, mae ennill y wobwr hon yn enghraifft wych o sut mae graddedigion meddygol rhyngwladol wedi integreiddio a chyfrannu at y GIG ac at gymdeithas yn y DU.”

Gweinidogion yn dathlu llwyddiant gweithwyr iechyd proffesiynol rhagorol sydd wedi ennill y 'Gamp Lawn' o wobrau nyrsio a bydwreigiaeth yn 2017

Cyfarfu Prif Weinidog Cymru, Carwyn Jones ac Ysgrifennydd y Cabinet dros lechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Vaughan Gething â gweithwyr iechyd proffesiynol arobryn Cymru i ddathlu eu llwyddiannau penigamp yn 2017.



Melanie Davies, o Ysbyty Treforys **Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg**, oedd Nyrs y Flwyddyn y Coleg Nyrsio Brenhinol (RCN) am ei gwaith yn gwneud newidiadau pellgyrhaeddol i ofal cleifion agored i niwed ag anableddau dysgu.

Enillodd Arweinydd Ymwelwyr Iechyd **Sharon Fernandez**, o Wasanaethau Iechyd Meddwl Amenedigol **Bwrdd Iechyd Addysgu Powys**, Wobr Ymwelydd Iechyd y Flwyddyn yng Ngwobrau 2017 y Journal of Health Visiting.



Laura Wyatt, bydwraig profedigaeth o **Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro**, enillodd gwobr Bydwraig Mamau y Flwyddyn Emma's Diary 2017 yng Nghymru. Mae'r wobr yn un o Wobrau Bydwreigiaeth Blynnyddol Coleg Brenhinol y Bydwagedd ac mae'n cydnabod y gwaith clodwiw a wneir gan fydwragedd ysbrydoledig ledled y wlad.

Hefyd, enillodd **Cemlyn Roberts** o **Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr** Wobr Cynorthwydd Gofal Iechyd y DU 2017 yr RCNi¹¹.

Daeth Cemlyn i'r brig am wella gofal i bobl ag anableddau dysgu drwy fabwysiadu dull mwy addfwyn a phersonol o dynnu gwaed.

11. RCNi yw prif ddarparwr atebion arloesol a chreadigol i'r holl dîm nyrsio a gweithwyr iechyd proffesiynol cysylltiedig

Meddai'r Prif Weinidog Carwyn Jones:

“Roedd hi'n ffrainc a hanner cael cyfarfod â'r criw rhagorol hwn o weithwyr iechyd proffesiynol. Maen nhw'n enghreifftiau tan gamp o'r hyn mae ein gwasanaethau iechyd yng Nghymru yn ei wneud bob dydd – rhoi help i'r rheini sydd ei angen fwyaf.

Mae'n bwysig i ni ddathlu llwyddiant ac rwy'n eu llongyfarch ar eu llwyddiant penigamp. Rwy'n gobeithio y byddant yn ysbrydoli gweithwyr iechyd proffesiynol eraill ar hyd a lled y wlad i geisio efelychu eu cyflawniadau eleni.”

Meddai Ysgrifennydd y Cabinet dros lechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol Vaughan Gething:

“Mae ein camp lawn o wobrau nyrsio a bydwreigiaeth yn dangos pa mor rhyfeddol yw ein staff gofal iechyd mewn gwirionedd.

Roedd hi'n wych cael cyfarfod â'r criw. Mae pob un ohonynt yn llysgennad i'n gwlad. Rwy'n gobeithio y bydd nyrsys, bydwagedd a gweithwyr iechyd proffesiynol eraill o bob cwr o'r DU yn troi eu golygon at Gymru fel rhywle deniadol i ddilyn gyrfa yn y dyfodol.”

8 Rhagolwg

Yn yr adroddiad hwn drwyddo draw, ceir nifer o enghreifftiau rhagorol o ddarpariaeth gofal effeithiol ac arloesol ledled Cymru. Hefyd, mae'n glir bod angen i ni wella mewn rhai meysydd, ac rydym yn gweithio i wneud hynny.

Un peth sy'n amlwg yw bod GIG yn bwysig i bobl, a bod angen ei ddiogelu er mwyn sicrhau bod cenedlaethau'r dyfodol yn gallu derbyn gofal o safon uchel sy'n bodloni eu disgwyliadau ac yn diwallu eu hanghenion.

Mae'r GIG yn newid yn gymharol gyflym, gan fynd yn fwy integredig ac yn buddsoddi mewn triniaethau newydd, ymchwil genetig a mathau o dechnoleg ddigidol.

Ein gweledigaeth yw ceisio sicrhau bod pawb yng Nghymru yn gallu byw bywydau hirach ac iachach, gan barhau i fod yn weithgar ac yn annibynnol yn eu cartrefi eu hunain cyhyd â phosibl.

Mae gan Lywodraeth Cymru ystod helaeth o waith ar y gweill i helpu i wireddu ein gweledigaeth. Mae hyn yn cynnwys ymdrechion sylweddol i helpu i leihau'r pwysau a welwyd y llynedd, wrth inni wynebu gaeaf arall.

Mae gennym oll ran i'w chwarae yn hyn i sicrhau ein bod yn mynd at y rhan gywir o'r GIG pan fo angen triniaeth a gofal arnom.

Cymru Iachach

Cyhoeddwyd Cymru Iachach, cynllun Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol, ym mis Mehefin 2018.

Mae'n ymateb i argymhellion yr Adolygiad Seneddol o lechyd a Gofal Cymdeithasol yng Nghymru (ymrwymiad Symud Cymru Ymlaen) ac yn gwireddu ymrwymiad Ffyniant i Bawb i 'gyhoeddi cynllun hirdymor ar gyfer y GIG a gofal cymdeithasol yng Nghymru'.



Cymru Iachach:

ein Cynllun Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Cyhoeddwyd adroddiad terfynol yr Adolygiad Seneddol¹² ym mis Ionawr 2018. Daeth i'r casgliad bod angen system ofal wahanol yng Nghymru, gan wneud deg argymhelliad.

Cyhoeddwyd Cymru Iachach¹³, ym mis Mehefin 2018. Mae'n mynd i'r afael â deg prif argymhelliad yr Adolygiad Seneddol ac yn nodi 40 o gamau gweithredu i'w cwblhau neu eu dechrau erbyn 2021.

Mae'r cynllun yn cyflwyno gweledigaeth hirdymor glir ar gyfer dull gweithredu 'system gyfan' ym maes iechyd a gofal cymdeithasol yn y dyfodol, gan ganolbwyntio ar lesiant ac atal salwch.

Mae'r cynllun yn ei gwneud yn glir bod yn rhaid i ddarparwyr gwasanaethau roi mwy o bwyslais ar hyn, er mwyn galluogi unigolion i reoli eu llesiant eu hunain, gyda chymorth pan fo'i angen arnynt.

Mae Rhaglen Drawsnewid newydd o dan fy arweiniad fel Cyfarwyddwr Cyffredinol Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, gyda chefnogaeth Bwrdd

12. <https://gov.wales/topics/health/nhswales/review/?skip=1&lang=cy>
13. <https://gov.wales/docs/dhss/publications/180608healthier-wales-mainicy.pdf>

Cynghori¹⁴ wrthi'n gorchwyllo'r broses o roi cynllun Cymru Iachach ar waith.

Hefyd, mae cyllid o £100 miliwn ar gael er mwyn helpu i gyflwyno'r modelau gofal newydd, gyda'r nod o'u datblygu'n gynt ac arddangos eu gwerth.

Yn dilyn cyhoeddi canllawiau ym mis Gorffennaf 2018, mae Llywodraeth Cymru wedi derbyn a chymeradwyo cynigion gan Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol¹⁵, ar gyfer cyllid trawsnewid, a disgwylir y bydd partneriaethau eraill yn cyflwyno rhagor o gynigion dros y misoedd nesaf.

Yn fwy cyffredinol, mae'r cynllun Cymru Iachach yn cynnwys cyfres o gamau sydd i'w cymryd gan Lywodraeth Cymru – a nifer o gamau y disgwylir i ddarparwyr gwasanaethau eu cymryd yn y meysydd canlynol:

- cyllid iechyd a gofal cymdeithasol cynaliadwy;
- y gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol;
- arweinyddiaeth a chyfeiriad cenedlaethol.

14. <https://gov.wales/about/cabinet/cabinetstatements/2018/nattransboard/?lang=cy>
15. https://socialcare.wales/cms_assets/hub-downloads/Regional_partnership_boards_map.pdf

Mae'r camau gweithredu yn cynnwys y canlynol:

- ymrwymiad i wella'r broses o gydgyssylltu gweithgarwch ymchwil, arloesi a gwella;
- rhagor o fuddsoddiad mewn technolegau digidol a thechnolegau newydd fel ffyrdd pwysig o hwyluso newid;
- ymgysylltiad parhaus er mwyn sicrhau bod gan bawb lais wrth ddatblygu ein trefn system gyfan;
- swyddogaeth gweithrediaeth genedlaethol newydd er mwyn cyflymu'r broses o wneud penderfyniadau a sicrhau bod y system yn fwy ymatebol i flaenoriaethau cenedlaethol.

Er bod bwriad i gwblhau pob un o'r 40 cam gweithredu neu eu rhoi ar waith erbyn 2021, mae'r cynllun yn ei gwneud yn glir y bydd angen mwy na thair blynedd i sicrhau nifer o'r canlyniadau yr ydym yn dymuno'u cyflawni.

Er mwyn sicrhau tryloywder, bydd arolwg cenedlaethol o berfformiad cyffredinol y system iechyd a gofal yn cael ei gyflwyno i'r Cynulliad Cenedlaethol cyn etholiadau'r Cynulliad yn 2021.

Trawsnewid gwasanaethau gofal heb ei drefnu: fframwaith polisi ar gyfer gofal heb ei drefnu

Mae sicrhau bod pobl yn cael gofal yn nes at eu cartrefi yn newid pwysig yn y dull.

Mae hyn yn lleihau presenoldeb a derbyniadau diangen mewn ysbytai. Mae hyn yn rhoi baich ar wasanaethau hynod brysur ac yn gallu golygu bod rhai grwpiau o gleifion – yn enwedig pobl hŷn a bregus – mewn perygl o niwed wrth gael eu derbyn i'r ysbyty am gyfnod hir pan fyddant yn gallu manteisio ar ofal yn y cartref.

Yn y ddogfen 'Cymru Iachach', mae Llywodraeth Cymru yn ymrwymo i weithredu:

"Bydd cyfres o 'ddatganiadau ansawdd' yn cael eu datblygu ar gyfer y GIG sy'n disgrifio'r canlyniadau a'r safonau yr ydym yn disgwyl eu gweld mewn gwasanaethau safon uchel sy'n canolbwyntio ar y claf. Bydd y rhain yn gosod ein dyheadau i'w cyflawni yn gyson ar draws Cymru."

Mae Llywodraeth Cymru yn datblygu datganiadau ansawdd neu uchelgais ar gyfer gofal heb ei drefnu mewn ymateb i'r ymrwymiad hwn¹⁶.

Mewn partneriaeth ag amrywiaeth eang o bartneriaid – gan gynnwys y cyhoedd, sefydliadau trydydd sector, cyrff proffesiynol a chyrff statudol eraill, rydym yn datblygu fframwaith polisi a fydd yn cynnwys dogfen gryno "beth yw ystyr gwasanaeth da i mi", i'w dosbarthu'n gyffredinol, a dogfen dechnegol a manylach sy'n llywio gwaith cynllunio byrddau iechyd ac ymddiriedolaethau iechyd lleol.

Bydd y fframwaith yn cael ei lansio ym mis Rhagfyr 2018 a bydd yn nodi sut y byddwn yn sicrhau bod systemau lleol yn gallu gwireddu uchelgais Llywodraeth Cymru ar gyfer gofal heb ei drefnu.

16. Defnyddir 'gofal heb ei drefnu' i gyfeirio at unrhyw ofal iechyd neu ofal cymdeithasol sydd heb ei drefnu. Mae ystod y ddarpariaeth yn cynnwys cymorth i gleifion yn eu cartrefi, gwneud apwyntiadau brys neu argyfwng gyda meddyg teulu ddydd neu nos, a chael gafeol ar dimau argyfwng neu ymateb cyflym.



Canfyddiadau o'r Rhaglen Garlam annibynnol i Adolygu Galwadau Melyn

Fel rhan o'r gwerthusiad annibynnol¹⁷ o gynllun peilot model ymateb clinigol Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwylans Cymru, gwnaed nifer o argymhellion ar gyfer gwelliant pellach, gan gynnwys awgrym i adolygu categorïau galwadau y tu allan i'r categori 'Coch' (bygythiad uniongyrchol i fywyd).

Roed hyn wedi deillio o bryder bod y grŵp categori 'Melyn' – difrifol ond dim bygythiad uniongyrchol i fywyd – yn rhy fawr ac nad oedd yn gwahaniaethu'n ddigonol wrth flaenoriaethu cleifion â salwch aciwtedd uchel. Teimlwyd bod hyn yn arwain at gyfnodau aros

annerbyniol o hir mewn rhai achosion.

Er mwyn datblygu gwaith presennol i wella sut mae gwasanaethau ambiwlans argyfwng yn cael eu darparu i bobl trwy fodel 'llwybr gofal cleifion ambiwlans 5 cam' y Pwyllgor Gwasanaethau Ambiwylans Argyfwng, gofynnodd Ysgrifennydd y Cabinet am adolygiad annibynnol o'r categori melyn. Mae Prif Gomisiynydd y Gwasanaethau Ambiwylans wedi goruchwyllo'r adolygiad dan arweiniad clinigol, sy'n cael ei gyhoeddi yn ystod hydref 2018.

Bydd yr adolygiad hwn yn canolbwyntio ar gyfleoedd i sicrhau gwelliant ledled y system ofal heb ei drefnu cyn mynd i'r ysbyty, yn ogystal â datblygiadau ambiwlans penodol.

17. www.wales.nhs.uk/easc/publications



Y Cynllun Gweithredu Strategol ar gyfer Dementia

Dementia yw un o'r heriau gofal iechyd mwyaf sy'n wynebu ein cenhedlaeth, ac amcangyfrifir bod tua 40,000 – o bobl yn byw gyda dementia yng Nghymru ar hyn o bryd. Hefyd, mae dementia yn cael effaith ehangach o lawer ar gymdeithas pan ydym yn ystyried gofalmwyr ac aelodau.

Ym mis Chwefror 2018, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru y Cynllun Gweithredu ar gyfer Dementia¹⁸ ar gyfer y cyfnod 2018-2022¹⁹.

Bydd y cynllun gweithredu hwn yn golygu bod modd i ni weithredu ymrwymadau yn

18. <https://gov.wales/docs/strategies/160920-taking-wales-forward-en.pdf>

19. <https://gov.wales/docs/strategies/160920-taking-wales-forward-cy.pdf>



ymwneud â dementia a nodwyd yn Symud Cymru Ymlaen²⁰ a Ffyniant i Bawb.

Mae'r cynllun yn nodi'r camau sydd eu hangen i sicrhau newid gwirioneddol, ac mae wedi'i datblygu gyda phobl sydd â phrofiad ymarferol o ddementia, ynghyd â'u teuluoedd a'u gofalmwyr a darparwyr gwasanaethau.

Er mwyn cael cynllun gweithredu sy'n addas i'r diben, roedd yn bwysig i ni glywed gan bobl sy'n byw gyda dementia neu sy'n cael

eu heffeithio gan y cyflwr, naill ai ar lefel bersonol neu broffesiynol, er mwyn deall yr hyn sy'n bwysig i bobl.

Trwy gynnal digwyddiadau ymgysylltu a gweithio mewn partneriaeth â'r Gymdeithas Clefyd Alzheimer a'r Prosiect Ymgysylltu a Grymuso ar gyfer Dementia, fe glywsom gan bobl sy'n byw gyda dementia, aelodau teuluoedd, gofalmwyr, gweithwyr ieuchyd proffesiynol, sefydliadau gwirfoddol a phobl eraill sydd â diddordeb mewn dementia.

Mae'r trafodaethau pwysig hyn wedi helpu i osod y themâu yn y

cynllun ar gyfer yr hyn rydym am ei gyflawni, gan gynnwys:

- sicrhau bod dementia yn cael ei nodi mewn ffordd briodol a sensitif a bod pobl yn gallu cael asesiad a diagnosis yn gyflym;
- cymorth a thriniaeth gynnar ar gyfer pobl â dementia, eu gofalmwyr a'u teuluoedd, ar ôl diagnosis;
- sicrhau bod rhagor o gymorth ar gael, naill ai yng nghartref yr unigolyn, mewn ysbyty, neu mewn cartref gofal.

Er mwyn gweithredu'r camau sydd wedi'u nodi yn y cynllun,

mae buddsoddiad ychwanegol gwerth £10 miliwn ar gael o 2018-19 ymlaen. Bydd y buddsoddiad hwn yn ategu'r cyllid presennol ledled Cymru.

Bydd y cynnydd o ran cyflwyno'r cynllun yn cael ei oruchwylio gan Grŵp Sicrwydd Cyflenwi a Gweithredu ar Ddementia, a bydd aelodau'r grŵp hwn yn cynnwys pobl sy'n byw gyda dementia, eu gofalmwyr a'u teuluoedd. Bydd y cynllun yn cael ei adolygu ar ôl tair blynedd er mwyn sicrhau bod y camau gweithredu'n parhau i fod yn uchelgeisiol ac yn berthnasol.

20. <https://gov.wales/docs/strategies/170919-prosperity-for-all-cy.pdf>



Cynllunio'r ddarpariaeth at y gaeaf

Yn gynyddol, mae'r gwasanaethau iechyd a gofal yn gweld y pwysau yn cyrraedd penllanw ar wahanol adegau o'r flwyddyn, ond mae tymor y gaeaf wedi bod yn arbennig o heriol erioed. Yn ystod y gaeaf mae nifer o risgiau newydd yn ychwanegu at y pwysau sydd ar staff rheng flaen ac yn effeithio ar eu gallu i roi'r profiad a'r gofal gorau posibl i'r claf.

Mae'r rhain yn cynnwys:

- tywydd oer neu eithafol a chynnydd mewn heintiau anadlol sy'n gysylltiedig â hyn;
- cynnydd yn nifer y bobl hŷn â chyflyrau meddygol cronig sy'n cael eu derbyn i'r ysbyty ar frys;
- y ffliw a'r posibilrwydd y bydd pandemig o achosion;
- achosion o glefydau heintus, gan gynnwys dolur rhydd, taflu i fyny a norofeirsau;
- digwyddiadau mawr;
- nifer y staff sydd ar gael a'u gallu i ddal ati yn ystod cyfnodau hir o bwysau.

Gall y pwysau ychwanegol hwn arwain at oedi cyn bod pobl yn gallu cael gafael ar ofal, ynghyd â phrofiadau gwael i gleifion a chanlyniadau clinigol gwael. Mae hefyd yn effeithio ar allu clinigwyr ac ymarferwyr ar draws y system i ddarparu'r safonau gofal o ansawdd uchel y maent yn ymgynhyrchu atynt.

Yn ystod y cyfnod hwn hefyd, mae'r perfformiad yn erbyn targedau mynediad uchel eu proffil (ee amser ymateb ambiwlansys a thargedau mynediad 4 awr yr Adranau Damweiniau ac Achosion Brys) yn dirywio fel arfer.

Mae byrddau iechyd ac ymddiriedolaethau GIG Cymru yn gweithio gyda'u partneriaid yn y cymunedau iechyd a gofal i ddatblygu cynlluniau cyflawni integredig ar gyfer y gaeaf, ar y cyd â'r trefniadau cynllunio arferol ar gyfer gofal wedi'i drefnu a gofal heb ei drefnu.

Mae cynlluniau'r gaeaf wedi'u seilio ar gamau gweithredu i reoli'r penllanw a ddisgwylir mewn gweithgarwch brys yn ystod y tymor. Maent hefyd yn parhau â'r ymdrech

i leihau amseroedd aros ar gyfer llawdriniaethau sydd wedi'u trefnu a diagnosteg. Mae cynlluniau ar waith i roi mwy o gymorth i bobl hŷn i aros yn eu cartrefi yn ddiogel, ac mae enghreifftiau o lwyddiannau drwy Gymru.

Fodd bynnag, mae anghysondeb rhwng gwahanol rannau o Gymru o hyd ac mae angen i wasanaethau ymaddasu a chydweithio i helpu cleifion i fyw'n annibynnol neu i atal derbyniadau amhriodol i'r ysbyty ac mae sefydliadau yn gweithio'n galed i sicrhau y bydd gwasanaethau yn diwallu'r galw gan gleifion y gaeaf hwn ac yn y dyfodol.

Mae angen inni i gyd wneud ein rhan i sicrhau ein bod yn troi at y gwasanaethau cywir ar yr adeg gywir.