



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Iechyd a Gofal Cymdeithasol yng Nghymru – COVID-19: Edrych tua'r dyfodol

Mawrth 2021



Cynnwys:

Rhagair y Gweinidogion

Rhagair

1. Cyflwyniad
2. COVID-19 ac anghydraddoldebau
3. Gofal sylfaenol a chymunedol ymatebol
4. Gwasanaethau iechyd meddwl cefnogol
5. Gwasanaethau effeithlon ac effeithiol mewn ysbytai
6. Gwasanaethau gofal cymdeithasol di-dor
7. Gweithlu llawn ymroddiad a chymhelliant syn cael cefnogaeth
8. Cefnogaeth ddigidol effeithiol
9. Gwneud cynnydd

Rhagair y Gweinidogion

Mae'r 12 mis diwethaf wedi bod yn gyfnod na fydd neb ohonom yn ei anghofio. Rydym ni'n gwybod bod COVID-19 wedi cael effaith ar bawb yng Nghymru. Fel cenedl, rydym wedi bod drwy flwyddyn drawmatig. Mae ychydig dros 206,000 o bobl wedi cael cadarnhad bod COVID-19 arnynt, ac yn anffodus mae ychydig dros 5,400 o bobl wedi colli eu bywydau. Y tu ôl i bob un o'r ystadegau hyn rydym yn ymwybodol iawn fod yna deulu a ffrindiau sydd wedi poeni a galaru.

Rydym am dalu teyrnged i ymdrechion aruthrol staff ym maes iechyd a gofal cymdeithasol a phartneriaid am eu gofal, eu tosturi a'u gwytnwch anhygoel. Mae hi wedi bod yn anodd. I ychwanegu at y straen, mae llawer hefyd wedi colli cydweithwyr, a oedd yn aml yn cael gofal yn yr union gyfleusterau lle'r oeddent yn gweithio fel arfer.

Nid dim ond y rheini sydd wedi cael COVID-19 sydd wedi dioddef. Oherwydd yr angen i ganolbwyntio ar y dasg enfawr o ymateb ar unwaith a'r risg yr oedd COVID-19 yn ei hachosi, yn enwedig i'r rheini a oedd yn agored i niwed yn glinigol, roedd yn anochel ei bod yn rhaid cwtdogi ar nifer y triniaethau a'r profion diagnostig am gyflyrau eraill. Rydym wedi dilyn cyngor Sefydliad Iechyd y Byd a chyrrff proffesiynol ar ddarparu gwasanaethau hanfodol. Mae cydweithwyr clinigol wedi ceisio rhoi blaenoriaeth i ofal a chymorth y rheini sydd fwyaf mewn angen, gan leihau'r niwed yn sgil COVID-19 a chyflyrau heblaw am COVID-19, yn unol ag ethos y GIG.

Mae'r pandemig wedi cael effaith ddinistriol ar gymdeithas gyfan, yr economi, swyddi, gan effeithio ar bob grŵp oedran a'r ffordd rydym yn byw ein bywyd bob dydd. Wrth inni ddechrau 2021, rydym ni'n cydnabod yr angen i edrych ymlaen at adeg pan nad yw ein bywydau yn cael eu dominyddu gan COVID-19. Bydd yn broses hir, ond mae angen inni fanteisio ar rai o'r cyfleoedd sydd wedi dod yn sgil y pandemig i greu gwell gwasanaethau ac i wella'r canlyniadau i bawb.

Wrth inni gefnu ar y gaeaf ac edrych ymlaen at y gwanwyn, mae'n naturiol ein bod yn dechrau cynllunio. Mae'r ddogfen hon yn nodi'r dull gweithredu y byddwn yn ei ddilyn ar lefel uchel, gan adeiladu ar ffyrdd newydd o weithio a chyfleoedd i wneud pethau'n wahanol. Y dasg fydd ailadeiladu pob gwasanaeth, nid dim ond gwasanaethau ysbyty ond gofal sylfaenol, gofal cymunedol, gofal cymdeithasol, pob peth hyd at wasanaethau arbenigol iawn. Bydd cyfres o gynlluniau manylach yn cael eu datblygu wrth i'r dasg gymhleth o adfer barhau. Gwyddom y bydd yn rhaid inni ddod o hyd i adnoddau sylweddol, ac rydym wedi ymrwymo i wneud hynny.

Yn anffodus, rhaid inni gofio nad yw'r pandemig drosodd, ac mae angen inni fod yn ymwybodol o'n cyfrifoldebau i gadw ein hunain a'n gilydd yn ddiogel. Bydd angen inni fyw gydag effaith COVID-19 am gryn amser i ddod. Ein huchelgais yw gallu edrych ymlaen a dechrau adsefydlu ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol i ddiwallu'r heriau sy'n ein hwynebu o ganlyniad i'r pandemig.



Vaughan Gething

Vaughan Gething,
Y Gweinidog Iechyd a
Gwasanaethau
Cymdeithasol



Eluned Morgan

Eluned Morgan, Y Gweinidog
Iechyd Meddwl, Llesiant a'r
Gymraeg



Julie Morgan

Julie Morgan, Y Dirprwy
Weinidog Iechyd a
Gwasanaethau
Cymdeithasol

Rhagair

Mae pob blwyddyn yn dod â'i heriau ei hun, ond mae'r flwyddyn diwethaf wedi bod yn anoddach na'r rhan fwyaf. Mae ein gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol wedi bod dan straen aruthrol, ac mae'r pwysau dyddiol y mae staff a'r bobl rydym yn eu gwasanaethu wedi'u dioddef yn fwy na dim byd rydym wedi'i weld yn ystod ein hoes.

Mae'r ffordd y mae Cymru wedi ymateb wedi bod yn gwbl anhygoel. Mae'r GIG, a'i holl bartneriaid gofal cymdeithasol, gan gynnwys y sector annibynnol a'r trydydd sector, wedi dangos eu gallu i wneud pethau ar raddfa ac yn gyflym. Mae darparu'r hyn yr oedd ei angen, boed hynny'n staff, cyfleusterau, cyfarpar, neu Offer Diogelu Personol, wedi dangos proffesiynoldeb, penderfyniad a chreadigrwydd pawb dan sylw. Drwy gynnal gallu'r GIG i ymateb i'r coronafeirws, ein hamcan fu amddiffyn pobl Cymru ac achub bywydau.

Y staff sy'n cynnal unrhyw sefydliad, ac mae cydweithwyr yn y sector iechyd a gofal cymdeithasol wedi dangos hyn drwy gydol y pandemig. Mae'r staff wedi gwneud llawer mwy nag y mae'n deg ei ddisgwyl ganddynt, ac maen nhw'n parhau i wneud hynny. Mae angen inni sicrhau eu bod yn parhau i gael eu cefnogi'n briodol, ac mae eu hiechyd a'u llesiant nhw yn hollbwysig, ochr yn ochr ag anghenion y bobl y maen nhw'n gofalu amdanynt.

Rydym yn gwybod na allwn ni ddileu COVID-19 yn y dyfodol agos, felly mae'n rhaid inni ddysgu byw a gweithio ochr yn ochr â'r haint am gryn amser i ddod. [Cymru Iachach: Y Cynllun Gweithredu Iechyd a Gofal Cymdeithasol](#) yw'r strategaeth ddeng mlynedd ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru. Mae ei gwerthoedd a'i hegwyddorion yn bwysig, yn awr yn fwy nag erioed, wrth inni drawsnewid gofal a gwasanaethau. Byddwn yn manteisio ar y cyfle i adnewyddu'r gweithredu sydd ei angen i gyflawni'r uchelgeisiau hyn, sef y fframwaith trosfwaol a'r cynllun hirdymor ar gyfer iechyd a Gofal Cymdeithasol.

Mae'r pandemig wedi arwain at gyfleoedd i wella'r ffordd rydym yn gweithio, drwy ddefnyddio mwy ar dechnoleg a chydweithio cryfach. Ni allwn fforddio colli'r manteision hyn wrth inni ddechrau canolbwyntio ar sut i adfer ein gwasanaethau.

Byddwn ni'n hoelio ein hymdrechion ar y 'system gyfan', gyda dinasyddion yn ganolog i hynny ac wedi'u hamgylchynu gan ofal sylfaenol a chymunedol lleol a chadarn. Mae angen i'n gwasanaethau ysbyty fod yn hyblyg ac yn ymatebol, ac i'n gwasanaethau gofal cymdeithasol fod yn ofalgar, yn effeithiol ac wedi'u cysylltu'n ddi-dor ag iechyd, er mwyn darparu cymorth i bobl yn eu cartrefi eu hunain.

Yr her i ni yn awr yw creu'r gwasanaeth iechyd a gofal cymdeithasol integredig rydym ni ei eisiau wrth symud ymlaen a delio ag effeithiau tymor hir COVID-19. Mae'n gyfle inni newid er gwell, gan gydnabod bod COVID-19 yn dal gyda ni. Yma, rydym yn nodi'r daith at adferiad sydd o'n blaenau, a fydd wedi'i seilio ar *Cymru Iachach*.

Andrew Goodall CBE

Cyfarwyddwr Cyffredinol a Phrif Weithredwr GIG Cymru

1. Cyflwyniad

Mae COVID-19 wedi cael effaith ddofn ar gymdeithas ac ar wasanaethau. Mae'r ddogfen hon yn disgrifio'r effaith ar iechyd a gofal cymdeithasol, rhai o'r gwersi a ddysgwyd a'r blaenoriaethau wrth inni symud tuag at adferiad. Mae'r ymateb wedi dangos staff y gwasanaethau cyhoeddus ar eu gorau – maen nhw wedi gweithio'n ddiflino dros y flwyddyn diwethaf i gadw cynifer â phosibl o wasanaethau ar agor.

Mae llawer o wasanaethau wedi gorfod cael eu cwtogi, ac mae llawer o bobl yn aros am y gofal a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt. Y staff sydd wedi gweithio mor galed yw'r un bobl y byddwn ni'n dibynnu arnynt nhw wrth i wasanaethau symud y tu hwnt i'r ymateb i'r pandemig. Mae cefnogi llesiant ein staff yn gorfod bod yn flaenoriaeth allweddol, a rhaid i gyflymder yr adferiad roi ystyriaeth i hyn. Yn ogystal â gofalu am lesiant ein gweithlu, byddwn ni'n parhau â'r ymgyrch i roi egwyddorion gofal iechyd darbodus ar waith, ac yn creu cronfa fwy o staff sy'n gallu gweithredu mewn ffyrdd newydd.

Mae COVID-19 yn dal yn fygythiad real iawn, a bydd yn dal gyda ni yn y dyfodol. Bydd yn rhaid inni addasu i fydd lle mae'n rhaid inni reoli presenoldeb COVID-19 ochr yn ochr â diwallu anghenion eraill am ofal a thriniaeth. Bydd yn rhaid i wasanaethau weithio o dan fesurau llym i atal a rheoli'r haint er mwyn amddiffyn cleifion a staff, a bydd hyn yn effeithio ar nifer y cleifion y gallant eu gweld.

Mae'r ddogfen hon wedi cael ei chyflwyno mewn penodau sy'n canolbwyntio ar wasanaethau fesul un er hwylustod, nid oherwydd eu bod yn bodoli ar eu pen eu hunain. Mae cyswllt anorfod rhwng pob un, ac mae angen i'r system gofal cymdeithasol ac iechyd drwyddi draw weithredu, gan weithio gyda'i gilydd i ddiwallu anghenion dinasyddion.

Gwelwyd yn glir yn ystod yr ymateb i'r pandemig fanteision gwaith partneriaeth cadarn rhwng y GIG, gofal cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus ehangach er mwyn creu dull gweithredu ar sail system gyfan. Mae cryfhau'r ffordd hon o weithio yn cyd-fynd â *Cymru Iachach* a bydd yn flaenoriaeth, gan adeiladu ar y manteision a welwyd drwy ddulliau gweithredu ar y cyd yng nghyswllt y pandemig. Byddwn yn ystyried rôl trefniadau cyllido o ran cefnogi cynllunio a chyflenwi integredig wrth inni ddatblygu'r rhaglen adfer. Byddwn yn disgwyl i gynlluniau adfer gael eu seilio ar gydweithio rhwng y GIG a'r gwasanaethau cymdeithasol, gan weithio gyda phartneriaid. Mae maint yr her wrth inni ddod dros y pandemig dinistriol hwn yn ei gwneud yn ofynnol i'r system gyfan weithio gyda'i gilydd er lles pawb.

Bydd sicrhau'r cydbwysedd cywir rhwng arloesi ac atebion lleol, ochr yn ochr ag atebion cenedlaethol neu ranbarthol sy'n lleihau amrywioldeb, yn allweddol. Mae'n hanfodol bod y dull adfer yn gyson, er mwyn sicrhau'r budd mwyaf posibl o'r adnoddau sydd ar gael. Bydd ymdrin â'r adferiad drwy ddarpariaeth iechyd a gofal seiliedig ar werthoedd yn sicrhau bod ymyriadau'n rhoi'r canlyniadau gorau posibl i bobl. Rhaid inni osgoi gweithredu sydd ddim ond yn canolbwyntio ar oedi rhag trin mewn meysydd lle ceir nifer fawr o achosion, heb ystyried beth sy'n bwysig i bobl a'r canlyniadau ar draws y system gyfan.

Bydd y costau adfer, er nad ydynt yn hysbys eto, yn sylweddol. Bydd yn cymryd amser i ddatblygu manylion cynlluniau sy'n gorfod cydbwysu'r ymateb parhaus i COVID-19 ag adferiad, y goblygiadau i'r gweithlu a'r costau. Mae gennym gyfle i ddyrannu adnoddau'n wahanol i annog ymddygiadau a dulliau gweithredu priodol yn yr adferiad. Bydd hyn yn

helpu'r system i ganolbwyntio ar ymyriadau effeithiol, sy'n sicrhau'r canlyniadau sy'n bwysig i bobl.

Mae atebion adfer yn debygol o olygu buddsoddiad cyfalaf sylweddol ar gyfer seilwaith, cyfleusterau ac offer. Mae deall maint y gofyniad cyfalaf ac yna sicrhau'r cyllid angenrheidiol yn her allweddol.

Nid yw'n bosibl gosod amserlen gadarn ar gyfer adferiad yn wyneb y pandemig parhaus a'r ansicrwydd ar hyn o bryd. Dyna pam y mae'r ddogfen hon yn nodi dull gweithredu yn hytrach na chynllun pendant. Y nod fydd parhau i weithio ochr yn ochr â'r GIG a'r gwasanaethau cymdeithasol i ddatblygu cynlluniau manylach wrth i'r pandemig lacio, gan adeiladu tuag at gynaliadwyedd ac adferiad cyn gynted â phosibl gan gydnabod cryfder a chymhlethdod yr her sydd o'n blaenau.

Mae'r dyfodol agos yn ansicr. Rydym yn symud i gam nesaf yr ymateb i'r pandemig a bydd cryn amser cyn i effeithiau COVID-19 ar ein gwasanaethau gilio. Rhaid inni gymryd camau i ddechrau ailadeiladu ein gwasanaethau, gan ddysgu gwersi o COVID-19 a manteisio ar y cyfleoedd a'r newidiadau rydym wedi'u gweld yn ystod y flwyddyn diwethaf. Rhaid canolbwyntio ar barhau i ymateb i'r pandemig, lleihau niwed i bobl, gofalu am ein staff ac ailadeiladu gwasanaethau mor gyflym a diogel â phosibl.

Profi, Orlhain, Diogelu

Bydd y rhaglen Profi, Orlhain, Diogelu yn parhau i chwarae rhan bwysig o ran rheoli trosglwyddiad y feirws. Mae profi yn ogystal â chefnogi diagnosis a thriniaeth yn parhau i fod yn ffordd bwysig, ochr yn ochr â mesurau sylfaenol atal a rheoli heintiau, o ddiogelu'r rheini sy'n agored i niwed. Bydd yn helpu i leihau'r risg o ddod â'r haint i leoedd fel ysbytai a chartrefi gofal.

Rydym hefyd yn cryfhau ein gallu i 'brofi i ganfod' a 'phrofi i gynnal' drwy ategu ein rhaglen profion adwaith cadwynol polymerasau (PCR) sydd ar waith ers tro gyda phrofion llif unffordd cyflymach a mwy rheolaidd. Does dim symptomau mewn cynifer ag 1 o bob 3 achos positif, ac rydym bellach yn gallu cynnal profion asymptomatig ar raddfa eang i ganfod cronfeydd o'r haint, i dargedu ardaloedd lle ceir risg neu achosion, ac i alluogi pobl a busnesau i reoli risg yn well.

Rydym yn cynnal ein timau olrhain cysylltiadau sy'n perfformio'n dda ac yn ymestyn eu gwaith er mwyn iddynt allu olrhain cysylltiadau fel mater o drefn, yn ogystal â pharhau i atal trosglwyddo yn sgil achosion positif. Bydd hyn yn ein galluogi i weithredu'n llawer mwy pendant mewn ymateb i amrywiolynnau ac i wneud mwy i reoli teithwyr sy'n dychwelyd. Law yn llaw â hyn, rydym yn cysylltu profion yn llawer agosach â dilyniannu genomig i roi mwy o gapasiti inni i sylwi ar newidiadau i'r feirws ac ymateb yn unol â hynny.

Mae Profi, Orlhain, Diogelu yn parhau i ddibynnu ar gefnogaeth a chydweithrediad y cyhoedd. Pobl yn gwneud y peth iawn, yn rhoi gwybod am symptomau, yn cael prawf ac yn hunanynysu pan ofynnir iddynt i gadw eu teuluoedd, eu cymunedau a'u gweithleoedd yn ddiogel.

Brechu

Mae'r rhaglen frechu'n allweddol er mwyn inni oresgyn y feirws hwn a dechrau llacio'r cyfyngiadau ar ein rhyddid. Mae rhai cwestiynau allweddol nad ydym ond yn dechrau gweld data amdanynt, fel effaith y brechlyn ar drosglwyddo yn y gymuned. Mae gwaith manwl yn mynd rhagddo i fodelu opsiynau o ran y cysylltiad rhwng y brechlyn a llacio'r cyfyngiadau presennol. Mae effeithiolrwydd y brechlyn yn erbyn amrywiolynnau neu fathau newydd o COVID-19, a all gyrraedd Cymru yn y dyfodol, yn ystyriaeth allweddol arall.

Mae dros 85% o'r pedwar grŵp blaenoriaeth cyntaf bellach wedi cael eu dos cyntaf o'r brechlyn. Mae'r gwaith yn dal i gyflymu ac rydym yn gwneud cynnydd da. Ddydd Gwener 26 Chwefror, bu i ni basio'r garreg filltir o roi miliwn dos i gyd.

Ar hyn o bryd rydym yn blaenoriaethu ail ddosau o'r brechlyn, ac erbyn 1 Mawrth mae 3.1% o'r bobl sydd wedi'u brechu yng Nghymru wedi cael yr ail ddos. Dyma'r gyfradd uchaf ar draws y DU ar gyfer 2il ddos.

Rydym yn symud drwy'r carfannau blaenoriaeth ac rydym ar y trywydd iawn i gyrraedd ein targed nesaf, sef canol mis Ebrill ar gyfer grwpiau 5-9, yn amodol ar y cyflenwad.

Ar 26 Chwefror, fe wnaethom gyhoeddi diweddariad i'n Strategaeth Frechu, [Diweddariad ar y Strategaeth Frechu i Gymru](#). Mae'r diweddariad hwn yn pwysu a mesur y cynnydd sydd wedi cael ei wneud hyd yma, ac yn rhoi rhagor o wybodaeth am ein blaenoriaethau presennol a'r rhai sydd ar y gweill, yn unol â chanllawiau'r Cyd-bwyllgor ar Imiwneiddio a Brechu. Mae'r diweddariad hefyd yn rhoi rhagor o wybodaeth am y dystiolaeth bwysig a chalonogol sy'n dechrau dod i'r amlwg ynghylch effeithiolrwydd y rhaglen frechu.

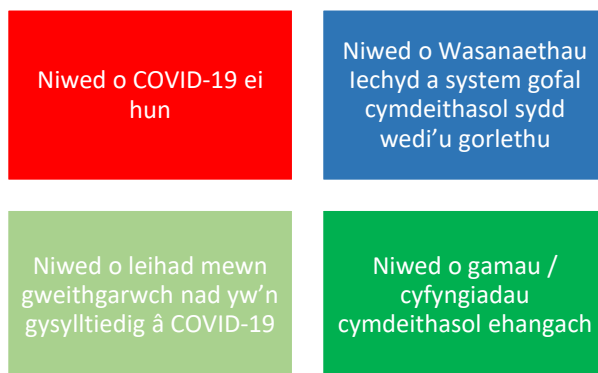
2. COVID-19 ac anghydraddoldebau

Effaith COVID-19

Fel Llywodraeth rydym wedi ymrwymo i leihau anghydraddoldebau iechyd ac i sicrhau Cymru decach ym mhob agwedd ar gymdeithas. Mae Adroddiad Blynyddol diweddaraf Prif Swyddog Meddygol Cymru, [Diogelu ein Hiechyd 2019-2020](#), yn ystyried sut mae pobl yng Nghymru wedi wynebu her COVID-19 gyda'i gilydd. Mae'n edrych ar sut gallwn ni ddod allan o'r pandemig yn gryfach, ac yn fwy parod i fynd i'r afael â rhai o'r heriau roeddem eisoes yn eu hwynebu a'r rheini a ychwanegwyd gan y pandemig. Bydd y ffordd y byddwn ni'n canolbwyntio ar ein hiechyd meddwl, yn ogystal ag effeithiau corfforol y flwyddyn diwethaf, yn hollbwysig i hyn.

Mae COVID-19 wedi dangos nad ydym ar wahân i bawb arall a'i bod yn hawdd iawn i ddigwyddiadau byd-eang effeithio arnom, heb rybudd bron. Mae COVID-19 wedi gwaethgu'r anghydraddoldebau iechyd ac economaidd a oedd yn bodoli'n barod, fel rydym ni'n gwybod, ond mae hefyd wedi dyfnhau ein dealltwriaeth o'r materion hyn.

Mae'r pedwar niwed, sydd wedi cael eu defnyddio i ddisgrifio'r blaenoriaethau eang y mae'r GIG a gofal cymdeithasol yng Nghymru wedi canolbwyntio arnynt dros y flwyddyn diwethaf, yn dal yn berthnasol.



Roedd llawer o 2020-21 o reidrwydd yn canolbwyntio ar y ddau flwch uchaf. Yn 2021-22 a'r tu hwnt, mae angen i'r system iechyd a gofal cymdeithasol ganolbwyntio fwyfwy ar yr elfennau eraill sy'n achosi niwed. Mae nifer y bobl sydd nawr yn aros am driniaeth am gyflyrau nad ydynt yn gysylltiedig â COVID-19 yn fwy nag ar unrhyw adeg o fewn cof diweddar. Bydd y daith at adferiad yn cymryd amser. Gan gydnabod yr anghydraddoldebau sy'n bodoli, rhaid inni fod yn radical ac yn barod i fabwysiadu technolegau newydd a ffyrdd newydd o weithio os ydym am fynd i'r afael â nhw.

Mae COVID-19 wedi cael effaith anghymesur ar gymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig yng Nghymru. Gellir gweld anghydraddoldeb ar draws cymunedau a grwpiau eraill hefyd.

Ochr yn ochr ag ethnigrwydd, mae effaith COVID-19 wedi bod yn fwy i'r rheini sy'n dioddef o ordewdra ac sydd â mwy nag un cyflwr iechyd. Mae bod â mwy nag un salwch neu gyflwr yn gysylltiedig â chanlyniadau gwaeth o ran COVID-19. Roedd angen cymorth ychwanegol

ar gyfer rhai grwpiau, fel pobl a oedd yn gwarchod eu hunain, a oedd â mynediad anghyfartal at amrywiaeth o adnoddau, gan gynnwys cymorth iechyd a chymdeithasol. Mae gordewdra wedi bod yn ffactor cyson o ran gorfod mynd i'r ysbyty, cael eich derbyn i ofal dwys a marwolaeth.

Yn ystod y 12 mis diwethaf, mae wedi dod yn fwy amlwg o'r cyfraddau heintio a throsglwyddiad y feirws fod y rheini sy'n byw mewn cymunedau difreintiedig wedi dioddef yn anghymesur. Mae amodau tai gwaeth, mwy o orlenwi, defnyddio trafndiaeth gyhoeddus, neu weithio mewn swyddi sy'n talu llai wedi golygu bod llawer o bobl wedi gweld ac wedi teimlo effaith COVID-19 yn agos iawn atyn nhw.

Mae COVID-19 wedi effeithio ar iechyd corfforol ac ar iechyd meddwl. Mae heriau'r cyfyngiadau symud, a roddwyd ar waith i ddiogelu'r boblogaeth rhag y feirws, hefyd wedi gwneud i lawer deimlo'n bryderus, yn isel ac wedi arwain at heriau iechyd meddwl newydd. Mae'r rheini a oedd eisoes â chyflyrau iechyd meddwl wedi teimlo bod bywyd yn anodd, ac mae eraill wedi profi unigrwydd ac arwahanrwydd o'r newydd, ar ôl cael eu gwahanu oddi wrth eu teulu a'u ffrindiau am gyfnodau hir, yn enwedig y rheini sy'n byw ar eu pen eu hunain. Bydd cymunedau ac unigolion yn dod i delerau â'r effaith bersonol y maen nhw wedi'i phrofi, ac mae'n hollbwysig i'n dull gweithredu wrth symud ymlaen ein bod yn rhoi iechyd emosiynol wrth galon yr ymateb.

Roedd dadansoddiad o asesiadau o'r effaith ar hawliau plant, a gynhaliwyd ar amrywiaeth o bolisiau yn ystod 2020, yn tynnu sylw at y ffaith mai ar yr un grwpiau o blant agored i niwed yr effeithir yn negyddol yn aml pan fydd y polisiau hyn yn cael eu rhoi ar waith. Nid yw effaith COVID-19 yn wahanol; er enghraifft, dyma'r rhai yr effeithir fwyaf arnynt:

- Plant ifanc ac agored i niwed
- Plant ag anghenion dysgu ychwanegol
- Plant Du ac Asiaidd a phlant o Leiafrifoedd Ethnig
- Dysgwyr cyfrwng Cymraeg lle nad y Gymraeg yw iaith y cartref
- Pobl sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol
- Plant dan anfantais – gan gynnwys y rheini sydd heb le yn yr awyr agored
- Y rheini a allai wynebu oedi datblygiadol.

I'r gymdeithas ehangach hefyd, mae'r effaith wedi bod yn llwm. Effeithiwyd ar yr economi ac ar swyddi. Mae llawer yn wynebu caledi ariannol am nad yw eu busnesau'n gallu gweithredu neu wrth i lefelau diweithdra godi. Mae'r straen ariannol y mae llawer o bobl yn ei wynebu o ganlyniad i COVID-19 yn sylweddol, a bydd yn cael effaith ar eu hiechyd a'u llesiant dros y misoedd a'r blynnyddoedd nesaf.

Mae cenhadaeth Llywodraeth Cymru, [Cenhadaeth i Gryfhau ac Ailadeiladu'r Economi](#), yn nodi sut rydym yn bwriadu dod dros y difrod economaidd a achoswyd gan y pandemig. Mae'n dangos bod cysylltiad pendant rhwng llesiant economaidd â llesiant amgylcheddol, diwylliannol a chymdeithasol. Mae cyfraniad y GIG a'r gwasanaeth cyhoeddus ehangach yn allweddol i adferiad economaidd. Gwyddom fod gofal cymdeithasol yn rhoi cefnogaeth sylweddol i fywydau llawer o bobl yng Nghymru. Mae'r gweithlu gofal cymdeithasol ei hun wedi bod dan bwysau aruthrol, ond mae wedi darparu cymorth di-baid i bobl ledled Cymru drwy gydol y pandemig. Mae gofal cymdeithasol hefyd yn chwarae rhan hanfodol yn yr

economi, gan helpu'r rheini sydd â chyfrifoldebau gofalu i fynd i weithio, i ddychwelyd i weithio neu i aros mewn gwaith.

Mae COVID-19 wedi gadael ei ôl ar gynifer o agweddau ar fywyd, ond mae rhai pethau cadarnhaol wedi dod i'r amlwg hefyd. Mae gwynnwch llawer o gymunedau, a'r cymorth a'r gefnogaeth y mae llawer o wirfoddolwyr wedi'u dangos, wedi bod yn rhyfeddol. Boed hynny'n helpu mewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol, mewn canolfannau brechu neu mewn banciau bwyd, mewn cynlluniau cymdogaeth neu drwy gadw mewn cysylltiad â rhywun sy'n byw ar ei ben ei hun, mae natur ofalgar pobl ledled Cymru a'r awydd i gyfrannu wedi bod yn eithriadol. Yn yr un modd, bu manteision i'r amgylchedd yng Nghymru. Gyda mwy o bobl yn gweithio gartref, mwy o gyfarfodydd ac apwyntiadau dros y we, bu gostyngiad mewn traffig a gwelliant yn ansawdd yr aer, gan fynd â Chymru gam yn nes at ei thargedau datgarboneiddio.

Wrth edrych tua'r dyfodol ar ôl COVID-19, mae'n hanfodol ein bod ni'n gweithio'n frwd i greu gwasanaeth iechyd a gofal cymdeithasol 'cryfach a thecach' i Gymru. Rhaid inni sicrhau bod ein cynlluniau'n ceisio gwella bywydau'r rheini sydd eisoes yn agored i niwed yn ein cymunedau, neu sy'n wynebu anghydraddoldebau o unrhyw fath.

Y prif wersi a ddysgwyr

Mae COVID-19 wedi cael effaith sylweddol ar bobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig, a'r rheini sy'n dioddef o ordewdra ac sydd â mwy nag un cyflwr iechyd. Mae'n bwysig parhau i ymchwilio i ddeall beth yw'r ffactorau risg i bobl sy'n agored i niwed a beth yw'r ffordd orau o leihau'r rhain, boed hynny drwy frechu, triniaeth neu ymyriadau llesiant.

Rhaid inni leihau'r gwahaniaethau mewn amodau byw sy'n cael effaith negyddol ar iechyd a llesiant pobl yng Nghymru. Mae mynediad at dai diogel o ansawdd da yn bwysig, ac mae angen adeiladu ar y cymorth sy'n cael ei gynnig i'r rheini sy'n ddigartref yn ystod COVID-19. Rhaid i'n strategaethau ddarparu cymorth i'r rhannau hynny o gymdeithas Cymru sy'n fwyaf agored i niwed.

Mae iechyd meddwl yn un o brif feysydd blaenoriaeth Llywodraeth Cymru, ac fe'i nodwyd fel y maes a allai gyfrannu fwyaf at ffyniant a llesiant yn y tymor hir. Mae'r pandemig wedi tynnu sylw at yr angen am gamau gweithredu cryfach byth ar draws y llywodraeth ym maes atal a diogelu iechyd meddwl. Mae'r adroddiad [Adolygiad o Law yn Llaw at Iechyd Meddwl 2019-2022 er mwyn ymateb i COVID-19](#) yn amlinellu amryw o ymrwymïadau i fynd i'r afael ag effeithiau economaidd-gymdeithasol ehangach y pandemig a'u heffeithiau ar iechyd meddwl a llesiant emosiynol, gyda'r rhan fwyaf ohonynt y tu allan i'r system iechyd a gofal cymdeithasol. Cafodd gwasanaethau iechyd meddwl eu dynodi'n wasanaethau 'hanfodol', ac felly roedden nhw ar gael drwy gydol y pandemig. Rydym wrthi'n llunio fframwaith ar ei wedd derfynol ar gyfer gwasanaethau a fydd yn cefnogi'r cynnydd disgwylidig yn y galw am wasanaethau iechyd meddwl ledled Cymru, gan sicrhau ein bod yn cynnwys y gwersi a ddysgir o fodelau darparu newydd ac arloesol.

Mae COVID-19 wedi dangos i'r byd fod modd gweithio'n wahanol, ac nad oes angen cyswllt wyneb yn wyneb yn yr un ffordd mwyach. Mae'r angen i deithio wedi lleihau, ac mae hefyd wedi creu cyfleoedd i newid y ffordd rydym ni'n gweithio, gydag apwyntiadau ac ymgynghoriadau dros y we yn prysur ddod yn norm. Gall defnyddio mwy ar dechnoleg, a fabwysiadwyd yn gyflym yn ystod y pandemig, gefnogi ffyrdd newydd o ddarparu iechyd a

gofal cymdeithasol yn y dyfodol. Fodd bynnag, rhaid inni weithio i fynd i'r afael ag allgáu digidol a sicrhau nad yw ein gwasanaethau'n gwahaniaethu yn erbyn y rheini sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol.

Roedd gwaith a wnaed gan y Comisiynydd Plant yn edrych ar brofiad plant a phobl ifanc o'r cyfyngiadau symud. Y pethau a oedd yn effeithio fwyaf ar y ffordd y mae plant a phobl ifanc yn teimlo oedd nad oeddent yn gallu treulio amser gyda ffrindiau, nad oeddent yn gallu gweld y teulu a bod yr ysgol neu'r coleg ar gau. Torrwyd ar draws addysg ac astudiaethau plant a phobl ifanc o bob oed hefyd mewn ffordd nas gwelwyd ers cenedlaethau. Mae hyn yn destun pryder arbennig o ran plant o gefndiroedd difreintiedig, sydd eisoes yn cyflawni llai ar gyfartaledd na'u cyd-ddisgyblion mwy cefnog.

Pan fydd ysgolion yn cau, nid yw plant a phobl ifanc yn gallu dod o hyd i le diogel i ffwrdd oddi wrth drais yn y cartref - yn drais uniongyrchol neu o ran gweld trais yn erbyn pobl eraill - ac mae'r galwadau i linellau cymorth yng Nghymru wedi cynyddu dros 50% mewn rhai ardaloedd. Mae'r Cenhedloedd Unedig wedi dweud: nid plant yw wyneb y pandemig hwn. Ond mae perygl y byddan nhw ymhlith y dioddefwyr mwyaf. Er eu bod, diolch byth, wedi cael eu harbed i raddau helaeth rhag effeithiau iechyd uniongyrchol COVID-19 – hyd yma o leiaf – mae'r argyfwng yn cael effaith ddofn ar eu llesiant.¹

Rydym yn cydnabod pwysigrwydd sicrhau bod y rheini sydd â'r angen mwyaf yn ganolog i'r system iechyd a gofal cymdeithasol yn y dyfodol. Os nad ydynt, mae perygl mawr y bydd y gwahaniaethau presennol yn cynyddu'n sylweddol, gydag effeithiau negyddol sylweddol ar iechyd a llesiant pobl yng Nghymru yn y dyfodol.

Mae'r pandemig wedi rhoi pwyslais o'r newydd ar bwysigrwydd y cysylltiad rhwng iechyd a gofal a'r economi ehangach, gan ein hatgoffa o werth ein dull ni o weithio ar y cyd ac mewn partneriaeth yng Nghymru.

Rydym hefyd wedi dysgu llawer am y galw a'r diffyg capasiti yn ein hysbytai a'n gwasanaethau iechyd a gofal ehangach. Mae'n amlwg bod angen cael gwasanaethau cynaliadwy sy'n gallu ymateb i gynnydd yn y galw am ofal ac atgyfeiriadau i'r system iechyd a gofal. Rhaid gwneud hyn mewn ffordd sy'n helpu pobl i gael gafael ar y lefel iawn o wasanaethau, a all fod yn wahanol i'r rhai a gynigiwyd yn draddodiadol yn y gorffennol. Rydym wedi dysgu y gallwn ni wneud pethau'n wahanol, a rhaid inni adeiladu ar yr arloesi a'r newid sydd wedi bod o fudd inni yn ystod y pandemig.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Mae nodau ac amcanion *Cymru Iachach* wedi darparu sylfaen gadarn i'r ymateb i COVID-19 drwy bartneriaethau sefydledig a gweithio integredig. Mae COVID-19 wedi cyflymu'r newid trawsnewidiol yn y ffordd y mae gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol yn cael eu darparu, ac mae'r ymateb i'r pandemig wedi arwain at weithredu nifer o gynlluniau tymor hir yn gynt.

Mae modelau gofal newydd a gefnogir drwy'r Gronfa Trawsnewid a'r Gronfa Gofal Integredig wedi bod yn bwysig i'r ymateb rhanbarthol i COVID-19, gan gynnwys rhyddhau cleifion yn gyflym o'r ysbyty i'r cartref ac atal eu derbyn i'r ysbyty. Mae buddsoddiad

¹ (https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_on_covid_impact_on_children_16_april_2020.pdf)

sylweddol a chyflym mewn technoleg ddigidol wedi golygu y bu modd trawsnewid gwasanaethau'n gyflym. Mae gennym gyfle yn awr i fanteisio ar flaenoriaethau *Cymru Iachach*, cadw'r cynnydd rydym wedi'i wneud, sicrhau ein bod yn dysgu o'r ymateb i'r pandemig, a chynnal yr arferion arloesol a'r ffyrdd newydd o weithio rydym wedi'u gweld ledled Cymru.

Ochr yn ochr â *Cymru Iachach*, rydym wedi cyhoeddi *Fframwaith Clinigol Cenedlaethol*, sy'n nodi sut bydd gwasanaethau clinigol yn cael eu newid i'w gwneud yn addas ar gyfer heriau'r 21 ganrif. Fe'i datblygwyd drwy gydweithio â thimau clinigol ledled Cymru. Y model darparu ar gyfer gwasanaethau clinigol yw un o sylfeini pwysicaf ein system gofal iechyd.

Rhaid i atal a llesiant fod wrth galon y ffordd ymlaen. Mae strategaeth [Pwysau Iach Cymru Iach](#) yn crynhoi'r camau y mae angen eu cymryd i helpu'r rheini sydd â diabetes, cyflyrau cyhyrysgerbydol a gordewdra. Dylai atal fod yn brif ffocws ym mhob llwybr gofal yn unol â'r Fframwaith Clinigol Cenedlaethol.

Yn yr un modd, mae [Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015](#) yn darparu'r blociau adeiladu cyffredinol sydd eu hangen, drwy'r pum dull o weithio (hirdymor, atal, integreiddio, cynnwys a chydweithio), i gefnogi adferiad y system iechyd a gofal.

Yn ôl [Maniffesto y Dyfodol](#) gan Gomisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol, a gyhoeddwyd ym mis Hydref 2020, "Ym mhob argyfwng mae yna ddau gyfnod: yn y cyntaf rydych chi'n ymateb, ac yn yr ail, yn dysgu. I fod yn llwyddiannus mae'n rhaid i chi brofi'r ddau." Mae'n bwysicach nag erioed bod y pum dull o weithio yn rhan annatod o'r broses wrth inni symud tuag at adferiad, er mwyn i wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol fod yn addas ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.

O ystyried y gydnabyddiaeth i bwysigrwydd iechyd meddwl a llesiant pobl, mae cael Gweinidog Iechyd Meddwl, Llesiant a'r Gymraeg wedi dod â ffocws ac adnoddau penodol i'r maes hwn. Rhaid i iechyd meddwl fod yn gydradd â chyflyrau corfforol, gan gydnabod nad dewisiadau 'naill ai/neu' yw'r rhain i lawer o bobl, ac mai darparu triniaeth a chymorth mwy cyfannol yw'r dull mwyaf buddiol.

Mae'r iaith Gymraeg yn bwysig wrth ddarparu iechyd a gofal cymdeithasol. I lawer o bobl, mae gallu cael gafael ar wybodaeth neu ddisgrifio eu symptomau a siarad â gweithwyr proffesiynol yn eu dewis iaith yn allweddol er mwyn cael y driniaeth a'r gofal priodol. Mae'r byrddau a'r ymddiriedolaethau iechyd yn ddarostyngedig i safonau'r Gymraeg (sy'n cael eu rheoleiddio gan Gomisiynydd y Gymraeg), sef set o ofynion cyfreithiol rwymol sy'n ceisio gwella gwasanaethau dwyieithog. Mae [Cynllun Gweithredu Mwy na Geiriau](#) Llywodraeth Cymru yn nodi ystod o gamau gweithredu a fydd yn sail i adferiad ein gwasanaethau.

O fis Ebrill 2021 ymlaen, rhaid i bob sefydliad yn y sector cyhoeddus weithredu ar y [Ddyletswydd Economaidd-Gymdeithasol](#), a fydd yn sicrhau bod penderfyniadau'n cael eu gwneud yng nghyd-destun y penderfynyddion iechyd ehangach ac yn ceisio lleihau anghydraddoldebau.

Mae newid yn yr hinsawdd a datgarboneiddio wedi dod yn amlwg dros y blynyddoedd diwethaf. Rhaid i gynlluniau adfer ystyried ymrwymiad Llywodraeth Cymru i gael sector cyhoeddus carbon niwtral erbyn 2030. Bydd hyn hefyd yn arwain at fanteision sylweddol i iechyd. Mae'n bwysig cydnabod y bydd y camau a gymerir yn awr yn effeithio ar y ffordd y

mae Cymru yn symud ymlaen ac yn chwarae ei rhan ar lwyfan byd-eang Cynhadledd Partïon y Cenhedloedd Unedig ar Newid Hinsawdd (COP26) ym mis Tachwedd 2021.

Heriau a risgiau

Bydd agweddau tymor hwy dirywiad yn yr economi a'r angen i sefydlogi sectorau, sydd wedi dioddef yn sylweddol, yn effeithio ar lawer yng Nghymru. Rhaid i benderfynyddion ehangach iechyd a lleihau anghydraddoldebau iechyd fod yn ganolog i'r adferiad. Rhaid i grwpiau sy'n wynebu risg gael mynediad da at gymorth ariannol teg, sydd â chysylltiad cryf ag iechyd a llesiant pobl.

Bydd hefyd angen ystyried y broses o newid i fywyd y tu allan i'r Undeb Ewropeaidd, fel rhan o'r broses o adfer ac ail-lunio ein system iechyd a gofal cymdeithasol. Bydd yr effeithiau i'w teimlo mewn termau economaidd a chymdeithasol. O ran y sector iechyd a gofal, bydd angen inni roi sylw penodol i gefnogi anghenion ein gweithlu, rheoli ein cysylltiadau â gwledydd eraill, yn ogystal ag addasu i newidiadau o ran caffael nwyddau a gwasanaethau.

Blaenoriaethau

Nawr yw'r amser i ddatblygu gwasanaeth iechyd a gofal cymdeithasol cryfach, ac i gefnogi a datblygu ein gweithlu. Rhaid inni gymryd y camau nesaf i sicrhau ein bod nid yn unig yn adfer i'r sefyllfa cyn COVID-19, ond yn hytrach yn ail-lunio gwasanaethau fel eu bod yn darparu'r cymorth iechyd a gofal integredig y mae ar Gymru ei angen ac y mae'n ei haeddu.

Rhaid inni fynd i'r afael â phob math o niwed sy'n deillio o'r pandemig wrth inni symud tuag at adferiad. Mae hyn yn cynnwys niwed o ganlyniad i oedi cyn cael triniaeth neu ofal a'r effaith ar lesiant meddyliol ac emosiynol.

Byddwn yn cyflymu'r gwaith sy'n mynd rhagddo i ddatblygu *Cynllun Cydraddoldeb Hiliol*, sy'n ddatganiad pwysig gan Lywodraeth Cymru o'i gweledigaeth a'i gwerthoedd. Bydd y camau ymarferol yn mynd i'r afael ag anghydraddoldeb hiliol ac yn gwella cyfleoedd a chanlyniadau bywyd cymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig yng Nghymru. Mae pecyn cymorth i helpu cyflogwyr a gweithwyr i deimlo'n ddiogel ac yn iach yn y gwaith yn cael ei ddatblygu i fynd i'r afael â'r materion y mae COVID-19 wedi'u dangos yn gwbl glir.

Gan adeiladu ar y trefniadau unigryw yng Nghymru, sy'n cynnwys partneriaethau cryf fel Byrddau Gwasanaethau Cyhoeddus a Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol, byddwn yn cefnogi sefydliadau lleol allweddol i gydweithio ar draws y sector cyhoeddus i sicrhau gwell canlyniadau i ddinasyddion.

Mae'n bwysig cydnabod yr effaith enfawr y mae COVID-19 wedi'i chael ar iechyd meddwl pobl o bob oed. Mae meithrin cefnogaeth, yn enwedig i ymyriadau lefel isel, yn allweddol. Mae hyn wedi effeithio'n sylweddol ar blant a phobl ifanc, ac mae angen gwneud mwy i sicrhau bod eu pryderon iechyd meddwl yn cael sylw'n gyflym.

Bydd gwerthoedd, egwyddorion a chamau gweithredu *Cymru Iachach* yn darparu'r cyddestun wrth inni symud drwy gam nesaf yr ymateb i'r pandemig ac at adferiad.

Rydym wedi manteisio ar y cyfle i adolygu a chreu camau gweithredu newydd o dan *Cymru Iachach* er mwyn adlewyrchu'r gwersi a ddysgwyd o bandemig COVID-19 a'r heriau sydd o'n blaenau o ran adferiad. Mae'r camau gweithredu newydd hyn yn cynnwys canolbwyntio ar annhegwch iechyd, iechyd meddwl, plant a phobl ifanc a datgarboneiddio.

Byddwn yn rhannu arferion gorau ac yn cefnogi ffyrdd newydd o weithio mewn perthynas ag ystod o wasanaethau, fel gwasanaethau adre o'r ysbyty; gofal seiliedig ar leoedd; gofal a gwasanaethau iechyd meddwl ac emosiynol sy'n seiliedig ar dechnoleg.

3. Gofal sylfaenol a chymunedol ymatebol

Effaith COVID-19

Mae gofal sylfaenol a chymunedol wrth galon cymunedau Cymru, ac wrth wraidd ein GIG a'r weledigaeth ar gyfer y dyfodol. Mae *Cymru Iachach* yn nodi'r bwriad i greu modelau newydd ar gyfer gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol di-dor. Darparwyr gofal sylfaenol a chymunedol mewn clystyrau lleol yw'r sylfaen ar gyfer cydweithredu ac arloesi.

Er mwyn cynnal gwasanaethau allweddol y GIG, mae mwy o gydweithio'n digwydd ar lefel clwstwr ers dechrau'r pandemig. Mae gwasanaethau ar gyfer COVID-19 a chyflyrau heblaw am COVID-19 wedi cael eu darparu mor agos â phosibl i'r cartref.

Mae'r holl staff wedi addasu eu ffyrdd o weithio a'u modelau gofal mewn ymateb i'r pandemig. Mae hyn wedi cynnwys:

- Ehangu'r defnydd o lwyfannau digidol, er enghraifft drwy gynnal ymgynghoriadau dros y ffôn a thros fideo, yn ogystal ag ymgynghoriadau wyneb yn wyneb pan fo angen
- Cysylltu dros y we â thimau ysbytai gofal eilaidd gan ddefnyddio llwyfannau digidol newydd
- Sefydlu hybiau ar gyfer gofal brys a gofal mewn argyfwng
- Cefnogi'r ysbytai maes, y rhaglen profi ac olrhain a rhaglen frechu COVID-19
- Fferyllfeydd yn darparu cymorth ar gyfer amrywiaeth o wasanaethau, heb apwyntiadau, yn enwedig pan welwyd bod mwy o bwysau ar wasanaethau Meddygon Teulu
- Practisiau yn addasu eu ffyrdd o weithio i sicrhau mesurau priodol ar gyfer rheoli haint er mwyn cadw cleifion yn ddiogel.

Mae'r pandemig wedi cael effaith ddifrifol ar y gallu i ddarparu gwasanaethau deintyddol. Er bod nifer y triniaethau brys yn dechrau dychwelyd i'r lefelau cyn COVID-19, mae cyfanswm y nifer sy'n gallu cael gafael ar wasanaethau arferol ar ddim ond tua 35% o lefelau 2019-20, oherwydd yr angen i roi mesurau ar waith i atal haint rhag lledaenu rhwng cleifion.

Mae adsefydlu wedi dod yn ffocws penodol yn ystod y pandemig ar gyfer y rheini y mae COVID-19 wedi effeithio arnynt. Rhaid i'r ffocws hwn barhau, a sicrhau hefyd bod pobl yn gofyn am driniaeth, gan gynnwys y rheini y cafodd eu gofal ei ohirio neu a oedd wedi gohirio gofyn am gyngor ynghylch problem iechyd, a'r rheini y mae'r cyfyngiadau symud wedi effeithio arnynt, fel pobl sydd wedi cael eu hynysu neu wedi bod yn gwarchod eu hunain.

Y prif wersi a ddysgwyd

Wrth i'r system iechyd symud tuag at adferiad, mae llawer o wersi gwerthfawr i'w dysgu o'r trawsnewidiad cyflym a ddigwyddodd mewn ymateb i'r pandemig. Mae llawer o'r gwersi'n cyd-fynd â'r egwyddor 'gofal yn nes at y cartref' fel y nodir yn *Cymru Iachach*, yn enwedig yr opsiynau digidol.

Mae cleifion a'r gweithlu iechyd a gofal wedi bod yn hyblyg wrth addasu i ffyrdd newydd o gyfathrebu, ac mae hyn wedi sicrhau bod pobl yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt,

drwy ddefnyddio amrywiaeth o ddulliau gan gynnwys cyswllt digidol, dros y ffôn, ac wyneb yn wyneb.

Drwy weithio mewn clystyrau, llwyddwyd i sicrhau bod gofal brys ar gael drwy'r amser i bob claf, mewn nifer o bractisiau yn y clwstwr.

Mae Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd, fel therapyddion, wedi gweithio gyda'i gilydd mewn timau amlbroffesiynol, gan fabwysiadu ffyrdd digidol newydd o weithio, er mwyn darparu gofal o'r ansawdd gorau a gwella canlyniadau iechyd.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Mae annog dull gweithredu aml-ddisgyblaethol yn hanfodol er mwyn diwallu anghenion pobl, gan sicrhau eu bod yn gallu cael gafael ar y person iawn, ar yr adeg iawn yn y lle iawn. Bydd creu proses syml i'r claf ei dilyn ar gyfer diagnosis a thriniaeth yn hanfodol i greu model effeithiol ar gyfer y dyfodol, sy'n golygu newid disgwyliadau'r cyhoedd ynghylch y lle mwyaf priodol i gael eu gweld, i gael triniaeth ac i gael cymorth, a phwy sydd yn y sefyllfa orau i ddarparu'r gofal hwn.

Mae'n hollbwysig sicrhau bod pob gweithiwr proffesiynol wedi cael yr wybodaeth a'r hyfforddiant diweddaraf, er mwyn iddyn nhw fod mewn sefyllfa i drawsnewid a chyflwyno cyfundrefnau gofal newydd, ac i gyflawni egwyddorion *Cymru Iachach*.

Gallwn ddarparu gofal sylfaenol ehangach i bobl drwy'r gwasanaeth 111 cenedlaethol a lleol, gan gynnwys gwasanaethau ffôn yn gyntaf a dulliau digidol eraill. Bydd hyn yn gwella'r gallu i gael arweiniad a chynghor proffesiynol arbenigol ar-lein. Bydd gwell datblygiadau technolegol yn moderneiddio ein gwasanaethau presgripsiwn, ac yn gwella'r gofal i gleifion drwy'r system e-gyfeirio lwyddiannus ar gyfer gwasanaethau deintyddol. Mae'r holl ddatblygiadau hyn yn helpu i ddangos beth y gellir ac y dylid ei ddarparu'n ddiogel ac yn nes at y cartref mewn lleoliadau gofal sylfaenol.

Mae defnyddio optometryddion sydd â chymwysterau uwch, i alluogi cleifion i gael gofal priodol yn nes at eu cartref, yn bwysig ac yn gallu lleihau'n sylweddol y galw am ofal offthalmoleg yn yr ysbyty. Yn yr un modd, bydd datblygu rôl ein gwasanaethau cymunedol mewn fferyllfeydd, yn enwedig gwasanaethau clinigol, yn adeiladu ar y datblygiadau a welsom yn ystod y pandemig.

Bydd annog Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd i ddatblygu rhagor o fodelau gofal newydd yn helpu i gadw pobl yn iach. Mae hyn yn cynnwys canllawiau hunanreoli o bell, ymgynghoriadau grŵp a thriniaethau ataliol. Drwy gynyddu capasiti staff yn y gymuned, byddwn yn cynnig cefnogaeth gyda chyflyrau iechyd corfforol ac iechyd meddwl hirdymor, gan gynnwys ar gyfer pobl â phroblemau orthopedig, pobl sy'n byw gyda dementia a Covid hir.

Heriau a risgiau

Yr her yw sicrhau bod gwasanaethau lleol yn ddi-dor, a'u bod wedi'u trefnu o amgylch anghenion unigolion ar sail 24/7. Mae hyn yn cynnwys integreiddio rhwng y gwasanaethau gofal sylfaenol fel ymarfer meddygol, deintyddiaeth, optometreg a fferylliaeth, ochr yn ochr â gwasanaethau'r trydydd sector; rhwng gwasanaethau gofal sylfaenol a gwasanaethau

cymunedol; a rhwng iechedd a gwasanaethau cymdeithasol. Bydd hyn yn ei gwneud yn bosibl i bobl gael mwy o'u triniaeth a'u gofal mor agos â phosibl at eu cartref, gan ddibynnu ar ysbytai ar gyfer ymchwiliadau penodol lle bo angen, yn hytrach nag fel y lleoliad y mae pobl yn mynd iddo fel mater o drefn.

Dyma'r risgiau penodol o ran gwasanaethau:

- Mae'n hanfodol cynnal y mynediad at wasanaethau gofal sylfaenol. Os yw'n lleihau'n sylweddol oherwydd unrhyw ganfyddiad nad yw gwasanaethau ar gael, neu oherwydd bod llai o gapasiti er mwyn ymdopi â COVID-19, gall hynny arwain at niwed
- Mae gan ofal sylfaenol rôl allweddol i'w chwarae mewn rhaglenni brechu cenedlaethol hanfodol ac i adfer rhestrau aros, a rhaid ystyried yn ofalus y gallu i reoli'r pwysau yma ochr yn ochr â darparu gofal sylfaenol
- Mae'r gallu i gyfeirio llwybrau priodol at y sector gofal sylfaenol a chymunedol ehangach yn allweddol i gefnogi'r ymdrechion adfer
- Rhaid inni greu gwell dealltwriaeth ymysg gweithwyr proffesiynol a'r cyhoedd o rôl yr holl dîm gofal sylfaenol a chymunedol.

Blaenoriaethau

Mae gofal sylfaenol a chymunedol yn dal yn un o'r pum blaenoriaeth Weinidogol yn [Fframwaith Cynllunio Blynyddol GIG Cymru 2021 i 2022](#). Mae Fframwaith Cynllunio Gofal Sylfaenol a Chymunedol 2021-22 yn nodi'r blaenoriaethau penodol ar gyfer gofal sylfaenol a chymunedol, yng nghyswllt COVID-19 ac adfer gweithgarwch nad yw'n ymwneud â COVID-19, gan adeiladu ar y gwersi allweddol o 2020-21.

Mae'r Model Gofal Sylfaenol i Gymru a'r dull clwstwr yn canolbwyntio ar iechedd a llesiant. Wrth symud ymlaen i 2021/22, mae angen i'r egwyddorion canlynol fod yn sail i'r gwaith o gynllunio a darparu gwasanaethau ar lefel clwstwr a bwrdd iechedd:

- Rhaid i wasanaethau cymunedol weithio gyda'i gilydd a chydag ysbytai i ddarparu'r gofal iawn ar yr adeg iawn gan y gweithiwr proffesiynol neu'r gwasanaeth iawn, a hynny mor agos â phosibl at y cartref
- Mae gofal a chymorth yn golygu'r person cyfan, gan gynnwys llesiant meddyliol ac iechedd corfforol.

Dyma'r pedair blaenoriaeth:

- Rheoli COVID-19, gan gynnwys y gwasanaeth brechu a gofal i bobl sydd â COVID Hir
- Darparu gwasanaethau hanfodol, sy'n galw am ofal sydd wedi'i gyd-drefnu â gwasanaethau ysbyty
- Datblygu gwasanaethau gofal cymunedol integredig, gan gynnwys defnyddio Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechedd yn y ffordd orau bosibl – mae hynny'n cynnwys therapyddion – er mwyn darparu mwy o wasanaethau adfer, adsefydlu ac iechedd ar gyfer pobl mewn cartrefi gofal
- Gwell mynediad at ofal sylfaenol, gan gynnwys ffyrdd newydd o gael gafael ar ofal brys a gofal arferol yn nes at y cartref.

I gefnogi'r adferiad, bydd y Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol yn ailflaenoriaethu gwaith yn ôl pedwar prif faes:

- Datblygu clystyrau – mae 'Sgwrs Fawr' wedi dechrau, gydag arolwg yn ystod mis Rhagfyr 2020. Rhoddir adroddiad ar gynllun cyflawni ddiwedd mis Mawrth 2021
- Seilwaith cymunedol – cynyddu rôl nyrsio mewn gofal sylfaenol a chymunedol
- Gofal sylfaenol brys – bydd hyn yn adeiladu ar ganfyddiadau'r Canolfannau Braenaru a sefydlwyd yn ystod y gaeaf (2020/21), sydd wedi darparu gwybodaeth werthfawr ac a fydd yn sail i'r gwaith o ailddylunio gofal sylfaenol brys yng Nghymru
- Iechyd meddwl – mae gwaith ar y cyd wedi dechrau'n ddiweddar rhwng y Rhaglen Iechyd Meddwl a'r Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol ar wasanaethau ataliol. Bydd hyn hyd yn oed yn fwy o flaenoriaeth wrth i'r cyfyngiadau symud lacio, a cheir ymrwymiad ar y cyd i amlinellu'r hyn y gellir ei gynnig ledled Cymru ac ar lefel clwstwr.

Byddwn ni'n parhau â'n rhaglen i ddiwygio contractau ym maes gofal sylfaenol:

- Bydd deintyddiaeth yn canolbwyntio ar fynd i'r afael ag anghydraddoldebau ac anghenion sy'n cael blaenoriaeth, gan gynyddu gofal ataliol, a defnyddio adnoddau'n effeithiol i fynd i'r afael â'r triniaethau sydd wedi cronni
- Bydd optometryddion yn cael eu hannog i wneud yn fawr o'u sgiliau ac i symbylu staff i fanteisio i'r eithaf ar eu haddysg, eu hyfforddiant a'u profiad i gefnogi'r gwaith o symud gwasanaethau priodol o'r ysbyty i ofal sylfaenol
- Bydd Fferylliaeth Gymunedol yn datblygu ac yn adeiladu ar ei rôl yn y broses o ddarparu gwasanaethau, yn enwedig gwasanaethau clinigol
- Ym maes Ymarfer Meddygol, byddwn yn adeiladu ar yr hyn a ddysgwyd o'r 12 mis diwethaf i symleiddio'r contract Gwasanaethau Meddygol Cyffredinol er mwyn canolbwyntio ar ddarparu gwasanaethau craidd i gleifion, gyda gwasanaethau o natur well yn cael eu cynllunio a'u darparu ar sail clwstwr.

4. Gwasanaethau iechyd meddwl cefnogol

Effaith COVID-19

Ers canol mis Mawrth 2020, mae nifer o arolygon poblogaeth ar draws y DU ac yng Nghymru wedi sôn am effaith y pandemig a'r cyfyngiadau symud ar agweddau ar iechyd meddwl unigolion:

- Yn gyffredinol, mae lefelau gorbryder yn dal yn uwch nag oedden nhw cyn y pandemig. Mae agweddau ar iechyd a llesiant personol, pryder am iechyd a llesiant pobl eraill ac am sefyllfa ariannol bersonol wedi achosi pryder i unigolion i wahanol raddau yn ystod y cyfyngiadau symud.
- Ni theimlwyd yr effeithiau'n gyson ar draws pob grŵp. Mae lefelau uwch o bryderon iechyd meddwl i'w gweld ymysg rhai grwpiau o bobl fwy nag eraill, ac mae hynny wedi bod yn wir drwy gydol y pandemig. Mae'r grwpiau hynny'n cynnwys y rheini a oedd â chyflyrau iechyd meddwl yn barod, oedolion ifanc, cymunedau lleiafrifoedd ethnig, a phobl sy'n byw gyda dementia a'u gofalgwyr. Roedd effaith benodol hefyd ar bobl mewn cartrefi incwm isel ac ar fenywod. Mae arolwg gan Gomisiynydd Plant Cymru hefyd yn dangos yr effaith ar blant a phobl ifanc, [Coronafeirws a fi – canlyniadau](#)
- Mae tystiolaeth gyson yn dangos bod gan ddirwasgiadau economaidd a ffactorau fel diweithdra, gostyngiad mewn incwm, a dyledion na ellir eu rheoli gysylltiadau agos iawn â llesiant meddyliol gwael, cyfraddau uwch o anhwylderau iechyd meddwl cyffredin, anhwylderau camddefnyddio sylweddau ac ymddygiad hunanladdol
- Mae pryderon wedi cael eu mynegi ynghylch mwy o risg o hunanladdiad o ganlyniad i'r cyfyngiadau a'r lefelau uwch o or-bryder. Ond mae tystiolaeth a gyhoeddwyd yn dangos, er bod rhaid inni barhau i fod yn wyladwrus a gweithredu mewn ffordd ataliol, ei bod hi'n rhy gynnar i ddod i gasgliad ynghylch yr effaith gyffredinol bosibl.

Bydd y rhain i gyd yn effeithio ar yr angen am wasanaethau, gyda'r Ganolfan Iechyd Meddwl yn amcangyfrif y bydd angen cymorth iechyd meddwl ychwanegol neu o'r newydd ar hyd at 10 miliwn o bobl yn Lloegr o ganlyniad uniongyrchol i'r argyfwng. Er bod y model yn seiliedig ar ddata Lloegr, ni ragwelir y byddai'r effeithiau ar iechyd meddwl yn wahanol iawn yng Nghymru.

Mae gwaith modelu diweddar ar gyfer Cymru yn awgrymu cynnydd posibl o hyd at 40% yn y galw am wasanaethau iechyd meddwl gofal sylfaenol yn 2021, a allai olygu tua 31,000 o atgyfeiriadau. Gallai'r galw ychwanegol am wasanaethau ysbyty gynyddu hyd at 25%, sy'n golygu tua 10,000 o atgyfeiriadau.

Y prif wersi a ddysgwyd

Cafodd gwasanaethau Iechyd Meddwl eu dynodi'n wasanaethau 'hanfodol' ac roedden nhw'n dal ar waith drwy'r pandemig, er bod eu ffyrdd o weithio wedi newid, gan gynnwys ymgynghoriadau dros y we.

Yn dilyn ton gyntaf COVID-19, comisiynodd Llywodraeth Cymru adolygiad annibynnol a chyflym o wasanaethau iechyd meddwl, er mwyn llywio penderfyniadau ynghylch gwasanaethau yn y dyfodol. Y bwriad oedd deall profiad staff a defnyddwyr gwasanaeth, ac effaith y newidiadau ar systemau a chanlyniadau cleifion.

Er y cydnabuwyd y byddai natur gyflym yr adolygiad yn creu rhywfaint o gyfyngiadau, cytunwyd yn gyflym ar broses adolygu glir, a nodwyd 20 prosiect newid i fynd i'r afael â phroblemau ac i sbarduno gwelliannau. Defnyddiwyd y pedair thema ganlynol:

- Teleiechyd ac atebion digidol
- Integreiddio a chyd-leoli timau a gwasanaethau
- Rheoli'r broses atgyfeirio/derbyn
- Mwy o gefnogaeth ar y pwynt cyswllt

Cydnabuwyd bod angen i ffyrdd newydd o weithio nodi a mynd i'r afael â materion diogelu.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Mae angen inni sicrhau dull gweithredu cyson ar gyfer pob agwedd ar y broses o gyflwyno teleiechyd mewn gwasanaethau iechyd meddwl, sy'n cynnwys defnyddio technoleg fel cyfrwng i hyrwyddo a chynnal arferion da.

Mae angen datblygu a gwreiddio arweinyddiaeth dosturiol drwy'r gwasanaeth, er mwyn sbarduno arloesedd a ffocws parhaus ar gynyddu cadernid cymunedol, integreiddio a gweithio'n well mewn partneriaeth.

Rhaid inni fod yn hyderus bod llwybrau gofal yn cael eu datblygu ar sail dealltwriaeth gyffredin a chyfrifoldebau clir, sy'n ei gwneud yn bosibl i wneud mwy o benderfyniadau'n lleol ar sail gwell cydbwysedd rhwng llywodraethu clinigol ac ariannol.

Rhaid cynyddu cyfran y cyllid sy'n cael ei wario ar blant a phobl ifanc sydd â phroblemau iechyd meddwl, oherwydd deallir bod 80% o faterion iechyd meddwl yn dechrau yn ystod y cyfnod hwnnw mewn bywyd.

Bydd Byrddau Iechyd yn cael eu hannog i gomisiynu mwy o gymorth ar gyfer iechyd meddwl ar lefel isel yn lleol, ac i weithio â'r maes gofal sylfaenol i ddatblygu dull gweithredu cyson ar gyfer Cymru gyfan. Gallai hyn gynnwys mwy o bresgripsiynu cymdeithasol drwy'r trydydd sector, sicrhau ansawdd a safon gyson, cefnogi pobl mewn cymunedau, a rhoi'r gorau i drin materion iechyd meddwl fel problem feddygol pan fydd hynny'n briodol. Byddwn ni'n sefydlu grŵp gorchwyl a gorffen i gyfrannu at y gwaith hwn. Wrth inni ddod dros y pandemig, bydd sefydlu dull gweithredu sy'n seiliedig ar drawma yn hollbwysig, a byddwn ni'n parhau i gyflymu'r broses o gyflwyno Gwasanaeth Straen Trawmatig Cymru sy'n cefnogi dull gweithredu system gyfan, sy'n seiliedig ar dystiolaeth ac yn gyson ledled Cymru.

Heriau a risgiau

Mae risg wirioneddol o hyd y gallai'r GIG gael ei lethu gan atgyfeiriadau am gymorth iechyd meddwl lle mae'r ffactorau achosol yn deillio o effeithiau economaidd-gymdeithasol COVID-19, yn hytrach nag o anghenion iechyd meddwl meddygol neu arbenigol.

Mae'r pandemig wedi cael effaith fawr ar rai gwasanaethau'n arbennig. Mae'r rhain yn cynnwys Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS), gwasanaethau Anhwylderau Bwyta, Gwasanaethau Asesu'r Cof, a mynediad at Therapiau Seicolegol. Yn ogystal â mynd i'r afael â'r elfennau hyn, mae gwaith modelu ar y gweill i lywio maint a siâp gwasanaethau iechyd meddwl yn y dyfodol, gan gynnwys adolygu rhestrau aros a data atgyfeirio.

Mae angen gweithredu'n well ar draws y Llywodraeth, a gwell dull gweithredu amlasiantaeth, i atal y cynnydd mawr a ragwelir yn y galw ac i ddiwallu anghenion unigolion yn effeithiol.

Blaenoriaethau

Rhaid i bryderon iechyd meddwl pobl gael yr un sylw â'u hanghenion corfforol. I gyflawni hyn, rhaid i gynigion i adfer gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol sicrhau bod cymorth ar gyfer iechyd meddwl yn cael ei wreiddio ym mhob rhaglen a gwasanaeth ar draws y system gyfan.

Mae Llywodraeth Cymru a'r GIG yn mynd ati i ddiweddarau'r fframwaith ar gyfer cynllun adfer Cymru gyfan yng nghyswllt gwasanaethau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau, sy'n cynnwys pob oed a haen o ofal. Bwriad y cynllun hwn yw hwyluso'r broses o gynllunio ar y cyd a dull gweithredu cydgysylltiedig y gellir ei gyfleu i amrywiaeth o randdeiliaid, gan gynnwys arweinwyr byrddau iechyd a phartneriaid yn y Trydydd Sector. Mae'r fframwaith yn seiliedig ar y meysydd canlynol:

- Llesiant a chadernid y gweithlu
- Cynnal arloesedd ac arferion da
- Cytuno ar yr hyn a ddisgwyllir gan wasanaethau ar gyfer iechyd meddwl
- Sicrhau capasiti ychwanegol mewn gwasanaethau a sicrhau darpariaeth deg

Ni fwriedir i'r fframwaith ddisodli'r angen i fyrddau iechyd unigol ddatblygu cynlluniau adfer a threfniadau llywodraethu eu hunain ar gyfer y sefydliad. Yn hytrach na hynny, nod y fframwaith yw rhoi arweiniad ar yr ystyriaethau y dylai timau gwasanaethau iechyd meddwl eu cynnwys, a lle gellid mabwysiadu dull gweithredu cyffredin, neu gytuno ar ddull gweithredu ar gyfer Cymru gyfan.

Mae Cynllun Cyflawni ar gyfer Iechyd Meddwl 2019 i 2022, a gyflwynwyd ar ei newydd wedd ym mis Hydref 2020, yn cynnwys y blaenoriaethau diweddaraf ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl. Er bod y meysydd blaenoriaeth a amlinellir yn y cynllun ar ei newydd wedd yn dal yn berthnasol, mae blaenoriaethau clir y Gweinidog Iechyd Meddwl, Llesiant a'r Gymraeg yn cynnwys:

- Parhau i gryfhau'n sylweddol y gwasanaethau cymorth ataliol, lefel is, ar gyfer iechyd meddwl
- Cynyddu rôl y Trydydd Sector, lle bo hynny'n briodol
- Mynd i'r afael â materion perfformiad yn CAMHS
- Rhoi mwy o bwyslais ar atal, gan ganolbwyntio o'r newydd ar benderfyniadau economaidd-gymdeithasol iechyd meddwl gwael, fel diweithdra a dyled
- Llwybr amlasiantaeth clir ar gyfer Gofal mewn Argyfwng, gan gynnwys i Blant a Phobl Ifanc
- Sicrhau bod Fframwaith Cymorth Cynnar a Chymorth Estynedig y Rhaglen Law yn Llaw dros Blant a Phobl Ifanc yn cael ei roi ar waith drwy Fyrddau Partneriaeth Rhanbarthol
- Hoelio'r sylw ar gymunedau sy'n llai tebygol o gael cymorth ar gyfer iechyd meddwl, ee, aelodau o gymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig
- Sicrhau bod cymorth parhaus ar gyfer iechyd meddwl ar gael i'r bobl hynny yn y GIG ac ym maes Gofal Cymdeithasol sydd wedi bod ar y rheng flaen yn y pandemig
- Hwyluso'r cyfnod pontio rhwng bod yn blentyn i fod yn oedolyn yng ngwasanaethau iechyd meddwl y GIG
- Sicrhau bod pob bwrdd iechyd yn cyrraedd y safonau ar gyfer iechyd meddwl amenedigol, fel y maen nhw wedi'u nodi gan Goleg Brenhinol y Seiciatryddion.
- Gwella mynediad at glinigau asesu'r cof

5. Gwasanaethau effeithlon ac effeithiol mewn ysbytai

Gofal Brys a Gofal mewn Argyfwng

Effaith COVID-19

Mae COVID-19 wedi cael effaith ddofn ar y ffordd mae gwasanaethau'r GIG yn cael eu darparu, ar ymddygiad y cyhoedd, ac ar y ffordd maen nhw'n cael gofal brys a gofal mewn argyfwng. Mae'r gwasanaeth wedi newid yn gyflym er mwyn sicrhau bod cleifion, p'un a ydyn nhw wedi cael canlyniad positif mewn prawf COVID-19 neu'n cael eu trin am resymau nad ydyn nhw'n ymwneud â COVID-19, yn gallu cael eu trin yn ddiogel.

Gan fod ysbytai wedi cael eu had-drefnu i gadw pellter corfforol ac i sicrhau bod bylchau rhwng gwelyau er mwyn cadw cleifion yn ddiogel, ac atal y feirws rhag cael ei drosglwyddo, mae hynny wedi lleihau'r capasiti mewn adrannau brys ac ysbytai yn gyffredinol.

Er mwyn bodloni gofynion brys COVID-19, bu'n rhaid ehangu gwasanaethau gofal critigol yn gyflym – roedd angen gwelyau, peiriannau anadlu a darpariaeth ocsigen ychwanegol er mwyn diwallu'r angen. Cafodd y capasiti gwelyau ei ehangu o'r sefyllfa sylfaenol o 152 o welyau gofal critigol cyn COVID-19 i dros 300. Er mwyn cyflawni'r gofyniad hwn, cafodd ardaloedd eraill mewn ysbytai – fel theatrau – eu haddasu i fod yn amgylcheddau gofal critigol mewn argyfwng, ac mae'r rhain wedi gorfod cael eu cynnal ers dechrau'r pandemig.

Er mwyn gallu darparu'r gwelyau ychwanegol hyn, bu'n rhaid tynnu staff o feysydd gwasanaeth eraill a'u hailhyfforddi i gefnogi uwch gydweithwyr gofal critigol. Er bod hyn wedi bodloni'r gofyniad ar y pryd, mae wedi arwain at wasanaethau pwysig eraill yn y GIG yn cael eu tynnu'n ôl er mwyn bodloni gofynion y pandemig.

Mae ysbytai maes wedi bod yn rhan allweddol o'r strategaeth gyffredinol i ymateb i her y pandemig. Roedden nhw wedi darparu gwelyau ychwanegol pwysig mewn nifer o ardaloedd yng Nghymru yn ystod y cyfnodau mwyaf o bwysau dros y 12 mis diwethaf. Mae'r capasiti ychwanegol hwn wedi bod yn allweddol er mwyn galluogi pobl sy'n gwella i adael ysbytai aciwt, gan ryddhau gwelyau y mae mawr eu hangen mewn ysbytai aciwt ac ysbytai cymunedol. Yn yr un modd â gofal critigol, roedd agor safleoedd ysbytai maes yn golygu bod angen tynnu staff o rannau eraill o'r system iechyd a gofal cymdeithasol, ac roedd goblygiadau i hynny o ran darparu meysydd gwasanaeth eraill.

Mae'r risg o ledaenu'r feirws yn arwain at oblygiadau posibl i staff a chleifion. Mae hyn yn effeithio ar lif cleifion drwy ysbytai. Er bod gennym well dealltwriaeth o'r feirws a phryd mae cleifion yn heintus, mae rhyddhau cleifion o'r ysbyty wedi bod yn heriol weithiau.

Mae'r angen i staff ambiwlans wisgo cyfarpar diogelu personol (PPE) cyn gweld cleifion, mwy o salwch ac absenoldeb ymysg y staff, yn ogystal â'r angen i lanhau cerbydau yn drylwyr ar ôl trosglwyddo cleifion wedi effeithio ar amseroedd ymateb ambiwlansys ac ar yr oedi wrth drosglwyddo cleifion ambiwlans.

Mae mwy o absenoldeb ymysg y staff, adleoli staff i rannau anghyfarwydd o'r ysbyty a'r gymuned, a'r angen i gynnal trefniadau profi ar gyfer staff a chleifion wedi arwain at arhosiad hirach i rai cleifion.

Y prif wersi a ddysgwyd

Yn sgil COVID-19, mae'n bwysig bod y cyhoedd yn gallu cael gofal brys yn y lle iawn, ar yr adeg iawn. Rhaid cadw gwasanaethau brys at ddefnydd y cleifion hynny sydd fwyaf eu hangen. Mae dysgu o COVID-19 yn golygu bod angen inni osgoi cael gormod o bobl mewn adrannau brys, sy'n lleihau ymhellach y risg o drosglwyddo'r feirws.

Dim ond pan fydd hynny'n angenrheidiol o safbwynt clinigol ac yn briodol i'r claf y dylai cyswllt wyneb yn wyneb ddigwydd ym mhob lleoliad gofal iechyd. Mae'r pandemig wedi dangos y bydd cleifion yn barod i dderbyn ymgynghoriadau dros y ffôn neu dros y we pan fydd y rhain yn diwallu eu hanghenion.

Mae'r gwasanaeth 111 wedi dod yn frand mwy adnabyddus oherwydd iddo gael ei ddefnyddio yn ystod y pandemig ledled Cymru ar gyfer galwadau sy'n ymwneud â COVID-19. Mae wedi bod yn asesu cleifion i'w cefnogi a'u cyfeirio'n effeithiol at y gwasanaethau a'r lleoliad gofal mwyaf priodol ar gyfer eu hanghenion.

Mae nifer y bobl sy'n mynd i Adrannau Brys wedi lleihau ers dechrau'r pandemig. Mae staff ambiwlans wedi bod yn trin mwy o bobl yn eu cartrefi er mwyn sicrhau nad yw pobl yn mynd i'r ysbyty'n ddiangen, gan gysylltu â chydweithwyr arbenigol mewn ysbytai drwy ddefnyddio technoleg ddigidol.

Roedd mynediad estynedig at ofal brys ar yr un diwrnod wedi bod yn bwysig i sicrhau bod cleifion yn cael eu gweld gan arbenigwyr mewn ysbytai, er mwyn osgoi'r angen iddyn nhw gael gwely yn yr ysbyty. Roedd y pwyslais ar amrywiaeth o wasanaethau i ryddhau cleifion o ysbytai ac i ofal cymunedol a gofal yr awdurdod lleol yr un mor bwysig. Roedd hyn yn helpu cleifion i dreulio llai o amser yn yr ysbyty ac i gael eu rhyddhau gyda chymorth gan wasanaethau adfer ac asesu. Mae cynnal y dulliau hyn yn hanfodol wrth inni geisio creu gwasanaeth cynaliadwy.

Cyfleodd yn ystod yr adferiad

Bydd yn bwysig diffinio 'gofal sylfaenol brys' a chryfhau'r dull gweithredu amlddisgyblaethol yn unol â *Cymru Iachach*.

Mae 'cynlluniau braenaru' mewn Canolfannau Gofal Sylfaenol Brys bellach ar waith mewn pum bwrdd iechyd ym mhob cwr o Gymru. Bwriad y cynlluniau braenaru yw darparu 'lleoliad' lle gall cleifion sydd angen gofal sylfaenol brys gael eu gweld yn brydlon gan glinigwyr Gofal Sylfaenol yn ystod oriau arferol a'r tu allan i'r oriau hynny. Bydd adolygu canfyddiadau'r cynlluniau braenaru yn allweddol i gefnogi'r broses o'u cyflwyno ymhellach.

Mae parhau i ddarparu a datblygu gwasanaethau ymateb brys sy'n gadarn ac yn ddibynadwy yn dal yn flaenoriaeth allweddol. Hefyd, mae cyfle i gynllunio a chyd-drefnu'r gofal a roddir i gleifion sydd ag anghenion gofal brys, gan gynnig apwyntiadau wedi'u cynllunio iddyn nhw yn y lle iawn er mwyn diwallu eu hanghenion. Wrth roi amseroedd

apwyntiad i gleifion, dylai hynny sicrhau nad ydyn nhw'n gorfod aros yn hir heb fod angen oddi cartref.

Gan adeiladu ar y gwaith a wnaed hyd yma, mae'n bwysig ein bod ni'n defnyddio mwy ar fesurau sy'n dangos canlyniadau a phrofiadau sy'n bwysig i gleifion.

Mae ei gwneud hi'n haws i gleifion gael mynediad at y rhan briodol o'r gwasanaeth gofal brys a gofal mewn argyfwng er mwyn bodloni eu hanghenion mewn ffordd amserol, hygyrch a chlinigol briodol yn gyfle ac yn flaenoriaeth allweddol. Mae gwefan GIG 111, gan gynnwys y 'gwiriwr symptomau' ar-lein, wedi cael eu defnyddio'n dda, a chafodd y safle dros 1.6m o ymweliadau ym mis Mawrth 2020 yn unig. Bydd cyfleoedd i gefnogi'r agenda gofal brys ehangach yn cynyddu wrth i'r system TG newydd ar gyfer 111 gael ei rhoi ar waith.

Bydd y gwasanaeth 111 yn cael ei ddatblygu ymhellach a'i roi ar waith yn ehangach dros y blynyddoedd nesaf er mwyn sicrhau bod gwasanaeth gofal sylfaenol brys cyson, sydd ar gael bob awr o'r dydd yn cael ei ddarparu, gyda mynediad cyfartal ledled Cymru.

Wrth inni ailadeiladu a chryfhau gwasanaethau gofal critigol, bydd defnyddio'r profiad a'r hyfforddiant gofal critigol y mae staff gofal anghritigol wedi eu cael yn meithrin cadernid ar gyfer y dyfodol.

Mae'n hollbwysig cael pwyslais clir, wrth dderbyn pobl i'r ysbyty, ar gynllunio sut a phryd y gall pobl ddychwelyd adref ac i'w cymunedau. Bydd rhagor o waith yn cael ei wneud i sicrhau deialog glir â gwasanaethau gofal cymdeithasol a'r trydydd sector i wneud yn siŵr bod y person, ei deulu a'i ofalwyr yn teimlo eu bod yn cael cefnogaeth a bod ganddyn nhw reolaeth.

Heriau a risgiau

Cydnabyddir bod blinder y staff, yn enwedig y rheini sydd wedi bod ar y rheng flaen dros y 12 mis diwethaf, yn bryder mawr ar draws yr holl wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Mae recriwtio a chadw staff yn her i bob sefydliad.

Mae angen lleoli staff ac adnoddau eraill mewn modd cydgysylltiedig ac effeithiol. Er ei bod yn bwysig cefnogi cynlluniau newydd a ffyrdd gwahanol o weithio i ddarparu gofal iechyd a chymdeithasol effeithiol yn y dyfodol, rhaid i iechyd a llesiant staff fod yn ganolog i hynny os yw'r system am fod yn gynaliadwy.

Mae'n bosibl y bydd pryder am COVID-19 yn rhwystro rhai cleifion y mae angen gofal brys arnynt rhag gofyn am help. Bydd atgyfnerthu'r neges bod y GIG ar gael pan fydd ei angen ar bobl yn dal yn flaenoriaeth.

Mae iechyd meddwl eisoes yn faes lle mae galw sylweddol am wasanaethau gofal brys a gofal mewn argyfwng, o ran gwasanaethau cymorth ataliol ar lefel isel ac mewn argyfwng. Mae'n hawdd iawn rhag-weld y bydd cynnydd sylweddol yn y tymor byr a'r tymor canolig mewn cwynion ynghylch iechyd meddwl drwy wasanaethau gofal brys a gofal mewn argyfwng.

Blaenoriaethau

Yr uchelgais yw gwella'r ddarpariaeth i gleifion sydd eisiau neu angen gofal brys neu ofal mewn argyfwng, gan ddarparu cyngor, gwybodaeth neu driniaeth yn y lle iawn, ar yr adeg iawn er mwyn sicrhau canlyniadau gwell a phrofiad gwell.

Bydd y chwe nod ar gyfer gofal brys a gofal mewn argyfwng yn parhau i weithredu fel fframwaith trefnu ar gyfer Byrddau Iechyd, Ymddiriedolaethau'r GIG a'u partneriaid ehangach. Y bwriad yw sbarduno dull system gyfan gyda chynlluniau adfer yn nodi ymyriadau allweddol sydd wedi'u cynllunio ar lefel leol, ranbarthol a chenedlaethol, gyda'r rheini'n cyd-fynd â phob un o'r nodau.



Mae byrddau iechyd, ymddiriedolaethau'r GIG a'u partneriaid yn datblygu modelau integredig ar gyfer gofal brys a gofal mewn argyfwng a fydd yn:

- Manteisio i'r eithaf ar arweiniad a chyngor arbenigol sy'n galluogi ymarferwyr gofal iechyd a chlinigwyr yn y gymuned i wneud penderfyniadau hyderus am anghenion gofal pobl
- Gweithredu model cysylltu / ffonio'n gyntaf ar gyfer pobl sy'n meddwl bod angen iddyn nhw fynd ar unwaith i Adran Achosion Brys ond a fyddai'n elwa o hunanofal, gofal yn y gymuned neu gael apwyntiad mewn adran achosion brys, os yw'n briodol
- Gweithredu gwasanaethau braenaru 'canolfan gofal sylfaenol brys', sy'n galluogi pobl sydd ag anghenion gofal sylfaenol brys i gael gofal neu gyngor amlddisgyblaethol amserol yn eu cymunedau lleol, gan leihau'r pwysau ar feddygon teulu yn ystod oriau arferol ac Adrannau Achosion Brys
- Datblygu gwasanaethau gofal mewn argyfwng ar yr un diwrnod, er mwyn galluogi cleifion sydd â chyflyrau priodol i gael diagnosis a thriniaeth yn ddiogel heb iddyn nhw orfod mynd i ysbyty
- Mynd ati'n gyson i gyflwyno'r pedwar llwybr "rhyddhau i adfer ac yna asesu", er mwyn i gleifion allu osgoi cael eu derbyn i ysbyty, mewn ffordd ddiogel, drwy gael eu hasesu a gwella yn eu cartref.

Bydd gweithredu argymhellion y Grŵp Gorchwyl a Gorffen ar Ofal Critigol yn flaenoriaeth bwysig, gan ganolbwyntio ar y canlynol:

- Datblygu Unedau Gofal ar ôl Anesthetig
- Mynd i'r afael â'r prinder staff er mwyn bodloni safonau proffesiynol
- Cynyddu nifer y gwelyau gofal critigol yn raddol
- Gwellu llif gadael unedau gofal critigol, a sicrhau bod cleifion yn cael eu rhyddhau o ofal critigol ar yr adeg iawn.

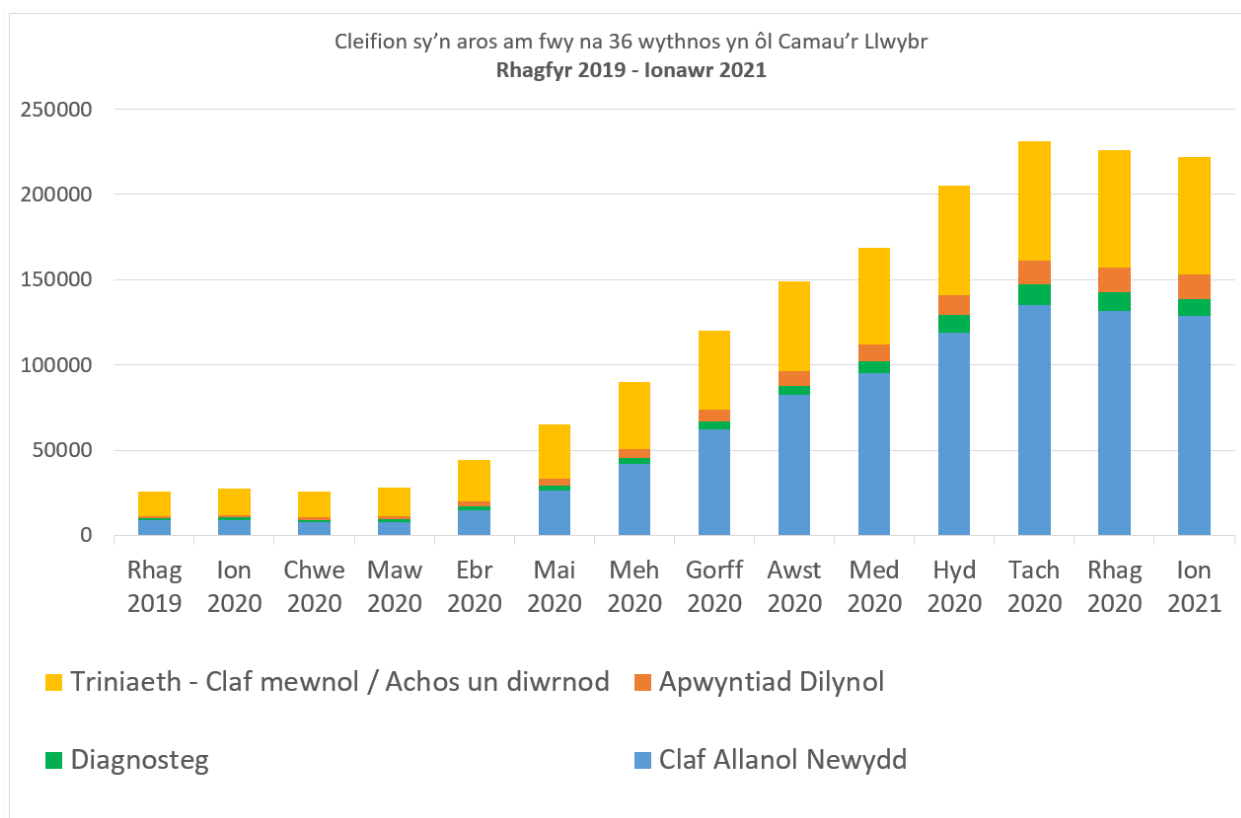
Gofal wedi'i Gynllunio

Effaith COVID-19

Mae COVID-19 wedi cael effaith fawr ar y ffordd mae triniaethau a llawdriniaethau nad ydynt yn rhai brys yn cael eu darparu ar draws GIG Cymru. Mae llawer mwy o gleifion ar restrau i gael apwyntiadau cleifion allanol, gwasanaethau diagnostig a thriniaeth na chyn y pandemig.

Mae nifer y bobl sy'n aros dros 52 wythnos ar ei lefel uchaf erioed. Ddiwedd mis Rhagfyr 2020 roedd dros 115,000 o bobl wedi bod yn aros mwy na blwyddyn, ac roedd nifer y bobl a oedd yn aros dros 36 wythnos 200,000 yn uwch nag yn yr un mis yn 2019. Mae'r penderfyniad i gyfyngu ar weithgareddau arferol, ochr yn ochr ag effaith newidiadau ffisegol i'r amgylchedd a threfniadau staffio, yn golygu bod nifer llai o gleifion yn cael eu trin, ac mae hynny yn ei dro wedi cael effaith ar restrau aros.

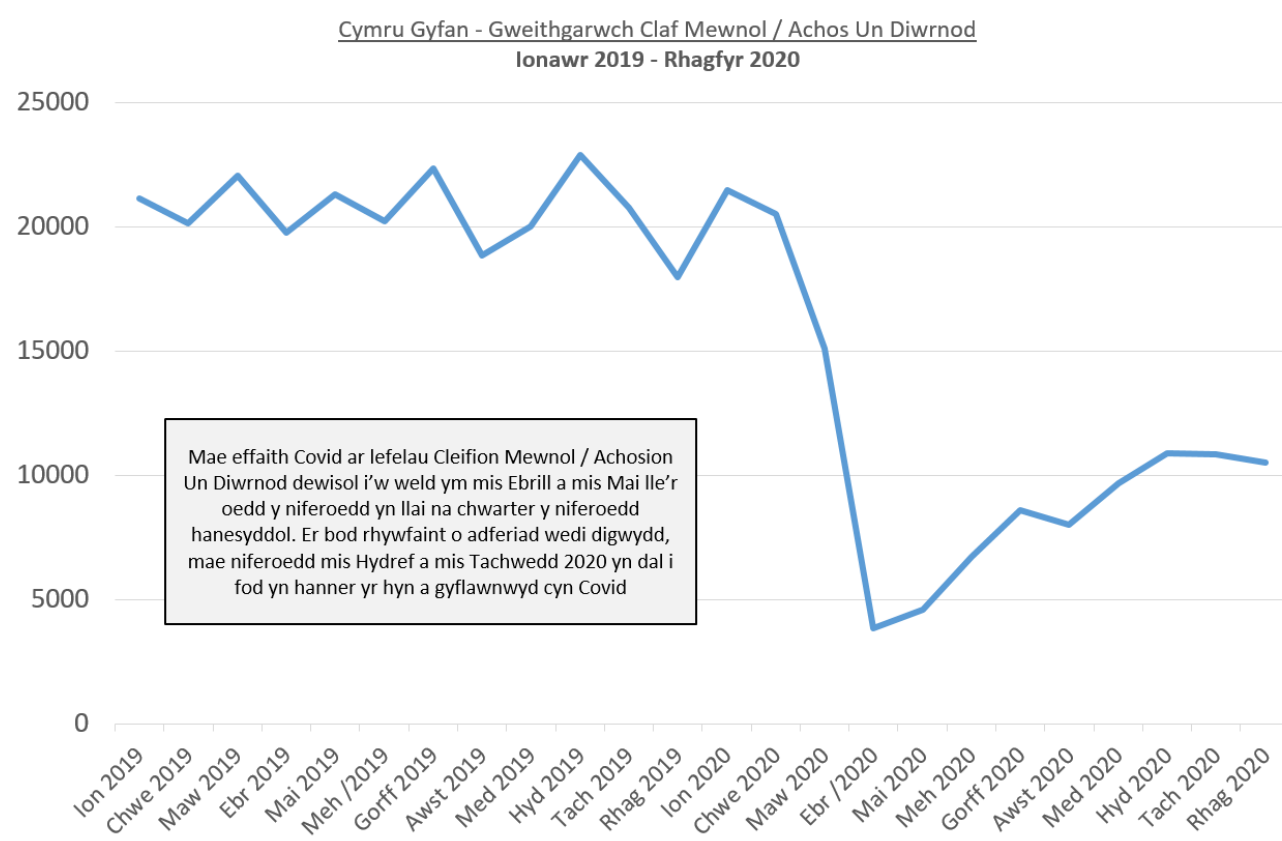
Mae'r graff isod yn dangos yr effaith mae COVID-19 wedi'i chael ar nifer y cleifion sy'n aros dros 36 wythnos ar bob cam o'u llwybr gofal eilaidd.



Mae pobl yn gorfod aros am lawer hirach, gyda'r posibilrwydd o niwed a phrofiad negyddol i gleifion, a gall y naill a'r llall ddylanwadu ar eu canlyniadau yn y tymor hir. Wrth i'r feirws ddod o dan reolaeth drwy gyflwyno'r rhaglen frechu, bydd pobl sydd wedi ymatal rhag ceisio cael triniaeth yn ystod y pandemig yn dechrau dod ymlaen. Bydd rhagor o frigiadau o achosion COVID-19 wrth i amrywiolynnau newydd ledaenu, ac felly bydd yn rhaid i'r system ddysgu bod yn ystwyth a chael cydbwysedd effeithiol rhwng anghenion y rheini sydd â COVID-19 a'r rheini sydd â chyflyrau eraill.

Mae gweithgarwch cleifion allanol wedi parhau drwy gydol y pandemig, ac mae clinigwyr wedi bod yn effeithiol iawn wrth ddefnyddio technoleg newydd i gefnogi cleifion ac i reoli eu clinigau. O ganlyniad, mae'r rhestr aros gyffredinol ar gyfer cleifion allanol wedi aros yr un fath. Ar ei anterth, roedd 47% o weithgarwch cleifion allanol yn digwydd dros y we, ond mae hynny bellach tua 35%.

Mae lefelau gweithgarwch gofal wedi'i gynllunio wedi bod yn sylweddol is drwy gydol 2020/21 o'u cymharu â'r lefelau yn y gorffennol, fel y mae'r graff isod yn dangos.



Y prif wersi a ddysgwyd

Roedd y GIG yn ei chael hi'n anodd trin pob claf yn brydlon cyn COVID-19. Mae amseroedd aros wedi cynyddu'n sylweddol yn sgil y pandemig, a bydd yn cymryd llawer o flynyddoedd i ddelio â hynny. I greu dyfodol cynaliadwy ar gyfer gofal wedi'i gynllunio yng Nghymru, rhaid cael digon o gapasiti yn y system i fynd i'r afael â'r galw sylfaenol, yn ogystal â'r amseroedd aros hir sy'n un o ganlyniadau anochel y pandemig.

Nid yw rhai cleifion yn gallu aros, a byddan nhw'n cael niwed os na fyddan nhw'n cael sylw'n gyflym. Efallai y bydd rhai cleifion canser yn cyrraedd pwynt di-droi'n-ôl gyda'u cyflwr os na fydd triniaethau ar gael mewn pryd.

Ni ddylem ddisgwyl dychwelyd at yr arferion a'r gwasanaethau a oedd gennym o'r blaen. Mae yna aneffeithlonrwydd a llawer o amrywiadau direswm mewn gofal a ffyrdd o weithio, ac mae angen inni roi sylw i hynny wrth symud ymlaen. Byddwn ni'n gwneud yn siŵr bod cleifion yn cael eu gweld gan yr aelod priodol o'r tîm clinigol, ac mae'n bosibl nad yr ymgynghorydd fydd yr aelod hwnnw bob amser.

Mae llawer o enghreifftiau da o'r GIG yn mabwysiadu ffyrdd arloesol o weithio i sicrhau bod y gofal wedi'i gynllunio wedi bod yn effeithiol ac yn seiliedig ar dystiolaeth. Mae'r enghreifftiau'n cynnwys defnyddio profion Imiwnocemegol Ysgarthol (FIT), sy'n brawf mwy sensitif, ac addasiadau i lwybr gofal y fron. Byddwn ni'n sicrhau bod yr ymyriadau mwyaf effeithiol yn cael eu cynnal a'u mabwysiadu.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Mae defnyddio mwy ar dechnoleg ddigidol er mwyn cynnal apwyntiadau ar-lein, a'r defnydd o gyngor ac arweiniad arbenigol, yn ddwy ffordd newydd o weithio a fydd yn hanfodol i siapia'r ffordd mae GIG Cymru yn gweithredu yn y dyfodol.

Bydd ein rhaglen ddigidol ar gyfer cleifion allanol yn helpu cleifion i reoli a monitro eu gofal eu hunain, gyda chymorth a mynediad at offer ac adnoddau eraill. Os bydd angen, byddan nhw'n gallu mynd ati ar-lein i drefnu eu hapwyntiadau eu hunain fel cleifion allanol, a chael mynediad priodol at eu cofnod meddygol electronig ar gyfer gofal sylfaenol, eilaidd ac annibynnol. Byddan nhw hefyd yn gallu ychwanegu at y cofnod hwnnw, a'i rannu'n ddiogel â phwy maen nhw'n ei ddewis (fel arfer clinigwyr eraill, teulu a gofalwyr).

Bydd y GIG yn cyflymu ei ffocws ar ddarparu gofal o ansawdd uchel, ac ar arloesi ar y cyflymder a welwyd wrth ddarparu gwasanaethau yn ystod y pandemig. Bydd angen i'r GIG fanteisio ar y cyfleoedd yn *Cymru Iachach*, ac yn rhaglenni cenedlaethol strategol Llywodraeth Cymru, i sefydlu ffyrdd newydd o weithio. Mae'r *Fframwaith Clinigol Cenedlaethol* hefyd yn cynnig cyfleoedd i ail-lunio ein gwasanaethau clinigol.

Mae'n rhaid newid y dull traddodiadol o drin cleifion allanol, lle mae pob claf yn cael ei gyfeirio at ofal eilaidd, ei weld gan glinigydd a'i anfon am brofion, cyn cael ei alw'n ôl am apwyntiad arall. Mae llawer o'r apwyntiadau hyn yn ddiangen, ac nid ydynt yn ychwanegu gwerth at y broses ac at brofiad y claf. Mae model newydd ar gyfer cyngor ac arweiniad yn cael ei ddatblygu, sydd wedi'i ategu gan feini prawf cadarn ar gyfer atgyfeirio a llwybrau eraill, er mwyn lleihau nifer yr atgyfeiriadau newydd. "Mynd yn syth am brawf" fydd y drefn arferol cyn cael apwyntiadau gydag ymgynghorydd, a fydd yn digwydd dros y we os yw hynny'n bosibl.

Y dewis diodyn ar gyfer gofal dilynol fydd rhyddhau'r claf. Pan nad yw hyn yn briodol, y llwybrau 'Sylw yn ôl Symptomau' ac 'Apwyntiad Dilynol ar Gais y Claf' fydd y drefn arferol. Bydd hyn yn galluogi cleifion i gymryd cyfrifoldeb dros eu hiechyd a'u llesiant eu hunain. Lle bynnag y bo modd, bydd cleifion yn cael cefnogaeth i ddilyn llwybr hunanreoli.

Gyda'i gilydd, gallai'r dulliau newydd hyn leihau'r angen am dros 50% o'r holl apwyntiadau cleifion allanol.

Wrth gwrs, bydd angen i nifer o gleifion gael eu gweld a'u hadolygu gan glinigydd. Byddwn ni'n ceisio rhoi dull clinigol newydd ar waith, sy'n seiliedig ar angen clinigol ac amgylchiadau cyffredinol y claf, er mwyn penderfynu sut i flaenoriaethu cleifion. I gefnogi hynny, bydd opsiynau eraill yn lle llawdriniaeth a dulliau gweithredu yn cael eu darparu i sicrhau bod cleifion yn cael help i aros yn iach wrth iddyn nhw aros.

Mae'r pandemig wedi dangos pa mor bwysig yw sicrhau bod modd diogelu capasiti gofal wedi'i gynllunio pan fydd gofynion brys sylweddol. Mae rheoli llwybrau i drin cleifion COVID-19 a phobl y mae angen gofal wedi'i gynllunio arnynt, ochr yn ochr â'i gilydd, yn arwain at lawer o heriau. Bydd cyfleoedd i gyflymu'r broses o ddatblygu capasiti heb ei drefnu a dewisol dynodedig, drwy addasu ystad y GIG yn strategol neu greu cyfleusterau ychwanegol, yn cael eu nodi. Mae gwasanaethau rhanbarthol yn debygol o fod yn rhan o'r ateb mewn rhai ardaloedd, er enghraifft o ran diagnosteg neu lawdriniaethau sy'n llai cymhleth yn glinigol.

Bydd trawsnewid gwasanaethau i'r graddau hyn yn eithriadol o heriol. Bydd goblygiadau sylweddol o ran adnoddau a'r gweithlu hefyd, a fydd yn cael eu hystyried wrth i gynlluniau gael eu datblygu. Bydd sicrhau bod amseroedd aros yn gwella mewn ffordd deg ledled Cymru yn egwyddor bwysig.

Heriau a risgiau

Tra bo COVID-19 yn dal yn gyffredin mewn cymunedau ac mewn ysbytai, mae'n dal i gael effaith sylweddol ar y rheini sy'n aros am ddiagnosis a thriniaeth ar gyfer cyflyrau newydd neu gyflyrau a oedd ganddyn nhw'n barod. Ni welwyd erioed o'r blaen y lefelau o bobl sy'n aros am brofion diagnostig ar gyfer cyflyrau nad ydyn nhw'n gysylltiedig â COVID. Yn y tymor byr, mae'r angen i reoli goblygiadau mesurau rheoli haint a chadw pellter cymdeithasol i gleifion a staff yn golygu bod llai o gleifion yn gallu cael eu trin na chyn y pandemig.

Rhaid i'r GIG flaenoriaethu gofal ar sail blaenoriaeth glinigol a lleihau niwed. Mae hyn yn arbennig o berthnasol o ystyried y cynnydd mewn rhestrau aros yn ystod y pandemig. Gan fod cymaint o bobl yn aros i gael eu gweld, mae'r rheini sydd â chyflyrau sydd â llai o frys clinigol yn wynebu cyfnod hir iawn o aros. Nid yw'n deg addo'r posibilrwydd o driniaeth pan fo'n annhebygol iawn y bydd y GIG yn gallu bodloni'r disgwyliad hwnnw o fewn cyfnod rhesymol. Mae hwn yn fater anodd iawn sy'n peri pryder mawr i glinigwyr a'r cyhoedd, ac mae angen inni ymgysylltu'n eang ar y dull gweithredu gorau posibl wrth inni weithio drwy'r heriau eithriadol sy'n ein hwynebu o ganlyniad i'r pandemig.

Hefyd, nid ydym yn gwybod beth fydd lefel y galw, a dim ond amcangyfrif hynny y gallwn ni ei wneud ar hyn o bryd. Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod rhai pobl wedi bod yn amharod i ofyn am gyngor gan eu meddyg teulu neu gan weithwyr gofal iechyd eraill oherwydd COVID-19, ond wrth i gyfraddau heintio ostwng, efallai y byddan nhw'n awr yn dod ymlaen ac y bydd ganddyn nhw gyflyrau a allai fod wedi gwaethygu.

Mae maint yr her ym maes gofal wedi'i gynllunio yn sylweddol iawn, ac mae gwaith yn cael ei wneud i ystyried ystod eang o opsiynau wrth i'r system feithrin capasiti cynaliadwy a chynllunio i fynd i'r afael dros y blynyddoedd nesaf â'r achosion sydd wedi cronni. Y man cychwyn fydd y Cynlluniau Blynyddol y mae sefydliadau unigol y GIG yn eu datblygu, sydd i fod i gael eu cyflwyno ddiwedd mis Mawrth. Bydd y cynlluniau hyn yn dangos sut mae'r GIG yn bwriadu adfer gwasanaethau yn ystod cam nesaf yr ymateb i'r pandemig, gan gydnabod bod COVID-19 yn dal gyda ni ac y bydd yn cael effaith am gryn amser i ddod.

Yr amcangyfrif ar hyn o bryd yw y gallai gymryd hyd at bum mlynedd i ddychwelyd i'r sefyllfa cyn y pandemig. Mae'n bwysig cydnabod y bydd COVID-19 yn parhau'n nodwedd

bwysig yn y dyfodol agos, ac y bydd y mesurau angenrheidiol i reoli ac atal haint yn lleihau lefel y gweithgarwch y gellir ei gyflawni drwy gapasiti “arferol” y GIG.

Blaenoriaethau

Mae angen newid y ffordd mae gwasanaethau’n cael eu darparu. Mae angen datblygu a gweithredu ffyrdd newydd o weithio, a llwybrau newydd, o fewn fframwaith sy’n sicrhau bod arferion gorau’n cael eu mabwysiadu’n gyson ar draws y wlad yn unol â *Cymru Iachach*.

Mae sefydliadau’r GIG yn gweithio i ddatblygu cynlluniau adfer, a fydd yn darparu gwasanaeth a fydd yn gallu delio â gofynion COVID-19 a gofynion nad ydynt yn ymwneud â COVID-19. Bydd yn cymryd amser i ddatblygu capasiti yn y GIG. Yn y cyfamser efallai y bydd angen gweithio gyda sefydliadau partner sy’n gallu darparu capasiti’n gyflym.

Y nod fydd mynd ati cyn gynted â phosibl i sicrhau gwasanaethau cynaliadwy ar gyfer gofal wedi’i gynllunio, gan gydnabod y pwysau sylweddol sydd ar y gweithlu yn y system. Yn ogystal â sicrhau bod llwybrau arferion gorau ar waith, bydd angen atebion arloesol gan gynnwys mwy o waith ar lefel ranbarthol.

Un o’r blaenoriaethau fydd ymgysylltu’n eang ynghylch maint yr her. Mae’n allweddol trafod â’r cyhoedd a chlinigwyr sut gall y galw sylweddol sydd wedi cronni gael ei reoli mewn ffordd sy’n cydbwysu budd cleifion, y capasiti sydd ar gael, opsiynau llwybr a chyfnodau hir iawn o aros i rai cleifion o bosibl. Ni fydd hon yn drafodaeth hawdd, ond mae’n bwysig bod yn agored ac yn onest am lefel yr her sy’n cael ei hachosi gan COVID-19, a’r dewisiadau y bydd yn rhaid eu gwneud nes gallu cael gwell cydbwysedd rhwng y galw a’r capasiti.

Canser

Effaith COVID-19

Mae’r galw am wasanaethau canser wedi lleihau ers dechrau’r pandemig. Mae llai o bobl wedi mynd i weld eu meddyg teulu am symptomau sy’n peri pryder, amharwyd ar wasanaethau sgrinio am ganser ac endosgopi yn nyddiau cynnar y pandemig, ac roedd llai o bobl yn mynd i adrannau cleifion allanol ac achosion brys.

Cafodd tua 30,000 yn llai o bobl na’r disgwyl eu dynodi yn y 10 mis hyd at fis Rhagfyr 2020 gydag amheuaeth o ganser; tua 18% yn is na’r un cyfnod yn 2019. Mae hyn wedi golygu bod tua 3,500 yn llai o gleifion wedi cael diagnosis o ganser rhwng mis Mawrth a mis Tachwedd 2020 o’i gymharu â blynyddoedd blaenorol. Yn benodol, roedd hyn tua 20-30% yn is ar gyfer canserau wrolegol, canserau’r pen a’r gwddf, canser y fron a chanser gastroberfeddol isaf.

Oherwydd effaith trefniadau atal a rheoli haint, mae llai o bobl na'r arfer yn gallu cael eu gweld ar yr un pryd, ac mae llwybrau gofal yn cymryd mwy o amser i'w cwblhau gan fod cleifion yn hunanynysu. Ar adegau, mae cleifion hefyd wedi bod yn amharod i fynd i'w hapwyntiadau oherwydd pryderon am ddal y feirws. Er bod angen triniaeth ar lai o bobl nag arfer, mae'r lefelau cynhyrchiant is wrth ddarparu gwasanaethau a llwybrau hirach wedi golygu bod nifer y bobl sy'n aros am driniaeth cancer dros 30% yn uwch na'r lefelau cyn y pandemig.

Y prif wersi a ddysgwyd

Roedd gwasanaethau wedi addasu'n gyflym i leihau'r risg o drosglwyddo'r haint mewn gwasanaethau diagnostig a thriniaeth. Cafodd canllawiau clinigol cyffredin eu mabwysiadu ledled Cymru ar gyfer blaenoriaethu triniaethau cancer, gan helpu i sicrhau cysondeb yn yr ymateb i'r pandemig. Cafodd therapi llawer o bobl ei newid er mwyn lleihau'r posibilrwydd o ganlyniadau niweidiol yn sgil haint COVID-19. Gwelwyd yn gyflym y gallai cemotherapi a radiotherapi barhau mewn ffordd ddiogel, ac y gallai llawdriniaethau ac endosgopi hefyd barhau gyda'r mesurau cywir ar gyfer atal a rheoli haint. Roedd hyn yn golygu, yn ystod ail don y pandemig, bod ymchwiliadau a thriniaethau endosgopig a sgrinio am ganser yn gallu parhau hyd yn oed pan oedd cyfraddau trosglwyddo'r haint yn y gymuned ar eu huchaf.

Ar ben hynny, cafodd dulliau arloesol o ddarparu gwasanaethau eu cyflwyno'n llawer cyflymach nag arfer, gan gynnwys brysbenno achosion lle mae amheuaeth o ganser y colon a'r rhefr gan ddefnyddio FIT meintiol, a chysiau byrrach o radiotherapi ar gyfer cancer y prostad a chanser y fron gan ddefnyddio dulliau hypo-isrannu (hypo-fractionation). Bu gwasanaethau cancer ledled Cymru yn cydweithio'n llawer agosach, a chafwyd gwell data meincnodi ar gyfer gwasanaethau.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Bydd angen sefydlu dulliau arloesol mwy hirdymor o ddarparu gwasanaethau, a rhoi dulliau arloesol ychwanegol ar waith i symleiddio llwybrau. Mae rhai byrddau iechyd wedi cyflwyno newidiadau i rai llwybrau lleoliad tiwmor er mwyn lleihau amseroedd aros. Mae'r broses o newid o'r hen amseroedd aros ar gyfer gwasanaethau cancer i'r llwybr cancer sengl wedi gosod llinell sylfaen newydd ar gyfer darparu gwasanaethau a phrofiad cleifion, yn ogystal â darparu data llawer mwy gwerthfawr am berfformiad gwasanaethau. Mae'r pandemig yn tarfu ar wasanaethau, ac mae hynny'n gyfle i ddiwygio llwybrau cancer er gwell. Bydd angen ystyriaeth leol wrth flaenoriaethu cleifion cancer yn fwy clinigol o fewn llwybrau diagnostig a thriniaeth ehangach. Bydd angen sicrhau triniaethau ychwanegol o fewn y GIG a thrwy fynediad teg at y sector annibynnol. Dylid cryfhau'r cydweithio a'r systemau goruchwyllo cenedlaethol sydd wedi cael eu rhoi ar waith er mwyn rhannu arferion da ac opsiynau adfer. Dylai'r trefniadau hyn fonitro amrywiadau o ran nifer y bobl sy'n aros, a dangos pan fydd galw heb ei ateb yn dod i'r amlwg. Mae'r Datganiad Ansawdd ar gyfer Cancer yn amlinellu gweledigaeth newydd i ddatblygu gwasanaethau cancer yn y tymor canolig, ac yn dweud bod angen i systemau ganolbwyntio ar yr angen i adfer gwasanaethau cancer ar unwaith.

Heriau a risgiau

Mae'n bosibl y bydd agweddau tymor hir y cyhoedd i osgoi rhoi baich ar y GIG, a'r posibilrwydd o briodoli symptomau posibl o ganser i gyflyrau sydd ganddyn nhw'n barod, yn

parhau i waethygu yn sgil y pandemig ac yn atal ymddygiad chwilio am help. Bydd rheolaethau atal haint a hunanynysu cyn y driniaeth yn cyfyngu ar allu'r system i adfer y niferoedd ar restrau aros ac amseroedd aros i'r lefelau cyn y pandemig yn y flwyddyn i ddod.

Wrth i gyflyrau eraill gael eu blaenoriaethau'n glinigol, ac wrth i weithgarwch arferol ailddechrau, bydd hynny'n effeithio ar fynediad at ddiagnosteg a llawdriniaethau cancer. Mae'n bosibl y bydd ymddiriedolaethau a byrddau iechyd yn adfer y niferoedd ar restrau aros i'r lefelau cyn y pandemig ar gyflymder gwahanol, gan greu anghydraddoldeb. Gallai'r galw heb ei ateb ailymddangos yn sydyn ac arwain at heriau o ran capasiti. Mae'r pandemig wedi arwain at alw heb ei ateb ac wedi atal gweithgarwch, a gallai hynny achosi newid ar lefel y boblogaeth o ran cam y cyflwr ar adeg y diagnosis, a chael effaith niweidiol ar y duedd hirdymor o wella canlyniadau cancer.

Blaenoriaethau

Dyma rai o'r blaenoriaethau brys ar gyfer gofal cancer:

- Gweithio gyda'r GIG a'r trydydd sector i barhau i annog y cyhoedd i ddod ymlaen os oes ganddyn nhw symptomau posibl o ganser.
- Bydd cynlluniau'r GIG yn ceisio sicrhau'r gweithgarwch mwyaf posibl ym maes cancer, a defnyddio'r sector annibynnol yn deg
- Bydd byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd yn parhau i weithredu llwybrau arloesol er mwyn i gleifion allu cael eu trin cyn gynted ag sy'n bosibl
- Bydd y rhaglenni cenedlaethol ar gyfer diagnosteg a gofal diwedd oes yn parhau i roi cefnogaeth i'r GIG yng Nghymru, er mwyn sicrhau bod cleifion cancer yn cael y mynediad gorau posibl at y gwasanaethau hanfodol hyn.
- Datblygu cynllun gweithredu yng nghyswllt y Datganiad Ansawdd ar gyfer Canser i fynd i'r afael â'r heriau cynaliadwyedd tymor hwy sy'n wynebu gwasanaethau cancer.

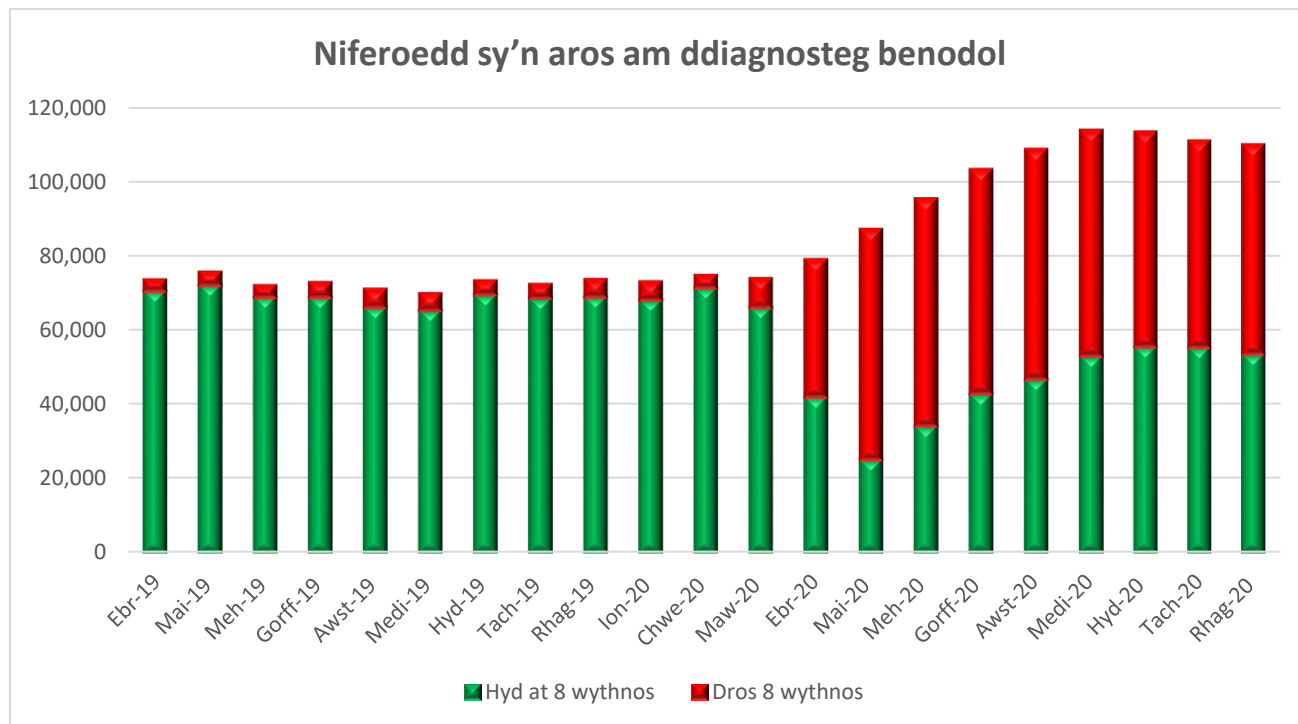
Diagnosteg

Effaith COVID-19

Roedd y pandemig wedi tarfu'n sylweddol ar y broses o ddarparu gwasanaethau clinigol, a arweiniodd at ôl-groniadau mawr a chynyddol o achosion, yn enwedig mewn gwasanaethau delweddu diagnostig ond hefyd mewn llawer o wasanaethau diagnostig eraill – er enghraifft, endosgopi, patholeg a ffisioleg y galon. Gan fod gweithgarwch diagnostig yn rhan o dros 85%

o lwybrau clinigol, mae mynediad annigonol at wasanaethau diagnostig yn cael effaith negyddol ar ofal ar draws y system iechyd a gofal.

Mae'r graff isod yn dangos y twf yn nifer y bobl a fu'n aros am brofion diagnostig rhwng mis Ebrill 2019 a mis Rhagfyr 2020.



Y prif wersi a ddysgwyd

Mae effaith COVID-19 wedi amlygu pwysigrwydd gwasanaethau diagnostig, a'r effaith ar ofal a thriniaeth os nad oes cymorth diagnostig ar gael yn brydlon. Pwysleisiwyd hefyd rôl gwasanaethau gwyddor iechyd llai cyfarwydd, er enghraifft y gwasanaeth genomig pathogenig a pheirianeg clinigol.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Mae yna gyfle pwysig i ystyried diagnosteg mewn ffordd wahanol, gan fod y system yn bwriadu mynd i'r afael â'r pwysau difrifol gydag ôl-groniadau sylweddol ac amseroedd aros hir. Rhaid blaenoriaethu'r gwaith o fagu cadernid mewn gwasanaethau yn y dyfodol, a gweithredu modelau newydd ar gyfer gwasanaethau – er enghraifft, canolfannau diagnosteg a datblygu diagnosteg ddewisol wedi'i chynllunio fel rhan o ddarpariaeth gymunedol ranbarthol.

Heriau a risgiau

Mae gwasanaethau diagnostig o dan bwysau mawr, a bydd angen cymorth sylweddol i'w hadfer ar ôl y pandemig. Bydd angen cyllid refeniw a chyfalaf sylweddol ar unwaith i atal ôl-groniadau a chyfnodau hirach o oedi, ac i leihau amseroedd aros cyn gynted â phosibl.

Blaenoriaethau

Bydd pwysau ar y gweithlu a phrinder staff yn her fawr wrth i wasanaethau gael eu hehangu'n sylweddol ac yn gyflym. Er mai'r nod yw datblygu gwasanaethau'r GIG, efallai y bydd ymyriadau adfer brys yn gofyn am drefniadau gyda'r sector annibynnol yn y cyfamser. Byddai unrhyw gamau o'r fath yn rhai tymor byr, a'u pwrpas fyddai rhoi amser i'r GIG ddatblygu gwasanaethau cynaliadwy ar gyfer y tymor hir.

Mae mynediad cyflym at gapasiti delweddu ychwanegol, sganiau CT ac MRI yn arbennig, yn flaenoriaeth frys. Roedd endosgopi wedi cael ei nodi fel maes â blaenoriaeth i gael ei ehangu cyn COVID-19, ac mae'r pandemig wedi ychwanegu at y brys. Fel rhan o gynlluniau adfer y GIG, mae angen rhoi sylw manwl i'r capasiti sydd ei angen ar gyfer gwasanaethau diagnostig er mwyn cynnig cymorth gyda llwybrau gofal newydd a'r cynnydd yn y galw, ac er mwyn mynd i'r afael â'r achosion sydd wedi cronni.

6. Gwasanaethau gofal cymdeithasol di-dor

Effaith COVID-19

Mae'r pwysau ar staff gofal cymdeithasol wedi bod yn ddirugaredd wrth iddyn nhw ddelio â'r galw mawr ym mhob rhan o'r sector gofal cymdeithasol yn sgil COVID-19. Mae effaith uniongyrchol y pandemig ar y sector wedi bod yn aruthrol, a rhagwelir y bydd y pwysau hwn yn parhau yn y tymor hir. Disgwylir effaith hirdymor sylweddol ar lesiant ac iechyd meddwl yn arbennig, yn enwedig ymysg y gweithlu gofal cymdeithasol.

Mae effaith anghymesur COVID-19 ar rai rhannau o gymdeithas wedi helpu i dynnu sylw at anghydraddoldebau a oedd eisoes yn bodoli, yn enwedig ymysg pobl a oedd â chyflyrau iechyd yn barod, cymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig, pobl hŷn a phobl anabl, pobl sy'n byw gyda dementia, pobl sy'n byw mewn cartrefi gofal, plant a phobl ifanc, a gofalwyr di-dâl.

Mae'r pandemig hefyd wedi pwysleisio rôl enfawr gweithwyr gofal cymdeithasol yn yr ymateb rheng flaen i COVID-19, wrth iddyn nhw barhau i ddarparu cymorth i'n dinasyddion mwyaf agored i niwed yn yr amgylchiadau mwyaf heriol ac eithriadol. Mae'r ffocws o'r newydd ar y gweithlu gofal cymdeithasol wedi ailbwysleisio gwahanol brofiadau gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol fel gweithwyr proffesiynol, ynghyd â'r angen i sicrhau mwy o gydraddoldeb rhwng gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol o ran gwobrwyo a pharch.

Mae staff gofal cymdeithasol a gofalwyr di-dâl wedi dweud eu bod ar eu gliniau ac wedi llwyr ymlâdd, a bod trefniadau gofal ar gyfer gofalwyr di-dâl – y mae llawer o aelodau teulu yn dibynnu arnynt i gael gofal a chymorth – yn chwalu. Mae COVID-19 hefyd wedi cael effeithiau niweidiol ar lesiant pobl hŷn mewn cartrefi gofal, er enghraifft, cyfyngiadau ar gyswllt cymdeithasol yn sgil atal ymweliadau dan do. Yn yr un modd, mae cyflyrau symudedd a chylchredol pobl hŷn wedi dirywio yn ystod y cyfyngiadau symud, ac mae mwy a mwy o achosion o unigrwydd ac iselder.

Mae llawer o gartrefi gofal, ar adegau gwahanol, wedi cael trafferth gyda phrinder staff difrifol, naill ai oherwydd salwch neu oherwydd bod angen i staff hunanynysu er mwyn lleihau'r risg o drosglwyddo'r feirws. Darparodd byrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid eraill gymorth ychwanegol i'r cartrefi hyn i sicrhau y gellid parhau i gynnig gofal, ac roedd hynny wedi achosi problemau ychwanegol i'r GIG ac i awdurdodau lleol wrth i adnoddau ddod o dan bwysau ar adegau tyngedfennol.

Mae technoleg ddigidol yn cael ei defnyddio llawer mwy hefyd o ganlyniad i COVID-19, a bydd y broses adfer yn adeiladu ar lawer o'r newid hwn o ran arferion. Fodd bynnag, o ran gofal cymdeithasol, mae'n hanfodol bod dulliau digidol yn cael eu defnyddio'n gymesur, gan gydnabod bod angen i gymorth wyneb yn wyneb ddychwelyd cyn gynted ag y bydd yn ddiogel ar gyfer rhai pobl sy'n derbyn gofal a chymorth, yn enwedig y rheini sy'n arbennig o agored i niwed.

Y prif wersi a ddysgwyd

Mae'n hollbwysig lleihau'r risg o COVID-19 yn mynd i mewn i gartrefi gofal. Mae mesurau priodol i atal a rheoli haint, glynu wrth y canllawiau rhyddhau o'r ysbyty, defnyddio'r

adnoddau profi sydd ar gael a dulliau ymweld diogel, i gyd yn chwarae eu rhan ochr yn ochr ag atal trosglwyddiadau yn y gymuned.

Yn nyddiau cynnar y pandemig, oherwydd y gofynion digynsail ar y system iechyd a gofal cymdeithasol, roedd disgwyl i rai cartrefi gofal dderbyn cleifion o ysbytai heb iddynt gael eu profi. Cafodd canllawiau eu cyhoeddi, ond mae angen cyfathrebu'n rheolaidd i sicrhau bod y cymorth priodol ar gael i helpu pobl i ddychwelyd i'w cartrefi eu hunain neu i leoliad priodol arall, cyn gynted â phosibl ac mor ddiogel â phosibl.

Gwelwyd newid mawr o ran y ffordd mae sefydliadau'n cydweithio â'i gilydd. Oherwydd heriau'r pandemig, bu nifer o sefydliadau'n defnyddio dulliau arloesol er mwyn parhau â busnes hanfodol. Roedd hyn yn cynnwys cynnal cyfarfodydd mwy rheolaidd a phenodol drwy fideogynadleda.

Mae'r pandemig wedi arwain at ddatblygu dulliau newydd o gyfathrebu ac o gynnal ymgynghoriadau, a ffyrdd newydd o gadw mewn cysylltiad â chleientiaid. Mae hyn yn cynnwys prosesau digidol, a dulliau gweithredu nad ydynt yn ddigidol sy'n addas ar gyfer COVID, fel mynd am dro yn yr awyr agored yn lle cael cyfarfodydd dan do. Mae adborth gan rai plant sy'n derbyn gofal, er enghraifft, yn dangos bod rhai o'r dulliau newydd hyn, fel apwyntiadau fideogynadleda, mewn gwirionedd yn fwy o help na dulliau safonol er mwyn ennyn eu diddordeb a gwneud iddyn nhw gymryd rhan. Gellid adeiladu ar ymdrechion cynnar i roi dyfeisiau electronig mewn cartrefi gofal er mwyn gallu cael apwyntiadau dros y we â gweithwyr iechyd proffesiynol, yn ogystal â mentrau fel sesiynau ar-lein i hybu llesiant gofalwyr.

Mae'r cyfyngiadau symud wedi effeithio hefyd ar blant a phobl ifanc sydd mewn gofal. Gwyddom fod amddifadedd, cam-drin domestig, camddefnyddio sylweddau ac iechyd meddwl wedi gwaethygu. Er bod lefelau sefydlogrwydd lleoliadau wedi bod yn uchel (yn gyffredinol mae nifer y plant sy'n derbyn gofal wedi codi ychydig, ond wedi codi llai nag mewn blynyddoedd blaenorol) nid yw mwy o gyswllt ar-lein â phlant a theuluoedd yn gwneud yn lle cyswllt wyneb yn wyneb. Mae'n allweddol cael y system i lifo eto, gyda phwyslais ar ddiddymu gorchmynion gofal, ailuno a chaniatáu i blant a phobl ifanc adael gofal yn ddiogel, yn unol â blaenoriaeth Llywodraeth Cymru i leihau nifer y plant sy'n derbyn gofal gan awdurdodau lleol ar hyn o bryd.

Mae cynaliadwyedd ariannol y sector yn dal yn her sylweddol, sydd wedi gwaethygu yn sgil y pandemig. Mae COVID-19 wedi effeithio ar sefyllfa ariannol llawer o ddarparwyr gofal – yn enwedig darparwyr gofal preswyl, gofal nyrsio, llety â chymorth a gofal yn y cartref. Mae hynny wedi digwydd oherwydd pwysau'r costau ychwanegol sy'n gysylltiedig â gweithgarwch ychwanegol i atal a rheoli haint, rhwymedigaethau yswiriant a chyfyngiadau staffio, ochr yn ochr â gostyngiad mewn incwm. Rydym wedi cadw ein cymorth ariannol llwyddiannus ar gyfer gofal a chymorth a gomisiynwyd gan awdurdodau lleol a byrddau iechyd ar ddechrau'r flwyddyn ariannol newydd. Byddwn ni'n gweithio gyda'n partneriaid, sy'n cynnwys darparwyr gofal, i lunio dull cyllido at y dyfodol sy'n galluogi comisiynwyr i ymateb i newid yn anghenion y boblogaeth, drwy sicrhau'r gofal a'r cymorth sydd eu hangen arnom fel cenedl ar gyfer y dyfodol.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Mae'r pandemig wedi ysgogi ystyriaethau ynghylch ffurf gofal cymdeithasol yn y dyfodol, a'r broses gomisiynu yn benodol. Mae'r ystyriaethau hyn wedi cael eu cynnwys yn y papur gwyn 'Ailgydbwyso Gofal a Chymorth', sy'n destun ymgynghoriad ar hyn o bryd:

[Ymgynghoriad ar Ailgydbwyso Gofal a Chymorth](#).

Yng nghyd-destun darpariaeth seibiant a chanolfan ddydd, mae Cymdeithas Cyfarwyddwyr Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru yn gweithio i ganfod a rhannu enghreifftiau cadarnhaol. Mae cyfle hefyd i asesu pa gydbwysedd rhwng gofal preswyl a gofal cartref sydd fwyaf addas i ddiwallu anghenion lleol.

Mae'r angen am fwy o gydraddoldeb o ran cyflog, telerau ac amodau ymysg y rheini sy'n gweithio ar draws y maes iechyd a gofal cymdeithasol yn bwysig, yn enwedig i sicrhau bod y Cyflog Byw Gwirioneddol yn cael ei dalu.

Bydd yr adolygiad o'r camau gweithredu sy'n sail i *Cymru Iachach* yn ceisio cefnogi'r gwaith o integreiddio iechyd a gofal cymdeithasol ymhellach byth, a bydd sicrhau mwy o gydraddoldeb rhwng gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol yn elfen hanfodol o'r integreiddio.

Mae angen buddsoddi mwy mewn technoleg ddigidol er mwyn rhoi cymorth a chynghor clinigol i bobl a staff. Gall hyn helpu llesiant pobl hefyd, a chyda'u hangen a'u dymuniad i gadw mewn cysylltiad ag eraill.

Mae delio â'r pandemig wedi sbarduno cydweithio a rhannu gwybodaeth ar draws sectorau. Mae'r pandemig wedi rhoi cyfle i bartneriaid allweddol gydweithio'n llawer agosach, ac mae angen adeiladu ar y dull hwn yn ystod y cyfnod adfer.

Heriau a risgiau

Bydd effaith COVID-19 yn parhau i ddod i'r amlwg drwy gydol y cyfnod adfer a thu hwnt. Wrth i'r cyfyngiadau symud gael eu llacio, ac wrth i ysgolion ailagor, rhagwelir y bydd y galw am wasanaethau gofal cymdeithasol yn cynyddu. Ni ellir mesur y cynnydd hwn ar hyn o bryd, ond wrth i wasanaethau ailgychwyn ac wrth i weithwyr gofal cymdeithasol ailafael yn eu llwyth achosion wyneb yn wyneb, disgwylir y bydd llawer o faterion sydd heb gael eu gweld a'u cofnodi, ac sydd wedi cronni yn ystod y pandemig, yn dod i'r amlwg gan roi mwy o bwysau ar sector sydd eisoes o dan bwysau.

Mae risg y gallai gorbryder a gorweithio wneud i weithwyr proffesiynol a medrus iawn ym maes gofal cymdeithasol adael eu swyddi, gan leihau'r gweithlu yn union fel y gallai'r galw gynyddu.

Bydd yn hanfodol adeiladu ar gynlluniau parhad busnes ar gyfer y pandemig ar draws y sector, i sicrhau y gellir cynnal gwasanaethau hanfodol.

Mae tlodi digidol ac offer hygyrch yn broblem, gan gynnwys llythrennedd cyfrifiadurol a chysylltiad â'r rhyngwrdd. Hefyd, er bod opsiynau digidol wedi gweithio'n dda mewn rhai meysydd, nid ydynt bob amser yn ddigonol, ac mae angen rhai ymweliadau wyneb yn wyneb o hyd. Mae'r llai o gyswllt rhwng teuluoedd wedi effeithio ar yr hen a'r ifanc fel ei gilydd.

Blaenoriaethau

Bydd datblygu'r papur gwyn 'Ailgydbwyso Gofal a Chymorth' yn darparu map at sector gofal cymdeithasol sy'n fodern ac yn hyblyg. Wrth wneud hynny, mae hi'n bwysig:

- Nodi'r 'niwed cudd' sy'n deillio o COVID-19, a sicrhau bod gwasanaethau priodol ar waith i liniaru effaith COVID ar gymunedau yn y tymor hwy
- Parhau i helpu teuluoedd i aros gyda'i gilydd, drwy hwyluso cyfleoedd i deuluoedd ganfod a pherchnogi atebion i heriau sy'n cael eu hachosi neu eu gwaethygu gan COVID
- Nodi a delio ag effaith COVID Hir, a deall sut mae hyn yn effeithio ar bobl sy'n derbyn gofal a chymorth, gofawyr di-dâl a'r gweithlu gofal cymdeithasol
- Mynd i'r afael ag effaith niweidiol COVID-19 ar ofalwyr di-dâl, gan ystyried materion yn ymwneud â seibiant a chefnogaeth i ofalwyr yn benodol, yng nghyd-destun ein strategaeth genedlaethol sy'n cael ei datblygu ar gyfer gofawyr
- Cydnabod bod ein cefnogaeth i'r sector drwy Gronfa Galedi Awdurdodau Lleol wedi bod yn hollbwysig i gynaliadwyedd llawer o sefydliadau gofal cymdeithasol hanfodol. Rhaid inni ystyried sut, yng nghyd-destun y gyllideb derfynol, y byddwn ni'n parhau i gefnogi cynaliadwyedd darparwyr gofal yng nghyd-destun yr adnoddau sydd ar gael. Rhaid inni sicrhau bod gan gomisiynwyr gwasanaethau gofal a chymorth, mewn awdurdodau lleol a byrddau iechyd, rôl allweddol o ran defnyddio'r cymorth ariannol hwn, mewn ffordd sy'n eu galluogi i sicrhau bod y gwasanaethau a ddarperir yn cyfateb i newidiadau yn anghenion y boblogaeth
- Cydnabod gweithwyr gofal cymdeithasol ar ffurf cyflog ac amodau er mwyn symud tuag at dalu'r Cyflog Byw Gwirioneddol yn y sector, i sicrhau pwyslais ar gefnogi llesiant ac iechyd meddwl
- Gwella ac adeiladu ar y cydweithio sydd wedi bod yn amlwg ar draws y sector iechyd a gofal cymdeithasol drwy gydol y pandemig.

7. Gweithlu llawn ymroddiad a chymhelliant sy'n cael cefnogaeth

Effaith COVID-19

Mae COVID-19 wedi bod yn anodd iawn i'r gweithlu iechyd a gofal cymdeithasol, ond mae pobl wedi ymateb gydag ymdeimlad cryf o ymdrech broffesiynol ar y cyd. Maen nhw wedi dangos egni ac ymrwymiad enfawr, gan arloesi a dysgu ar gyflymder anhygoel, darparu rhywfaint o driniaethau a gofal mewn ffyrdd newydd, yn ogystal â gweithio ar draws ffiniau daearyddol a phroffesiynol traddodiadol.

Serch hynny, ni allwn ddiystyru'r effaith feddyliol a chorfforol ar unigolion a thimau wrth weithio o dan bwysau mor eithafol dros gyfnod hir. Mae llawer o'r gweithlu wedi llwyr ymlâdd. Mae hynny'n effeithio arnyn nhw'n gorfforol ac ar eu hiechyd meddwl. Wrth inni gynllunio cam nesaf ein hymateb i COVID-19, mae angen inni ddarparu cyfnod o addasu ac adfer ar gyfer y gweithlu a darparu cymorth hirdymor a chyson iddynt, ynghyd â'r adnoddau sydd eu hangen arnynt i gael eu nerth yn ôl ac i ailadeiladu eu cadernid ar gyfer y dyfodol.

Y prif wersi a ddysgwyd

Mae cysylltiadau partneriaeth gymdeithasol sydd wedi'u hen sefydlu rhwng undebau, cyflogwyr a'r llywodraeth wedi ein galluogi i newid yn gyflym i weithio ar-lein, er mwyn cynnal partneriaeth reolaidd dros y 12 mis diwethaf. Er bod cyflymder y newid a'r dysgu wedi gwneud y broses hon yn anodd weithiau, ac er nad oedd y ddarpariaeth bob amser mor gyson ag y byddem wedi dymuno, roedd wedi ein galluogi i ganfod, trafod a mynd i'r afael â materion sy'n dod i'r amlwg yn gyflym mewn partneriaeth gymdeithasol. Gyda'n gilydd, roeddem wedi cyflwyno amrywiaeth o bolisiau diwygiedig ar gyfer y gweithlu er mwyn rhoi cefnogaeth a sicrwydd iddynt, gan ateb y galw cynyddol a oedd ar wasanaethau.

Wrth i arweinwyr gynnwys y gweithlu yn y gwaith o ddatblygu a dylunio llwybrau clinigol a ffyrdd gwell o weithio, roeddem ni wedi llwyddo i arloesi, datblygu atebion ymarferol a dysgu'n gyflym iawn. Mae darparu ffyrdd newydd o weithio ar draws llwybrau clinigol, gwasanaethau yn y gymuned a newidiadau yn yr angen am wasanaethau ar ôl COVID-19, yn golygu ei bod yn rhaid inni wneud yn fawr o gyfraniad posibl y gweithlu cyfan. Rhaid i staff weithio mewn ffordd aml-ddisgyblaethol a meddwl yn hyblyg am rolau cydweithwyr sydd wedi cofrestru a chydweithwyr nad ydynt wedi cofrestru, gan gynnwys cynyddu sgiliau ac annog staff i fanteisio i'r eithaf ar eu haddysg, eu hyfforddiant a'u profiad. Bydd buddsoddi ymhellach mewn Datblygiad Proffesiynol Parhaus, fel ym maes presgripsiynu, yn allweddol i gynyddu sgiliau yn y maes hwn er mwyn cefnogi'r adferiad.

Mae angen i'n systemau sy'n cefnogi, yn datblygu ac yn lleoli'r gweithlu fod yn hyblyg ac yn ystwyth er mwyn ymateb yn gyflym i anghenion pobl a'r gwasanaethau sy'n cael eu darparu. Dyma rai enghreifftiau a oedd wedi gweithio'n dda:

- roedd darparu modiwlau hyfforddiant 'gloywi' i gefnogi gwasanaethau gofal critigol a gweithwyr brechu wedi bod yn effeithiol ac yn hyblyg
- roedd symleiddio prosesau recriwtio wedi bod yn help i gyflymu'r broses o gyflogi pobl

- roedd datblygu adnoddau ‘Unwaith i Gymru’ ar gyfer llesiant, ac Adnodd Asesu Risg COVID-19 Cymru wedi ein galluogi ni i gefnogi a diogelu ein gweithlu.

Fodd bynnag, roedd rhai o’n systemau a’n prosesau craidd ar gyfer y gweithlu, fel gwahanol ddulliau ar gyfer rhestrau staff a ffyrdd hen ffasiwn o gasglu data am y gweithlu, fel lefelau absenoldeb, yn golygu ei bod yn anodd gweld pa dueddiadau oedd yn dod i’r amlwg neu anghenion am gapasiti ychwanegol, neu gyfleoedd i adleoli’n gyflym ac yn effeithlon.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Roedd Addysg a Gwella Iechyd Cymru a Gofal Cymdeithasol Cymru wedi cydweithio’n helaeth ac wedi datblygu fersiwn ddrafft o Strategaeth y Gweithlu ar gyfer y sector iechyd a Gofal yng Nghymru, a gyflwynwyd i’r Llywodraeth yn gynnar yn 2020. Cafodd fersiwn derfynol y Strategaeth, sy’n sail i’r uchelgeisiau yn *Cymru Iachach*, ei lansio ym mis Hydref 2020. Roedd prif themâu a chatau gweithredu’r Strategaeth yn dal yn flaenoriaethau priodol wrth inni symud tuag at adferiad: [Ein Strategaeth Gweithlu ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol](#).

Mae rhai elfennau o’r strategaeth eisoes wedi cael eu cyflawni, ac yn wir wedi cyflymu fel rhan o’n cymorth i’r gweithlu yn ystod ein hymateb i COVID-19. Mae ymrwymo o’r newydd i gyflawni’r strategaeth fel rhan o’r cynllun hwn yn rhoi synnwyr clir inni o flaenoriaeth a chyfeiriad cenedlaethol i gyd-drefnu adferiad ar gyfer pob elfen o’r gweithlu. Mae’r ymateb i’r pandemig wedi atgyfnerthu’r ‘agwedd un gweithlu’, gyda’r rheini sydd heb gofrestru yn rhan hollbwysig o’r ymateb i’r pandemig, er enghraifft yn ein rhaglenni brechu. Dylem hefyd barhau i ystyried cyfleoedd ym maes recriwtio rhyngwladol.

Bydd ymrwymo’n llawn i’r gwaith sydd eisoes wedi’i gyflawni ar egwyddorion arweinyddiaeth dosturiol yn rhan graidd o’n taith tuag at adferiad, a bydd dulliau newydd o ymgysylltu â staff hefyd yn ategu’r daith hon – [gwefan Addysg a Gwella Iechyd Cymru: Adnoddau Arweinyddiaeth](#).

Mae pwyslais cryf ar iechyd a llesiant y gweithlu wedi bod yn flaenoriaeth glir iawn yn ystod y pandemig, a byddwn ni’n adeiladu ymhellach ar hyn dros y misoedd nesaf – [Adnoddau Iechyd a Lles](#). Wrth inni ddatblygu’r gefnogaeth hon, bydd angen inni ystyried materion ymarferol fel gallu gwasanaethau iechyd galwedigaethol i fodloni’r galw, a sicrhau bod y gwasanaethau a ddarperir yn cael eu cynllunio a’u darparu mewn ffyrdd sy’n addas i wahanol anghenion, dymuniadau a chyfleoedd i gael gafael ar wasanaethau. Bydd unigolion wedi cael profiadau gwahanol iawn o COVID-19 yn eu bywydau personol a phroffesiynol, yn enwedig pan fydd pobl wedi gweithio’n galed iawn yn y rheng flaen, neu wedi cael profiad gwahanol iawn oherwydd eu bod wedi treulio amser yn gwarchod eu hunain neu wedi cael COVID Hir. Bydd profiadau proffesiynol a phersonol yn effeithio ar gadernid proffesiynol, ac mae angen inni helpu pobl i ailadeiladu eu cadernid yn y dyfodol agos yn y ddwy elfen yn y misoedd i ddod. Un elfen allweddol o’n cynllun adfer ar gyfer y gweithlu fydd datblygu a chynnig asesiad personol o’r cymorth sydd ei angen, gan gyfeirio at y gwasanaethau mwyaf priodol neu gymryd camau ymarferol eraill fel hyfforddiant ychwanegol, ail-lunio rolau neu symud i feysydd eraill.

Mae angen inni fanteisio ar y diddordeb cynyddol mewn gwneud cais am leoedd mewn cyrsiau meddygol ac iechyd ers y pandemig. Rhaid rhoi sylw i'r ffordd mae'r pandemig wedi tarfu ar fyfyrwyr a hyfforddeion presennol, gan gydnabod y bydd rhyw elfen o hynny'n parhau, gan effeithio ar y broses o symud ymlaen i'r gweithlu. Mae'r Strategaeth yn pennu'r llwybr i sicrhau bod ein darpariaeth addysg a hyfforddiant yn parhau'n ddeniadol a pherthnasol, ac yn canolbwyntio ar ddulliau amlddisgyblaethol. Rhaid inni hefyd sicrhau bod ein bwrsariau a'n cymorth i fyfyrwyr yn parhau'n gystadleuol, ac yn gwneud Cymru yn lle deniadol i astudio ac i fyw.

Bydd gwella cynlluniau'r gweithlu a data, creu setiau data cyson ar gyfer Cymru gyfan, a systemau cydlynol ar gyfer rhestrau gwaith yn arwain at weithlu mwy hyblyg ac ymatebol er mwyn diwallu anghenion y system yn y dyfodol, a chynllunio'r gweithlu'n well ar gyfer y dyfodol.

Heriau a risgiau

Mae cadernid y gweithlu ar ôl y pandemig ac wrth ddechrau ar yr adferiad yn risg sylweddol. Mae staff wedi bod yn gweithio o dan bwysau aruthrol heb fawr o gyfle i gael seibiant, felly bydd yn bwysig sicrhau bod staff yn cael yr hyblygrwydd a'r gefnogaeth, cyn dechrau ar yr adferiad.

Nid yw pawb wedi cael yr un profiad o COVID-19, yn y rheng flaen nac yn eu bywyd personol. Bydd angen dull hyblyg ar gyfer yr adferiad er mwyn rhoi sylw i'r ystod o brofiadau a'r gwahanol ofynion ar gyfer gwahanol feysydd gwasanaeth. Rhaid inni fynd i'r afael â'r effaith niweidiol anghymesur ar ein cydweithwyr o gymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig, drwy fynd ati i gynnwys dulliau gwrth-hiliol yn ein hymateb i'r adferiad. Nid ydym wedi profi unrhyw beth fel hyn o'r blaen, a bydd angen asesu effaith hirdymor y pandemig ar lesiant staff, ac effaith hyn ar gadw'r staff presennol ac ar recriwtio staff newydd a myfyrwyr gofal iechyd proffesiynol.

Rydym yn cydnabod mai un gweithlu yw hwn, a'i fod wedi cael ei dynnu i nifer o gyfeiriadau drwy gydol y pandemig. Wrth i wasanaethau ddod at eu hunain, rydym yn cydnabod y bydd pwysau sylweddol mewn rhai meysydd fel iechyd meddwl a diagnosteg. Rhaid inni beidio â cholli golwg ar y gwaith sydd eisoes wedi cael ei wneud yn y meysydd allweddol hyn ac mewn meysydd allweddol eraill, a pharhau i adeiladu ar y gwaith hwn fel rhan allweddol o adferiad y gweithlu.

Blaenoriaethau

Bydd Llywodraeth Cymru yn ymrwymo o'r newydd i'n hegwyddorion partneriaeth gymdeithasol fel sail i gydweithio agos rhwng undebau'r gweithlu, cyflogwyr a'r llywodraeth er mwyn cynllunio a chadw golwg ar yr adferiad a dod o hyd yn gynnar i broblemau sy'n dod i'r amlwg.

Byddwn yn canolbwyntio ar gyflawni Strategaeth y Gweithlu er mwyn rhoi cyfeiriad strategol clir i'n gwaith, a defnyddio egwyddorion arweinyddiaeth dosturiol ac ymgysylltu â'r gweithlu i arwain, cynllunio a chyflawni ein gwaith adfer.

Bydd y cymorth sydd ar gael ar hyn o bryd i'r gweithlu ar gyfer iechyd a llesiant yn cael ei gryfhau. Gan weithio gyda phartneriaid cymdeithasol, byddwn ni'n datblygu ffyrdd o alluogi unigolion i ddod o hyd i gymorth wedi'i dargedu sy'n sicrhau bod eu hanghenion unigol yn cael eu bodloni yn y ffordd orau yn y tymor byr, y tymor canolig a'r tymor hir.

Bydd gwell gwybodaeth a data am y gweithlu yn ein galluogi i fonitro effaith barhaus yr ymateb i COVID-19 ar y gweithlu, ac i dargedu ein camau gweithredu yn ystod y broses

8. Cefnogaeth ddigidol effeithiol

Effaith COVID-19

Mae'r ymateb i COVID-19 wedi dangos sut gall llwyfannau a gwasanaethau digidol newid yn gyflym y ffordd rydym ni'n darparu iechyd a gofal cymdeithasol, gan wneud gwasanaethau'n fwy hygyrch i bobl, a chefnogi gwaith atal a hunanreoli. Er enghraifft, mae dros 5,000 o apwyntiadau fideo yn cael eu cynnal bob wythnos ledled Cymru erbyn hyn.

Mae COVID-19 wedi cyflymu'r newidiadau a oedd eisoes ar waith. Er enghraifft, roedd Microsoft Teams a thechnolegau eraill i gefnogi gweithio o bell eisoes ar y gweill, ond cawsant eu cyflwyno o fewn wythnosau i holl weithlu GIG Cymru. Cafodd llwyfan cenedlaethol i olrhain cysylltiadau a system frechu genedlaethol eu datblygu'n ganolog a'u darparu i sefydliadau iechyd a gofal cymdeithasol ledled Cymru, mewn ffordd safonol. Mae Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru (NWIS) wedi bod yn rhan allweddol o'r gwaith hwn, a bydd yn parhau i wneud hynny o fis Ebrill ymlaen fel Iechyd a Gofal Digidol Cymru, sefydliad newydd yn GIG Cymru ar gyfer gwasanaethau digidol cenedlaethol.

Roedd elfennau allweddol yr ymateb digidol i COVID-19 yn cynnwys y canlynol:

- Gwasanaeth ymgynghoriadau fideo ar gyfer Cymru gyfan – ers mis Mawrth 2020, mae dros 120,000 o ymgynghoriadau dros y we wedi cael eu cynnal. Mae'r gwasanaeth bellach ar gael ar gyfer dros 100 arbenigedd ym maes gofal Sylfaenol, Eilaidd a Chymunedol
- Roedd buddsoddiad sylweddol mewn trefniadau gweithio o bell a gweithio symudol yn cynnwys cyflwyno Microsoft Teams ac Office 365 ledled Cymru ym mis Ebrill a mis Mai, a mynediad o bell i'r bwrdd gwaith i bob meddyg teulu yng Nghymru
- Cafodd platfform olrhain cysylltiadau digidol ar gyfer Cymru gyfan ei gomisiynu, ei ddatblygu a'i gyflwyno, ac mae wedi golygu bod timau lleol wedi gallu gweithio gyda'i gilydd fel rhan o system genedlaethol
- Mae platfform brechlyn digidol ar gyfer Cymru gyfan wedi cael ei ddatblygu'n fewnol er mwyn gwella System Imiwneiddio bresennol Cymru (WIS), a chafodd ei roi ar waith ddechrau mis Rhagfyr 2020.

Y prif wersi a ddysgwyd

Mae COVID-19 wedi atgyfnerthu ein dealltwriaeth o sut mae technolegau digidol yn gwneud trawsnewidiad yn bosibl, fel sy'n cael ei egluro yn *Cymru Iachach*. Mae wedi dangos ein gallu i gyflwyno systemau digidol newydd yn gyflym ar lefel genedlaethol, ac mae'n dangos sut gall gweithwyr proffesiynol a chleifion newid yn gyflym i ffyrdd newydd o weithio gyda chymorth technoleg. Mae hyn yn cynnwys gweithio o bell ac ymgynghoriadau fideo, yn ogystal â systemau diagnosteg mawr fel profion COVID-19, a dulliau hunanreoli ataliol, fel Ap COVID-19 y GIG, sydd wedi cael ei lwytho i lawr dros 700,000 o weithiau yng Nghymru.

Mae'r gwersi allweddol a ddysgwyd yn cynnwys yr angen i ddefnyddio system 'lletya yn y cwmwl' i fynd ati'n gyflym i ddatblygu a defnyddio cynnyrch safonol ar lefel genedlaethol, er

enghraifft systemau brechu ac olrhain cysylltiadau. Yn yr un modd, defnyddio llwyfannau fideo a gweithio o bell er mwyn gallu cael dyluniad sy'n addas i ddefnyddwyr a helpu defnyddwyr newydd i ddefnyddio systemau digidol, er enghraifft drwy weithdai i ddatblygwyr a darparu hyfforddiant ar raddfa fawr.

Mae'r ymateb i'r pandemig wedi arwain at fanteision enfawr i'r GIG, wrth iddo weithio gyda phartneriaid masnachol a phartneriaid yn y diwydiant i adeiladu ar systemau a llwyfannau a oedd eisoes yn bodoli, yn hytrach na datblygu rhai newydd bob amser. Mae'n hanfodol cydnabod pwysigrwydd isadeiledd fel sylfaen i ddarparu gwasanaethau digidol newydd, er enghraifft oherwydd yr angen i gynyddu lled band, capasiti rhwydweithiau a chael mwy o ddyfeisiau symudol.

Mae seiberddiogelwch, diogelu data a llywodraethu gwybodaeth, er enghraifft er mwyn gallu rhannu data'n ddiogel rhwng timau olrhain cysylltiadau llywodraeth leol a'r GIG, yn hollbwysig wrth ddarparu gwasanaeth modern.

Cyfleoedd yn ystod yr adferiad

Fel sy'n cael ei egluro yn *Cymru Iachach*, mae systemau digidol a thechnoleg yn allweddol er mwyn trawsnewid pethau a newid i ffyrdd newydd o weithio.

Mae'n bwysig inni gynnal cyflymder y trawsnewid digidol, a pharhau i adeiladu ar y buddsoddiad a wnaed yn ddiweddar mewn seilwaith a gwasanaethau digidol. Mae Llywodraeth Cymru eisoes wedi cadarnhau y bydd yn cynyddu'r buddsoddiad mewn trawsnewid digidol ar gyfer 2021-22, i £75m, ochr yn ochr â sefydlu Iechyd a Gofal Digidol Cymru a £10m o gynnydd mewn cyllid craidd ar gyfer ein sefydliad gwasanaethau digidol cenedlaethol.

Mae Llywodraeth Cymru yn disgwyl cyhoeddi strategaeth ddigidol newydd ar gyfer iechyd a gofal erbyn diwedd 2021, a fydd yn adlewyrchu'r hyn a ddysgwyd o'r ymateb cychwynnol i COVID-19 a'n cam presennol o gynnal cyflymder y trawsnewid digidol. Bydd y strategaeth hefyd yn cyfuno adolygiadau strategol diweddar o faterion digidol, ac yn ystyried y broses o sefydlu Iechyd a Gofal Digidol Cymru.

Heriau a risgiau

Bydd angen rhoi ystyriaeth ofalus i'r capasiti a'r gallu i gyflawni. Mae timau darpariaeth ddigidol eisoes wedi wynebu'r her o ymateb i COVID-19, ac maen nhw wedi'u hymestyn i'r eithaf. Bydd angen i wasanaethau digidol COVID-19, fel olrhain cysylltiadau a brechu, gael eu cynnal am gryn amser, yn ogystal â llwyfannau profi, dadansoddi data, gweithio o bell a llwyfannau allweddol eraill. Er mwyn cyflawni ar gyflymder cynaliadwy, bydd angen inni gefnogi'r proffesiwn digidol a thimau digidol, yn ogystal â defnyddwyr clinigol systemau newydd.

Blaenoriaethau

Mae rhaglen helaeth o drawsnewid digidol ar y gweill ar gyfer 2021, gan gynnwys rhagor o fuddsoddiad mewn rhaglenni cenedlaethol, creu iechyd a Gofal Digidol Cymru, fframwaith llywodraethu newydd, rolau arwain cenedlaethol newydd, ac uwchraddio ymhellach elfennau allweddol o ddyfeisiau a seilwaith digidol ar draws GIG Cymru.

Mae'r blaenoriaethau allweddol ar gyfer y flwyddyn ariannol nesaf yn cynnwys:

- Cynnal gwasanaethau digidol hanfodol ar gyfer COVID-19 fel llwyfannau olrhain cysylltiadau a brechu, a datblygu ymhellach y broses o integreiddio llwyfannau COVID-19 â'r systemau iechyd presennol
- Galluogi'r cyhoedd a chleifion i gael gafael ar eu cofnodion iechyd yn ddigidol, er enghraifft drwy apiau ffonau clyfar, fel Ap COVID-19 y GIG
- Cryfhau'r seilwaith digidol sy'n cefnogi ein holl wasanaethau, er mwyn iddo fod yn ddiogel ac yn gadarn. Er enghraifft, drwy uwchraddio canolfannau data, rhwydweithiau a lled band ynghyd â sefydlu Uned Seiberddiogelwch GIG Cymru
- Helpu gweithwyr proffesiynol i weithio'n fwy effeithlon, ac o bell drwy fuddsoddi mewn technolegau digidol newydd ar draws iechyd a gofal cymdeithasol. Mae hyn yn cynnwys ystod eang o raglenni strategol, fel Gofal Dwys Digidol, Dogfennau Nyrsio Electronig, System Wybodaeth Gofal Cymunedol Cymru a Technology Enabled Care Cymru
- Sicrhau bod data'n cael eu rhannu'n effeithiol fel un cofnod iechyd a gofal electronig Mae'r gwaith hwn, sy'n cael ei arwain gan y rhaglen Adnodd Data Cenedlaethol, yn un o brif ymrwymadau *Cymru Iachach* ac mae wedi bod yn un o elfennau allweddol yr ymateb digidol i COVID-19 y byddwn yn parhau i adeiladu arno.
- Cefnogi arloesedd digidol a ffyrdd gwell o ddefnyddio technoleg mewn partneriaeth â phrifysgolion a'r diwydiant. Mae ymateb y diwydiant i COVID-19, gan gynnwys cyfarpar diogelu personol, brechlynnau a thechnolegau, wedi bod yn drawiadol. Byddwn yn parhau i adeiladu ar hyn er mwyn sbarduno gwaith mewn meysydd fel deallusrwydd artiffisial, ac i gefnogi'r Economi Sylfaenol yng Nghymru.

9. Gwneud cynnydd

Mae'r ddogfen hon wedi disgrifio effaith sylweddol COVID-19 ar gymdeithas ac ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Rydym wedi nodi rhai o'r cyfleoedd a'r risgiau wrth inni edrych ymlaen tuag at gam nesaf yr ymateb i'r pandemig ac at adferiad. Nodir amryw o flaenoriaethau y bydd ein system gyfan yn gweithio arnynt dros y misoedd a'r blynnyddoedd nesaf.

Mae'r system iechyd a gofal cymdeithasol yn gymhleth, ac yn cynnwys amrywiaeth eang o wasanaethau sy'n cael eu darparu gan sefydliadau statudol a chan fudiadau'r trydydd sector. Mae'n bwysicach nag erioed bod sefydliadau'n gweithio gyda'i gilydd fel rhan o system gyfan sy'n canolbwyntio ar wella llesiant pobl Cymru.

Cymru Iachach sy'n parhau i arwain cyfeiriad ein system iechyd a gofal cymdeithasol at y dyfodol. Ni fydd yr adferiad yn hawdd, ac rydym yn ymwybodol y bydd yn cymryd blynnyddoedd lawer. Dim ond drwy weithio ar y cyd y byddwn yn llwyddo i sicrhau adferiad ar ôl effeithiau pellgyrhaeddol a dinistriol COVID-19.

Bydd cynlluniau cychwynnol ar gyfer 2021/22 yn cael eu llunio gan sefydliadau unigol erbyn diwedd mis Mawrth, gyda chymorth ac arweiniad gan Lywodraeth Cymru. Bydd y cynlluniau hyn yn nodi'r asesiad lleol o effaith COVID-19 a'r cynigion sydd gan sefydliadau wrth inni symud ymlaen i'r cam nesaf ac at adferiad. Byddwn yn disgwyl gweld cydweithredu rhanbarthol cryf wrth i gynlluniau gael eu datblygu, gan gydnabod yr amrywiaeth eang o effeithiau COVID-19 fel yr amlinellir yn y ddogfen hon. Ar lefel genedlaethol, bydd rhaglenni sy'n bodoli eisoes, er enghraifft mewn gofal sylfaenol, gofal wedi'i gynllunio neu iechyd meddwl, yn parhau i gefnogi dulliau cyson o ddylunio llwybrau, modelau ar gyfer gwasanaethau a safonau.

Mae'r *Fframwaith Clinigol Cenedlaethol* yn ddogfen bwysig a fydd yn arwain datblygiad gwasanaethau gofal iechyd. Bydd nifer o ddogfennau mwy penodol yn disgrifio disgwyliadau mewn amrywiaeth o feysydd gwasanaeth penodol. Y *Datganiad Ansawdd ar gyfer Gwasanaethau Canser* yw'r cyntaf mewn cyfres sy'n nodi'r weledigaeth, yr uchelgais a'r disgwyliadau ar gyfer canlyniadau gwell i bobl yng Nghymru. Bydd Datganiadau Ansawdd ar gyfer cyflyrau mawr eraill yn cyd-fynd â hyn dros y misoedd nesaf.

Cynlluniau'r GIG

Cafodd Fframwaith Cynllunio Blynnyddol GIG Cymru ei gyhoeddi ym mis Rhagfyr 2020. Mae'n nodi'r gofynion ar gyfer sefydliadau'r GIG wrth iddyn nhw gynllunio ar gyfer 2021-22. Disgwylir y bydd cynlluniau manwl ar gyfer y chwe mis cyntaf, gydag adolygiad chwarterol i ddeall y cynnydd o ystyried ansicrwydd parhaus y pandemig. Bydd cynlluniau'n ystyried y prif faterion ar gyfer adfer gan gynnwys llesiant staff, cyfleoedd a chyfyngiadau capasiti, a'r cynnydd y bwriedir ei wneud o ran cynyddu darpariaeth gwasanaethau wrth barhau i reoli COVID-19.

Yn y ddogfen hon rydym wedi cydnabod ymdrechion aruthrol y gweithlu iechyd a gofal wrth ymateb i'r pandemig. Mae hi wedi bod yn flwyddyn anodd a blinedig. Rydym yn ymwybodol iawn y bydd y cam nesaf yr un mor anodd, a rhaid inni sicrhau bod gennym ddisgwyliadau rhesymol o ran cyflymder yr adferiad.

Adnoddau

Mae Llywodraeth Cymru wedi gosod cyllid ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol fel ei phrif flaenoriaeth ar gyfer buddsoddiad dros dymor diwethaf y Senedd, ac mae hyn wedi parhau drwy'r pandemig ac yng nghyswllt y gwariant arfaethedig ar gyfer 2021-22. Mae cyfanswm o £1.5bn ychwanegol wedi cael ei ddarparu ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol yn ystod 2020-21 i ymateb i'r pandemig. Yn sgil hynny, mae'r GIG wedi gallu canolbwyntio ar ofalu am gleifion a gweithredu'r rhaglen Profi, Orlhain, Diogelu a'r rhaglen frechu heb boeni am y cyllid a oedd ar gael. Mae cyllidebau drafft a therfynol 2021-22 yn rhoi cyfanswm buddsoddiad sylfaenol ychwanegol o £400m i iechyd a gofal cymdeithasol, a buddsoddiad pellach o £440m yn 2021-22 ar gyfer yr ymateb parhaus i COVID-19.

Er y buddsoddiad ychwanegol hwn, wrth inni gynllunio ar gyfer adferiad gan barhau i ymateb i gyfnod aciwt y pandemig, ni fydd y lefelau ariannu a fwriadwyd i gynnal darpariaeth gwasanaethau craidd – “cadw'r olwynion i droi” – yn ddigon i fynd i'r afael â'r ôl-groniad sylweddol ym maes gofal wedi'i gynllunio sydd wedi dod i'r amlwg yn ystod y flwyddyn diwethaf. Ar ben hynny, ni fu'n bosibl cynnal lefelau effeithlonrwydd arferol y GIG, sy'n gwbl ddealladwy. Mae hynny wedi effeithio ar sefyllfaoedd ariannol sylfaenol, a bydd angen mynd i'r afael â hynny er mwyn adfer cynaliadwyedd ariannol dros y tymor canolig. Mae'n bosibl y bydd rhywfaint o'r costau ychwanegol a fu'n angenrheidiol yn ystod y pandemig, fel mwy o fesurau i atal a rheoli haint ynghyd â phrofi ac olrhain yn rheolaidd, yn aros gyda'r GIG fel gwariant craidd am gyn amser i ddod.

Bydd angen llawer iawn mwy o fuddsoddiad cyfalaf a refeniw i gefnogi cynlluniau'r GIG ar gyfer adferiad. Bydd hyn yn arwain at heriau a dewisiadau i'r llywodraeth newydd wrth iddi gydbwyso gofynion adferiad iechyd a gofal cymdeithasol ochr yn ochr â'r amrywiaeth eang o flaenoriaethau eraill yn sgil y pandemig.

Mae'n anochel y bydd angen cyfran sylweddol o gyllid newydd i gefnogi mesurau tymor byr, er mwyn gwneud cynnydd yn gyflym i roi sylw i'r llwyth o gleifion sy'n aros am ofal wedi'i gynllunio. Bydd Llywodraeth Cymru yn targedu'r cyllid hwn mewn cynlluniau cenedlaethol, rhanbarthol a lleol i sicrhau bod gwelliannau mesuradwy'n cael eu gwneud yn gyflym. Dylai ffyrdd newydd o weithio y bu'n rhaid eu rhoi ar waith i reoli'r pandemig, fel clinigau dros y we i gleifion allanol, helpu i sicrhau bod cyllid newydd yn cael ei ddefnyddio'n effeithlon ac yn effeithiol. Yn y tymor canolig a'r tymor hir, bydd angen i'r buddsoddiad symud tuag at gefnogi ymyriadau ataliol a hunan-gymorth a chanolbwyntio ar ofal iechyd seiliedig ar werth, gyda mwy o bwyslais ar gynllunio lleol a rhanbarthol yng nghyd-destun *Cymru Iachach*.