

Adsefydlu: Canllawiau Gwerthuso

Pwrpas

Mae'r papur hwn yn nodi canllawiau gwerthuso a fframwaith a allai gefnogi byrddau iechyd, awdurdodau lleol, gwasanaethau'r trydydd sector a'r sector gwirfoddol i ddeall y galw am adsefydlu ar gyfer Cymru gyfan a gwerthuso effaith hynny.

Mae'n cefnogi Fframwaith a Chanllawiau Adsefydlu Llywodraeth Cymru 2022 ymlaen ynghyd â'r [Adnodd Modelu Adsefydlu](#).

Diffinnir gofal iechyd sy'n seiliedig ar werth fel defnydd teg, cynaliadwy a thryloyw o'r adnoddau sydd ar gael i gyflawni canlyniadau a phrofiadau gwell i bob unigolyn ([Hurst et al, 2019](#)). Er mwyn darparu adsefydlu ar sail gwerth ledled Cymru mae angen:

1. Gwell data: dealltwriaeth o'r defnydd o adnoddau (gan gynnwys amser staff, pobl ac amser gofalwyr) a chanlyniadau a phrofiadau sy'n bwysig i bobl.
2. Gwell tystiolaeth: dealltwriaeth o'r hyn sy'n gweithio i gynyddu gwerth. Mae hyn yn gofyn am well tystiolaeth ynglŷn ag effeithiolrwydd yr hyn sy'n digwydd ym myd go iawn y GIG. Gall hyn helpu i lywio penderfyniadau am ddefnyddio a dyrannu adnoddau.
3. Ymgysylltu amlddisgyblaethol, sy'n cynnwys yr holl randdeiliaid, yn enwedig pobl. Mae angen sgiliau lluosog, a rhaid ymgysylltu â phob grŵp proffesiynol. Mae gwerth yn golygu gwahanol bethau i wahanol bobl, ac mae sawl persbectif ar unrhyw adeg.

Nodau

Nod y fframwaith gwerthuso yw cefnogi sefydliadau a gwasanaethau i ddarparu adsefydlu ar sail gwerth i bawb sydd ag anghenion.

1. Orlhain adferiad unigolyn dros amser ar ei lwybr adsefydlu ar draws lleoliadau iechyd a chymunedol.
2. Darparu dealltwriaeth o'r holl boblogaethau sydd angen adsefydlu.
 - a. Galw am adsefydlu
 - b. Effaith adsefydlu
3. Hysbysu cynllunio ac ariannu gwasanaethau o ansawdd uchel i gefnogi adsefydlu ar gyfer gwasanaethau ar gyfer cyflyrau hirdymor.
4. Gwerthuso effeithiolrwydd eu hymyriadau i lywio datblygiad a thrawsnewid gwasanaethau.

Gall y fframwaith hefyd:

Cefnogi datblygiad gwasanaethau adsefydlu mwy di-dor ac integredig yn y dyfodol.

Fframwaith

Mae'r fframwaith gwerthuso yn nhabl un yn seiliedig ar fframwaith system gyfan a phroses ddylunio gan ddefnyddio dull Atebolrwydd ar Sail Canlyniadau (RBATM) ac mae'n canolbwyntio ar atebolrwydd perfformiad gwasanaethau adsefydlu. Mae'n cydfynd â'r Fframwaith Clinigol Cenedlaethol ac egwyddorion gofal iechyd sy'n seiliedig ar werth. Mae wedi'i ddiweddarau o waith blaenorol gan is-grŵp o'r Grŵp Gorchwyl a Gorffen Cynllunio ac Ymateb ar gyfer Adsefydlu covid-19 a gafodd gymorth gan y tîm gofal iechyd ar sail gwerth, cedrwydd, grŵp cyfeirio Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd, grŵp modelu, grŵp modelu cenedlaethol, rhwydweithiau clinigol a phroffesiynol.

Y canlyniad yr ydym yn dymuno ar gyfer pob unigolyn

Pawb i fod ar eu lefel gorau posibl o annibyniaeth a lles.

Dangosyddion Canlyniad

Dim ond un elfen o'r system gyfan yw adsefydlu a fydd yn cyfrannu at gyflawni'r canlyniad hwn.

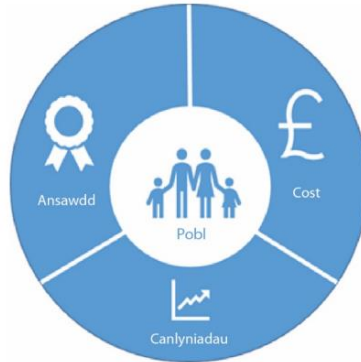
Mae'r elfennau eraill yn cynnwys:

- Cyflyrau iechyd sylfaenol a chyd-forbidrwydd
- Triniaeth feddygol
- Ffactorau cymdeithasol-economaidd
- Ffactorau amgylcheddol

Fodd bynnag, mae'n bwysig ceisio dal y galw am wasanaethau adsefydlu a'u heffaith benodol o hyd.

Mae Tabl un yn nodi Fframwaith Gwerthuso Adsefydlu sy'n annog clinigwyr, gwasanaethau a sefydliadau i ganolbwyntio ar yr hyn sy'n bwysig i'w poblogaethau lleol. Yn unol ag egwyddorion gofal iechyd sy'n seiliedig ar werth (Ffig 1) mae'n bwysig casglu data o safbwynt sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn:

- Ansawdd gofal (cwadrant ar ochr dde uchaf tabl un)
- Cost effeithiolrwydd (ochr chwith tabl un)
- Deilliannau (cwadrant ar waelod ochr dde tabl un)



Ffigwr Un: Gofal Iechyd yn Seiliedig ar Werth

Tabl Un: Fframwaith Gwerthuso Adsefydlu

	Nifer (Cost- effeithiolrwydd)	Ansawdd
Ymdrech	<p>Faint? # o bobl yn cael adsefydlu oherwydd:</p> <p>Hyd arhosiad mewn gwasanaeth</p>	<p>Pa mor dda y mae'r profiad a adroddwyd gan y claf yn mesur</p> <p>Faint o adsefydlu dwys a ddarperir</p> <p>Ymatebolrwydd gwasanaethau adsefydlu</p> <p>Lle darperir adsefydlu, yn y cartref, ysgol, lleoliad cymunedol, lleoliad ysbyty</p> <p>Math o ymyriadau adsefydlu - wyneb yn wyneb, grŵp, rhithwir</p>
Effaith	<p>Oes rhywun yn well ei fyd?</p> <p># sydd wedi dychwelyd i lefel flaenorol o annibyniaeth a lles (PROM)</p> <p># sy'n hyderus i reoli eu hiechyd yn y tymor hir (PROM)</p> <p># gyda nam gwell (COM)</p>	<p>Canlyniadau</p> <p>% sydd wedi dychwelyd i lefel flaenorol o annibyniaeth a lles (PROM)</p> <p>% sy'n hyderus i reoli eu hiechyd yn y tymor hir (PROM)</p> <p>% gyda nam gwell (COM)</p>

	# gyda gwell lefel o weithgarwch (PROM/COM)	% gyda gwell lefel o weithgarwch (PROM/COM)
	# gyda lles gwell (PROM)	% gyda lles gwell (PROM)
	# a gyflawnodd nodau a ddynodwyd ganddynt sydd o bwys iddynt	% a gyflawnodd nodau a ddynodwyd ganddynt sydd o bwys iddynt
	# o bobl sy'n dychwelyd i alwedigaeth ystyrlon / gweithgaredd seiliedig ar waith / cyfranogiad	% y bobl sy'n dychwelyd i alwedigaeth ystyrlon / gweithgaredd yn seiliedig ar waith / cyfranogiad

Mae Tabl dau yn cynnwys rhai o'r offer neu'r adnoddau a ddefnyddir yn gyffredin ledled Cymru i ddal y canlyniadau a ddynodir yn y cwadrant ar waelod ochr dde tabl un. Mae rhai o'r rhain yn cael eu hadrodd gan glinigwyr (COM) ac mae rhai yn cael eu hadrodd gan gleifion (PROM). Rhennir y mesurau yn grwpiau gan ddibynnu ar ba agwedd ar iechyd y maent yn canolbwyntio, yn unol â fframwaith *International Classification of Functioning, Disability and Health* Sefydliad Iechyd y Byd ([gweler Atodiad 1 am ddiffiniadau](#)).

Mae'r tabl hwn yn canolbwyntio ar yr offer a ddefnyddir ar draws grwpiau proffesiynol ac ar draws cyflyrau iechyd neu a argymhellir gan grwpiau cenedlaethol. Mae yna nifer o offer eraill sy'n mesur y canlyniad mewn cyflyrau iechyd neu boblogaethau penodol neu sy'n cael eu defnyddio gan un proffesiwn yn unig.

Tabl Dau: Mesurau canlyniadau ac offer cyffredin a ddefnyddir mewn Adsefydlu ac Adfer ledled Cymru

Mesur	Offer
% sy'n hyderus i reoli eu hiechyd yn y tymor hir	<i>Patient Activation Measure, General Self Efficacy Scale, Therapy Outcome Measure, Occupational Self-Assessment (OSA) Version 2.2, Morrison Occupational Therapy Outcome Measure (MOTOM)</i>
% sydd wedi dychwelyd i lefel flaenorol o annibyniaeth a lles	<i>EuroQol 5d (EQ5D-5L), World Health Organisation Disability Assessment</i>

	<i>Schedule 2.0 (WHO-DAS 2.0), Patient-Reported Outcomes Measurement Information System Global Health version 1.2 (PROMIS Global10 v1.2), Medical Outcomes Study (MOS) 36-Item Short Form Health Survey (SF-36), SF-12</i>
% â nam gwell	

Blinder	<i>Fatigue Severity Scale [FSS], Fatigue Impact Scale [FIS], Brief Fatigue Inventory [BFI], Fatigue Symptom Inventory [FSI], Multidimensional Assessment of Fatigue [MAF], and Multidimensional Fatigue Symptom Inventory [MFSI]</i>
Gwybyddiaeth	<i>Asesiad Gwybyddol Montreal (MoCA), Archwiliad Gwybyddol Addenbrooke-III – Mini (M-ACE-III), Archwiliad Gwybyddol Addenbrooke-III - Mini (ACE-III)</i>
Gweithrediad Corfforol	<i>Berg Balance Scale, muscle strength, Elderly Mobility Scale, Rivermead Mobility Index, Handgrip, Modified Rankin Scale, Graddfa Estynedig ADL Nottingham (NEADL)</i>
Gweithrediad resbiradol	<i>6-minute walk test, sit to stand, St Georges Questionnaire, Borg Scale of Breathlessness, Medical Research Council Scale of Breathlessness</i>
Hwyliau	<i>Holiadur Iechyd Cleifion (PHQ) 9, Anhwylder Pryder Cyffredinol (GAD) 7, Graddfa Pryder ac Iselder Ysbyty (HADS), Trauma Screening Questionnaire (TSQ)</i>
Cyfathrebu	<i>La Trobe Communication Questionnaire</i>
Llwnc/Llais	<i>Voice Handicap Index (VHI), GRBAS, Reflux Symptom Index (RSI), EAT-10, Functional Oral Intake Scale (FOIS), Airway Voice Swallowing (AVS) scale, Newcastle Laryngeal Hypersensitivity Questionnaire</i>
% gyda gwell lefel o weithgarwch	<i>Derbyshire Outcome Measure, Barthel Index, FIM, FIM+FAM, Rockwood Frailty Score, Graddfa Estynedig ADL Nottingham (NEADL)</i>

% gyda lles gwell	<i>Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMBS), ReQol, CORE-Outcome Measure (OM), CORE-10, DISC, TSQ</i>
% a gyflawnodd nodau sydd o bwys iddynt	<i>Goal Attainment Scale, Adapted Therapy Outcome Measure, Canadian Occupational Performance Measure (COPM), Occupational Self-Assessment (OSA) Version 2.2 (MOHO), Goals Achieved Yes/No/Partially</i>

Mae yna nifer o offer i helpu i ddeall y galw o safbwynt gwasanaeth neu sefydliad. Mae Adnodd Categori Cleifion, Adnodd Therapi Dibyniaeth Northwick Park, Darpariaeth Nyrsio Anghenion Dibyniaeth Northwick Park a Graddfa Cymhlethdod ar gyfer Cyflyrau Niwrolegol Hirdymor a Graddfa Cymhlethdod Adsefydlu i gyd wedi'u cynllunio i'w defnyddio mewn anafiadau a gafwyd i'r ymennydd neu niwroadsefydlu. Gallant fod yn offer defnyddiol i'w defnyddio wrth gynllunio pa adsefydlu y dylai rhywun ei gael, neu ble y gellir bodloni ei anghenion, yn hytrach nag fel mesur canlyniad.

Argymhelliad

Argymhellir bod ymarferwyr, gwasanaethau a sefydliadau yn defnyddio'r fframwaith gwerthuso hwn i'w helpu i ddewis pa fesurau ac offer sydd fwyaf perthnasol i ddangos gwerth ac effaith eu poblogaethau lleol. Wrth wneud hynny mae'n bwysig ystyried baich cwblhau holiaduron a chasglu data ar bobl a'r gweithlu.

Lle bynnag y bo modd, dylid defnyddio'r un offer a mesurau ar draws gwasanaethau a llwybrau pobl a dylid defnyddio cyn lleied â phosibl.

Cam Un: Adferiad

Er mwyn gallu olrhain adferiad unigolyn dros amser ar ei lwybr adsefydlu ar draws lleoliadau iechyd a chymunedol, argymhellir bod pob gwasanaeth a sefydliad yn defnyddio'r un mesur lefel uchel o annibyniaeth a lles(PROM):

- EuroQoL EQ5D-5L

Mae'r offer hwn eisoes ar y llwyfan cenedlaethol yn y Gymraeg a'r Saesneg. Gall sefydliadau neu wasanaethau ddewis defnyddio mesurau ychwanegol sydd â chwestiynau manylach ac a allai fod yn fwy sensitif i rai agweddau ar lefel gweithgaredd neu les unigolyn megis:

- Graddfa Iechyd Cyffredinol yn cynnwys 10 cwestiwn – Graddfa PROMIS Iechyd Cyffredinol fersiwn 1.2 (PROMIS 10 v1.2) yn gofyn i bobl adrodd ar y 7 diwrnod diwethaf. Mae *PROMIS Global Paediatric* 9 eitem a *Parent Proxy Global* 7+2 hefyd ar gael.

- Aseiad Anabledd Sefydliad Iechyd y Byd 12-eitem – Atodlen 2.0 (WHO-DAS 2.0) sy'n gofyn i bobl adrodd ar y 30 diwrnod diwethaf.

Mae astudiaethau cymharol gadarn wedi'u cynnal ar y ddau offeryn sy'n eu galluogi i gael eu mapio i'r EQ5D-5L.

Cam Dau: Galw

Er mwyn darparu dealltwriaeth genedlaethol a lleol o'r galw am adsefydlu ar gyfer y boblogaeth gofynnir i sefydliadau a gwasanaethau gasglu data ar:

- Angen yr unigolyn, y gwasanaeth a gwerth economaidd-gymdeithasol y cymorth adsefydlu ac adferiad.
- Hyd arhosiad mewn gwasanaeth. Nifer y cysylltiadau
- Nifer y gwahanol gweithwyr proffesiynol iechyd neu ofal cymdeithasol dan sylw
- Math o ymyrraeth: wyneb yn wyneb, dros y ffôn, neu ymgynghoriad rhithwir.

Mae hyn yn cyd-fynd â'r ymgyrch strategol genedlaethol i sicrhau bod adsefydlu'n parhau i fod yn flaenoriaeth allweddol a pharhaus ar bob lefel i gefnogi'r boblogaeth rhag effeithiau'r pandemig covid-19, penderfynyddion ehangach iechyd, a chynaliadwyedd hirdymor y system iechyd a gofal cymdeithasol.

Cam Tri: Effaith

Darparu dealltwriaeth leol a chenedlaethol o effaith neu effeithiolrwydd adsefydlu ac adferiad yn unol ag anghenion y boblogaeth. Awgrymir bod pob gwasanaeth a sefydliad yn defnyddio'r un mesur o hunan-effeithiolrwydd yn unol ag argymhellion gan Grŵp Seicoleg Cymru Gyfan, er enghraifft:

- Graddfa 6 Hunaneffeithiolrwydd Cyffredinol

Argymhellir hefyd i sefydliadau a gwasanaethau ystyried set o offer canlyniadau o dabl dau sy'n adlewyrchu nod arfaethedig y cynllun rheoli a ddarperir. Gall hyn fod ar lefel nam, gweithgaredd neu gyfranogiad. Dylid ystyried y ffactorau a nodir yn Atodiad 2 gan gynnwys:

- Poblogaeth benodol
- Rhyngweithiadau gwasanaeth a chyd-forbidrwydd
- Priodweddau seicometrig

Mae rhai o'r setiau data a argymhellir gan grwpiau arbenigol neu grwpiau proffesiynol penodol wedi'u cynnwys yn Atodiad [3](#).

Cam Pedwar: Ansawdd

Er mwyn deall ansawdd ymyriad adsefydlu bydd angen i sefydliadau a gwasanaethau gasglu data ar:

- Profiad y boblogaeth leol yn unol â chanllawiau cenedlaethol
- Pa mor ymatebol yw eu hamser o'r gwasanaeth o'r cyfeiriad i'r cyswllt cyntaf
- Pa mor agos at y cartref y darperir adsefydlu ac adferiad - man ymyrraeth

Cam Pump: Cipio, Coladu ac Adrodd Data

Mae angen i sefydliadau a gwasanaethau sicrhau bod eu systemau clinigol presennol yn casglu'r data o ran **galw ac ansawdd** sy'n ymwneud ag adsefydlu trwy godio priodol.

Lle y bo modd, dylai data sy'n cipio adferiad ac effaith hefyd gael eu hymgorffori mewn systemau clinigol, megis System Gwybodaeth Glinigol a Gofal Cymru (WCCIS) a systemau cymeradwy eraill, er mewn rhai achosion, yn enwedig ar gyfer profiad pobl, cydnabyddir nad yw hyn yn bosibl. Mae'n bosibl y bydd angen ystyried adnoddau ar-lein a llwyfannau rhithwir sy'n gydnaws â GDPR, megis Microsoft Teams, Forms, Smart Survey, ac Attend Anywhere hefyd.

Dylai sefydliadau a gwasanaethau sicrhau bod ymarferwyr yn eu gwasanaethau adsefydlu yn gwybod yn glir pa fesurau canlyniadau clinigol y dylent eu defnyddio a pha bryd y dylent eu defnyddio, yn ddelfrydol ar ddechrau ac ar ddiwedd cynllun adsefydlu y cytunwyd arno. Mae angen arweiniad clir arnynt hefyd ar sut a ble y dylent eu cofnodi.

Dylai gwasanaethau a sefydliadau ddatblygu systemau lleol ar gyfer coladu ac adrodd ar y data i lywio darpariaeth gwasanaethau lleol. Yn y tymor hwy, fodd bynnag, dylai fod yn bosibl i ddata gael ei hymgorffori yn yr ystorka ddata cenedlaethol i lywio datblygiadau dangos fyrdau data adsefydlu ac adfer yn y dyfodol. Bydd safoni'r dull o werthuso adsefydlu nawr yn gwneud hyn yn gyflymach ac yn haws i'w gyflawni yn y tymor hwy.

Cyfeiriadau

Hurst L, Mahtani K, Pluddemann A, Lewis S, et al (2019) Defining value-based healthcare in the NHS: CEBM report May 2019.

<https://www.cebm.net/2019/04/defining-value-basedhealthcare-in-the-nhs/>

Atodiad 1: Y Dosbarthiad Rhyngwladol o Weithrediad, Anabledd ac Iechyd

<https://www.who.int/classifications/icf/icfbeginnersguide.pdf?ua=1>

Swyddogaethau'r Corff yw swyddogaethau ffisiolegol systemau'r corff (gan gynnwys swyddogaethau seicolegol).

Mae **Strwythurau'r Corff** yn rhannau anatomegol o'r corff, megis organau, aelodau, a'u cydrannau.

Nam yw problemau yng ngweithrediad neu strwythur y corff fel gwyriad neu golled sylweddol.

Gweithgarwch yw cyflawni tasg neu weithred gan unigolyn. Cyfyngiadau Gweithgarwch yw anawsterau y gall unigolyn eu cael wrth gyflawni gweithgareddau.

Mae **cyfranogiad** yn ymwneud â chymryd rhan mewn sefyllfa bywyd.

Mae **Cyfyngiadau Cyfranogiad** yn broblemau y gall unigolyn eu profi wrth gymryd rhan mewn sefyllfaoedd bywyd.

Mae **Ffactorau Amgylcheddol** yn ffurfio'r amgylchedd ffisegol, cymdeithasol ac agweddol y mae pobl yn byw ac yn cynnal eu bywydau ynddo.

Atodiad 2: Ffactorau i'w hystyried wrth ddewis offeryn canlyniadau

Mae mesurau canlyniad yn helpu i asesu ansawdd ac effaith ymyriad neu wasanaeth adsefydlu. Bydd gwahanol offer yn mesur y canlyniad mewn gwahanol boblogaethau a sefyllfaoedd.

Yn gyntaf mae angen ichi ystyried pwy yw'r boblogaeth yr ydych yn darparu eich ymyriad neu wasanaeth iddi, er enghraifft:

- Ystod oed - oedolion, pobl hŷn, plant,
- Pobl â nam gwybyddol neu anabledau dysgu, pobl ag anawsterau cyfathrebu
- Argaeledd fersiwn Cymraeg (gwiriwch wefan Mesurau Iechyd Cymraeg neu Fesurau Iechyd y Gymraeg <http://micym.org/llais/static/index.html#>)
- Cyflwr meddygol - a yw'n grŵp cyflwr penodol, fel goroeswyr strôc neu bobl sy'n byw gyda chyflwr anadlol neu a yw'n grŵp mwy cyffredinol - er enghraifft unrhyw un sydd wedi'i effeithio gan un o 4 niwed Covid-19.

Yna mae angen i chi benderfynu pa effaith y credwch y gallai eich ymyriad neu wasanaeth ei chael pa ganlyniad y byddech yn disgwyl i unigolyn ei gael. Ydych chi'n ceisio cael effaith ar:

- iechyd a lles cyffredinol
- hyder
- lechyd meddwl
- eu gallu i reoli eu cyflwr eu hunain, neu
- nam penodol (llyncu, cydbwysedd, pwysau, hwyliau) neu
- gweithgaredd (cerdded, hunanofal, rhyngweithio cymdeithasol, lles) neu
- eu cyfranogiad (rhyngweithio amgylcheddol, gweithgareddau galwedigaethol, rolau teuluol, rhwydweithiau cymdeithasol).

Mae angen i chi ystyried pwy fydd yn gweinyddu'r offer

- ai'r cyfranogwr sy'n hunan-weinyddu (mesur canlyniad a adroddir gan y claf PROM)? 8
- a yw'n arf penodol i broffesiwn (gweler hyfforddiant isod)?
- a ellir ei ddefnyddio gan nifer eang o broffesiynau neu ddarparwyr gwasanaethau (iechyd a gofal cymdeithasol/trydydd sector)?

Yn olaf mae angen i chi feddwl am:

- Rhyngweithredu - a ellir ei ddefnyddio ar draws systemau lluosog sy'n bodoli eisoes
- Gofynion hyfforddi
- Goblygiadau cost

Atodiad 3: Mesurau a argymhellir gan wasanaethau arbenigol a grwpiau proffesiynol

Rhaglen Gydweithredol Canlyniadau Adsefydlu Arbenigol y DU (UKROC)

<http://www.ukroc.org/>

Mae set ddata lawn UKROC yn cynrychioli is-set adsefydlu cleifion mewnol o'r set ddata Cyflyrau Niwrolegol Hirdymor. Mae'n cynnwys 30 eitem o ddata demograffig a phroses ar gyfer pob achos o achosion a dderbyniwyd ynghyd â:

- Graddfa Cymhlethdodau Adsefydlu (RCS-E) (fel mesur o anghenion adsefydlu)
- O leiaf un o gyfres o fesurau canlyniadau y cytunwyd arnynt sy'n cynnwys:
 - o Set ddata lawn - The UK FIM ± FAM
 - o Isafswm set ddata - mynegai Barthel (Wade and Collin Manual 1988)
- Graddfa Dibyniaeth Northwick Park ac Asesiad Anghenion Gofal – i darddu effeithlonrwydd cost

Y Rhwydwaith Archwilio ac Ymchwil Trawma (TARN)

<https://www.tarn.ac.uk/>

Dylid cofnodi Glasgow Coma Scale (GCS) ar gyfer pob claf Canlyniadau a adroddir gan gleifion:

- Profiad y Claf yn yr ysbyty
- EQ5D-5L

- VAS (Graddfa Analog Weledol) lle mae cleifion yn rhestru sut maent yn teimlo ar raddfa o 0 (iechyd gwaeth y gellir ei ddychmygu) i 100 (iechyd gorau y gellir ei ddychmygu)
- Statws cyflogaeth/addysg cyn anaf.

Grŵp Seicoleg Cymru Gyfan

% sy'n hyderus i reoli eu hiechyd yn yr hirdymor	<i>General Self Efficacy Scale</i>
% sydd wedi dychwelyd i lefel flaenorol o annibyniaeth a lles	<i>EQ-5D-5L, PWY - DAS</i>
% gyda gwell lles / hwyliau	<i>PHQ 9, GAD 7, TSQ CORE-10, 34 ac LD, DISC, HADS</i>
% a gyflawnodd nodau sydd o bwys iddynt	<i>GAS, Recovery Star</i>

RCSALT

Mesur	
% sydd wedi dychwelyd i lefel flaenorol o annibyniaeth a lles	<i>TOMS- HALEN</i>
% â nam gwell	<i>Voice Handicap Index (VHI) GRBAS Reflux Symptom Index (RSI) EAT-10 Functional Oral Intake Scale (FOIS) Airway Voice Swallowing (AVS) Scale Newcastle Laryngeal Hypersensitivity Questionnaire</i>
% gyda lefel uwch o weithgaredd	<i>La Trobe Communication Questionnaire</i>