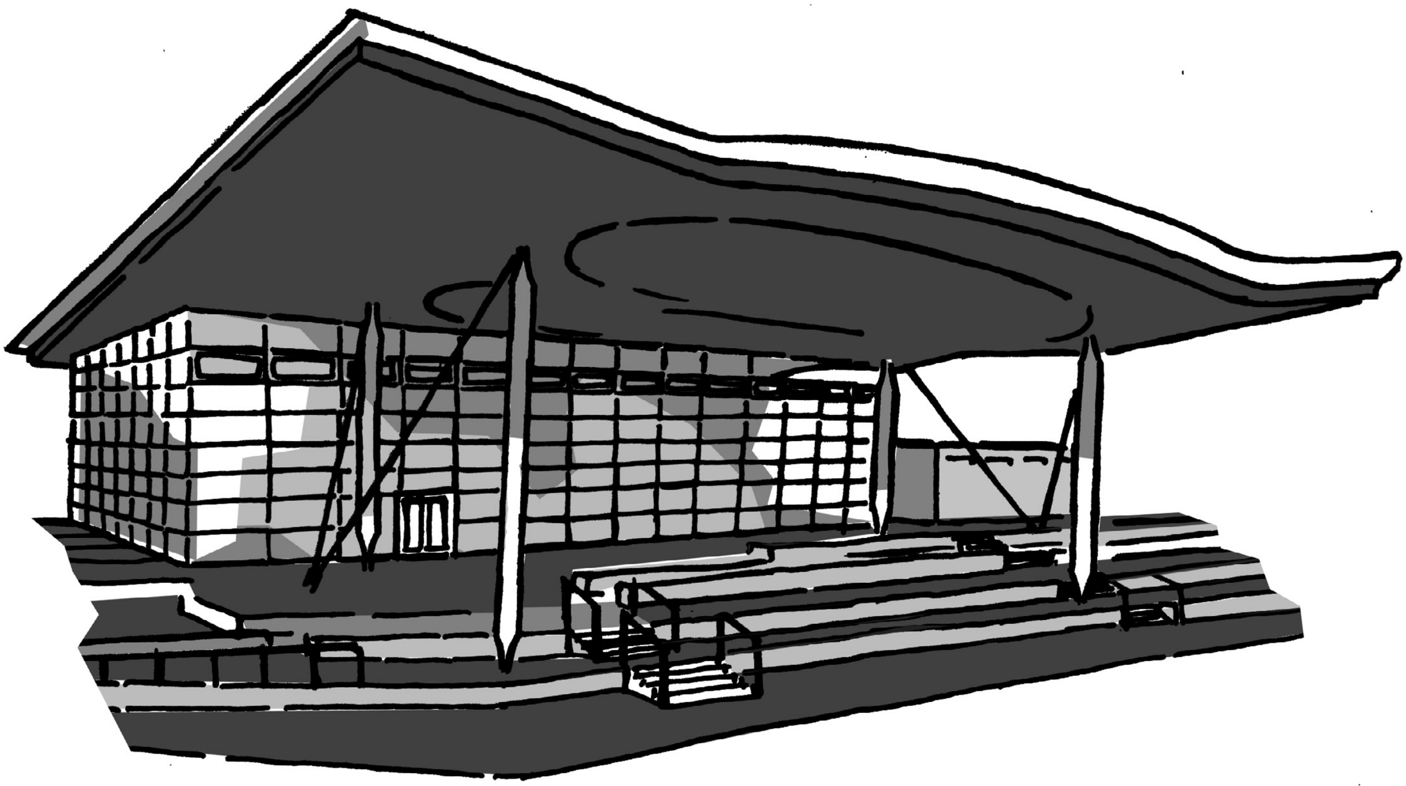
Hawdd ei ddarllen

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Rôl gwasanaethau cleifion allanol wrth drawsnewid gofal a gynlluniwyd yng Nghymru



Strategaeth a chynllun gweithredu tair blynedd 2023 i 2026

Awst 2023

Cynnwys

Pam mae angen cynllun ar gyfer cleifion allanol?	4
Sut y gwnaethom ddatblygu ein cynllun	5
Gwneud yn siŵr bod ein gwasanaethau'n canolbwyntio ar yr unigolyn	7
Gwneud ein gwasanaethau'n gynaliadwy	9
Beth fydd gwasanaethau cleifion allanol yn ei ddarparu yn y dyfodol?	10
Gall y ffordd rydych chi'n cael apwyntiadau cleifion allanol hefyd fod yn wahanol	12
Canolfannau rhanbarthol arbenigol	14
Geiriau anodd	16

OGL © Hawlfraint y Goron 2023, Llywodraeth Cymru, WG48220, ISBN digidol 978-1-83504-472-8
Rydym yn croesawu gohebiaeth a galwadau ffôn yn Gymraeg

Mae yna gynllun newydd yng Nghymru o'r enw *"Rôl gwasanaethau cleifion allanol wrth drawsnewid gofal a gynlluniwyd yng Nghymru: Strategaeth a chynllun gweithredu tair blynedd: 2023-2026"*.

Cafodd y cynllun ei ddatblygu i wneud y gofal a gewch mewn gwasanaethau cleifion allanol arbenigol yn well.

Mae hon yn fersiwn hawdd ei ddeall o'r cynllun.

I gael mwy o gopïau o'r fersiwn Hawdd ei Ddeall cysylltwch ag:

Adran Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ

Pam mae angen cynllun ar gyfer cleifion allanol?

Mae Covid wedi effeithio'n sylweddol ar wasanaethau cleifion allanol. Gwyddom fod mwy o bobl yn aros yn hirach am ofal a thriniaeth.

Rydyn ni am wneud yn siŵr bod pawb yng Nghymru yn cael y gofal sydd ei angen arnynt pan fydd ei angen arnynt a darparu'r gofal hwnnw'n nes at eich cartref.

Mae angen i ni newid y ffordd yr ydych yn defnyddio gwasanaethau cleifion allanol yng Nghymru i'n galluogi i wneud mwy i chi, yn gynt, gyda'r adnoddau sydd gennym.

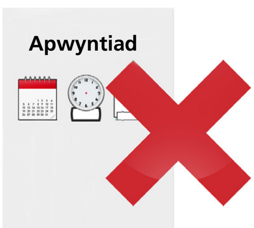
Sut y gwnaethom ddatblygu ein cynllun

Cyn i ni ddechrau, gwnaethom ofyn i chi ddweud wrthym beth all fynd o'i le i chi pan fyddwch wedi cael eich cyfeirio at arbenigwr:

- Y cyfnod o amser y mae'n rhaid i chi aros i gael apwyntiad i weld arbenigwr.

- Ddim yn gwybod pa mor hir y bydd yn rhaid i chi aros i gael apwyntiad i weld arbenigwr

- Dim cefnogaeth na chyngor ar sut i reoli eich cyflwr wrth aros i gael eich gweld/trin.



- Canslo eich apwyntiad – weithiau ar y funud olaf.

- Yn aml ni allwch barcio na dod o hyd i'ch ffordd o amgylch yr ysbyty.

- Ddim yn gwybod beth i'w ddisgwyl o apwyntiad - neu pam eich bod chi yno.

- Cymryd amser i ffwrdd i deithio i apwyntiad pan fyddwch yn teimlo'n dda, neu ddim ond i gael gwybod bod popeth yn iawn ac nad oes unrhyw newidiadau i'ch triniaeth.

- Dryswch pan fyddwch ar fwy nag un rhestr aros i weld arbenigwr ar gyfer cyflyrau gwahanol.

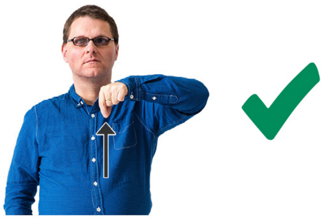
Gwneud yn siŵr bod ein gwasanaethau'n canolbwyntio ar yr unigolyn

Rydyn ni am gynllunio gwasanaethau gofal iechyd sy'n **canolbwyntio ar yr unigolyn**. Mae hynny'n golygu rhoi eich anghenion chi yn gyntaf a chynllunio gwasanaethau gyda chi. Mae'n golygu hefyd bod yr holl benderfyniadau am eich gofal yn cael eu gwneud gyda chi drwy sicrhau ein bod yn deall beth sy'n bwysig i chi.

Felly, gwnaethom wrando arnoch chi wrth ysgrifennu ein cynllun i wella gwasanaethau. Bydd ein cynllun yn sicrhau:

- Gallwch gael gofal mor agos i'ch cartref â phosib.
- Byddwch yn cael y wybodaeth gywir am eich gofal, yn cael gwybod pam eich bod wedi cael eich cyfeirio at arbenigwr, a pha mor hir y gallai fod yn rhaid i chi aros am eich triniaeth.

- Byddwch yn cael yr help a'r gefnogaeth gywir ar gyfer eich anghenion wrth i chi aros am eich triniaeth.



- Bydd gennych well dewis o ran sut rydych chi'n cael eich gofal.

Gwneud ein gwasanaethau'n gynaliadwy

Pan fyddwn ni'n cynllunio gwasanaethau, mae angen i ni hefyd sicrhau ein bod yn meddwl am sut y bydd yn effeithio ar bobl sy'n byw yng Nghymru – nawr ac yn y dyfodol. Mae hyn yn golygu bod angen i ni feddwl am sicrhau bod gwasanaethau'n **gynaliadwy**.

I fod yn gynaliadwy, mae'n rhaid i ni feddwl am:

- Y tymor hir.

- Sut mae pethau'n cysylltu â'i gilydd fel gwasanaethau meddygon teulu, gwasanaethau ysbyty a gofal cymdeithasol.

- Sut rydyn ni i gyd yn gweithio gyda'n gilydd i sicrhau eich bod yn cael yr help sydd ei angen arnoch.

- Sut rydyn ni'n eich cynnwys wrth wneud penderfyniadau am eich gofal a'r hyn sy'n bwysig i chi.

Beth fydd gwasanaethau cleifion allanol yn ei ddarparu yn y dyfodol?

Er mwyn gwneud yn siŵr bod gwasanaethau gofal iechyd yn canolbwyntio ar yr unigolyn ac yn gynaliadwy yn y dyfodol, byddwn yn:

- Gwneud yn siŵr bod gennych yr holl wybodaeth sydd ei hangen arnoch am eich gofal gan gynnwys:
  - Pa mor hir y bydd yn rhaid i chi aros.
  - Sut i gael help i ddod i'ch apwyntiad os bydd angen.
  - Beth i'w ddisgwyl pan fyddwch yn dod i'ch apwyntiad.

- Beth i’w ddisgwyl o’ch triniaeth.

- Beth i’w ddisgwyl ar ôl eich triniaeth – yr enw ar hyn yw gofal dilynol neu barhaus.

Byddwn hefyd yn gwneud yn siŵr bod eich teulu neu bobl eraill sy’n helpu gyda’ch gofal yn cael eu cefnogi i gwrdd â’ch anghenion.

Gall y ffordd rydych chi'n cael apwyntiadau cleifion allanol hefyd fod yn wahanol

Yn hytrach na theithio i'r ysbyty bob tro am apwyntiad, byddwch yn gallu cael eich gofal mewn ffyrdd gwahanol – **yn dibynnu ar eich anghenion a'ch dewis personol**.

Efallai y cewch chi eich rhyddhau i lwybr hunan-reoli. Mae hyn yn eich rhoi chi mewn rheolaeth o'ch iechyd eich hun a gallwch ddweud wrthym pryd mae angen apwyntiad arnoch – er enghraifft, os yw'r symptomau yn gwaethygu.

Yn hytrach na theithio i'r ysbyty (a pharcio!) efallai y byddwch yn gallu cael eich apwyntiad gydag arbenigwr dros y ffôn ...

... neu fideo.

Gallech hyd yn oed rannu eich apwyntiadau gydag eraill sydd â chyflwr tebyg a chlywed sut maen nhw’n rheoli eu cyflwr.

Efallai na fydd angen i chi weld meddyg bob amser. Fe welwch chi’r person sydd orau ar gyfer eich anghenion – gallai hyn fod yn nyrs arbenigol, therapydd arbenigol neu fferyllydd.

Canolfannau rhanbarthol arbenigol

Rydyn ni'n gwybod y gall teithio ymhellach ar gyfer eich apwyntiad fod yn anghyfleus, ond yn y dyfodol efallai y bydd adegau pan fydd angen i chi deithio ar gyfer eich apwyntiad.

Gall hyn fod i ysbyty mewn bwrdd iechyd arall neu i **Ganolfan Triniaeth a Diagnosteg Ranbarthol** newydd.

Mae llawer o fanteision i hyn:

- Efallai y cewch apwyntiad a chael eich trin yn gyflymach nag y byddech wrth aros am apwyntiad yn eich ysbyty lleol.

- Efallai y bydd yn rhaid i chi fynd i lai o apwyntiadau gan y byddwch yn cael profion i wneud diagnosis o'ch cyflwr ac yn cael eich triniaeth ar yr un diwrnod.

Yn dibynnu ar eich amgylchiadau personol, efallai y byddwch hefyd yn gallu cael help i fynd i’ch apwyntiad.

COFIWCH , mae’n bwysig eich bod yn mynd i’ch apwyntiad gyda’ch arbenigwr. Os na allwch ddod i’ch apwyntiad, rhowch wybod i’ch ysbyty cyn gynted â phosib fel ein bod yn gwybod eich bod yn dal eisiau gweld arbenigwr. Gallwn hefyd gynnig eich apwyntiad i rywun arall sy’n aros.

Geiriau anodd

Canolbwyntio ar yr unigolyn

Mae gofal sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn golygu eich bod chi'n rhan o'r penderfyniad am y gofal rydych yn ei gael. Mae'n sicrhau bod gwasanaethau'n deall beth sy'n bwysig i chi. Mae'n eich rhoi chi, eich teulu a'ch gofalwyr yng nghanol unrhyw benderfyniadau sy'n cael eu gwneud am eich gofal. Mae'n eich gweld chi fel arbenigwr sy'n gweithio gyda gwasanaethau i wneud yn siŵr eich bod yn cael y gorau o'ch gofal.

Canolfan Triniaeth a Diagnosteg Ranbarthol

Mae'r canolfannau hyn yn cynnig gwasanaethau arbenigol. Mae'n golygu y gallwch gael profion ac unrhyw driniaeth y gallai fod ei hangen arnoch, i gyd yn yr un lle, ac yn aml ar yr un diwrnod. Efallai y bydd yn rhaid i chi deithio allan o'ch ardal am apwyntiad, ond gallwn eich helpu gyda hynny.

Cynaliadwy

Ystyr 'cynaliadwy' yw gwneud newidiadau bach nawr i sicrhau bod gennym wasanaethau iechyd da yn y dyfodol.