

Sut y byddai oedolyn ag anaf bach yn cael mynediad at wasanaethau yn yr opsiynau

Dyma Sioned. Mae Sioned yn gweithio yn Hywel Dda.

Aeth Sioned i ddsbarth ffitrwydd yn ei champfa leol ar ôl gwaith a throi ei ffêr. Wrth gyrraedd adref sylweddolodd fod ei ffêr wedi chwyddo ac yn boenus.

Gwriodd Sioned ei symptomau yn gyntaf ar wiriwr symptomau'r GIG ar-lein. Cynghorodd y canllawiau ar-lein hi i:

- gorffwys a chodi ei ffêr pan allai
- rhoi pecyn iâ (neu fag o bys wedi'u rhewi) wedi'i lapio mewn tywel ar ei ffêr am hyd at 20 munud bob dwy i dair awr
- gwisgo esgidiau cyfforddus llydan gyda sawdl isel a gwadn meddal
- cymryd meddyginiaeth y gellir ei phrynu dros y cownter fel paracetamol ac ibuprofen, i leddfu'r boen

Y diwrnod canlynol, mae ei ffêr yn dal yn boenus ac wedi chwyddo. Mae Sioned yn ffonio 111 am gyngor ac maen nhw'n awgrymu y gallai Sioned fynd i'r Uned Mân Anafiadau i wirio ei ffêr.



Opsiwn 1: uned 12 awr dan arweiniad meddyg

Mae hyn yn seiliedig ar yr uned bresennol dan arweiniad meddyg sydd ar gael am 12 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos, gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin. Byddai hyn yn unol â'r model cau dros dro sydd wedi bod ar waith ers 1 Tachwedd 2024 ac sydd ar agor o 8am i 8pm bob dydd.



Y diwrnod canlynol, ac ar ôl dilyn y cyngor sydd ar gael ar Wiriwr Symptomau'r GIG ar-lein, mae Sioned yn ffonio 111. Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu dros nos, cynghorodd y tîm Sioned y gallai ymweld ag Uned Mân Anafiadau Ysbyty Tywysog Philip unrhyw bryd rhwng 8am ac 8pm i gael ei ffêr wedi'i gwirio.

Yn opsiwn 1, mae Sioned yn gallu ymweld â'r Uned Mân Anafiadau dan arweiniad meddyg unrhyw bryd rhwng 8am ac 8pm, saith diwrnod yr wythnos



Unwaith yno, mae Sioned yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ar gyfer ei ffêr ac yn gallu gadael yr un diwrnod.

Opsiwn 2: uned 14 awr dan arweiniad meddyg

Mae'r uned ar agor i'r cyhoedd am 14 awr bob dydd, o 7am i 9pm gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin.



Y diwrnod canlynol, ac ar ôl dilyn y cyngor sydd ar gael ar Wiriwr Symptomau'r GIG ar-lein, mae Sioned yn ffonio 111. Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu dros nos, cynghorodd y tîm Sioned y gallai ymweld ag Uned Mân Anafiadau Ysbyty Tywysog Philip unrhyw bryd rhwng 7am a 9pm i gael ei ffêr wedi'i gwirio.

Yn opsiwn 2, mae Sioned yn gallu ymweld â'r Uned Mân Anafiadau dan arweiniad meddyg unrhyw bryd rhwng 7am a 9pm, saith diwrnod yr wythnos.



Unwaith yno, mae Sioned yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ar gyfer ei ffêr ac yn gallu gadael yr un diwrnod.

Opsiwn 3: uned 12 awr dan arweiniad meddyg

I ddechrau, byddai'r uned ar agor am y 12 awr bresennol i ddechrau, gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin. Yna byddai'n symud i 14 awr, gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin, ac yn y pen draw 24 awr yn gyffredinol.



Y diwrnod canlynol, ac ar ôl dilyn y cyngor sydd ar gael ar Wiriwr Symptomau'r GIG ar-lein, mae Sioned yn ffonio 111. Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu dros nos, cynghorodd y tîm Sioned y gallai ymweld ag Uned Mân Anafiadau Ysbyty Tywysog Philip i wirio ei ffêr.

Yn opsiwn 3, mae Sioned yn gallu ymweld â'r Uned Mân Anafiadau dan arweiniad meddyg unrhyw bryd rhwng 8am ac 8pm, saith diwrnod yr wythnos i ddechrau. Unwaith y bydd mwy o staff ar gael, bydd yr oriau'n newid i 7am a 9pm, ac unwaith y bydd lefel y staffio wedi'i bodloni a'i bod yn ddiogel gwneud hynny, gallai fynd unrhyw amser o'r dydd neu'r nos i gael ei gweld yn yr Uned.



Unwaith yno, mae Sioned yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ar gyfer ei ffêr ac yn gallu gadael yr un diwrnod.

Opsiwn 4: canolfan gofal brys 14 awr y dydd

Byddai'r opsiwn hwn yn gweld Canolfan Gofal Brys ar agor am 14 awr y dydd o 7am i 9pm, saith diwrnod yr wythnos, gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn y ganolfan gael eu trin. Byddai'r ganolfan yn darparu profion a thriniaethau i gleifion sy'n oedolion â phroblemau meddygol nad oes angen eu derbyn i'r ysbyty a gellir cael mynediad atynt trwy feddyg teulu claf.



Y diwrnod canlynol, ac ar ôl dilyn y cyngor sydd ar gael ar Wiriwr Symptomau'r GIG ar-lein, mae Sioned yn ffonio 111. Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu dros nos, cynghorodd y tîm Sioned y gallai ymweld â'r Ganolfan Gofal Brys yn Ysbyty Tywysog Philip i wirio ei ffêr.

Yn opsiwn 4, mae Sioned yn gallu ymweld â'r Ganolfan Gofal Brys unrhyw bryd rhwng 7am a 9pm, saith diwrnod yr wythnos.



Unwaith yno, mae Sioned yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ar gyfer ei ffêr ac yn gallu gadael yr un diwrnod.

Sut y byddai plentyn ag anaf bach yn cael mynediad at wasanaethau yn yr opsiynau

Tra roedd allan yn chwarae mewn clwb gwyliau, cafodd Ben ei bigo ar ei law gan bryfyn. Pan gyrhaeddodd Lianne i gasglu Ben, eglurodd arweinydd y clwb fod ei law wedi chwyddo.

Roedd arweinydd y clwb wedi edrych ar-lein ar wiriwr symptomau GIG Cymru ac wedi dilyn y cyngor i:

- cadw ei law yn uchel
- a rhoi lliain glân wedi'i socian mewn dŵr oer ar y pigiad am 20 munud

Unwaith adref, rhoddodd Lianne ryw faint o leddfwr poen i Ben.

Yn ddiweddarach yn y prynhawn, dechreuodd Ben gwyno am boen ac roedd ei law yn chwyddo fwyfwy. Ffoniodd Lianne 111 am gyngor ac maen nhw'n awgrymu y gallai fynd â Ben i'r Uned Mân Anafiadau i wirio.



Opsiwn 1: uned 12 awr dan arweiniad meddyg

Mae hyn yn seiliedig ar yr uned bresennol dan arweiniad meddyg sydd ar gael am 12 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos, gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin. Byddai hyn yn unol â'r model cau dros dro sydd wedi bod ar waith ers 1 Tachwedd 2024 ac sydd ar agor o 8am i 8pm bob dydd..



Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu, mae tîm 111 wedi cyngori Lianne y gallai fynd â Ben i'r Uned Mân Anafiadau yn Ysbyty Tywysog Philip unrhyw bryd rhwng 8am ac 8pm i gael gwirio'r brathiad pryfyn.

Yn opsiwn 1, mae Lianne a Ben yn gallu ymweld â'r Uned Mân Anafiadau dan arweiniad meddyg unrhyw bryd rhwng 8am ac 8pm, saith diwrnod yr wythnos..



Unwaith yno, mae Lianne a Ben yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ac maen nhw'n gallu gadael yr un diwrnod.

Opsiwn 2: uned 14 awr dan arweiniad meddyg

Mae'r uned ar agor i'r cyhoedd am 14 awr bob dydd, o 7am i 9pm gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin.



Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu, mae tîm 111 wedi cyngori Lianne y gallai fynd â Ben i'r Uned Mân Anafiadau yn Ysbyty Tywysog Philip unrhyw bryd rhwng 7am ac 9pm i gael gwirio'r brathiad pryfyn.

Yn opsiwn 2, mae Lianne a Ben yn gallu ymweld â'r Uned Mân Anafiadau dan arweiniad meddyg unrhyw bryd rhwng 7am a 9pm, saith diwrnod yr wythnos.



Unwaith yno, mae Lianne a Ben yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ac maen nhw'n gallu gadael yr un diwrnod.

Opsiwn 3: uned 12 awr dan arweiniad meddyg

I ddechrau, byddai'r uned ar agor am y 12 awr bresennol gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin. Yna byddai'n symud i 14 awr, gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin, ac yn y pen draw 24 awr yn gyffredinol.



Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu, cynghorodd tîm 111 Lianne y gallai fynd â Ben i'r Uned Mân Anafiadau yn Ysbyty Tywysog Philip i gael gwirio'r brathiad pryfyn.

Yn opsiwn 3, mae Lianne a Ben yn gallu ymweld â'r Uned Mân Anafiadau dan arweiniad meddyg unrhyw bryd rhwng 8am ac 8pm, saith diwrnod yr wythnos i ddechrau. Unwaith y bydd mwy o staff ar gael, bydd yr oriau'n newid i 7am a 9pm, ac unwaith y bydd lefel y staffio wedi'i bodloni a'i bod yn ddiogel gwneud hynny, gallent fynd unrhyw amser o'r dydd neu'r nos i gael eu gweld yn yr Uned.



Unwaith yno, mae Lianne a Ben yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ac maen nhw'n gallu gadael yr un diwrnod.

Opsiwn 4: canolfan gofal brys 14 awr y dydd

Byddai'r opsiwn hwn yn gweld Canolfan Gofal Brys ar agor am 14 awr y dydd o 7am i 9pm, saith diwrnod yr wythnos, gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn y ganolfan gael eu trin. Byddai'r ganolfan yn darparu profion a thriniaethau i gleifion sy'n oedolion â phroblemau meddygol nad oes angen eu derbyn i'r ysbyty a gellir cael mynediad atynt trwy feddyg teulu claf. Nid yw'r Ganolfan Gofal Brys yn trin plant am afiechydon bach, dim ond anafiadau bach.



Gan nad yw'r chwydd a'r boen wedi diflannu, mae tîm 111 wedi cyngori Lianne y gallai fynd â Ben i'r Ganolfan Gofal Brys yn Ysbyty Tywysog Philip unrhyw bryd rhwng 7am a 9pm i gael gwirio'r brathiad pryfyn.

Yn opsiwn 4, mae Lianne a Ben yn gallu ymweld â'r Ganolfan Gofal Brys unrhyw bryd rhwng 7am a 9pm, saith diwrnod yr wythnos



Unwaith yno, mae Lianne a Ben yn derbyn cyngor a thriniaeth gan y staff ac maen nhw'n gallu gadael yr un diwrnod.



Sut y byddai oedolyn â phryder iechyd meddwl yn cael mynediad at wasanaethau yn yr opsiynau

Dyma Lianne.

Mam i Ben yw Lianne ac mae hi'n feichiog gyda'i hail blentyn.

Ar ôl rhoi genedigaeth i Ben, roedd Lianne yn teimlo'n isel iawn ac yn teimlo bod angen cefnogaeth arni gyda'i hiechyd meddwl a'i lles.

Mae Lianne yn dechrau teimlo teimladau tebyg eto ac mae'n poeni am yr hyn y mae hyn yn ei olygu iddi.

Yn ddiweddar, mae hi wedi bod i'r Uned Mân Anafiadau gyda Ben i drin brathiad pryfyn ac mae'n ystyried mynd i weld y tîm am gyngor.

Pob opsiwn

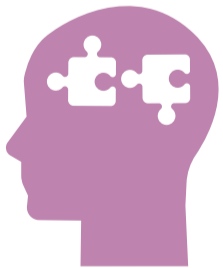
Ni fyddai Lianne, neu os yw hi'n cysylltu â'r gwasanaeth ar ran claf arall sydd â phryder neu argyfwng iechyd meddwl, yn defnyddio gwasanaethau yn Uned Mân Anafiadau Ysbyty Tywysog Philip, o dan unrhyw un o'r opsiynau (gan gynnwys opsiwn 4 - Canolfan Gofal Brys).



Os yw Lianne yn pryderu am ei hiechyd meddwl, ac angen cymorth, dylai ffonio 111 a dewis opsiwn 2.



Bydd Lianne yn cael ei throsglwyddo i aelod pwrpasol o dîm iechyd meddwl yn ardal ein bwrdd iechyd lleol.



Mae'r gwasanaeth yn cynnwys asesiad o anghenion ac ymyrraeth dros y ffôn i leihau gofid.



Mae'r gwasanaeth ar gael 24 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos ac mae'n rhad ac am ddim i'w ffonio o ffôn symudol (hyd yn oed pan nad oes gan Lianne gredyd ar ôl ar ei ffôn) neu o linell dir.



Sut y byddai oedolyn â salwch ysgafn yn cael mynediad at wasanaethau yn yr opsiynau

Mae Rhys wedi bod yn rheoli ei asthma ers sawl blwyddyn. Un noson, dechreuodd brofi mwy o fyrder anadl a gwichian. Ceisiodd ddefnyddio ei anadlydd, ond parhaodd y symptomau.

Gwiriodd Rhys ei symptomau yn gyntaf ar wiriwr symptomau'r GIG ar-lein. Gan nad oedd yn rhy bryderus, cynghorodd y canllawiau ef i:

- Ymlacio
- Defnyddio ei anadlydd rhagnodedig
- Eistedd yn unionsyth
- Osgoi sbardunau

Os na fyddai cyflwr Rhys yn gwella neu'n gwaethgu, byddai'n cael cyngor i geisio sylw meddygol brys.

Y diwrnod canlynol, roedd cyflwr Rhys yr un fath a phenderfynodd ei fod eisiau cael mwy o gymorth.

Opsiwn 1: uned 12 awr dan arweiniad meddyg

Mae hyn yn seiliedig ar yr uned bresennol dan arweiniad meddyg sydd ar gael am 12 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos, gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin. Byddai hyn yn unol â'r model cau dros dro sydd wedi bod ar waith ers 1 Tachwedd 2024 ac sydd ar agor o 8am i 8pm bob dydd..



Ni fyddai Rhys yn mynychu'r Uned Mân Anafiadau, ond byddai angen iddo gysylltu â'i feddyg teulu i gael asesiad a gofal.

Neu, bydd angen i Rhys ffonio 111 neu wasanaeth y tu allan i oriau gwaith y meddyg teulu ar ôl i'w feddygfa gau.



Pe bai cyflwr Rhys yn gwaethgu, byddai'n cael cyngor i geisio sylw meddygol brys drwy ffonio 999.

Opsiwn 2: uned 14 awr dan arweiniad meddyg

Mae'r uned ar agor i'r cyhoedd am 14 awr bob dydd, o 7am i 9pm gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin.



Ni fyddai Rhys yn mynychu'r Uned Mân Anafiadau, ond byddai angen iddo gysylltu â'i feddyg teulu i gael asesiad a gofal.

Neu, bydd angen i Rhys ffonio 111 neu wasanaeth y tu allan i oriau gwaith y meddyg teulu ar ôl i'w feddygfa gau.



Pe bai cyflwr Rhys yn gwaethgu, byddai'n cael cyngor i geisio sylw meddygol brys drwy ffonio 999.

Opsiwn 3: uned 12 awr dan arweiniad meddyg

I ddechrau, byddai'r uned ar agor am y 12 awr bresennol gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin. Yna byddai'n symud i 14 awr, gyda dwy awr arall o staff i ganiatáu i gleifion yn yr uned gael eu trin, ac yn y pen draw 24 awr yn gyffredinol.



Ni fyddai Rhys yn mynychu'r Uned Mân Anafiadau, ond byddai angen iddo gysylltu â'i feddyg teulu i gael asesiad a gofal.

Neu, bydd angen i Rhys ffonio 111 neu wasanaeth y tu allan i oriau gwaith y meddyg teulu ar ôl i'w feddygfa gau.



Pe bai cyflwr Rhys yn gwaethgu, byddai'n cael cyngor i geisio sylw meddygol brys drwy ffonio 999.

Opsiwn 4: canolfan gofal brys 14 awr y dydd

Byddai'r opsiwn hwn yn gweld Canolfan Gofal Brys ar agor am 14 awr y dydd o 7am i 9pm, saith diwrnod yr wythnos, gyda dwy awr ychwanegol o staff i ganiatáu i gleifion yn y ganolfan gael eu trin. Byddai'r ganolfan yn darparu profion a thriniaethau i gleifion sy'n oedolion â phroblemau meddygol nad oes angen eu derbyn i'r ysbyty a gellir cael mynediad atynt trwy feddyg teulu claf.

Gallai Rhys gysylltu â'i feddyg teulu i gael asesiad a gofal neu gallai ymweld â'r Ganolfan Gofal Brys yn Ysbyty Tywysog Philip i gael asesiad a gofal rhwng 7am-9pm



Pan fydd y Ganolfan Gofal Brys ar gau, bydd angen i Rhys ffonio 111 neu wasanaeth y tu allan i oriau gwaith y meddyg teulu.



Pe bai cyflwr Rhys yn gwaethgu, byddai'n cael cyngor i geisio sylw meddygol brys drwy ffonio 999.