Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

Datganiad Ansawdd Blynyddol 2018 / 19



GIG CYMRU NHS WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Hywel Dda
University Health Board

Cynnwys

Rhagair	3
Ein Bwrdd Iechyd	5
Pwy Ydym Ni?	6
Edrych yn Ôl dros y Flwyddyn (2018/19)	9
Cadw'n Iach	11
Gofal Diogel	16
Gofal Effeithiol	21
Gofal gydag Urddas	27
Gofal Amserol	31
Trin Pobl fel Unigolion	35
Ein Staff	41
Yr Hyn y Byddwn yn ei Wneud yn 2019/20	49
Ymgysylltu ac Adborth	51
Cydnabyddiaethau	52

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda University Health Board

Calon Iechyd Lleol
The Heart of Local Health

Gwasanaethau Eich Dyfodol
Your Future Services

Mae fformatau eraill a phrint bras ar gael ar gais drwy ffonio 01267 239554.

Rhagair

Croeso i'n Datganiad Ansawdd Blynyddol ar gyfer 2018/2019. Mae'n bleser gennym allu rhannu â chi y gwaith a wnaed yn ystod y flwyddyn i wella ansawdd ein gwasanaethau ac i ddiwallu anghenion ein cleifion ledled Sir Gaerfyrddin, Ceredigion, Sir Benfro a'r ffiniau.

Bu hon yn flwyddyn gyffrous, a bu'n fraint gweithio gyda'n staff, ein poblogaethau lleol a sefydliadau â diddordeb i gynllunio'r ffordd y bydd ein cleifion yn cael gofal a chymorth iechyd yn y dyfodol. Bu hwn yn un o ymgyngoriadau lleol mwyaf y GIG yn y Deyrnas Unedig, a bydd yn arwain at daith 20 mlynedd heriol. Rydym yn wirioneddol am i chi fod yn rhan o'r daith hon a pharhau i'n helpu i dyfu a gwella ein gwasanaethau, a darparu gofal diogel ac effeithiol, yn ogystal â gwasanaethau ataliol a rhai sydd wedi'u lleoli yn y gymuned. Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth yma **www.hywelddahb.wales.nhs.uk/healthiermidandwestwales** (Strategaeth Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach), ac mae'r ffyrdd y gallwch gymryd rhan hefyd wedi'u cynnwys ar ddiwedd y ddogfen hon.

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, rydym wedi dechrau deall anghenion iechyd ein poblogaeth leol yn well, yn ogystal â'r heriau yr ydym yn eu hwynebu, a'r rhesymau pam y mae angen i ni newid. Mae dogfen ein fframwaith newydd ar gyfer lechyd a Llesiant: Cenedlaethau'r Dyfodol yn Byw'n Dda (include link) yn sicrhau bod 'byw'n dda' wrth galon yr hyn a wnawn – mae iechyd da a llesiant hefyd yn ymwneud â sicrhau dechrau da mewn bywyd, addysg dda, tai diogel a chyflogaeth. Gwyddom ein bod yn byw'n hirach, ond nid bob amser mewn iechyd da; felly, mae angen i ni sicrhau newidiadau, gan ddarparu'r gwasanaethau gofal iechyd y mae arnom eu hangen er mwyn sicrhau dyfodol iachach a mwy llawen ar gyfer pob un ohonom.

Y llynedd, roeddem wedi rhannu â chi y gwaith y buom yn ei wneud i gydgynllunio dyfodol ein gwasanaethau iechyd meddwl gyda defnyddwyr ein gwasanaethau, ein staff, a sefydliadau lleol, lle caiff pobl eu cefnogi i adfer o anawsterau iechyd meddwl, a byw bywydau llawn, ystyrlon, a hynny trwy wasanaethau sy'n ysbrydoli gobaith, hyder a dealltwriaeth. Isod, byddwn yn rhannu â chi gyflawniadau'r gwaith hwn hyd yma, a gellir hefyd ddod o hyd i wybodaeth bellach yma **http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/862/page/92265**

Cafodd nifer o wasanaethau newydd eu cyflwyno eleni, er enghraifft cynllun Galw i Mewn Dinbych-y-pysgod, a'r Prosiect Blaen y Tŷ yn Ysbyty'r Tywysog Philip, a ddisgrifir isod ac sy'n enghreifftiau da o'r hyn y gellir ei gyflawni trwy gydweithio i edrych ar ffyrdd gwahanol o ddarparu ein gofal.

Rydym yn falch iawn o fod wedi cyflawni cymaint eleni, ond rhaid i ni hefyd gydnabod yr heriau yr ydym wedi'u hwynebu, yn enwedig mewn perthynas â lefelau staffio a recriwtio; weithiau, bu achlysuron pan nad oedd y gwasanaethau a ddarparwyd gennym o'r safon sy'n uchelgais i ni ei chyflawni.

Ar yr un pryd, gwyddom y bu yna heriau gweithredol sylweddol o ran rhai o'r gwasanaethau y mae'r Bwrdd lechyd yn eu contractio gan Ddarparwyr Annibynnol. Mae nifer o Asiantaethau Gofal Cartref wedi gadael y farchnad, a gall hyn olygu bod cael gafael ar becynnau Gofal Cartref priodol a chynaliadwy ar gyfer unigolion cymwys yn dod yn fwyfwy heriol yn rhai o'n hardaloedd daearyddol.

Yn yr un modd, mae'r pwysau parhaus sydd ar y gweithlu Gofal Sylfaenol yn golygu y bu yna nifer o newidiadau contractiol. Mae'r Bwrdd lechyd wedi rheoli pum Practis Meddygol Cyffredinol yn ystod y cyfnod hwn, a hynny ar gyfer cyfanswm o tua 32,000 o gleifion, ac mae'n parhau i weithio gyda gweithwyr proffesiynol, cleifion a'r cyhoedd i archwilio a gweithredu ffyrdd newydd o weithio er mwyn sicrhau dull mwy cynaliadwy, yn unol â'r model Gofal Sylfaenol cenedlaethol ar gyfer Cymru. Mae'n bleser gennym ddweud bod un o'r pum Practis a Reolir wedi dychwelyd i statws Contractwr Annibynnol ym mis Mawrth eleni o ganlyniad i hyn.

Heb os nac oni bai, mae'r gaeaf yn un o'r cyfnodau mwyaf heriol ar gyfer y GIG. Yn ystod y flwyddyn, buom yn gweithio'n agos iawn gydag Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwlans Cymru, timau gofal sylfaenol (er enghraifft meddygon teulu a fferyllfeydd), awdurdodau lleol, asiantaethau sy'n darparu gofal, a darparwyr cludiant, a hynny er mwyn lleihau galwadau y gellir eu hosgoi ar y gwasanaeth. Diben hyn yw sicrhau bod popeth yn rhedeg mor esmwyth â phosibl er mwyn gwneud yn siŵr bod pawb yn gallu cael mynediad at y gwasanaethau iawn pan fydd arnynt eu hangen. Buom yn gofyn i'n cleifion a'n cymunedau 'ddewis yn dda' a chael y gwasanaethau iawn ar gyfer eu hanghenion. Buom yn gweithio gyda fferyllfeydd i ddatblygu 'canolfannau galw i mewn' lle gellir delio â'r anhwylderau mwyaf cyffredin, sicrhau bod pobl yn cael brechiad rhag y ffliw, a hyrwyddo'r pethau y gall pob un ohonom eu gwneud er mwyn ceisio cadw'n iach yn ystod y gaeaf, gan gynnwys sicrhau bod ffrindiau, teulu a chymdogion yn cael gofal da.

Rydym am gydnabod a diolch i'n staff a'n gwirfoddolwyr ymroddedig, sydd wedi amlygu tipyn o ymroddiad ac wedi mynd yr ail filltir er mwyn mynd i'r afael â'r heriau hyn a pharhau i ddarparu gofal tosturiol sy'n canolbwyntio ar y claf.

Diolch i chi am neilltuo amser i ddarllen yr adroddiad hwn. Gobeithiwn y bydd yn helpu i esbonio ychydig mwy am yr hyn a wnawn a'r hyn y bwriadwn ei wneud yn y dyfodol. Cysylltwch â ni os oes gennych unrhyw syniadau i'w rhannu â ni, neu os hoffech chwarae mwy o ran yn ein gwaith. Pe byddai'n well gennych ddarllen fersiwn print, naill ai yn Gymraeg, yn Saesneg neu mewn iaith arall, neu pe byddai'n well gennych gael dogfen mewn fformat hygyrch arall, cysylltwch â ni ar **01267 239554** neu anfonwch neges e-bost i: **communications.hdd@wales.nhs.uk**



Bernadine Rees OBE, Cadeirydd



Steve Moore Prif Weithredwr



John Gammon (Aelod Annibynnol) Cadeirydd – Y Pwyllgor Sicrhau Ansawdd, Diogelwch a Phrofiad y Claf



Mandy Rayani Cyfarwyddwr Nyrsio, Ansawdd a Phrofiad y Claf

Ein Bwrdd Iechyd

Mae darparu gwasanaethau diogel ac effeithiol, sydd o safon ragorol, yn bwysig i ni, sy'n cynnwys gweithgareddau gwella er mwyn rhoi'r wybodaeth, y sgiliau a'r hyder i'r staff adnabod pryd y mae angen gwelliannau, ac i wneud y newidiadau angenrheidiol. Yng nghwmpas y fframwaith, rydym wedi nodi pum nod o ran gwella ansawdd.

- ✓ Dim marwolaethau y gellir eu hosgoi.
- ✓ Amddiffyn cleifion rhag niwed y gellid ei osgoi.
- ✓ Lleihau dyblygu a dileu gwastraff.
- ✓ Lleihau amrywiadau diwarant a chynyddu dibynadwyedd.
- ✓ Canolbwyntio ar yr hyn sy'n bwysig i'r cleifion, defnyddwyr y gwasanaethau, eu teuluoedd a'u gofalwyr, a'n staff.

Bydd yr wybodaeth a ddarperir yn y ddogfen hon yn amlygu'r modd yr ydym yn cyflawni'n nodau hyn, neu le y mae gennym waith i'w wneud o hyd er mwyn gwella pethau.

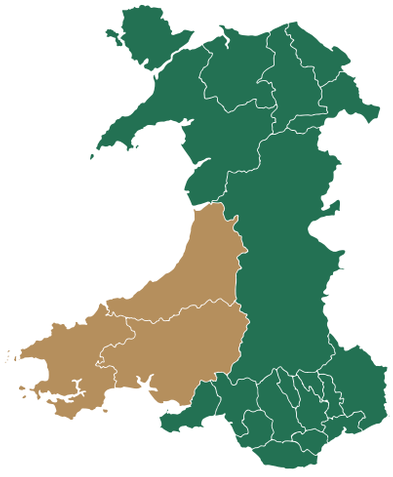
Pwy Ydym Ni?

384,000

Rydym yn gwasanaethu poblogaeth o tua **384,000** yn Sir Gaerfyrddin, Ceredigion, Sir Benfro a'r ffiniau.

25%

Rydym yn cwmpasu **25%** o dir Cymru.



1 — 4



Mae bron chwarter ein poblogaeth dros **65** oed.

3,142



Caiff **3,142** o fabanod eu geni yn ein hardal bob blwyddyn.

Mae gennym lai o bobl **25-44** oed a mwy o bobl **55-79** OED.

Mae ardaloedd o **amddifadedd** gan gynnwys rhannau o **Lanelli, Doc Penfro ac Aberteifi.** O fewn ardaloedd llai difreintiedig ceir pocedi o amddifadedd cudd.

11,180

Rydym yn cyflogi **11,180** aelod o staff.



Mae gennym **bedwar** prif ysbyty:

Bronglais yn Aberystwyth;
Glangwili yng Nghaerfyrddin;
Y Yywysog Philip yn Llanelli;
Llwynhelyg yn Hwlffordd.

Mae gennym **saith** ysbyty cymunedol:

Dyffryn Aman a **Llanymddyfri** yn Sir Gaerfyrddin;
Tregaron, Aberaeron ac **Aberteifi** yng Ngheredigion;
Dinbych-y-pysgod a **Chanolfan Adnoddau Iechyd a Gofal Cymdeithasol Ysbyty de Sir Benfro** yn Sir Benfro.

Y llynedd, roeddem wedi:

Helpu **164,937** o bobl trwy ein hadrannau brys.

Gofalu am **64,408** o gleifion mewnol yn ein hysbytai.

Mae gennym:

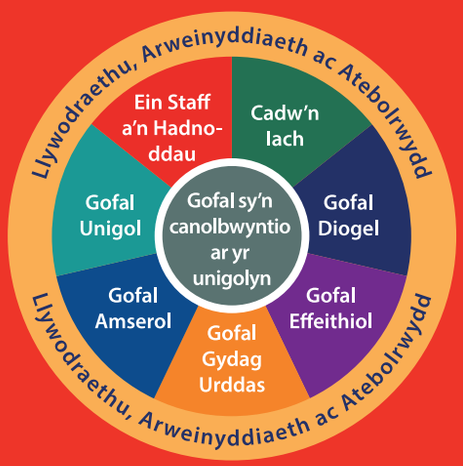
48 o bractisau cyffredinol;
47 o bractisau deintyddol (gan gynnwys tri orthodontig);
99 o fferyllfeydd cymunedol;
61 o bractisau offthalmeg cyffredinol;
11 o ganolfannau iechyd; **nifer** o leoliadau sy'n darparu gwasanaethau iechyd meddwl ac anableddau dysgu.

Mae gwasanaethau arbenigol yn cefnogi pobl ag amrywiaeth o gyflyrau prin a chymhleth. Nid ydynt ar gael ym mhob ysbyty lleol oherwydd bod angen iddynt gael eu cyflenwi gan dimau arbenigol o feddygon, nyrsys a gweithwyr proffesiynol eraill sy'n meddu ar y sgiliau a'r profiad angenrheidiol. Yn wahanol i ran helaeth y gofal iechyd, a gynllunnir ac a drefnir yn lleol, caiff gwasanaethau arbenigol eu cynllunio'n genedlaethol gan bwyllgor gwasanaethau iechyd arbenigol cymru ar ran y saith bwrdd iechyd yng nghymru. Mae'r pwyllgor yn gweithio'n agos gyda'r byrddau iechyd er mwyn sicrhau bod unrhyw wasanaeth arbenigol a gomisiynir o safon uchel, ac na nodir unrhyw bryderon o safbwynt ansawdd. Mae'n gwneud hyn ar ein rhan trwy fframwaith sicrwydd ansawdd sy'n cael ei fonitro gan ei bwyllgor ansawdd a diogelwch cleifion a'i adrodd i'r bwrdd iechyd.

Rydym yn gweithio yn unol â phedair egwyddor Gofal Iechyd Darbodus



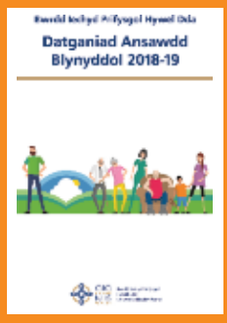
Mae angen i ni hefyd gyrraedd y 26 o Safonau Iechyd a Gofal cenedlaethol ledled ein holl wasanaethau



Rydym hefyd yn sicrhau ein bod yn dilyn ein gwerthoedd a'n hymddygiadau sefydliadol ein hunain ym mhopeth a wnawn



Mae'r holl ddarnau hyn yn cyd-fynd â'i gilydd i lywio'r gwaith a wnawn, fel y'i disgrifir yn yr adroddiad hwn



Edrych Yn Ôl Dros 2018/19

Er gwaetha'r heriau yr ydym wedi'u hwynebu eleni, rydym wedi cyflawni nifer o ddatblygiadau cyffrous sy'n amlygu ein hymrwymiad i sicrhau bod y claf wrth galon popeth a wnawn – mae hyn yn golygu y byddwn yn canolbwyntio ar anghenion yr unigolyn sy'n defnyddio ein gwasanaethau yn hytrach nag ar anghenion y gwasanaethau eu hunain, ac y byddwn yn ystyried anghenion a dewisiadau iechyd unigol. Mae'r wybodaeth yr ydym am ei rhannu â chi wedi cael ei chyflwyno yn unol â blaenoriaethau ein safon iechyd a gofal (insert link to H&C Standards). Mae'r safonau hyn yn ein cynorthwyo ni, a'r GIG yn ehangach, trwy bennu disgwyliadau ar gyfer gwasanaethau a sefydliadau o ran darparu gwasanaethau effeithiol, amserol ac o ansawdd.

Dywedom Ni, Gwnaethom Ni

Yn ein datganiad y llynedd, roeddem wedi nodi **nifer o welliannau pwysig ar gyfer 2018-19.** Mae ein cynnydd i'w weld isod:

Dywedom Ni	Gwnaethom Ni	Statws Targed
Y byddem yn lleihau nifer y cwympiadau y gellid eu hosgoi ymhlith cleifion mewnol	Gwnaed nifer o welliannau, gan gynnwys: sicrhau goruchwyliaeth agosach o gleifion sydd mewn perygl o gwympo yn ardaloedd wardiau; cyflwyno larymau cleifion; parhau i gynnal gweithdai ar gyfer staff er mwyn adolygu achosion o gwympo a dysgu'r o'r hyn a aeth o'i le; a chyflwyno taflenni gwybodaeth a phosteri newydd ar gyfer y cleifion, sy'n nodi'r hyn a ddysgwyd. Canlyniad y gwaith hwn yw gostyngiad yn nifer y cwympiadau ar ein wardiau (o 5%); fodd bynnag, mae yna ragor o waith i'w wneud yn y maes hwn o hyd, a bydd yn parhau'n flaenoriaeth i ni.	
Y byddem yn sicrhau cyn lleied o oedi â phosibl i'r cleifion wrth iddynt symud trwy gamau gwahanol eu gofal	Cyflwynwyd proses newydd, sy'n sicrhau bod pob claf sy'n aros ar ward ysbyty yn cael ei adolygu cyn canol dydd bob dydd, a hynny gan uwch-glinigydd; bydd tîm clinigol yn adolygu cleifion sydd wedi bod yn aros yn yr ysbyty ers saith neu ragor o ddiwrnodau; bydd pob claf yn cael gwybod ar ba ddyddiad y disgwylir iddo gael ei ryddhau, a beth y bydd angen ei roi ar waith er mwyn galluogi i hyn ddigwydd. Bydd 33% o'r cleifion sydd i'w rhyddhau yn mynd adref cyn canol dydd. Mae rowndiau dyddiol yn nodi ac yn lleihau unrhyw oedi diangen er mwyn gwella profiad y claf, a lleihau'r risgiau clinigol sy'n gysylltiedig ag arhosiad hir yn yr ysbyty.	

Dywedom Ni	Gwnaethom Ni	Statws Targed
Y byddem yn meithrin diwylliant o 'Gartref Gyntaf'	Gwyddom mai'r hyn sydd orau ar gyfer iechyd a lles pobl yw peidio â chael eu trin mewn ysbyty, ond yn ddelfrydol yn eu cartrefi, pan fo hynny'n ddiogel yn feddygol. Mae'r egwyddor 'Gartref Gyntaf' yn annog pobl i ddarganfod y ffordd orau o gefnogi eu hanghenion gofal iechyd, ac yn eu helpu i fod mor annibynnol â phosibl trwy ddarparu cymorth: • Fel na fydd angen iddynt fynd i'r ysbyty. • I'r rheiny sy'n mynd i'r adran Damweiniau ac Achosion Brys er mwyn iddynt gael eu rhyddhau gyda chymorth gartref, os bydd angen. • I bobl sydd wedi cael eu derbyn i'r ysbyty fel y gallant adael yr ysbyty'n gynt (os ydynt yn ddigon iach i adael, ac os gellir cynnal y cymorth a'r gofal y mae arnynt eu hangen gartref).	
Y byddem yn gwella'r ffordd yr ydym yn casglu profiadau cleifion	Rydym yn casglu barn cleifion, defnyddwyr gwasanaethau, teuluoedd a gofalwyr ynghylch eu profiadau o ddefnyddio ein gwasanaethau. Mae tîm y Gwasanaeth Cyngor a Chyswllt Cleifion yn ymweld â'n wardiau ac ardaloedd ein clinigau yn rheolaidd i ymgysylltu â'r bobl sy'n defnyddio ein gwasanaethau. Rydym yn sicrhau bod gan yr holl staff fynediad at yr adborth yr ydym yn ei gasglu gan y cleifion wrth i'r gofal fynd rhagddo, a hynny er mwyn i ni allu gweithredu arno a'i rannu â'r tîm ehangach. Rydym yn cyflwyno system ddigidol (electronig) newydd a fydd yn galluogi'r holl staff i gipio adborth ar brofiad y claf, boed hynny'n gadarnhaol neu'n negyddol, ac i uwchgyfeirio'r adborth lle bo angen.	
Y byddem yn lleihau briwiau pwyso y gellir eu hosgoi ymhlith y cleifion yn ein gofal	Ein bwriad yw peidio â chael unrhyw achosion o friwiau pwyso y gellir eu hosgoi. Adolygir pob digwyddiad o'r fath er mwyn sicrhau ein bod yn deall pam y datblygodd y briw pwyso a'r hyn y gellir ei wneud i atal digwyddiadau tebyg yn y dyfodol. Mae'r wybodaeth hon yn ffurfio rhan o sesiynau addysgu ar gyfer ein staff, ac yn helpu staff i nodi arwyddion cynnar o friwiau pwyso. Prynwyd matresi aer newydd ar gyfer cleifion sydd mewn perygl o ddatblygu briwiau pwyso. Mae nifer yr achosion wedi cynyddu ychydig o 133 yn 2017-18 i 133 yn 2018-19. Bydd hyn yn parhau i fod yn faes blaenoriaeth ar gyfer y flwyddyn sydd i ddod.	

Cadw'n Iach

Cefnogi pobl i reoli eu hiechyd a'u lles eu hunain

Rydym am sicrhau: eich bod yn gwybod sut i ofalu am eich iechyd a'ch lles eich hun; eich bod yn byw bywyd hir a gweithgar; bod gan blant ddechrau iach mewn bywyd, a'ch bod yn cael yr wybodaeth y mae arnoch ei hangen, pan fydd arnoch ei hangen, ac yn y ffordd yr ydych am ei chael.

Fel y nodir yn ein Fframwaith Iechyd a Lles ar gyfer ardal Hywel Dda, iechyd yw un o'r prif bethau y mae pobl yn dweud ei fod yn bwysig i'w lles. Mae gan ein gwasanaethau ran bwysig i'w chwarae pan fyddwn yn sâl a phan fydd arnom angen triniaeth a gofal, ond gallai hyn ddylanwadu llai na 10% ar ein hiechyd cyffredinol; felly, mae'n rhaid i ni gydweithio i edrych ar yr agwedd ehangach ar iechyd os ydym am weld gwelliannau.

Rydym yn sicrhau bod pobl a chymunedau wrth galon yr hyn a wnawn, ac rydym yn ymrwymo i weithio'n agos gyda'n poblogaeth a gwasanaethau eraill i greu'r effaith fwyaf cadarnhaol y gall ein gwasanaethau iechyd ei chael ar iechyd a lles ein pobl leol. Mae'n rhaid i'n sylw hefyd ganolbwyntio ar les cenedlaethau'r dyfodol. Gyda hyn mewn golwg, rydym yn ymrwymedig i gyflawni'r nodau ac amcanion canlynol:

- Dechrau a Datblygu'n dda – 'Bydd pob plentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd hyd at oedran gweithio, a chefnogir ymddygiadau a chanlyniadau cadarnhaol ar hyd ei oes'.
- Byw a Gweithio'n Dda – 'Bydd pob oedolyn yn byw ac yn gweithio mewn cymunedau gwydn sy'n grymuso cyfrifoldeb personol ac ar y cyd dros iechyd a llesiant'.
- Tyfu'n hen yn dda – 'Bydd pob person hŷn yn cael cymorth i gynnal iechyd a llesiant yn ystod ei henaint, gan fyw mor dda ac mor annibynnol â phosibl gyda chymorth rhwydweithiau cymdeithasol cefnogol'.

Rydym yn falch o rannu â chi beth o'r gwaith yr ydym wedi bod yn ei wneud i'n helpu i gyflawni'r nodau hyn:

Rhaglen Plant Iach Cymru

Mae Rhaglen Plant Iach Cymru yn rhaglen ar gyfer teuluoedd â phlant rhwng 0 a 7 oed, ac mae'n nodi'r gwasanaethau y gall pob plentyn ddisgwyl eu cael gan fyrddau iechyd ar gyfer sgrinio, imiwneiddio a datblygiad plant â chymorth. Dylai pob baban gael ymweliad gan Ymwelydd Iechyd pan fydd rhwng 10 ac 14 diwrnod oed; cyflawnwyd hyn yn 92% o'r achosion, ac mae'n faes i'w wella ar gyfer y flwyddyn sydd i ddod.

Pentref Gwyddorau Bywyd a Llesiant Llanelli

Nod Pentref Gwyddorau Bywyd a Llesiant Llanelli yw darparu buddion iechyd, llesiant ac economaidd i bobl Llanelli a'r rhanbarth trwy adfywio tir datblygu yn ne Llanelli. Bwriad y prosiect yw darparu amrywiaeth o gyfleusterau newydd, sy'n cynnwys:

- Canolfan Llesiant – canolfan chwaraeon a llesiant newydd a fwriedir i hwyluso adferiad
- Canolfan Iechyd Cymunedol – ar gyfer busnesau newydd, ymchwil glinigol a datblygu cynhyrchion, ac i ddarparu gwasanaeth iechyd, addysg a hyfforddiant
- Byw â Chymorth – gan gynnwys cartref nyrsio a thai gofal ychwanegol
- Gwesty a thai llesiant.

Mae'r cynlluniau ar gyfer gwasanaethau iechyd yn y pentref yn bodloni ein blaenoriaethau, fel y'u nodir yn ein Strategaeth Trawsnewid Gwasanaethau Clinigol a'n Strategaeth Trawsnewid Gwasanaethau Iechyd Meddwl.

Roedd ein Tîm Iechyd y Cyhoedd wedi darparu Asesiad o'r Effaith ar Iechyd ar gyfer y Pentref Llesiant, sydd wedi helpu i ddatblygu'r rhaglen yn y cyfleuster newydd. Roedd y tîm wedi ymgysylltu â'r gymuned a sefydliadau eraill er mwyn sicrhau bod llais pawb yn cael ei glywed yn go iawn.



Rhoi'r Gorau I Smygu

Mae 19% o'r oedolion yn ardal ein Bwrdd Iechyd yn smygu. Bellach, mae gennym 47 o fferyllfeydd cymunedol sy'n darparu gwasanaethau rhoi'r gorau i smygu, ac rydym yn fach o ddweud ein bod wedi helpu 533 o bobl i roi'r gorau i smygu rhwng mis Ebrill 2017 a mis Mehefin 2017, a'n bod yn gweld gostyngiad yn nifer y bobl sy'n smygu.

Rhaglen Bwyd Doeth

Mae Gwasanaeth Rheoli Pwysau wyth wythnos ar gyfer oedolion yn helpu pobl i reoli eu pwysau a gwella eu hiechyd cyffredinol. Darperir y gwasanaeth gan dîm gofalgar, tosturiol, sy'n cynnwys deietegwyr a seicolegwyr clinigol. Trwy fynd i'r afael â'r rhesymau sylfaenol dros fagu pwysau, ymddygiadau bwyta a ffordd o fyw, mae pobl yn cael eu cefnogi i wneud newidiadau parhaol. Rydym yn falch o fod wedi helpu bron 1,400 o bobl yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, gyda 76% ohonynt yn colli pwysau ac yn gweld gwelliannau o ran eu cyflyrau meddygol presennol, sy'n golygu bod arnynt angen llai o feddyginiaeth ac apwyntiadau yn yr ysbyty.

Dyma ychydig o'r adborth a gafwyd:

"Mae fy meddyg diabetes wedi dweud wrthyf fod fy afu brasterog wedi dychwelyd i'w ffurf arferol, ac mae wedi torri traean oddi ar y dos o feddyginiaeth a gaf; mae'n falch iawn o'r pwysau rwyf wedi'i golli"

"Rwyf wedi gostwng dau faint trywsus gan fod fy ngwasg yn llai, ac nid yw lefelau fy siwgr gwaed erioed wedi bod cystal ... mae fy nyrs diabetes wedi atal rhai o'm meddyginiaethau ac wedi lleihau'r lleill"

Atal Diabetes

Darperir rhaglenni yng Ngogledd Ceredigion a Gogledd Sir Benfro ar gyfer cleifion sydd mewn perygl o ddatblygu diabetes Math 2. Mae hyn yn golygu darparu gwybodaeth am y cyflwr a chael cymorth i newid ffordd o fyw, er enghraifft trwy ddeiet ac ymarfer corff, fel y bydd cymryd camau cynnar yn atal y clefyd rhag datblygu. Yng Ngheredigion, mae Prifysgol Aberystwyth yn helpu i werthuso'r prosiect (a fydd yn cael ei gwblhau ar. Mae llwyddiant y prosiect hwn wedi arwain at ddatblygu'r rhaglen ar gyfer gweddill Cymru.

Mae brechu ein staff yn bwysig iawn ar gyfer diogelu cleifion. Rhoddwyd **5537 o frechiadau rhag y ffliw** i'r staff y tymor hwn, sy'n fwy nag erioed o'r blaen. Enillodd Tîm Clinig Asesu Cyn Llawdriniaeth Ysbyty Llwynhelyg wobr Tîm y Mis yn ddiweddar am sicrhau bod rhagor o bobl yn cael eu brechu rhag y ffliw, a hynny trwy ddarparu'r brechlyn ar yr un pryd ag apwyntiadau yn y clinig asesu. Darparwyd neges ar y cyfryngau cymdeithasol ar gyfer Staff Hywel Dda am y brechiad rhag y ffliw, er mwyn annog pobl i gymryd rhan **https://www.youtube.com/watch?v=_1er7yCq5as**

Yn y gymuned, roedd nifer y cleifion dros 65 oed a gafodd frechiad rhag y ffliw y tymor hwn yn 63%, gyda 38% o'r cleifion rhwng 6 mis a 64 oed mewn grŵp 'risg uchel' yn cael brechiad rhag y ffliw. Hon oedd blwyddyn gyntaf ymgyrch yr 'Archamddiffynwyr', sy'n hyrwyddo'r neges bod brechu plant yn bwysig er mwyn eu diogelu nhw, yn ogystal ag oedolion hŷn, bregus yn y tŷ. Cafodd 45% o'r plant 2-3 oed yn ardal ein Bwrdd Iechyd frechiad rhag y ffliw eleni, a chafodd 70% o'r plant oedran ysgol yn y grwpiau blwyddyn cymwys eu brechu hefyd. Mae yna nifer o heriau o hyd, wrth i nifer y bobl hŷn a'r bobl sydd mewn perygl yn y boblogaeth gynyddu.

Ymwrthedd Gwrthfiotig (Gwrthficrobaidd)



Datblygwyd prosiect newydd yn y gymuned, sy'n gweithio gyda Chomisiwn Bevan, i fynd i'r afael ag ymwrthedd gwrthfiotig. (Gr p o arbenigwyr rhyngwladol yw Comisiwn Bevan, sy'n darparu cyngor i'r Gweinidog Iechyd a'r Gwasanaethau Cymdeithasol ar yr arferion gofal iechyd gorau o bob cwr o'r byd.) Gwyddom fod ymwrthedd yn gallu datblygu pan gaiff gwrthfiotigau eu rhagnodi mewn modd amhriodol, a bod swm sylweddol o'r gwaith rhagnodi yn cael ei wneud gan ein meddygon teulu. Mae'r prosiect yn canolbwyntio ar sesiynau addysg a thrafodaethau â phresgripsiynwyr yn ein cymunedau, er mwyn sicrhau bod cleifion yn cael y gwrthfiotigau iawn, a dim ond pan fo angen. Hyd yma, mae meddygon teulu wedi croesawu hyn, ac mae'r sesiynau wedi cynyddu priodoldeb y presgripsiynau a roddir. Mae'r prosiect, yn un o nifer o ddarnau o waith sy'n digwydd yn Hywel Dda, gan gynnwys newidiadau i ragnodi, canllawiau ac adborth i ragnodwyr ar ganlyniadau microbioleg, gyda'r nod o sicrhau ein bod yn mynd i'r afael ag ymwrthedd gwrthficrobaidd yn uniongyrchol.

Diweddariad ar Sgrinio'r Coluddyn

Mae sgrinio coluddyn ar draws Hywel Dda yn 56.5%, o'i gymharu â chyfartaledd Cymru o 55.7%. Mae dynion a menywod 60-74 oed yn derbyn pecyn prawf ac yn cael eu gwahodd i gymryd rhan bob dwy flynedd. Mae prosiect wedi'i gyflwyno i gynyddu'r gyfradd ymateb ar gyfer sgrinio'r coluddyn yng Ngogledd Sir Benfro, lle mae 56.3% yn ei dderbyn. Gwneir gwaith gyda phobl nad ydynt yn ymateb i'r sgrinio i edrych ar resymau dros hyn a sicrhau bod cyfle iddynt archwilio unrhyw bryderon sydd ganddynt yn ymwneud â sgrinio.

Ymgynghorwyr Ffordd Iach o Fyw

Penodwyd dau Ymgynghorydd Ffordd Iach o Fyw i weithio yn Ne Sir Benfro i gefnogi cleifion i wneud newidiadau i'w ffordd o fyw a fydd yn gwella eu hiechyd. Mae'r gwasanaeth, sy'n gweithio gyda'r gymuned, a busnesau ac ysgolion lleol, wedi cael adborth cadarnhaol. Mae rôl yr ymgynghorydd yn cynnwys cyfeirio cleifion at sefydliadau cymorth eraill. Un o brif fanteision y cynllun yw'r cynnydd yn nifer yr unigolion sy'n defnyddio'r gwasanaeth sgrinio trwy'r cyngor a'r cymorth a ddarperir.

Presgripsiynu Cymdeithasol

Mae hwn yn cefnogi cleifion â'u problemau anfeddygol, ac yn eu helpu i gael mynediad at gymorth priodol yn y gymuned leol, er enghraifft mewn perthynas â chyfleoedd i wirfoddoli, sicrhau cyflogaeth, cyngor ar fudd-daliadau, cymorth tai, rheoli dyledion, sgiliau rhianta a chynyddu gweithgarwch corfforol. Mae dau bresgripsiynnydd cymdeithasol yn ardal Tywi/Taf yn gweithio ledled yr wyth practis meddygon teulu a chyda'r Tîm Adnoddau Cymunedol. Daeth atgyfeiriadau ar gyfer 225 o gleifion i law yn ystod y chwe mis cyntaf. Dywedodd 100% o'r cleifion a arolygwyd fod safon y gwasanaeth yn rhagorol, a'i fod wedi eu helpu i ddelio â'u problemau anfeddygol mewn modd mwy effeithiol.

Cwrs Rheoli Straen

Mae'r Cwrs Rheoli Straen yn gwrs hunanreoli i helpu cleifion i reoli symptomau straen trwy ddefnyddio nifer o dechnegau gwahanol. Yn ystod y cwrs, mae fferyllydd yn rhoi cyngor ar sut i ddefnyddio meddyginiaethau cysylltiedig mewn modd diogel, ynghyd â'r risgiau sydd ynghlwm, ac mae'r cleifion yn cael cyfle i drafod opsiynau gwahanol o ran y triniaethau â chyffuriau sydd ar gael. Cynhelir tua chwe chwrs y flwyddyn, ac rydym yn falch o weld 20-30 o gyfranogwyr yn bresennol ar bob cwrs.



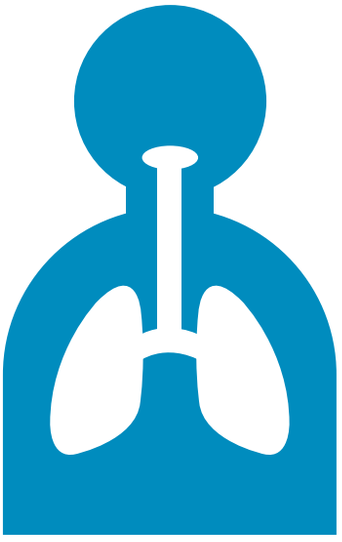
Gwasanaeth Peilot ar gyfer Profi Iechyd Rhywiol yn y Cartref

Rydym wedi lansio gwasanaeth peilot newydd ar gyfer profi iechyd rhywiol yn y cartref; mae'r prawf yn un ar gyfer clefydau a drosglwyddir yn rhywiol megis clamydia a gonorrhoea. Mae'r citiau'n rhai sydd i'w defnyddio gartref ac yna'u postio (trwy radbost) i'r labordy. Mae mil o gitiau ar gael, a phan fydd pob un o'r rhain wedi cael ei ddyrannu, bydd y gwasanaeth yn cael ei werthuso er mwyn sicrhau mai dyma'r peth iawn ar gyfer Cymru. Gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth yma **www.friskywales.org**

Ar ddechrau mis Ebrill roedd 386 o gitiau wedi'u dosbarthu, 325 i bobl ifanc pobl rhwng 16 a 34 oed. Caiff y gwasanaeth ei werthuso yn ddiweddarach eleni, gyda chynlluniau i'w gyflwyno i rannau eraill o Gymru.

Rhaglen Addysg i Gleifion (EPP)

Darperir cwrs hunanreoli naw wythnos gan y Tîm Rheoli Meddyginiaethau ar gyfer cleifion sydd â chlefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD). Mae'r cwrs yn canolbwyntio ar y modd y gall cleifion hunanreoli eu symptomau. Mae 10-15 o gyfranogwyr yn mynychu'r cwrs, gydag oddeutu tri chwrs y flwyddyn yn cael eu cynnal mewn amryw o leoliadau ledled ardal y Bwrdd Iechyd. Rydym yn datblygu cyrsiau tebyg ar reoli adlif/dyspepsia ac ar reoli meddyginiaethau.



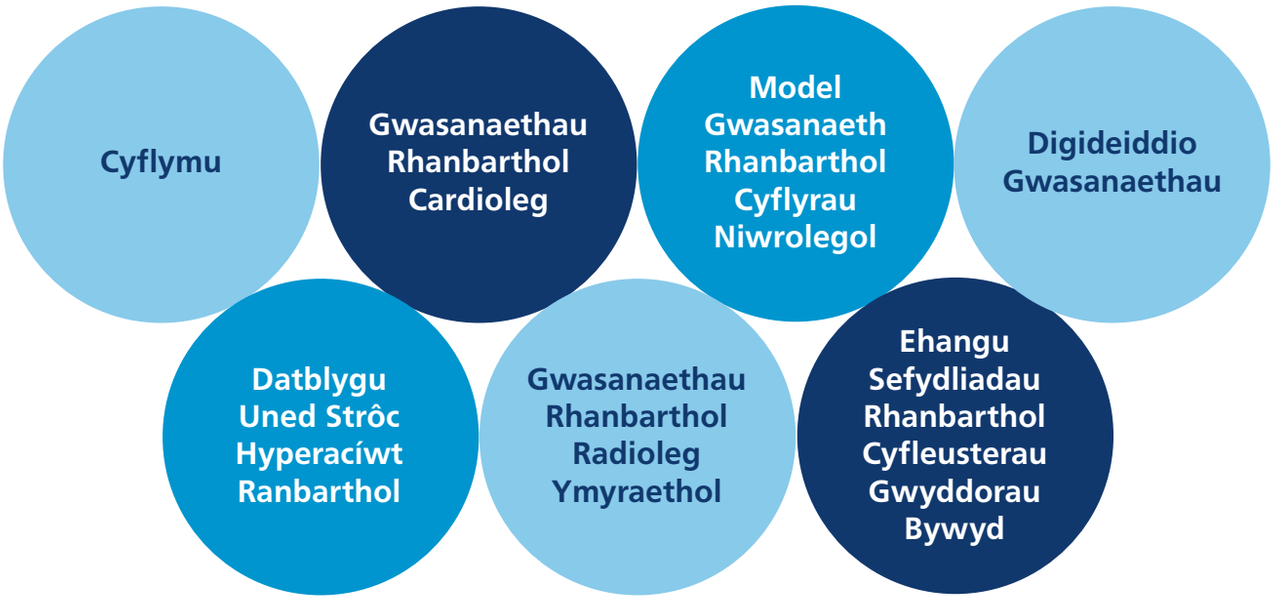
Cydweithrediad Rhanbarthol ar gyfer Iechyd (ARCH)

Mae Prifysgol Abertawe, Hywel Dda a Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe wedi parhau i adeiladu ar eu nod unedig i wella iechyd, cyfoeth a lles De-orllewin Cymru a'i dinasyddion.

Yn 2018, aeth Grŵp Darparu ac Arweinyddiaeth ARCH ati i adolygu'r cynnydd cyfredol ochr yn ochr â Chynllun Datblygu Portffolio gwreiddiol ARCH.

Ym mis Tachwedd 2018, cyhoeddodd ARCH yr adroddiad *Regional Working and Collaboration Report,* sy'n amlinellu cynnydd prosiectau unigol a'r llwyddiant a gafwyd hyd yma. Gellir gweld y ddogfen hon o dan 'Dolenni Defnyddiol' yn **www.arch.wales**

Yn ystod 2018-19, bu'r ffocws ar gyfer Portffolio Arch ar y prosiectau isod:



@archprogwales @ARCHProg www.arch.wales

Gofal Diogel

Diogelu pobl rhag niwed a chefnogi pobl i'w diogelu eu hunain rhag niwed

Rydym am sicrhau: eich bod yn cael eich cefnogi i ddiogelu eich iechyd ac iechyd eich teulu; eich bod yn cael eich diogelu a'ch amddiffyn rhag niwed trwy gael y gofal a'r cymorth iawn; a'ch bod yn cael gofal da, diogel gan yr holl wasanaethau iechyd.

Dyma enghreifftiau o'r gwaith yr ydym wedi ymgymryd ag ef er mwyn sicrhau ein bod yn darparu gwasanaethau diogel:

Sepsis

Mae tystiolaeth yn awgrymu bod cydymffurfiaeth â'r bwndel Sepsis 6 (mae bwndel yn cyfeirio at set gytunedig o ymyraethau sy'n gwella canlyniadau'r claf cyn pen awr pan gânt eu defnyddio ar y cyd) yn sicrhau bod pobl yn ddiogel rhag niwed trwy ofal, triniaeth a chymorth o safon uchel. Mae hyn yn hyrwyddo'r broses o adnabod a rheoli sepsis trwy gydol arhosiad y claf yn yr ysbyty. Darperir rhaglen addysg ar gyfer yr holl staff clinigol, sy'n cynnwys defnyddio straeon cleifion a chynnal cyfarfodydd tîm rheolaidd i nodi themâu. Mae'r canlyniadau'n gadarnhaol: rhwng mis Mawrth 2018 a mis Chwefror 2019, cafwyd gwelliant o 72% i 93% yn ardal pob ward, ac o 93% i 94% yn yr unedau derbyn. Mae'r gwaith i fynd i'r afael ag unrhyw feysydd i'w gwella yn parhau.

Lleihau Heintiau sy'n Gysylltiedig â Gofal Iechyd

Amcangyfrifir bod pob haint a geir yn yr ysbyty yn ychwanegu 11 diwrnod at hyd arhosiad y claf ar gyfartaledd, yn ogystal â pheri rhagor o ddioddefaint i'r claf. Rydym yn gweithio ledled y Bwrdd Iechyd i atal a lleihau nifer yr heintiau sy'n gysylltiedig â gofal iechyd.

Haint Clostridium Difficile (CDI) – achosir hwn gan facteria *Clostridium difficile* yn y coluddyn sy'n lluosi ac yn achosi dolur rhydd. Mae datblygiad CDI fel arfer yn gysylltiedig â'r defnydd o wrthfiotigau. Rydym yn gweithio gyda meddygon a fferyllwyr mewn ysbytai ac yn y gymuned i sicrhau bod pob gwrthfiotig yn cael ei ragnodi'n gywir a bod y risg o gael CDI yn cael ei leihau 6% yn 2018/19 o gymharu â 2017/18.

Escherichia coli – achosir haint llif gwaed Escherichia coli, a elwir hefyd yn haint E. coli, wrth i facteria sy'n aml i'w cael yng ngholuddyn bodau dynol fynd i mewn i lif y gwaed. Gellir cysylltu haint llif gwaed E. coli yn aml â phobl sy'n dioddef o heintiau wrin rheolaidd. Mae'r Tîm Atal Heintiau yn darparu addysg mewn ysbytai, gwasanaethau cymunedol a phractisau meddygon teulu er mwyn sicrhau mai dim ond heintiau wrin gwirioneddol sy'n cael eu trin â gwrthfiotigau, ac i annog pobl i yfed rhagor o hylifau, yn enwedig os oes ganddynt symptomau haint wrin. Mae gwell hydradiad, a rheolaeth well ar heintiau wrin, wedi lleihau nifer yr heintiau llif gwaed E. coli yn y Bwrdd Iechyd 22% yn 2018-19 o gymharu â 2017/18.

Haint llif gwaed Staphylococcus aureus, a elwir hefyd yn haint S. aureus. Mae S. aureus yn facteria cyffredin sy'n cael eu cario ar y croen ac sy'n achosi problemau pan fyddant yn mynd i mewn i lif y gwaed. Rydym yn gweithio ledled safleoedd ysbytai i sicrhau bod llinellau a chathetrau yn cael y gofal cywir fel nad ydynt yn ffynhonnell haint. Yn y gymuned, rydym yn gweithio gyda Nyrsys Ardal i sicrhau bod gofal i friwiau ar y goes yn cael ei roi yn yr amgylchedd gorau ar gyfer y claf.

Techneg Aseptig Ddigyffwrdd (ANTT)

Techneg Aseptig Ddigyffwrdd (ANTT) yw'r derminoleg a ddefnyddir i ddisgrifio proses sy'n atal clwyfau rhag cael eu halogi neu sy'n atal haint rhag cael ei gyflwyno i mewn i'r corff yn ystod triniaeth.

Mae'r dechneg yn cael ei chyflwyno ledled y Bwrdd Iechyd, ac mae'n ffordd o roi tawelwch meddwl i ni fod triniaethau ar gyfer clwyfau a gofal clwyfau yn cael eu cynnal i safon benodol. Pan fydd yr holl staff wedi cael hyfforddiant ar ANTT, bydd y risg o heintiau sy'n gysylltiedig â chlwyfau a phob triniaeth yn cael ei lleihau.

Gofal y Geg ac Atal Haint

Mae'r risg o niwmonia (haint yn yr ysgyfaint) yn cynyddu mewn pobl hŷn sy'n dioddef o ofal gwael o'r geg a chroniad o blac dannedd (haen sy'n ffurfio ar eich dannedd). Niwmonia yw un o brif achosion haint mewn cartrefi gofal. Rydym wedi bod yn gweithio gyda'n cyd-weithwyr i ddarparu sesiynau addysg i nyrsys deintyddol a nyrsys cyswllt atal haint, ac wedi darparu cyflwyniad i Gynhadledd Cartrefi Gofal a oedd yn canolbwyntio ar iechyd da y geg.

Anaf acíwt i'r arennau (AKI)

Gostyngiad sydyn yng ngweithgarwch yr arennau yw hyn, a gall fod yn niweidiol iawn os na chaiff ei ganfod a'i reoli mewn modd effeithiol. Er mwyn gwella'r modd y nodir ac y rheolir cleifion yn Ysbyty Llwynhelyg, a gwella'r modd y cânt eu rheoli, rydym wedi darparu hyfforddiant i'r staff a chyflwyno bwndeli gofal newydd i'w cynnwys yn nodiadau'r cleifion, i wella'r ffordd y cânt eu trin. Bydd y canlyniadau'n cael eu gwerthuso a'u trafod â'r timau clinigol ledled y Bwrdd Iechyd.

Thrombosis a Geir yn yr Ysbyty

Mae'n bosibl osgoi nifer o'r achosion hyn trwy ddilyn y weithdrefn gywir. Mae'r dysgu'n cael ei rannu â'r holl staff clinigol ledled y Bwrdd Iechyd, a hynny er mwyn sicrhau bod y broses asesu risgiau yn cael ei chwblhau yn y modd cywir. Un o'n blaenoriaethau ar gyfer y flwyddyn nesaf yw sicrhau gostyngiad yn nifer yr achosion o thrombosis a geir yn yr ysbyty.

JAG Accredited

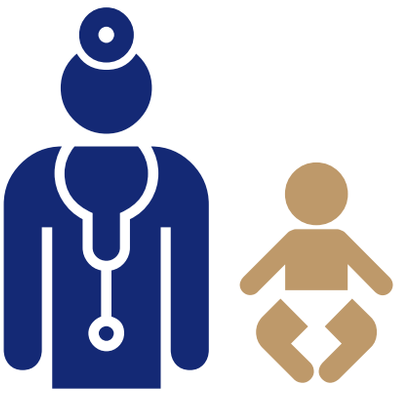
Achrediad Endosgopi

Dyfarnwyd achrediad gan y Grŵp Cynghori ar y Cyd i bob uned endosgopi yn y Bwrdd Iechyd, a hynny am wasanaethau endosgopi gastroberfeddol o safon uchel. Mae'r achrediad hwn yn rhoi tawelwch meddwl i'r cleifion fod yr unedau yn gweithio i'r safonau uchaf.

Rheoli meddyginiaethau mewn modd diogel

Adolygir pob digwyddiad sy'n gysylltiedig â meddyginiaeth gan ein Grŵp Adolygu Digwyddiadau o ran Meddyginiaeth, a chaiff gwelliannau eu gwneud pan nodir unrhyw wersi i'w dysgu. Hyrwyddir pecyn e-ddysgu Cymru gyfan i'r holl staff ar gyfer gweinyddu, cofnodi a storio meddyginiaeth, ac mae pecynnau hyfforddi yn cael eu datblygu fel y gall timau meddygol fynd i'r afael ag unrhyw wallau rhagnodi. Mae yna hefyd well trefniant monitro ar waith o ran y broses ddyddiol o wirio cyffuriau yn ardal pob ward.

Cadw Golwg ar Safleoedd Llawdriniaeth ar gyfer Triniaethau Cesaraidd



Er mis Ionawr 2006, bu'n ofynnol i bob corff iechyd yng Nghymru gynnal adolygiadau o heintiau safleoedd llawdriniaeth yn dilyn triniaethau geni trwy doriad Cesaraidd. Mae hyn yn sicrhau bod unrhyw heintiau yn dilyn y llawdriniaeth yn cael eu hadolygu a'u trafod â thimau llawfeddygol, bydwreigiaeth a rheoli heintiau, a bod newidiadau yn yr arferion yn cael eu rhoi ar waith lle bo angen.

Mae cyfradd yr heintiau wedi disgyn ers i'r broses cadw golwg ddechrau yn 2007, gyda'r gostyngiad wedi cyrraedd 83%. Mae hyn yn cynrychioli tua 379 o famau sydd wedi cael eu hachub rhag haint yn ystod y cyfnod hwn. Cyflawnwyd y gwelliant hwn trwy gyflwyno arferion a thechnegau glanhau newydd.

Rheoli Strôc

Rydym yn falch o fod wedi cael ein dyfarnu'n gyson yn un o'r byrddau iechyd sy'n perfformio orau o ran rheoli strociau. Mae gwybodaeth o fis Rhagfyr 2018 yn dangos y canlynol:(update)

Ni yw'r bwrdd iechyd sy'n perfformio orau yng Nghymru o ran:

- Canran y cleifion sy'n cael eu derbyn i'r Uned Strôc Acíwt cyn pen pedair awr.
- Canran y cleifion sy'n cael sgan CT cyn pen awr i gyrraedd yr ysbyty.

Ni yw'r ail orau o blith y byrddau iechyd yng Nghymru o ran:

- Canran y cleifion sy'n cael eu gweld gan Feddyg Ymgynghorol Strôc cyn pen 24 awr i gael eu derbyn.
- Canran y cleifion sy'n cael triniaeth i leihau clotiau gwaed cyn pen 45 munud i gyrraedd yr ysbyty.

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, roedd 100% o'r cleifion a gafodd eu derbyn i Ysbytai Glangwili, Llwynhelyg a'r Tywysog Philip ar ôl cael strôc, ac a oedd yn gymwys i gael thrombolysis (triniaeth i leihau clotiau), wedi cael y driniaeth hon.

Yn Ysbyty Bronglais, cafodd 95% o'r cleifion cymwys y driniaeth hon, ac mae hyn wedi cynyddu i 100% yn ystod y misoedd diwethaf.

Partneriaeth â Sefydliad Lucy Faithful



Rydym wrth ein bodd yn cael gweithio gyda Sefydliad Lucy Faithful i feithrin ymwybyddiaeth ymhlith ein staff o gam-drin plant a chamfanteisio ar blant yn rhywiol.

Lansiwyd partneriaeth amlasiantaeth ym mis Tachwedd 2018 gyda'r nod o atal a lleihau niwed o ganlyniad i gamddefnyddio sylweddau ymhlith plant a phobl ifanc yng Ngheredigion. Mae'r gwaith yn y bartneriaeth yn adeiladu ar raglen SchoolBeat Cymru. Mae'n cynnwys hyrwyddo ymwybyddiaeth o fentrau sy'n bodoli eisoes mewn ysgolion, colegau a chlybiau i leihau ac atal niwed, datblygu canllawiau i staff fel y gallant ymateb i achosion o gam-drin sylweddau, a rhannu'r wybodaeth ddiweddaraf am dueddiadau a pheryglon sy'n dod i'r amlwg.

Nyrs Allgymorth ar gyfer Prosiect yr Henoed yn Ne Sir Benfro

Dyma brosiect sy'n mynd i'r afael ag archwiliadau iechyd a brechiadau rhag y ffliw ar gyfer y rheiny sy'n wynebu'r risg fwyaf mewn cartrefi gofal ac yn y gymuned. Nod y prosiect yw adnabod y cleifion hynny mewn cartrefi gofal ac yn y gymuned sydd yn y perygl mwyaf o gael eu derbyn i'r ysbyty am resymau amhriodol neu lle gellid osgoi hynny. Yn y dyfodol, hoffem weld pob claf hŷn, nad yw wedi cael archwiliad iechyd yn y 12 mis blaenorol, yn cael archwiliad iechyd i nodi unrhyw anghenion nas nodwyd eisoes ac y mae angen eu diwallu.

Digwyddiadau 'byth'

Rydym am ddysgu o unrhyw gamgymeriadau a wnaed ac, er yr hoffem pe na fyddai unrhyw gamgymeriadau yn cael eu gwneud, mae yna adegau pan na fydd pethau'n mynd cystal ag y dymunwn. Caiff digwyddiadau o'r fath eu hadrodd i Lywodraeth Cymru fel digwyddiadau difrifol. Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, adroddwyd am ddau ddigwyddiad o'r fath: roedd un digwyddiad yn ymwneud â safon llawdriniaeth a'r llall yn ymwneud â gweinyddu meddyginiaethau mewn modd diogel. Rydym wedi gweithio gyda'r gwasanaethau er mwyn sicrhau bod gwersi wedi cael eu dysgu, ac wedi darparu tystiolaeth o'r camau a gymerwyd i atal digwyddiadau tebyg rhag digwydd eto.

Ymchwilir yn llawn i **bob achos difrifol,** ac rydym yn gweithio'n agos gyda theuluoedd i sicrhau eu bod yn parhau'n rhan o'n hymchwiliadau. Eleni, cofnodwyd cyfanswm o 166 o ymchwiliadau, ac rydym wedi gweithio'n galed i sicrhau bod safon ac amseroldeb yr ymchwiliadau hyn yn dda, ac mae ein cyd-weithwyr yn Llywodraeth Cymru wedi cydnabod hyn. Fodd bynnag, rydym yn cydnabod bod angen i ni barhau i wella yn hyn o beth, a bydd ymchwilio i ddigwyddiadau mewn modd amserol ac i safon uchel yn parhau i fod yn flaenoriaeth i ni ar gyfer y flwyddyn nesaf.

Rhannu Dysg

Rydym wedi rhannu gwelliannau a wnaed i'r Broses Digwyddiadau Difrifol trwy gyflwyno poster yn y Gynhadledd Genedlaethol Diogelwch Cleifion a gynhaliwyd yng Ngholeg Brenhinol y Meddygon yn Llundain. Yn ystod y gynhadledd hon, aethom ati hefyd i gyflwyno poster a oedd yn dangos sut yr ydym yn defnyddio ffyrdd gwahanol i rannu dysg; cafodd y poster hwn y wobr gyntaf gan drefnwyr y gynhadledd

Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru

Cynhaliodd Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru wyth ymweliad neu arolygiad ledled ein Bwrdd Iechyd yn 2018-19, a hynny yn y lleoliadau canlynol:

- Dau Wasanaeth Iechyd Meddwl.
- Un Ysbyty Acíwt.
- Un arolygiad dilynol mewn Ysbyty Acíwt.
- Un Ysbyty Cymunedol.
- Un Rhyddhau Cleifion o'r Ysbyty i Bractis Cyffredinol: Adroddiad Thematig 2017-2018 (cyhoeddwyd Awst 2018).
- Dau Bractis Meddygon Teulu a reolir gan y Bwrdd Iechyd.

Mae'r arolygiadau'n amlygu arfer da ac unrhyw feysydd i'w gwella. Lle bo angen gwelliant, caiff cynlluniau gwella eu cwblhau gennym, ac mae Adolygiad Perfformiad ein Tîm Gweithredol yn monitro cynnydd yn chwarterol o ran rhoi'r camau gweithredu ar waith. Yn gyffredinol, mae'r adborth a gafwyd yn dangos bod gennym staff ymroddgar ac angerddol sy'n darparu gofal tosturiol i gleifion. Gellir dod o hyd i holl adroddiadau AGIC ar wefan AGIC: **http://hiw.org.uk**

Y Cyngor Iechyd Cymuned

Mae'r Cyngor Iechyd Cymuned yn gweithio i wella ansawdd eich gwasanaeth iechyd lleol. Dyma'ch llais statudol ac annibynnol yn y gwasanaethau iechyd a ddarperir ledled Cymru. Cynhaliodd y Cyngor saith ymweliad yn ystod 2018-19. Lle roedd angen, datblygwyd cynlluniau gwella, ac mae'r Bwrdd Iechyd wrthi ar hyn o bryd yn sicrhau eu bod yn cael eu gweithredu. Gellir dod o hyd i adroddiadau'r Cyngor Iechyd Cymuned yma:
http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/904/page/46270

Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru

Yn ystod y flwyddyn, cyhoeddodd yr Ombwdsmon adroddiad budd cyhoeddus mewn cysylltiad â'r gofal a'r driniaeth a ddarparwyd ar gyfer mam a'i diweddar fab, a hynny yn ystod ei beichiogrwydd a'r cyfnod esgor. Cymerodd y Bwrdd Iechyd gamau ar unwaith er mwyn mynd i'r afael â'r argymhellion a wnaed yn yr adroddiad.

Roedd yr ombwdsmon hefyd wedi cyhoeddi adroddiad budd cyhoeddus mewn cysylltiad ag oedi o ran gofal a thriniaeth yn ymwneud â Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro a Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Roedd yr argymhellion mewn perthynas â'n gwasanaethau yn nodi y dylid sicrhau bod pwynt cyswllt yn cael ei ddarparu ar gyfer pob claf a atgyfeirir at wasanaeth y tu allan i ardal y gwasanaeth, er mwyn trafod unrhyw bryderon ynghylch oedi o ran cael triniaeth a chymryd y camau priodol.

Crwner Ei Mawrhydi

Yn dilyn cwest i farwolaeth claf wedi iddo gwympo yn ei gartref, cyhoeddodd Crwner Ei Mawrhydi adroddiad ar atal marwolaethau yn y dyfodol. Canfuwyd nad ymatebwyd i atgyfeiriad at y gwasanaeth deietig acíwt mewn modd amserol, a bod yna ofyniad am hyfforddiant mewn perthynas â'r broses ddiagnostig i asesu angen maethol y claf.

Diogelu

Mae'r Bwrdd Iechyd wedi cymryd rhan mewn adolygiadau amlasiantaethol yn ystod 2018/19. Mae Adolygiadau Ymarfer Plant (CPR) ac Adolygiadau Ymarfer Oedolion (APR) yn cael eu comisiynu o dan Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014. Mae'r rhain yn adolygiadau amlasiantaethol ffurfiol sy'n sylfaen ar gyfer cynhyrchu dysgu sefydliadol, gwella ansawdd gwaith gyda phlant, pobl ifanc, eu teuluoedd ac oedolion a chryfhau galluoedd gwasanaethau i gadw pobl yn ddiogel.

Mae dysgu o'r adolygiadau hyn wedi tynnu sylw at y ffaith bod angen i ymarferwyr sicrhau eu bod yn cadw cofnodion sy'n cwrdd â'r safonau gofynnol. Mae arfer cadw cofnodion yn destun archwiliad er mwyn sicrhau bod safonau yn cael eu cynnal.

Maes o arfer da yw Llwybr Rhannu Gwybodaeth Bydwreigiaeth. Y bwriad yw cynorthwyo i drosglwyddo gwybodaeth ddiogelu yn dilyn yr asesiad cychwynnol cynenedigol o Fydwraig i Ymwelydd Iechyd a Meddyg Teulu ac i'r gwrthwyneb. Wrth gadw at y weithdrefn hon, bydd staff yn dod yn fwyfwy effeithiol wrth rannu gwybodaeth yn gyfreithlon ac yn ddiogel, er budd babanod bregus a all fod angen eu diogelu, yn ystod y cyfnod cyn ac ôl-enedigol.

Comisiynir Adolygiad Dynladdiad Domestig o dan y Ddeddf Trais yn y Cartref, Troseddau a Dioddefwyr 2004. Mae hon hefyd yn broses amlasiantaethol i nodi lle gellir dysgu gwersi i wella canlyniadau i berson sydd wedi marw o ganlyniad i drais, cam-drin neu esgeulustod gan berson y meant yn perthyn iddynt, neu wedi bod mewn perthynas bersonol agos â, neu aelod o'r un aelwyd.

Yn gyffredinol, mae'r adroddiadau hyn yn cynhyrchu argymhellion i asiantaethau ar sut i wella cydweithio er mwyn rhannu gwybodaeth a allai helpu amddiffyn pobl a allai fod mewn perygl. Mae'r themâu ar gyfer y Bwrdd Iechyd yn cynnwys yr angen i wella ymwybyddiaeth ymarferwyr bod cam-drin domestig yn effeithio ar bobl hŷn. Rydym wedi comisiynu hyfforddiant gan yr Arweinydd Diogelu a Mynediad at Gyfiawnder yn Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn i helpu i godi ymwybyddiaeth ein staff a hyrwyddo Gwybodaeth a Chanllawiau ar gyfer Pobl Hŷn a Cham-drin Domestig. Rydym hefyd yn cyflwyno hyfforddiant newydd o'r enw Gofyn a Gweithredu i hyrwyddo ymwybyddiaeth o drais yn erbyn menywod, cam-drin domestig a thrais rhywiol, sy'n golygu y bydd gan staff y wybodaeth a'r sgiliau i adnabod pan fod pobl wedi cael eu cam-drin, a gwella'r ymateb trwy weithio mewn partneriaeth gydag eraill.

Gofal Effeithiol

Darparu'r gofal a'r gefnogaeth iawn i bobl, a hynny mor lleol â phosibl, a grymuso pob person i gyfrannu at ei ofal ei hun

Rydym am sicrhau eich bod yn cael: y gofal a'r cymorth iawn, a hynny mor agos â phosibl at le rydych yn byw; y gofal a'r cymorth iawn i ofalu am eich iechyd a'ch lles eich hun; a'ch bod yn cael gofal a chymorth i gadw'n iach, sy'n seiliedig ar ymchwil dda.

Datblygu Llwybr Toriadau Clun

Yn dilyn adolygiad o'r broses o reoli toriadau clun ledled y Bwrdd Iechyd, gwelwyd bod yna wahaniaethau diangen o ran arfer yn y broses o reoli'r toriadau hyn. Mae llwybr newydd yn cael ei dreialu ar gyfer toriadau clun fel bo'r un arfer yn cael ei ddefnyddio ar gyfer unrhyw glaf sy'n cael ei dderbyn i'r ysbyty wedi iddo dorri ei glun. Os bydd y treial yn llwyddiannus, bydd y gwaith hwn yn cael ei ehangu i gynnwys cynifer o gleifion orthopedig â phosibl, gan sicrhau bod yr un safonau'n berthnasol ar gyfer y cyfnod yn dilyn y llawdriniaeth.

Mae Ysbyty Llwynhelyg wedi datblygu protocol poen ar gyfer Toriadau Clun. Yn dilyn llawdriniaeth i drwsio toriadau clun, bydd y cleifion yn cael meddyginiaeth effeithiol, ddiogel, sydd â chyn lleied o sgileffeithiau â phosibl, ac a fydd hefyd yn helpu i leihau'r amser y bydd angen iddynt ei dreulio yn yr ysbyty. Mae gwaith yn mynd rhagddo ar hyn o bryd i werthuso'r drefn hon.

Cefnogaeth Rheoli Meddyginiaethau

Mae **Gwasanaeth Amlddisgyblaethol Mynediad Cyflym De Sir Gâr (SCRAMS) yn Ysbyty'r Tywysog Philip,** gyda buddsoddiad newydd, bellach yn darparu clinig bum bore'r wythnos. Mae'r fferyllydd sy'n gweithio yn y tîm yn cynnal adolygiad llawn o'r feddyginiaeth yn ystod y clinig, gan atal unrhyw foddion a allai, o bosibl, fod yn gwneud niwed, nad ydynt yn ofynnol mwyach, neu sy'n cynyddu'r risg o gwympo. Rhwng mis Medi 2018 a mis Ebrill 2019, cafodd 266 o gleifion eu gweld, ataliwyd 293 o feddyginiaethau, a diweddarwyd cofnodion meddyg teulu pob claf ar yr un diwrnod.

Mae gan yr **Uned Mân Anafiadau yn Ysbyty'r Tywysog Philip** fferyllydd sy'n adolygu'r cleifion sy'n cael eu derbyn yn dilyn cwymp, neu gleifion y mae ganddynt anaf a gafwyd wrth gwympo. Gall y fferyllydd nodi unrhyw broblemau y mae'r claf yn eu profi gyda'i foddion, a nodi unrhyw sgileffeithiau neu ddigwyddiadau anffafriol sy'n ymwneud â chyffuriau a achosir gan foddion. Rhwng misoedd Medi a Thachwedd 2018, adolygwyd 53 o gleifion, a gwnaed atgyfeiriadau priodol at wasanaethau Mynediad Cyflym Sir Gaerfyrddin, y Gwasanaethau Trosglwyddo Gofal a Chydlynu, a chlinigau a gwasanaethau arbenigol eraill.

Ym maes **Rhewmatoloeg,** bydd uwch-fferyllydd yn ymuno â'r tîm i ddarparu clinigau rheoli moddion, a hynny er mwyn cynnig cyngor meddygol i gleifion ar feddyginiaethau penodol, a chynnal adolygiadau i sicrhau rheolaeth ddiogel.

Mae **Gwasanaeth Meddyginiaeth Gofal Lliniarol Fferyllfeydd Cymunedol** yn cefnogi staff iechyd cymunedol o ran cael mynediad at feddyginiaeth gofal lliniarol. Mae'r fferyllfeydd cymunedol (tair ym mhob sir) yn cymryd rhan yn y gwasanaeth hwn. Ers cyflwyno'r gwasanaeth ym mis Ebrill 2017, bu cynnydd o ran mynediad at y feddyginiaeth benodedig, gan alluogi cleifion y mae arnynt angen meddyginiaeth benodol mewn sefyllfaoedd brys i'w chael yn ddi-oed.

Fferyllfeydd Clwstwr Gogledd Sir Benfro – mae'r fferyllwyr yn parhau i gefnogi practisau meddygon teulu ledled Gogledd Sir Benfro o ran amrywiaeth eang o wasanaethau, gan gynnwys clinigau Gwrthgeulo (ar gyfer cleifion y mae arnynt angen meddyginiaethau i leihau clotiau gwaed), adolygiadau o bresgripsiynau ar gyfer gorchuddion, cymorth wrth ragnodi ar gyfer cleifion ymataliaeth a stomâu, a darparu clinigau y ffliw.

Yn dilyn llwyddiant treial, lle roedd gweithiwr gofal iechyd proffesiynol amgen yn gweithio gyda phractis meddygon teulu i ymgymryd â Gwasanaeth Ymweliadau Cartref Acíwt, bydd y gwasanaeth yn recriwtio nyrs neu barafeddyg i rôl uwch-ymarferydd er mwyn cefnogi hyn. Bydd y gwasanaeth yn cael ei weithredu dri diwrnod yr wythnos ledled y naw practis meddygon teulu yng Ngogledd Sir Benfro. Mae hyn yn golygu y bydd cleifion yn gallu cael rhagor o ofal a thriniaeth yn eu cartref eu hunain.

Clwstwr Meddygon Teulu De Sir Benfro – mae therapyddion galwedigaethol yn cefnogi unigolion sy'n byw â chyflwr hirdymor cronig i'w helpu i gynllunio ar gyfer newid disgwyliedig rywbryd yn y dyfodol. Mae'r cleifion yn cael 'asesiadau un stop' amserol ac, ar ôl cael eu cyfeirio, yn cael ymyrraeth gynnar sy'n eu galluogi i hunanreoli; cânt eu hatgyfeirio ar gyfer adferiad parhaus gyda'r tîm cymunedol lle bo hynny'n briodol. Rhwng mis Ebrill 2018 a mis Mawrth 2019, cyflawnwyd 544 o asesiadau therapi galwedigaethol, ac arweiniodd yr asesiadau hyn at 1,070 o apwyntiadau dilynol ar gyfer therapi galwedigaethol. Arbedwyd wyth achos o dderbyn claf i'r ysbyty.

Yn achos y cleifion hynny sydd wedi cael eu derbyn i'r ysbyty, mae'n dod yn fwyfwy amlwg eu bod yn gallu dychwelyd adref yn gynt, a hynny o ganlyniad i'r gwasanaethau therapi galwedigaethol sy'n gweithio yn y practisau meddygon teulu.

Mae **clinigau galwedigaethol** yn cael eu darparu gan y therapyddion galwedigaethol, gyda chefnogaeth Prifysgol Abertawe, i gefnogi pobl sydd â phroblemau cyhyrysgerbydol (yn ymwneud â'r cyhyrau neu'r esgyrn) neu broblemau iechyd meddwl i barhau yn y gwaith neu i ddychwelyd i'r gwaith yn gynt, a hynny trwy ddarparu cyngor galwedigaethol unigol. Cyn hir, byddwn yn cyflwyno proses atgyfeirio awtomatig ar gyfer asesiad therapi galwedigaethol ar gyfer cleifion sydd mewn gwaith ac sydd â phroblemau cyhyrysgerbydol neu broblemau iechyd meddwl.

Bu fferyllydd yn gweithio gyda'r clwstwr ers dwy flynedd, ac mae pedwar o bob pum practis 'nawr yn cyflogi fferyllydd yn rhan o'u tîm clinigol. Cyn hir, bydd ffisiotherapydd cyhyrysgerbydol yn cael ei gyflogi i weithio ochr yn ochr â'r meddyg teulu fel pwynt cyswllt cyntaf ar gyfer cleifion sydd â phroblemau cyhyrysgerbydol. Bydd yna fudd sylweddol i gleifion o gael ffisiotherapi yn fuan ar ôl ymweld â'u meddyg teulu gyda phroblem, a bydd hyn yn eu galluogi i hunanreoli eu cyflwr. Bydd y mewnbwn o ran ffisiotherapi i'r addysg a'r hyfforddiant ar gyfer y timau clinigol hefyd yn amhrisiadwy. Bydd y gwaith hwn yn cael effaith gadarnhaol ar nifer yr atgyfeiriadau gofynnol at dimau orthopedig ysbytai, gan leihau'r angen am archwiliadau diangen.

Patient Knows Best

Ar hyn o bryd, mae'r Bwrdd Iechyd yn cymryd rhan mewn prosiect gyda'r system Patient Knows Best, sy'n gwella mynediad cleifion at eu gwybodaeth a'u cofnodion ar-lein (electronig), ac yn darparu mynediad at gyngor a dulliau cyfathrebu â staff gofal iechyd. Y Gwasanaeth Anadlol fydd y gwasanaeth cyntaf i dreialu hyn, a hynny yn y pedwar grŵp cleifion canlynol:

- **Clefyd Interstitaidd yr Ysgyfaint (ILD)**
  Yn achos cleifion sydd wedi cael diagnosis o ffeibrosis yr ysgyfaint, bydd y gwasanaeth yn galluogi'r nyrsys clinigol arbenigol i gyfathrebu â chleifion mewn modd diogel, gan wella mynediad at gyngor a chymorth.
- **Rhoi'r Gorau i Smygu**
  Mae cleifion a atgyfeirir at y gwasanaeth o glinigau ysgyfaint/canser yr ysgyfaint Mynediad Cyflym yn Ysbyty Cyffredinol Glangwili ac Ysbyty'r Tywysog Philip yn cael eu cefnogi gan yr Ymarferydd Rhoi'r Gorau i Smygu, sydd â mynediad at eu cofnodion ac sy'n gallu darparu deunyddiau addysgol.

- **Clefyd Anghyffredin yr Ysgyfaint**
  Bydd y system yn cysylltu llawer o ddefnyddwyr o ran rheoli eu hiechyd, a bydd wedi'i chysylltu â'r elusen WORLD (Clefyd Anghyffredin ac Amddifad yr Ysgyfaint Cymru), sy'n cefnogi pobl â chlefyd anghyffredin yr ysgyfaint ac yn hyrwyddo dealltwriaeth ac ymwybyddiaeth o glefydau anghyffredin yr ysgyfaint.
- **Nodiwlau Ysgyfeiniol** (sypiau bach o feinwe yn yr ysgyfaint)
  Pan fydd cleifion wedi cael sganiau, byddant yn gallu cael mynediad at eu canlyniadau yn ddi-oed, a hynny heb fod angen mynd i apwyntiadau. Bydd hyn yn galluogi'r claf i weithio gyda'r tîm i fonitro a rheoli'r cyflwr.

Bydd y prosiect treialu cyffrous hwn yn cael ei werthuso ac, os bydd yn llwyddiannus, caiff ei ystyried ar gyfer gwasanaethau eraill, gan wella mynediad cleifion at wybodaeth a chymorth heb yr angen i deithio i apwyntiadau.

Rhaglen Pacesetter

Rhaglen Pacesetter – mae hwn yn cynnwys tîm o feddygon teulu yn gweithio ochr yn ochr â gwasanaethau cymunedol, fferyllwyr, sefydliadau gwirfoddol, asiantaethau gofal cymdeithasol, ac eraill, yn aml ar yr un safle, a hynny ar gyfer poblogaethau o 10,000 neu ragor. Mae yna nifer o raglenni ar waith ar hyn o bryd, a chredwn fod hon yn un ffordd y bydd yr holl asiantaethau iechyd a gofal yn cydweithio yn y dyfodol i sicrhau gwell mynediad a gofal ataliol yn y gymuned:

- Rheoli a rhoi diagnosis o asthma/Podiau Ffordd o Fyw – cydweithrediad rhwng Meddygfa Taf a Meddygfa Coach and Horses i ddatblygu gwasanaethau.
- Gwasanaethau Ffisiotherapi – recriwtio ffisiotherapydd i'w ddefnyddio ledled Furnace House, Lôn Morfa a Meddygfa Tywi; a ffisiotherapydd arall i weithio'n rhan o Feddygfa Sarn a meddygfeydd Coalbrook a'r Tymbl a Cross Hands.



Cynllun mamolaeth gwerth miliynau o bunnau i ddechrau yn yr hydref

Yn dilyn cyhoeddiad Llywodraeth Cymru ynghylch buddsoddiad o £25.2 miliwn ar gyfer ail gam y gwelliannau i gyfleusterau obstetrig a newyddenedigol Ysbyty Glangwili, dechreuodd y gwaith ym mis Hydref 2018.

Bydd y cynlluniau'n cynnig amgylchedd modern ar gyfer darparu gwasanaethau obstetrig a newyddenedigol yn Ysbyty Glangwili, ac yn mynd i'r afael â'r meysydd pryder brys a amlygwyd yn adroddiad y Colegau Brenhinol ar y gwasanaethau mamolaeth, newyddenedigol a phediatrig a ddarperir gan y Bwrdd Iechyd. Cyhoeddwyd y cyllid gan Vaughan Gethin, Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, yn ystod ei ymweliad â chyfleusterau obstetrig a newyddenedigol Ysbyty Glangwili ym mis Ebrill. Bydd y datblygiad yn gwella profiad y claf a'r llety ar gyfer teuluoedd yn sylweddol.

Gwelliannau o ran Ansawdd y Cynlluniau Gofal a Thriniaeth yn y Gwasanaethau Iechyd Meddwl

Mae'r Tîm Iechyd Meddwl wedi dylunio proses newydd, gyda chefnogaeth amhrisiadwy defnyddwyr y gwasanaethau, i adolygu ansawdd y cynlluniau gofal a thriniaeth. Mae'r staff yn teimlo'n gadarnhaol iawn ynghylch y broses, gan ei bod yn darparu adborth a dysg ar unwaith, ac yn nodi unrhyw anghenion hyfforddi.

Torri'r Cylch

Mae staff yn Ysbyty Cyffredinol Llwynhelyg wedi croesawu Torri'r Cylch. Dyma brosiect sy'n canfod ffyrdd newydd o weithio er mwyn gwella effeithiolrwydd y gwasanaethau a'r profiadau ar gyfer ein cleifion. Rhoddwyd 15 o brosiectau gwella unigol ar waith o fis Medi 2018 ymlaen, a hynny ar nifer o wardiau/mewn nifer o adrannau ledled ysbytai Llwynhelyg a De Sir Benfro. Mae'r newidiadau cadarnhaol a nodwyd yn cynnwys agor uned asesu lawfeddygol, profion gwaed cyflymach, a gwell trefniadau adolygu yn ardaloedd y wardiau.

Clinigau Asesu Anghenion Holistaidd ym maes Wroleg

Bydd Clinigau Asesu Anghenion Holistaidd ym maes Wroleg yn asesu anghenion cleifion sydd newydd gael diagnosis er mwyn cynnig cymorth a chyngor priodol ar wasanaethau a chymorth. Bydd Gweithiwr Cymorth Wroleg Macmillan yn gweithredu fel pwynt mynediad unigol, yn darparu cyngor dros y ffôn ac wyneb yn wyneb, yn rhoi gwybodaeth, ac yn monitro pob agwedd ar gydlynu gofal, a hynny er mwyn gwella taith a phrofiad y claf.

Diwrnod Astudio Poen

Roedd dros 60 o weithwyr iechyd yn bresennol mewn diwrnod astudio i feithrin ymwybyddiaeth o'r dulliau rheoli cyfredol a'r cymorth sydd ar gael ar gyfer y rheiny sy'n dioddef o boen acíwt a chronig. Mae rhagor o ddiwrnodau wedi'u cynllunio ledled ardal y Bwrdd Iechyd.

Gweithio ar y Cyd yng Ngheredigion

Mae'r holl asiantaethau sy'n ymwneud â gwaith iechyd a gofal cymdeithasol yn gweithio'n agos er mwyn sicrhau bod cleifion a chleientiaid yn gallu cael yr help mwyaf priodol y mae arnynt ei angen, ar yr adeg iawn ac yn y lle iawn, a hynny heb gael eu derbyn i'r ysbyty'n ddiangen.

Mae Porth Gofal yn un agwedd ar y gwaith hwn, sy'n darparu pwynt mynediad unigol i gael, tracio a dosbarthu atgyfeiriadau ledled iechyd a gofal cymdeithasol. Cynhelir cyfarfodydd cynllunio ar gyfer rhyddhau o'r ysbyty yn wythnosol, a hynny â staff o'r ysbyty, nyrsio cymunedol a'r gwasanaethau cymdeithasol; mae hyn yn sicrhau trosglwyddiad diogel ar gyfer y claf, ac yn gofalu bod yr holl wasanaethau ar waith yn ôl yr angen.

Mae'r defnydd parhaus o welyau integredig (iechyd a gofal cymdeithasol) yn darparu amgylchedd diogel ar gyfer cleifion y mae arnynt angen cyfnod asesu ac adfer ychydig yn hwy. Ar raddfa fwy o ran gweithio ar y cyd, sy'n cynnwys staff y gwasanaeth ambiwlans, yr heddlu, iechyd meddwl, timau iechyd cymunedol, ffisiotherapi, therapïau galwedigaethol, a staff nyrsio a meddygol ysbytai, daw'r tîm ynghyd i adolygu achosion er mwyn iddynt roi cymorth priodol ar waith i atal unigolion rhag cael eu derbyn i'r ysbyty'n ddiangen ac i atal cwympiadau yn y cartref.

Canolfan Iechyd a Lles Aberaeron

Mae preswylwyr Aberaeron a'r cyffiniau yn edrych ymlaen at weld eu Canolfan Iechyd a Lles newydd yn agor ym mis Awst 2019.

Cylch Caron

Mae Cylch Caron yn brosiect partneriaeth cyffrous sy'n cael ei ddatblygu yn Nhregaron rhwng y Bwrdd Iechyd, Cyngor Sir Ceredigion, Tai Canolbarth Cymru a Llywodraeth Cymru. Bydd y cynllun yn cynnwys meddygfa meddygon teulu, fferyllfa gymunedol, clinigau cleifion allanol, a chyfleusterau nyrsio a gofal cymdeithasol, yn ogystal â fflatiau gofal ychwanegol ac unedau iechyd a gofal cymdeithasol integredig.

Canolfan Adnoddau Integredig Aberteifi



GOLWG 3D Y FYNEDFA FLAEN | 3D VIEWS OF FRONT ENTRANCE

Mae Canolfan Adnoddau Integredig Aberteifi yn rhan o gynllun datblygu Bath House yn Aberteifi, sy'n werth £50 miliwn. Nod y prosiect yw gwella mynediad at wasanaethau gwledig er mwyn cyflawni a chynnal cymaint o annibyniaeth â phosibl ar gyfer pobl sy'n byw yn Aberteifi a'r cyffiniau, a hynny trwy ddarparu gwasanaethau sy'n hyblyg ac yn ymatebol i anghenion yr unigolyn.

Bydd y cyfleuster, a adeiladir yn bwrpasol, yn darparu mynediad rhwydd at wasanaethau modern i gleifion a chleientiaid, gan gynnig dull un stop. Bydd y ganolfan yn cynnwys ystod lawn o wasanaethau cymunedol a gofal cymdeithasol, ynghyd â gwasanaethau gwirfoddol. Trwy leoli'r staff ar un safle, bydd hyn yn cynnig y cyfle i rannu gwybodaeth, gan arwain at wella safonau gofal ar gyfer cleifion, cleientiaid a gofalwyr. Disgwylir y bydd gwella'r amodau gwaith yn cynorthwyo o ran recriwtio a chadw staff. Cynllunnir i'r gwaith gael ei gwblhau erbyn mis Rhagfyr 2019.

Tîm Iechyd Meddwl Cymunedol Gogledd Ceredigion

Ers cyflwyno cyfarfodydd dyddiol ar gyfer staff o'r Tîm Iechyd Meddwl Cymunedol a'r Tîm Triniaeth yn y Cartref i Ddatrys Argyfwng, i adolygu cleifion a dynodi'r tîm mwyaf priodol i gefnogi anghenion y claf, mae lefelau'r derbyniadau i'r ysbyty wedi gostwng.

Mae'r tîm wedi dechrau ar brosiect gyda staff a myfyrwyr Coleg Ceredigion i fynd i'r afael â'r stigma iechyd meddwl ymhlith pobl ifanc. Cynhelir cyfarfodydd wythnosol â Phrifysgol Aberystwyth, ac mae'r llwybr atgyfeirio uniongyrchol ar gyfer myfyrwyr wedi helpu sawl unigolyn y mae arnynt angen cymorth a mynediad at y gwasanaeth.

Mae cyfleusterau'r ystafell aros yn Gorwelion wedi cael eu trawsnewid yn ardal aros fawr ar ffurf caffi, sy'n cynnwys byrddau, cadeiriau a soffas. Mae hyn yn cael effaith gadarnhaol ar brofiad y cleifion, ac yn annog gwell ymgysylltiad ymhlith staff a defnyddwyr y gwasanaeth.

Clwb Coesau Lindsay

Mae Clwb Coesau Lindsay yn wasanaeth triniaeth, hyrwyddo iechyd, addysg a gofal parhaus yn y gymuned yng Ngheredigion ar gyfer pobl o bob oedran sy'n dioddef o broblemau â'r coesau. Mae staff y Clwb Coesau yn gweithio mewn partneriaeth unigryw â'u haelodau a'r gymuned leol mewn lleoliad cymdeithasol a chyfeillgar sy'n hyrwyddo dealltwriaeth, cymorth a dewis gwybodus. Gwasanaeth galw i mewn yw hwn, lle gellir cael paned o de neu goffi a sgwrs wrth aros am driniaeth.

Mae'r mathau o broblemau y gellir eu trin yn amrywio o rwygiadau yng nghroen y coesau a briwiau ar y coesau i anawsterau o ran cerdded. Yn achos llawer o bobl sy'n dioddef o gyflwr sy'n ymwneud â'r coesau, mae eu prif broblemau yn gysylltiedig â phoen, haint, clwyfau'n gollwng, ansymudoledd, unigrwydd a theimlo'n ynysig. Trwy fynd i'r clwb, gallant gael cymorth, help a chwmnïaeth.

Newidiadau o ran y ffordd o ymdrin â chwympiadau ymhlith cleifion yng Ngheredigion



Amcangyfrifir bod un ymhob 15 o bobl yng Ngheredigion mewn perygl o gwympo bob blwyddyn. Gall cwympiadau ymhlith oedolion hŷn gael effaith sylweddol ar iechyd a disgwyliad oes yr unigolyn ond, mewn nifer o achosion, gellir eu hatal. Mae staff sy'n cydweithio ledled y gwasanaethau iechyd (gan gynnwys ysbytai a gofal sylfaenol a chymunedol), hamdden, gofal cymdeithasol, tai a gwirfoddol, yn ceisio lleihau nifer y cwympiadau trwy gefnogi pobl gyda thechnegau atal er mwyn lleihau eu risg o gwympo. Darperir cymorth ymchwil gan Brifysgol Aberystwyth.

Astudiaethau achos:

- Ymyrraeth gynnar er mwyn cynnal annibyniaeth – gan fod ar y claf ofn cwympo wrth fynd i mewn i'r bàth a dod allan ohono, gosodwyd rheilen law, sydd wedi bod yn ddefnyddiol iawn ac wedi rhoi tawelwch meddwl iddo. Roedd asesiad risg o amgylch y tŷ wedi arwain at fwy o ymwybyddiaeth o beryglon, ac aed ati i'w hunioni.
- Ymateb i gyflwr claf – cafodd claf ei atgyfeirio at y Clinig Diogel a Chadarn ac, wrth ei asesu, gwnaed diagnosis o ddiffyg fitaminau; aed ati i unioni hyn. Yn dilyn cwrs o adsefydlu symudiad, roedd cydbwysed a cherddediad y claf wedi gwella cymaint nes bod yr ofn o gwympo wedi lleihau, gan ei alluogi i gerdded i'r dref a threulio amser yn yr ardd.

Erbyn hyn, mae gan y gwasanaeth bum Hyfforddwr Cwympiadau a Sefydlogrwydd Osgo, sy'n cynnal rhaglenni ledled y sir.

Y Cynllun Digidol

Y Cynllun Digidol – bydd hwn yn sicrhau bod yr holl gofnodion nyrsio ledled pob maes ymarfer yn dod yn rhai digidol (electronig). Bydd hyn yn darparu un set safonol o asesiadau a dogfennau cenedlaethol i gefnogi'r gwaith o ddarparu gofal diogel ac effeithiol.

Adolygiadau o Farwolaethau

Mae dysgu o unrhyw farwolaethau yn ein gofal yn ein helpu i wella ansawdd y gofal yr ydym yn ei ddarparu i'n cleifion, ac i nodi lle y mae angen i ni wneud rhagor er mwyn gwella. Buom yn adolygu'r broses hon, ac yn sicrhau bod unrhyw farwolaethau yn cael eu hadolygu cyn pen 28 diwrnod. Cafwyd gwelliant sylweddol, gydag 89% o'r achosion yn cael eu hadolygu yn unol â'r amserlen hon, a'r gwersi a ddysgwyd yn cael eu rhannu ledled y Bwrdd Iechyd.

Gofal Gydag Urddas

Sicrhau bod pobl yn cael eu trin ag urddas a pharch, a'u bod hwythau yn trin pobl eraill yn yr un modd

Rydym am: i chi gael gofal o ansawdd da gan yr holl wasanaethau iechyd; sicrhau bod rhywun yn gwrando arnoch a'ch bod bob amser yn cael eich trin â charedigrwydd, urddas a pharch yn yr holl wasanaethau gofal.

Working to become Dementia Friendly

Mae ysbytai yn lleoedd anghyfarwydd i fwyafrif y cleifion sy'n cael eu derbyn, ond yn achos cleifion â dementia, gall y dieithrwch hwn fod hyd yn oed yn fwy gofidus. Rydym yn darparu amgylchedd 'cyfeillgar i ddementia' ar gyfer y cleifion yn ein hunedau meddygfa ddydd. Mae hyn yn cynnwys lloriau mewn lliw sy'n gyfeillgar i ddementia, hysbysiadau mewn toiledau er mwyn lleihau'r risg o ddryswch, ac ymgysylltiad yr holl staff. Bydd nyrs ddementia yn darparu cymorth i gleifion sy'n cael eu derbyn ar gyfer triniaethau llawfeddygol ac sydd hefyd â dementia, er mwyn iddynt gael gofal mewn amgylchedd sy'n lleihau'r potensial ar gyfer mwy o ddryswch a phryder. Mae hyn hefyd yn rhoi tawelwch meddwl i'r gofalwyr a'r perthnasau.

Rydym wedi cyflwyno Therapi Atgofion Digidol mewn dwy ardal gofal henoed, sy'n helpu cleifion â dementia a chleifion mewnol hŷn i gael arhosiad mwy cyfforddus, a hynny trwy ddarparu mynediad at archifau o ffotograffau, cerddoriaeth a gemau hanesyddol, a thrwy ganiatáu i'r cleifion dynnu eu lluniau eu hunain. Mae i'r therapi hwn nifer o fuddion, gan gynnwys lleihau arwahaniad cymdeithasol, cynnig gweithgaredd hwyliog ac ysgogol, hyrwyddo hunan-werth, a darparu ffordd o gynnal perthnasoedd ag anwyliaid. Rydym hefyd wedi sylwi ar fanteision i'r staff gan fod y fenter hon yn cynnig cyfle i'n staff ddeall hanes, ymddygiadau a phersonoliaeth y cleifion yn well, yn ogystal â'r hyn y maent yn eu hoffi a'r hyn nad ydynt yn ei hoffi.

Ers cyflwyno'r system, bu gostyngiad yn nifer y digwyddiadau yn ymwneud ag ymddygiad amhriodol gan gleifion, gan gynnwys achosion o ymddygiad ymosodol tuag at staff a chleifion eraill. Bu yna hefyd ostyngiad o 87.5% yn nifer y cwympiadau ymhlith cleifion mewnol yn yr ardaloedd hyn, gostyngiad a gefnogwyd gyda chyflwyno amrywiaeth o fesurau atal, er enghraifft larymau cleifion, gwelyau isel a hyfforddiant. Credwn fod y system hon wedi cyfrannu'n sylweddol at y gwelliant cyffredinol hwn trwy roi cyfleoedd ychwanegol i'r cleifion o ran rhyngweithio cymdeithasol, cymhelliant, therapi cerddoriaeth a gweithgareddau eraill sy'n ymwneud ag atgofion. Y bwriad yw ehangu'r fenter hon ledled nifer o wardiau meddygol yn ein hysbytai.

Llwyddodd y prosiect hwn i gyrraedd y rhestr fer ar gyfer rownd derfynol Gwobrau Rhwydwaith Profiad y Claf 2019.

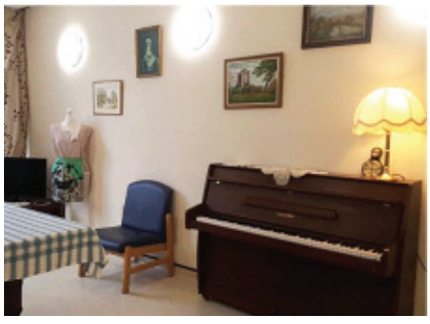
Mae stori'r claf isod yn amlygu gwerth y prosiect hwn
http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/862/AQS%20Patient%20Story.mp3



Ward Cadog yn camu'n ôl mewn amser

Mae'r ward eiddilwch meddygol yng Nglangwili wedi cael ei thrawsnewid yn barlwr Cymreig, gan ail-greu amgylchedd cartrefol ar gyfer cleifion sy'n dioddef o eiddilwch a dementia. Mae staff y ward yn deall y gall bod yn yr ysbyty beri straen, felly roeddent am greu ardal lle gallai'r cleifion ymlacio, cymdeithasu yn ystod y dydd, a chymryd rhan mewn gweithgareddau. Ers ail-greu'r ystafell ddydd, mae'r cleifion yn awyddus i dreulio amser yno, yn enwedig amser bwyd, ac mae hynny wedi gwella eu harferion bwyta ac yfed. Cânt eu cefnogi gan ein gweithwyr cymorth eiddiledd a staff y ward i godi o'r gwely, gwisgo a gadael yr ardaloedd wrth ymyl y gwely, a chymryd rhan mewn gweithgareddau cymdeithasol a dosbarth ymarfer corff, a gynhelir gan dechnegydd ffisiotherapi y ward.







PROSIECT MACAM – cefnogi cleifion ag anableddau dysgu mewn amgylcheddau ysbyty



Amgylchedd y Ward

Mae'n bleser gennym rannu â chi y gwaith yr ydym wedi bod yn ei wneud, gwaith i gefnogi cleifion ag anableddau dysgu sy'n gorfod cael eu derbyn i'r ysbyty. Rydym wrth ein bodd bod y gwaith hwn hefyd wedi cael ei gydnabod yn genedlaethol, a'i fod wedi cyrraedd rownd derfynol Gwobrau Rhwydwaith Profiad y Claf.

Cafodd claf yn un o'n wardiau y profiad isod yn Ysbyty Llwynhelyg, ac ysgogodd hynny newidiadau i'r arfer:

Cafodd Claf A ei dderbyn i'r ysbyty â chyflwr meddygol o ganlyniad i hunanesgeulustod a diffyg rheolaeth ar feddyginiaethau dyddiol. Nid oedd gan Glaf A unrhyw sgiliau cyfathrebu llafar, ac roedd yn rhaid i'r staff arsylwi ar arwyddion o ddulliau cyfathrebu dieiriau. Roedd Claf A yn byw ar ei ben ei hun, ac nid oedd unrhyw hanes ar gael gan y timau cymunedol pan gafodd ei dderbyn, na chwaith wybodaeth am berthnasau agosaf. Nid oedd yr un pasbort anabledd dysgu ar gael, nid oedd yn eglur pwy oedd y gweithiwr allweddol er mwyn trafod y pecyn gofal, ac roedd yna broblemau ar y ward a arweiniodd at gofnodi digwyddiad yn ymwneud â diogelwch claf, ynghyd â theimlad ymhlith y staff eu bod yn siomi'r claf trwy beidio â darparu profiad da ar ei gyfer. Roedd y prif achos yn ymwneud â diffyg cyfathrebu. Yn y pen draw, roedd y canlyniad i'r claf yn un gwael gan iddo orfod aros yn yr ysbyty am bum mis hyd nes y gallwyd cytuno ar gynllun gofal diogel.

Yn dilyn yr achos hwn, cynhaliwyd adolygiad llawn gan fod morâl y staff yn isel iawn, a chyflwynodd y tîm system a oedd yn cynnwys pobl ag anabledd dysgu a'u gofalwyr yn y broses ddysgu, a hynny mewn modd gweithredol. Yn dilyn y gwaith hwn, a werthfawrogwyd yn fawr gan bawb a gymerodd ran, mae'r astudiaeth achos ganlynol yn dangos sut y mae'r broses wedi newid, gan arwain at well canlyniadau a phrofiadau ar gyfer cleifion a staff:

Cafodd Claf B ei dderbyn i'r ward â nifer o gyflyrau meddygol, yn ogystal ag anableddau dysgu. Cyn cael ei dderbyn, roedd Claf B wedi bod yn byw gyda'i deulu tan iddo gael diagnosis o ddementia ac, yn dilyn hyn, cafodd ei drosglwyddo i gartref arbenigol. Cafodd Claf B ei ddisgrifio fel unigolyn a oedd yn mwynhau rhannu jôc a chwerthin, ac roedd wedi bod yn unigolyn cymdeithasgar tan ryw chwe mis cyn yr adeg dan sylw. Pan gafodd ei dderbyn, rhoddodd y staff y broses MACAM ar waith ar unwaith, fel a ganlyn:

- Aeth y Nyrs Cyswllt Rhyddhau ati i drefnu cyfarfodydd ddwywaith yr wythnos ar y ward cyn pen 24 awr i'r adeg derbyn; roedd y cyfarfodydd hyn yn cynnwys yr holl staff perthnasol a oedd yn ymwneud â'r claf, gan gynnwys gweithiwr cymdeithasol a rheolwr y cartref gofal.
- Y Nyrs Cyswllt Rhyddhau oedd y gweithiwr allweddol a oedd mewn cyswllt dyddiol ag Uwch-nyrs y Ward, ac aeth ati i gadw'r llinell gyfathrebu ar agor â phawb.
- Enwebwyd eiriolwr, a gafodd ei wahodd i bob cyfarfod.
- Cynhaliwyd adolygiad o'r cynllun cynnydd a thriniaeth ddwywaith yr wythnos, gyda'r teulu'n cymryd rhan lawn i sicrhau bod y tîm yn ymwybodol o anghenion gofal personol y claf, a fyddai'n gwella arhosiad Claf B ar y ward. Er enghraifft, ceisiodd y ward efelychu patrymau cwsg blaenorol y cartref, a chwaraewyd hoff gerddoriaeth y claf yn rheolaidd.
- Yn drist iawn, dirywiodd iechyd corfforol Claf B tra oedd ar y ward, a gwnaed y penderfyniad, trwy'r MACAM, i ddarparu cymorth 'diwedd oes' lliniarol yn ei gartref gofal. Cefnogwyd ei deulu trwy'r broses anodd ac emosiynol hon i ddeall a chytuno i'r dull hwn, ac roeddent wedi chwarae rhan weithredol yn y gwaith o gynllunio ar gyfer ei ryddhau yn ôl adref i farw mewn amgylchedd cyfarwydd.
- Roedd y cyfathrebu rhagorol yn yr achos hwn wedi arwain at gynllunio esmwyth ar gyfer rhyddhau Claf B, a bu farw lle y byddai wedi dymuno bod, yng nghwmni ei ffrindiau a'i anwyliaid.

Dywedodd y meddyg ymgynghorol:

"Roedd y claf yn ganolog i'r holl ofal, cafwyd trafodaethau agored yn ystod pob cyfarfod er mwyn galluogi'r holl bersonél i roi mewnbwn i sicrhau'r canlyniad gorau, enghraifft wych o MDT yn gweithio"

Dywedodd y teulu:

"cyfathrebu rhagorol trwy gydol y broses, roeddwn yn dawel fy meddwl fod fy mherthynas yn cael y rheolaeth orau "

Adnewyddu Hosbis Tŷ Bryngwyn



Mae prosiect adnewyddu gwerth £683,000 ar gyfer Hosbis Tŷ Bryngwyn yn Llanelli wedi dechrau. Bydd cam cyntaf y prosiect yn cael ei ariannu gan Elusennau Iechyd Hywel Dda, a bydd yn cynnwys gwelliannau mawr i'r brif fynedfa, y dderbynfa a'r ardal gwasanaethau dydd, yn ogystal ag ychwanegu ystafell therapi/grŵp ddynodedig a chlinigau. Bydd cam 2, a ariennir gan Bwyllgor Hosbis Tŷ Bryngwyn, yn cynnwys gwelliannau i'r

uned cleifion mewnol sy'n cynnwys chwe gwely, ynghyd ag ychwanegu seithfed ystafell wely gyda chyfleusterau en-suite a'r gallu i gefnogi teuluoedd yn ystod eu harhosiad.

Cydweithio i wella gofal hirdymor

Mae'r Gwasanaeth Gofal Hirdymor wedi bod yn gweithio gyda staff, cleifion a pherthnasau i drawsnewid y ffordd y caiff gofal hirdymor ei ddarparu. Caiff cleifion y mae arnynt angen gofal hirdymor eu nodi ar y cam cynharaf ar ôl cael eu derbyn i'r ysbyty fel y gellir cynllunio'r gofal mewn modd priodol a sicrhau bod yna gyfathrebu parhaus. Rhoddir cymorth a chyngor ar y broses o gefnogi cleifion i fynd yn ôl i'w cartrefi eu hunain neu i'r cartref nyrsio o'u dewis, ynghyd â gwybodaeth am y pecyn gofal neu'r cartref gofal dewisol, a'r hyn y gellir ei ddisgwyl pan gânt eu rhyddhau o'r ysbyty.

Gofal gydag urddas ar gyfer cleifion trawsryweddol

Rydym wedi derbyn nad yw'r ddarpariaeth yn briodol o ran gofal gydag urddas yn ein Huned Llawdriniaeth Ddydd ar gyfer cleifion Trawsryweddol sydd ar y rhestr ar gyfer triniaethau llawfeddygol cynlluniedig. Gyda chyngor gan y Tîm Cydraddoldeb ac Amrywiaeth, mae rhagor o hyfforddiant yn cael ei ddarparu er mwyn sicrhau ein bod yn gwella'r gofal a ddarperir ar gyfer ein cleifion trawsryweddol ac yn darparu gofal nyrsio o safon uwch, a hynny trwy well dealltwriaeth o anghenion unigol y cleifion.

Ymataliaeth y Bledren a'r Coluddyn

Mae'r Gwasanaeth Ymataliaeth wedi nodi oedi hir ar gyfer cleifion y mae arnynt angen atgyfeiriadau arferol i gael eu gweld gan Ymgynghorydd Ymataliaeth Arbenigol. Mae rhaglen hunanreoli yn cael ei datblygu, a fydd yn cynnwys sesiwn addysg ar gyfer y claf, a hynny mewn partneriaeth â'r Rhaglen Cleifion Arbenigol a Nyrs Glinigol Arbenigol mewn Ymataliaeth, gyda chymorth gan y nyrs arbenigol pan fydd y rhaglen wedi cael ei chwblhau. Mae'n bleser gennym ddweud bod statws Enghreifftiol Comisiwn Bevan wedi cael ei ddyfarnu i'r rhaglen hon.

Gwasanaeth presgripsiynau newydd

Cyflwynwyd gwasanaeth presgripsiynau newydd yng Ngheredigion gan y Nyrs Glinigol Arbenigol, a hynny ar gyfer gofal o'r bledren a'r coluddyn, fel ei gilydd. Mae'r gwasanaeth yn galluogi'r cleifion y mae arnynt angen y cynhyrchion arbenigol ar gyfer eu hiechyd a lles, i gael y cynhyrchion, ynghyd â chael yr adolygiad arbenigol gan yr Ymarferydd Nyrsio. Ar yr adeg hon, byddai'r nyrs yn gallu cynnig cyngor a helpu i ddatrys unrhyw broblemau a allai fod gan y claf, ynghyd ag ystyried defnyddio cynhyrchion newydd i ddiwallu ei anghenion. Gellir defnyddio'r gwasanaeth hwn trwy ffonio rhif Rhadffôn. Mae adborth cynnar gan gleifion yn dangos eu bod o'r farn bod y gwasanaeth newydd hwn yn gadarnhaol, ond bydd gwerthusiad llawn yn cael ei gynnal.

Uwch-ymarferydd Nyrsio Gogledd Ceredigion

Bydd Uwch-ymarferydd Nyrsio Gogledd Ceredigion yn sicrhau bod pob unigolyn eiddil yn cael asesiadau arbenigol er mwyn rhoi cymaint o annibyniaeth â phosibl iddo. Rydym yn gobeithio datblygu Gwasanaeth Eiddilwch ledled y Bwrdd Iechyd, sy'n darparu cymorth i nyrsys ardal, nyrsys arbenigol, meddygon teulu, a thimau gofal lliniarol ac iechyd meddwl. Byddant hefyd yn gweithio gydag asiantaethau gwirfoddol tebyg i Gofal a Thrwsio, yn ogystal ag asiantaethau gofal cymdeithasol.

Gofal Amserol

Sicrhau bod pobl yn cael gwasanaethau mewn modd amserol, yn seiliedig ar angen clinigol, a sicrhau eu bod yn cymryd rhan weithredol mewn penderfyniadau ynghylch eu gofal

Rydym am sicrhau: eich bod yn gallu gweld meddyg pan fydd angen i chi weld meddyg; bod eich anghenion iechyd yn cael eu deall a'u trin cyn gynted â phosibl.

I gyflawni hyn, rydym wedi ymgymryd â'r datblygiadau newydd canlynol eleni:

Gwasanaeth 111



O 31 Hydref 2018 ymlaen, bydd y cleifion sy'n byw ledled ein hardal yn gallu deialu 111 i gael mynediad at wasanaeth y tu allan i orau eu meddyg teulu a Galw Iechyd Cymru. Bydd hyn yn ei gwneud yn haws iddynt gael y cyngor, y cymorth a'r driniaeth sy'n iawn ar eu cyfer, a hynny i gyd mewn un lle.

Bydd y rhif ffôn, sy'n rhad ac am ddim, yn sicrhau ei bod yn hawdd i gleifion gael cymorth gofal iechyd brys os byddant yn teimlo'n anhwylus neu os bydd eu meddygfa eu hunain ynghau. Mae'r cynllun yn bartneriaeth rhwng y Bwrdd Iechyd, Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwlans Cymru a Llywodraeth Cymru.

111



Fferyllfa 'Galw i Mewn'

mae nifer o fferyllfeydd cymunedol ledled Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro yn Ganolfannau Fferyllfa Galw i Mewn. Bydd y fferyllydd yn darparu triniaethau i gleifion ar gyfer amrywiaeth o gyflyrau, o glefyd gwair i lau pen, ac o a heintiau yn y llygaid i boen cefn. Darperir y gwasanaeth hwn gan **93** o fferyllfeydd cymunedol yn ardal Hywel Dda. Bydd y canolfannau hefyd yn cynnig dulliau atal cenhedlu hormonaidd brys, cyflenwad brys o feddyginiaethau, gwasanaethau rhoi'r gorau i ysmygu, gwasanaeth dychwelyd offer miniog, brechiadau rhag y ffliw, ac adolygiadau o feddyginiaethau.

I weld lle mae eich Canolfan Fferyllol Galw i Mewn agosaf, ac i gael gwybod rhagor am y gwasanaethau y mae eich fferyllfa leol yn eu cynnig, ewch i:
www.hywelddahb.wales.nhs.uk/communitypharmacy

Rydym yn datblygu unedau gofal brys dydd (galw i mewn) yn ysbytai Bronglais, Glangwili a Llwynhelyg. Mae'r gwasanaeth hwn yn darparu gofal brys ar yr un diwrnod i gleifion yn yr ysbyty. Caiff y cleifion eu hasesu, rhoddir diagnosis iddynt, a chânt eu trin, a gallant fynd adref yr un diwrnod, a hynny heb gael eu derbyn i'r ysbyty dros nos. Rydym yn trin nifer o gyflyrau cyffredin, gan gynnwys cur pen, thrombosis gwythiennau dwfn a diabetes.

Bu gwelliant o ran yr amserau aros o'r atgyfeiriad i'r driniaeth ym mhob un o'n gwasanaethau yn ystod y flwyddyn a, ddiwedd mis Mawrth 2019, nid oedd yr un claf yn aros am fwy na 36 wythnos o adeg yr atgyfeiriad i'r driniaeth yn ein hysbytai. Mae hynny'n welliant sylweddol yn ansawdd y gwasanaeth a phrofiad y claf.

‘Gartref Gyntaf’

Gwyddom mai triniaeth y tu allan i’r ysbyty, yn ddelfrydol yn ei gartref ei hun, sydd orau ar gyfer iechyd a llesiant y claf, pan fo’n ddiogel yn feddygol gwneud hynny. Mae’r broses ‘Gartref Gyntaf’ yn annog pobl i ddod o hyd i’r ffordd orau o gefnogi eu hanghenion gofal iechyd, ac yn eu helpu i fod mor annibynnol â phosibl. Rydym wedi cyflwyno nifer o ddatblygiadau newydd i’n helpu i gyflawni hyn; mae stori Joan yn enghraifft:

Roedd Joan wedi cwympo gartref, a chafodd ei chludo i’r adran Damweiniau ac Achosion Brys yn Llwynhelyg. Cafodd ei hasesu gan y Tîm Cymorth Amlasiantaeth, sy’n cynnwys ffisiotherapi, therapi galwedigaethol a nyrsio ardal, yn ogystal â chan Weithiwr Cymdeithasol dynodedig, sy’n rhan o’r tîm rhyddhau. Mae’r cymorth a ddarperir yn galluogi pobl nad oes angen iddynt gael eu derbyn i’r ysbyty i ddychwelyd adref, a hynny gyda’r offer priodol a’r cymorth perthnasol.

Dywedodd Joan ei bod wedi cael gwasanaeth da gan yr ysbyty, a bod y “staff yn hwyliog ac yn braf i siarad â nhw”. Teimla fod hyn wedi ei helpu i adfer ei hyder o ran rhoi pwysau ar ei choes. Treuliodd noson yn yr adran Damweiniau ac Achosion Brys, ac roedd yn falch o gael mynd adref gan ei bod yn teimlo’n “hyderus wrth sefyll gan fod y staff yn garedig ac yn gymwynasgar”.

Cafodd Joan ei rhyddhau gyda ffrâm toiled, a’i helpodd i fod yn annibynnol. Roedd wrth ei bodd â’r cyfarpar a “ddim yn gwybod y gallech gael yr holl bethau hyn, mae’n wych”.

Amseroedd Ymateb Ambiwlansys

Gwyddom fod cyflawni targed Llywodraeth Cymru o sicrhau amser ymateb o wyth munud ar gyfer ambiwlansys yn her yn yr ardal hon; mae’r galw am ofal brys a’r gwasanaeth ambiwlans yn cynyddu trwy’r amser. Cafodd rolau uwch-ymarferwyr ym maes gofal y tu allan i oriau eu cyflwyno yn ystod y flwyddyn. Bydd cyfarpar cymorth codi yn cael eu gosod mewn cartrefi gofal, a bydd hyfforddiant ar y rhaglen ‘IStumble’ yn cael ei gynnig, sef proses yn y GIG sy’n ymwneud â risgiau o gwympo, ac sy’n cynorthwyo staff mewn cartrefi nyrsio a chartrefi preswyl i bennu a oes angen galw ambiwlans brys.

Pan fo’r adrannau Damweiniau ac Achosion Brys yn brysur, a phan fo’r holl ardaloedd asesu yn llawn, gall hyn achosi oedi o ran gallu staff ambiwlansys i drosglwyddo cleifion o’r ambiwlans i mewn i’r ysbyty. Rydym yn cymryd camau i sicrhau nad yw’r cleifion yn gorfod cael eu cadw yn yr ambiwlans a bod y criwiau’n cael eu rhyddhau’n gyflym er mwyn ymateb i’r alwad nesaf. Mae’r gwaith hwn yn cynnwys recriwtio meddygon yn ysbytai Bronglais a Glangwili, a datblygu gwasanaethau dan arweiniad nyrsys yn yr uned mân anafiadau ym Mronglais.

Y Prosiect Trin a Dychwelyd Adref – Gofal Cardiaidd

Rydym yn falch iawn o ganlyniadau’r gwaith yr ydym wedi ymgymryd ag ef gyda’n cyd-weithwyr yn Ysbyty Treforys, Abertawe, i ddarparu rhagor o ofal amserol ar gyfer ein cleifion y mae arnynt angen asesiadau a thriniaethau cardiaidd. Mae’r gwelliannau mewn perthynas ag amseroldeb yr asesiadau a’r triniaethau, a’r canlyniadau clinigol, fel ei gilydd, wedi bod yn sylweddol. Er enghraifft, mae’r amser aros cyfartalog ar gyfer ein cleifion y mae arnynt angen triniaeth angiograffeg yn Abertawe wedi gostwng o ddeg i bedwar diwrnod.

Gwelliannau i’r Llawdriniaeth Ddydd

Cyflwynwyd llwybr newydd ar gyfer cleifion trawma. Gan weithio’n agos gyda’r clinigau cyn-asesu, mae’r broses sgrinio yn nodi’r cleifion trawma y byddai’n addas cynnig llawdriniaeth ddydd iddynt, yn hytrach nag arhosiad yn yr ysbyty. Cyn i’r cleifion adael y clinig, rhoddir dyddiad iddynt ar gyfer y llawdriniaeth. Rhoddir gwybodaeth i gleifion iddynt hefyd, i’w paratoi ar gyfer eu hymweliad â’r uned lawfeddygaeth, yn ogystal â rhestr o’r hyn y dylent ei wneud a’r hyn na ddylent ei wneud cyn cael ffisiotherapi yn dilyn eu llawdriniaeth.

Derbyniadau i gael llawdriniaeth ar yr un diwrnod ar gyfer cleifion sy'n cymryd Warfarin

Caiff cleifion sy'n gorfod cymryd Warfarin (meddyginiaeth i deneuo eu gwaed) eu derbyn i'r ysbyty ar ddiwrnod eu llawdriniaeth 'nawr, yn hytrach nag i ward ar y diwrnod blaenorol oherwydd bod angen cynnal profion cyn y llawdriniaeth. Bellach, mae'r profion ar gael cyn pen 30 munud, a rhoddir blaenoriaeth i'r cleifion ar y rhestr llawdriniaeth, gan leihau eu risg o gael niwed.

Gofal Offthalmoleg

Yn ystod y flwyddyn, rydych wedi dweud wrthym am eich pryderon ynghylch cael triniaeth ac apwyntiadau offthalmeg amserol. Rydym wedi cyflwyno nifer o wasanaethau newydd i wella mynediad at driniaethau ac i ryddhau'r offthalmolegwyr ymgynghorol i ddarparu gofal llygaid arbenigol, a hynny er mwyn lleihau amseroedd aros yn y maes hwn. Dyma enghreifftiau o'r gwaith y buom yn ei wneud i sicrhau gwelliannau:

- **Mae cyflwyno nyrsys a all roi pigiadau mewnfitriol** i faes gofal retinol offthalmoleg wedi lleihau'r oedi o ran y cleifion sy'n cael triniaeth ar gyfer Dirywiad Macwlaidd Gwlyb sy'n Gysylltiedig â Henaint. Caiff pob pigiad mewnfitriol ei roi gan nyrs a all roi pigiadau, ac mae hyn hefyd yn sicrhau parhad yn y gofal ar gyfer y cleifion. Yn y dyfodol, y cynllun yw y bydd y nyrsys yn adolygu canlyniadau profion offthalmig ac yn rhagnodi triniaethau.
- **Mae nyrsys glawcoma arbenigol** yn gweithio'n agos gyda'r offthalmolegwyr i ddarparu triniaeth ar gyfer y cleifion. Mae'r swyddi newydd hyn wedi lleihau'r amseroedd aros ar gyfer ymgyngoriadau.

Clefyd Cronig yr Ysgyfaint

Mae cleifion sydd â chlefyd anadlol cronig yn profi amseroedd aros hir cyn cael eu hadsefydlu, a chyn cael gofal a chyngor er mwyn iddynt fyw eu bywydau mewn modd mor llawn â phosibl. Bellach, mae gan y Gwasanaeth Adsefydlu Cleifion yr Ysgyfaint wasanaeth atgyfeirio canolog, sy'n cynnwys llwybrau gwahanol ar gyfer cleifion er mwyn iddynt gael y gofal a'r driniaeth fwyaf priodol i ddiwallu eu hanghenion unigol. Y cynllun yw ein bod yn ehangu ac yn gwella'r gwasanaeth hwn ledled yr ardal. Bydd y cleifion yn elwa trwy gael eu rhyddhau i'w cartrefi yn gynharach, a bydd llai o angen iddynt gael eu derbyn i'r ysbyty.

Rhaglen Adsefydlu Cleifion yr Ysgyfaint





Mae ardal Gogledd Ceredigion wedi bod yn gweithio gyda'r Tîm Adsefydlu Cleifion yr Ysgyfaint i gynnal sesiynau adsefydlu cleifion yr ysgyfaint trwy fideogynadledda mewn lleoliadau yn y gymuned. Caiff y rhaglen adsefydlu ei chyflwyno i ddosbarth o 10 o gleifion, a'i throsglwyddo mewn amser real, trwy fideogynadledda, i safle arall, sy'n fwy lleol i gartrefi'r cleifion, a hynny i ddosbarth o wyth claf.

Mae'r adborth yn awgrymu bod defnyddio cyfleusterau fideogynadledda i gyflwyno'r gwasanaeth hwn yn ddewis effeithiol amgen i'r rhaglen wyneb yn wyneb. Mewn grŵp ffocws, aeth y cleifion ati i ddisgrifio sut yr oedd y rhaglen wedi trawsnewid eu bywydau trwy feithrin eu hyder a thrwy iddynt gwrdd â ffrindiau newydd. Bydd hyn yn galluogi cleifion sy'n byw mewn ardaloedd gwledig i gael mynediad at adferiad yn nes at eu cartrefi. Cydnabyddir y prosiect hwn yn Enghraifft o Dechnoleg lechyd Bevan, ac enillodd ddwy wobr genedlaethol yn ystod 2018. Yn y dyfodol, bwriedir ehangu'r gwasanaeth hwn ledled ein hardal ac, o bosibl, ledled Cymru gyfan (trwy'r Comisiwn Bevan).

Gwasanaethau Deintyddol



Mae'r gwasanaeth asesu ar gyfer mân lawdriniaethau'r geg a llawdriniaethau'r geg ar gyfer oedolion (anesthetig cyffredinol) ar waith er mwyn sicrhau bod cleifion yn cael eu gweld gan y gwasanaeth sy'n briodol ar gyfer eu hanghenion. Mae'n nodi unrhyw ymholiadau uniongyrchol ynghylch y system atgyfeirio at y practis deintyddol cyffredinol, gan felly leihau oedi diangen ac amseroedd aros ar gyfer y cleifion.

Mae'r Gwasanaeth Mynediad Arferol yn cefnogi'r cleifion hynny y mae arnynt angen triniaeth ddeintyddol mewn modd amserol, cyn dechrau ar driniaeth gofal ysbyty, er enghraifft cemotherapi a chardioleg.

Mae mynediad at Wasanaethau Deintyddol Cyffredinol yn parhau i fod yn faes heriol, a dyma fydd un o'n blaenoriaethau ar gyfer gwelliant yn y flwyddyn i ddod. Gall cleifion gael triniaeth ddeintyddol tra byddant yn aros am fynediad at ofal deintyddol hirdymor. Byddwn yn adolygu'r holl wasanaethau, gan gynnwys y gwasanaeth mynediad arferol a'r gwasanaeth mynediad brys, er mwyn sicrhau eu bod yn effeithiol.

Gwyddom fod yr amserau aros ar gyfer asesiad a thriniaeth orthodontig yn peri pryder, ac rydym yn chwilio am ffyrdd y gallwn wella hyn ar gyfer ein cleifion. Daeth contract yr asesiad Orthodontig i ben ar 31 Mawrth 2018, a buddsoddwyd y cyllid o'r contract hwn yn y gwaith o ddarparu triniaeth orthodontig ychwanegol er mwyn lleihau amseroedd aros, ond rydym yn cydnabod bod yna lawer o waith i'w wneud o hyd i wella'r sefyllfa hon.

Gwasanaethau Deintyddol Cymunedol

Mae'r Gwasanaethau Deintyddol Cymunedol yn gweithio'n agos gyda Bwrdd Iechyd Addysgu Powys i ddarparu amrywiaeth ehangach o wasanaethau deintyddol cymunedol ledled Canolbarth Cymru, yn enwedig yng Ngogledd Ceredigion a Gogledd Powys.

Mae cleifion yn yr ardal hon yn gweld gostyngiad yn yr amseroedd teithio a'r amseroedd aros. Bydd datblygiad pellach yn sicrhau bod gwasanaeth y Drenewydd yn ehangu i dderbyn atgyfeiriadau ar gyfer llawdriniaeth y geg a llawdriniaeth y genau a'r wyneb arbenigol. Yn y pen draw, gobeithiwn weld gwasanaeth tawelu/anesthetig cyffredinol dan arweiniad y gymuned yn cael ei leoli yn Ysbyty Bronglais.

Gofal Unigol

Trin pawb fel unigolyn, gan sicrhau bod eu gofal yn diwallu eu hanghenion a'u cyfrifoldebau eu hunain

Rydym am sicrhau eich bod yn cael eich trin mewn modd teg er mwyn gofalu bod gennych fywyd iach; eich bod yn cael eich trin fel unigolyn sydd â'i anghenion ei hun; a'ch bod yn cael y gofal a'r cymorth yn Gymraeg os oes angen.

Mae eich barn yn bwysig iawn i ni. Rydym yn gwrando arnoch ac ar eich adborth ar eich profiadau o ofal.

Gweithio i Wella

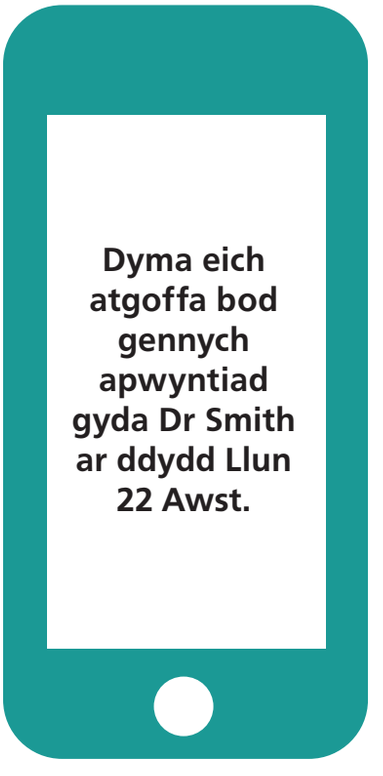
Daeth 381 o gŵynion ffurfiol i law rhwng 1 Ebrill a 31 Rhagfyr 2018. At hynny, daeth 917 o achosion i law'r Gwasanaeth Cyngor a Chyswllt Cleifion, a aeth ati i'w rheoli, ac aeth y Ganolfan Gyswllt Cymorth Cleifion i'r afael â 1,155 o ymholiadau ac achosion 'yn y fan a'r lle' eraill.

Mynediad at y gwasanaethau Practis Cyffredinol ac Offthalmoleg oedd yn peri'r mwyaf o bryder i chi, yn ogystal ag amseroedd aros ar gyfer apwyntiadau a chanslo apwyntiadau.



Gwella Cyfathrebu – Negeseuon Testun

Rydym yn gwerthfawrogi bod un o'r meysydd pryder mwyaf yn cynnwys y broses trefnu apwyntiadau i gleifion allanol. Rydym wedi cyflwyno gwasanaeth negeseuon testun newydd a gwasanaeth atgoffa am apwyntiadau er mwyn gwella profiad y claf yn y maes hwn ac i leihau nifer yr apwyntiadau a gollir, sy'n costio tua £4 miliwn y flwyddyn.



Canslo Apwyntiadau

Dywedodd un claf wrthym: "Rwy'n dioddef o orbryder a straen o ganlyniad i gael llythyr gennych yn canslo fy apwyntiad ar fyr rybudd." Chwaraewyd recordiad o alwad y claf i aelodau o'r Bwrdd lechyd er mwyn pwysleisio effaith canslo apwyntiadau ar fyr rybudd. Bellach, mae'r Bwrdd yn adolygu'r broses o roi gwybod i gleifion bod llawdriniaethau'n cael eu canslo, fel bo'r claf yn cael galwad yn lle llythyr, a hynny er mwyn gallu mynd i'r afael ag unrhyw bryderon a chwestiynau yn ystod y sgwrs.

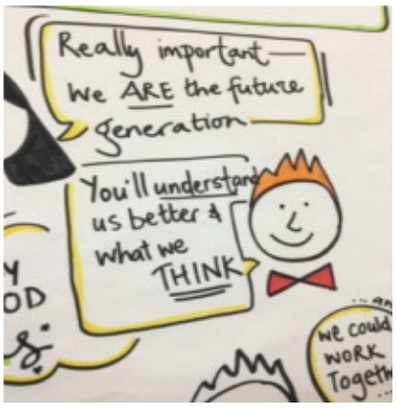
Dyma rai o'r pryderon eraill y rhoddwyd adborth gennych yn eu cylch::

Dywedasoch y Canlynol	Gwnaethom y Canlynol
Roedd yr amseroedd aros ar gyfer y gwasanaeth Fflebotomi yn annerbyniol **"Dywedwyd wrthyf na fyddwn yn gallu cael fy mhrawf gwaed, a hynny er gwaetha'r ffaith fy mod wedi aros am bron awr."**	Cynhaliwyd arolygon o adborth cleifion gan y tîm PALS ymhlith pobl a oedd yn defnyddio gwasanaeth fflebotomi Ysbyty'r Tywysog Philip. Roedd yr adborth hwn yn ein galluogi i wneud nifer o newidiadau i'r gwasanaeth, gan gynnwys gwella'r wybodaeth a oedd yn cael ei harddangos yn yr ardal, a darparu rhagor o staff yn ystod yr adegau mwyaf prysur.
Roedd angen gwella'r gwasanaeth Maeth a Hydradu, yn enwedig argaeledd tost a diodydd	Rydym wedi datblygu bwydlen diodydd ddarluniadol ar gyfer locer pob claf, sy'n cynnig mwy o ddewis o ddiodydd. Mae'r broses o baratoi tost wedi cael ei hadolygu, ac mae'r tost 'nawr yn cael ei baratoi'n ffres ar lefel y ward. Mae hydradu da yn lleihau dryswch, pendro, rhwymedd a'r risg o heintiau wrin. Yn rhan o'r cynllun gwaith i leihau haint, rydym wedi cyflwyno ymgyrch hydradu er mwyn gwella gwybodaeth am hydradu, bwydydd a ddefnyddir i hydradu, a swm yr hylif sy'n ofynnol ar gyfer iechyd o ddydd i ddydd.
"Mae'n anodd gwybod pwy sy'n gwneud beth gyda'r holl liwiau gwahanol y mae'r staff yn eu gwisgo."	Mae'r tîm PALS wedi ymweld ag ardaloedd yr holl wardiau a chlinigau er mwyn arddangos posteri sy'n egluro'r gwisgoedd o liwiau gwahanol sy'n cael eu gwisgo ledled GIG Cymru.
"Mae angen gwella'r cyfathrebu ac, yn aml, nid yw'r staff yn eu cyflwyno eu hunain nac yn dweud helô, ac nid yw hynny'n gwneud i mi deimlo'n gartrefol."	Aeth ein hadrannau cleifion allanol ati i feithrin ymwybyddiaeth o'r ymgyrch #HelôFyEnwYw. Roedd hyn yn atgoffa'r staff i'w cyflwyno eu hunain a hyrwyddo gofal tosturiol. Bydd hyn yn cael ei hyrwyddo ledled pob maes yn y Bwrdd Iechyd.
"Rydych yn arddangos nifer o hysbysiadau sy'n cyfeirio at feddygon ymgynghorol fel dynion; mae hyn yn fy nigio gan ei fod yn wreig-gasaol yn fy marn i."	Aeth y tîm PALS ati i dynnu'r hysbysiadau yn ardaloedd y cleifion allanol, a bydd fersiynau sy'n niwtral o ran y rhywiau yn cael eu gosod yn eu lle.

Cyn-filwyr

Mae'r Bwrdd Iechyd yn bartner yn fforwm y lluoedd arfog/y grŵp cyfamod rhanbarthol. Ein blaenoriaeth yw gweithredu'r polisi triniaeth â blaenoriaeth ar gyfer cyn-filwyr er mwyn sicrhau bod atgyfeiriad gan y GIG yn cael blaenoriaeth os bydd angen iechyd a nodir yn gysylltiedig â gwasanaeth blaenorol yn y lluoedd arfog. Mae gwaith yn mynd rhagddo gyda Llywodraeth Cymru i lunio posteri a fyddai'n annog cyn-filwyr i'w cyflwyno eu hunain i'w meddygfeydd teulu.





Y Ffordd Iawn – Dull Hawliau'r Plentyn

Cynhaliwyd cynhadledd lwyddiannus ym mis Tachwedd i ganolbwyntio ar hawliau'r plentyn a llais y plentyn yn ein Bwrdd Iechyd. Roeddem yn falch bod ein cyd-weithwyr ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg wedi treulio amser gyda ni er mwyn rhannu'r gwaith rhagorol a wnaed ganddynt gyda phlant a phobl ifanc yn eu hardal, sef datblygu siarter hawliau plant a bwrdd partneriaeth plant a phobl ifanc. Roedd hefyd yn bleser croesawu cyd-weithwyr o PLANED, Prifysgol Cymru y Drindod (Dewi Sant) i glywed am y gwaith rhagorol sy'n mynd rhagddo i hyrwyddo llais plant a phobl ifanc. Y flwyddyn nesaf, byddwn yn datblygu ein siarter hawliau plant ein hunain, ac yn datblygu ffyrdd o wella'r ffordd yr ydym yn ymgysylltu mewn modd ystyrlon â phlant a phobl ifanc. Gwaith a wnaed gan blant a phobl ifanc Ysgol Gynradd Hook, yn rhan o waith PLANED ar ymgysylltu mewn modd ystyrlon â phlant a phobl ifanc.



Clod i'r Brenin Hywel

A ydych wedi cwrdd ag aelod diweddaraf ein tîm? Roeddem yn falch o lansio ein masgot newydd sbon, y Brenin Hywel, ym mis Rhagfyr, a hynny mewn digwyddiad arbennig yn Ysbyty Llwynhelyg gyda phlant o Ysgol Cas-blaidd a rhaglen Heno S4C. Mae'r Brenin Hywel wedi ymuno â ni mewn cyflwyniadau a digwyddiadau codi arian ledled Sir Gaerfyrddin, Ceredigion a Sir Benfro dros y misoedd diwethaf.



Dathlu'r Gymraeg yn Rhydaman

Cafwyd diwrnod gwych o ffilmio gyda'r Coleg Cymraeg Cenedlaethol yn Ysbyty Dyffryn Aman, lle siaradwyd â staff a chleifion am bwysigrwydd defnyddio'r Gymraeg wrth ddarparu gofal i gleifion. Roedd yn wych gweld bod 82% o'r staff yn siaradwyr Cymraeg yn Ysbyty Dyffryn Aman!

Clinig Dewisiadau Genedigaeth

Sefydlwyd y clinig hwn er mwyn rhoi mynediad i fenywod at wasanaeth sy'n trafod eu dewisiadau o ran lle a sut y maent yn dymuno rhoi genedigaeth. Mae'r gwasanaeth, yn benodol, yn cefnogi menywod sydd wedi cael toriad Cesaraidd yn y gorffennol, menywod sy'n gwneud cais am doriad Cesaraidd, neu fenywod sy'n bwriadu geni yn y cartref neu mewn uned dan arweiniad bydwragedd, a lle mae yna ffactorau a allai gymhlethu'r enedigaeth. Erbyn hyn, rydym yn cynnal 13 o glinigau y mis (sydd wedi cynyddu o bedwar clinig), ac rydym yn falch bod dros 300 o fenywod wedi bod yn un o'r clinigau dros gyfnod o 11 mis. Rydym wedi gweld gostyngiad o bron 10% yn nifer y menywod sy'n cael toriad Cesaraidd.

Grŵp Cymorth Cleifion Gofal Critigol

Rydym wedi cyflwyno Grŵp Cymorth Cleifion Gofal Critigol, sy'n agored i gyn-gleifion, perthnasau a chyd-weithwyr yn y GIG, i roi cyfle i gynnal trafodaethau agored am brofiadau yn yr unedau gofal critigol ac yn dilyn cael eu rhyddhau o'r ysbyty. Cefnogir hwn hefyd gan dîm y Gwasanaeth Cyngor a Chyswllt Cleifion (PALS), er mwyn rhoi cyfle i gleifion/berthnasau drafod unrhyw faterion (cadarnhaol neu negyddol) y maent am i ni fynd i'r afael â nhw yn yr Uned Gofal Dwys ac yn ardaloedd ein wardiau. Bydd rolau gwirfoddol hefyd yn cefnogi cleifion a theuluoedd yn yr unedau gofal critigol, a bydd dyddiaduron cleifion yn cael eu cyflwyno yn ogystal.

Grŵp Cymorth Canser y Pen a'r Gwddf

Rydym wedi cyflwyno grŵp cymorth canser y pen a'r gwddf ar gyfer cleifion sydd wedi cael diagnosis o ganser y pen a'r gwddf. Yn achos y cleifion, mae hyn yn golygu eu bod yn gallu cyfathrebu â chleifion eraill sydd wedi dioddef o ganser y pen a'r gwddf, a'u cefnogi.

Nam ar y Synhwyrau

Roedd ein mis ymwybyddiaeth o nam ar y synhwyrau ym mis Tachwedd yn llwyddiannus iawn, a buom yn gweithio'n agos gyda Chyngor Cymru i Bobl Ddall a Chyngor Cymru i Bobl Fyddar i gynnal gweithgareddau ym mhob un o'n hysbytai. Rydym hefyd yn falch bod y Gymdeithas Macwlaidd yn gweithio gyda ni ac yn mynychu clinigau llygaid yn rheolaidd er mwyn cynnig cymorth i gleifion.

Buom yn gweithio gyda'r gymuned fyddar, yn ceisio sicrhau eu bod yn cymryd rhan mewn gweithgareddau ymgysylltu ac ymgynghori cyhoeddus, a buom yn cyfathrebu'n rheolaidd er mwyn mynd i'r afael ag unrhyw faterion a godir. Yn Sir Gaerfyrddin, mae gwaith wedi bod yn mynd rhagddo yn y gwasanaethau meddygon teulu i wella argaeledd y gwasanaethau.

Mae'r Uwch-brif Nyrs yn yr adran Cleifion Allanol, Ysbyty Glangwili, wedi bod yn meithrin ymwybyddiaeth o nam ar y synhwyrau gydag aelodau o'r staff a'r cyhoedd, a hynny er mwyn cefnogi'r Mis Ymwybyddiaeth o Nam ar y Synhwyrau. Roedd hyn yn cynnwys arddangos poster yn amlygu cyfarchion yn laith Arwyddion Prydain. Mae hyn yn golygu bod y staff yn cael eu cefnogi i gyfathrebu mewn modd effeithiol â chleifion sy'n fyddar. Bydd hyn yn cael ei hyrwyddo ledled pob maes.



Deall Nam ar y Golwg

Mae cleifion sy'n ymweld â'r Uned Llawdriniaeth Ddydd yn Ysbyty Dyffryn Aman, o ganlyniad i nam ar eu golwg, yn dysgu deall eu cyflwr yn well a pha gymorth sydd ar gael ar eu cyfer, ynghyd â meistroli gwybodaeth bwysig am hyrwyddo iechyd, er enghraifft gofynion maeth, cyngor ar ddiogelwch trwy ddefnyddio meddalwedd arbennig, a theledu addysgol.

Digartrefedd

Rydym yn parhau i weithio gydag awdurdodau lleol a darparwyr tai, ac i gyfrannu at waith y Gydweithrediaeth Gomisiynu Ranbarthol ar gyfer Cefnogi Pobl, ac rydym wedi cefnogi'r gwaith o ddatblygu strategaeth digartrefedd ranbarthol. Ein blaenoriaeth 'nawr fydd datblygu protocol ar gyfer rhyddhau pobl ddigartref er mwyn sicrhau bod gan gleifion sy'n cael eu rhyddhau o'n gofal lety priodol.

Rhaglen Adleoli Pobl o Syria sy'n Agored i Niwed

Yn ystod y tair blynedd ddiwethaf, rydym wedi derbyn tua 150 o gleifion i'n hardal mewn partneriaeth â'r awdurdodau lleol a grwpiau trydydd sector. Fel blaenoriaeth, rydym yn sicrhau bod ganddynt fynediad at wasanaethau, gan gynnwys gwasanaethau iechyd meddwl a gwasanaethau cyfieithu, er mwyn sicrhau bod gan bawb fynediad cyfartal at ein gwasanaethau.

Cydraddoldeb ac Amrywiaeth

Yn ystod ein hymgynghoriad ar ddyfodol ein gwasanaethau iechyd mewn perthynas â'n strategaeth 'Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach', aethom ati'n benodol i gynnal cyfarfodydd ag unigolion o grwpiau â nodweddion gwarchodedig er mwyn i ni allu dysgu rhagor a defnyddio eu mewnbwn i lywio'r penderfyniadau a wnawn.



Rhwydwaith LGBTQ+ Hywel Dda
Hywel Dda LGBTQ+ Network

Rydym wedi ystyried adborth gan y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol ar fentrau y gallwn eu mabwysiadu i greu, cefnogi a chynnal amgylchedd gweithio mwy amrywiol a chynhwysol. Un enghraifft o hyn yw ail-lansio ENFYS, ein rhwydwaith staff LGBTQ+ sy'n cefnogi staff lesbiaidd, hoyw, deurywiol a thrawsrywiol. Bwriad y rhwydwaith yw creu diwylliant o ddealltwriaeth a chydweithredu i gefnogi llesiant ein staff LGBTQ+ ac amcanion y Bwrdd Iechyd o ran cydraddoldeb ac amrywiaeth, a hynny er mwyn gwella bywydau staff a chleifion LGBTQ+, fel ei gilydd. Rydym wrthi'n weithredol yn chwilio am aelodau newydd, ac mae'r cyfarfodydd wedi cael eu gwneud yn fwy hygyrch ledled safleoedd y Bwrdd Iechyd gyda'r cynnig o gyfleusterau fideogynadledda.

Rydym wedi parhau i adnewyddu ein hyfforddiant ar gydraddoldeb ac amrywiaeth a ddarperir ar gyfer y staff er mwyn sicrhau ei fod yn gyfredol ac yn berthnasol, a'i fod yn atgyfnerthu gwerthoedd y Bwrdd Iechyd. At hynny, rydym wedi darparu hyfforddiant ar amrywiaeth a chynhwysiant ar y rhaglen *Destination: NHS* – rhaglen gyffrous yr ydym wedi'i datblygu mewn partneriaeth â Choleg Sir Benfro, ac sy'n galluogi myfyrwyr sy'n astudio ar gyfer cymhwyster sy'n ymwneud ag iechyd i gael profiad o weithio mewn lleoliad gofal iechyd, yn ogystal ag astudiaeth academaidd. Ar gyfer y flwyddyn i ddod, rydym wedi nodi ein bwriad i ymgysylltu'n barhaus er mwyn personoli a theilwra ein gwasanaethau iechyd a gofal i anghenion a dewisiadau unigolion a lleoliadau, fel ei gilydd, gan ganolbwyntio ar gefnogi pobl i reoli eu gofal a'u canlyniadau eu hunain. Ochr yn ochr â hyn, rydym hefyd yn bwriadu cynnig cyfleoedd i'r holl staff ffynnu yn amgylchedd y Bwrdd Iechyd.

I gael rhagor o fanylion am y cynnydd tuag at amcanion cydraddoldeb y Bwrdd Iechyd, edrychwch ar Adroddiadau Blynyddol ein Cynllun Cydraddoldeb Strategol:
http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/862/page/61233

Buddsoddwyr mewn Gofalwyr

Mae'r tîm PALS yn gallu enwi a chefnogi teuluoedd a ffrindiau sy'n ofalwyr di-dâl. Mae'r tîm PALS wedi mynychu Cynadleddau Gofalwyr ledled ardal y Bwrdd Iechyd ac yng Nghaerdydd. Bydd gofalwr di-dâl y claf yn cael gwybodaeth a manylion cyswllt er mwyn gofyn am gyngor a chymorth a fydd yn ei helpu i ymdopi'n well â bod yn ofalwr. Llwyddodd un perthynas, sy'n byw dramor, i gael cymorth ar gyfer ei rhieni trwy gysylltu â'r gwasanaeth.

Lluniwyd holiadur er mwyn sicrhau bod gofalwyr hefyd yn cael gofal wrth iddynt ymgyfarwyddo â'r goblygiadau pan fo perthynas yn dioddef o salwch sy'n gofyn am help a chymorth gan y Tîm Datrys Argyfwng. Ar ôl cwblhau'r asesiad, sy'n cynnwys anghenion corfforol a seicolegol y gofalwr, sicrheir bod y gofalwr wedi cael gwybodaeth a dysg digonol am gyflwr a chynllun triniaeth ei berthynas. Mae'r asesiad ar gyfer y gofalwr yn cynnwys:

- Ei rôl ofalu a'r modd y mae'n effeithio ar ei fywyd a'i les,
- Ei iechyd – problemau corfforol, meddyliol ac emosiynol.
- Ei deimladau a'i ddewisiadau o ran gofalu.
- Gwaith, astudiaeth, hyfforddiant, hamdden.
- Perthnasoedd, gweithgareddau cymdeithasol a nodau.
- Tai.
- Cynllunio ar gyfer argyfwng.

Mae'r asesiad yn diweddu gydag adran ar gydsynio a chyfrinachedd yr wybodaeth sydd ym meddiant y Bwrdd Iechyd. Bydd y staff yn ehangu'r asesiad ledled y gwasanaeth yn y flwyddyn sydd i ddod.

Sesiynau Gofalu i Rannu

Mae sesiynau Gofalu i Rannu wedi bod yn cael eu cynnal yn Ysbyty'r Tywysog Philip, ac maent yn cynnwys sesiynau presenoldeb trefnedig i'r wardiau yn y bore neu'r prynhawn, gan roi cyfle i'r claf a/neu'r teuluoedd ddarparu adborth mewn amgylchedd cyfrinachol ar adeg sy'n gyfleus iddynt. Bydd y sesiynau Gofalu i Rannu yn parhau yn Ysbyty'r Tywysog Philip a ledled yr holl safleoedd ysbyty a chymunedol yn y dyfodol.

Ffordd NEWYDD o gofnodi Adborth ar Brofiad y Claf

Ffordd NEWYDD o gofnodi Adborth ar Brofiad y Claf – bydd ffordd newydd o gofnodi adborth ar brofiad y claf yn cael ei chyflwyno o fis Ionawr 2019 ymlaen. Bydd hon yn hygyrch i wardiau ac adrannau, a fydd yn gallu cofnodi eu canmoliaeth eu hunain ynghyd ag adborth eu cleifion. Yn dilyn treial mewn rhai wardiau yn Ysbyty'r Tywysog Philip ac Ysbyty Glangwili, bydd hyn yn cael ei ddarparu ym mhob un o ardaloedd y Bwrdd Iechyd yn ystod 2019/2020.

Taflenni a Phosteri Gweithio i Wella NEWYDD

Dosbarthwyd Taflenni a Phosteri Gweithio i Wella NEWYDD i'r holl wardiau, derbynfeydd ac ardaloedd cyhoeddus yn y gwasanaeth Gofal Sylfaenol. Mae'r gwaith o ailgyflenwi taflenni a phosteri yn mynd rhagddo. Gall cleifion gael mynediad rhwydd at wybodaeth ysgrifenedig am y broses Gweithio i Wella, ynghyd â'r wybodaeth gysylltu berthnasol ar gyfer ein Bwrdd Iechyd. Mae'r wybodaeth ar gael mewn amrywiaeth eang o fformatau amgen, er enghraifft hawdd ei ddeall, sain a phrint mawr, yn ogystal ag mewn nifer mawr o ieithoedd, neu drwy gais i'r tîm cymorth cleifion (manylion ar ddiwedd y ddogfen).
http://www.wales.nhs.uk/sites3/page.cfm?orgid=932&pid=50738

System Wybodaeth Gofal Cymunedol Cymru

Mae hon yn rhoi i nyrsys cymunedol, timau iechyd meddwl, gweithwyr cymdeithasol a therapyddion yr offer digidol y mae arnynt eu hangen i weithio'n well gyda'i gilydd. Caiff gofal unigol ei gefnogi oherwydd bydd y system wybodaeth yn cael ei defnyddio gan y gwasanaethau iechyd cymunedol ac iechyd meddwl, a'r gwasanaethau cymdeithasol, gweithwyr cymdeithasol, a therapyddion i gofnodi'r gofal y maent yn ei ddarparu. Gall achosion gael eu rhannu neu eu trosglwyddo ar draws ffiniau rhanbarthol neu sefydliadol os caiff claf ei atgyfeirio at wasanaethau newydd neu os bydd yn cael ei symud adref.

Staff ac Adnoddau

Darparu gwybodaeth am y modd yr ydym yn rheoli ein hadnoddau ac yn eu defnyddio'n ofalus

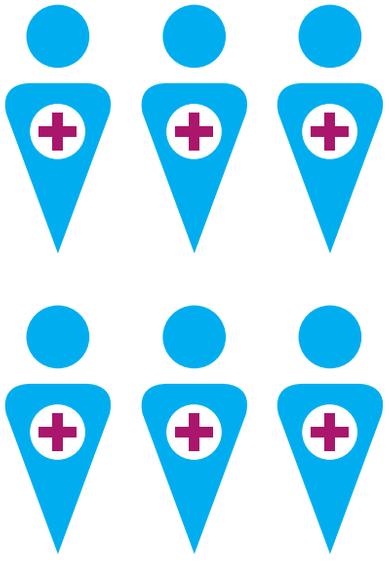
Rydym yn sicrhau: ein bod yn defnyddio arian GIG Cymru yn y ffyrdd gorau ar gyfer pobl, ac i'w helpu i gadw'n iach; y gallwch weithio gyda'r gwasanaethau iechyd i'w helpu i ddefnyddio adnoddau, er enghraifft adeiladau a staff, mewn ffordd well; a bod staff gofal iechyd yn cael eu hyfforddi'n dda ac yn gwybod sut i ofalu amdanoch.

Ein staff yw adnodd mwyaf gwerthfawr y Bwrdd Iechyd, a'n blaenoriaeth yw sicrhau bod gan ein gwasanaethau y staff iawn, sy'n meddu ar y sgiliau iawn, yn y lle iawn. Bu 2018 yn flwyddyn heriol iawn o ran recriwtio digon o feddygon, nyrsys a staff therapi, a hynny o ganlyniad i brinder cenedlaethol ledled Cymru a'r Deyrnas Unedig yn gyffredinol. Mae'r tîm recriwtio yn defnyddio sawl ffordd i wella'r broses recriwtio, er enghraifft hysbysebu'n genedlaethol ac yn rhyngwladol, rhoi hysbysebion ar y cyfryngau cymdeithasol a Thrafnidiaeth Llundain, yn ogystal â chynnal digwyddiadau recriwtio. Mae gwybodaeth am recriwtio wedi cael ei chynhyrchu, gan gynnwys fideos y gellir dod o hyd iddynt ar wefan NHS Jobs : **http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/862/page/75205**

Yn 2018, cynigiwyd swyddi i 53 o Feddygon Ymgynghorol yn ein Bwrdd Iechyd (ddwywaith cymaint ag yn 2015). Mae rhai llwyddiannau penodol yn cynnwys recriwtio nyrsys cofrestredig profiadol o Awstralia, Llundain, Birmingham, Caergrawnt, yr Alban a Chaerdydd; nyrsys dan hyfforddiant o Fryste a Gorllewin Canolbarth Lloegr; staff Meddygol o Iwerddon, Caergrawnt, yr Aifft a Nigeria; a meddygon teulu o Gaerwrangon, Buckinghamshire a Telford. Denwyd gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd o bell ac agos, gan gynnwys Seland Newydd.

Mae'r cyfryngau cymdeithasol yn chwarae rhan bwysig yn ein strategaeth denu recriwtiaid, ac mae gennym bresenoldeb gweithredol ar Twitter @HywelDdaJobs. Rydym hefyd yn defnyddio LinkedIn, yn ogystal â nodi a chysylltu ag unigolion addas. Bydd tudalen recriwtio ddwyieithog yn cael ei lansio ar Facebook yn 2019 i ategu at Recriwtio sy'n Seiliedig ar Werthoedd.

'Meithrin Nyrsys' – Strategaeth Datblygu Gweithlu ar gyfer ein Poblogaeth Leol



Yn ystod 2018, roeddem wedi parhau i ddatblygu ein rhaglenni 'Meithrin Nyrsys' ac rydym yn eu rhoi ar waith ar hyn o bryd. Bwriad y rhaglen hon yw cynyddu nifer ein nyrsys cofrestredig trwy greu cyfleoedd ar gyfer gweithwyr cymorth gofal iechyd presennol, a darparu llwybr gyrfa deniadol ac amgen ar gyfer ein poblogaeth leol.

Yn ystod 2018/19, rydym wedi cefnogi 17 o Weithwyr Cymorth Gofal Iechyd i gofrestru ar gyrsiau gradd nyrsio israddedig. Mae 36 o staff yn cymryd rhan mewn proses ddatblygu yn rhan o'r cynllun – mae pedwar yn dysgu gyda'r Brifysgol Agored, ac mae 32 wedi cael mynediad at y rhaglenni rhan-amser ar gyfer iechyd meddwl oedolion ac anableddau dysgu trwy Brifysgol Abertawe a Phrifysgol De Cymru.

Rydym wedi cefnogi naw Nyrs Gofrestredig i ddychwelyd i weithio yn ystod 2018/19, ac rydym yn cefnogi staff sy'n Nyrsys wedi'u Cofrestru'n Rhyngwladol i ymgymryd â gwaith datblygu er mwyn cefnogi cais i gofrestr y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth.

Darpar Arweinwyr Meddygol

cynhaliwyd ein Rhaglen Darpar Arweinwyr Meddygol gyntaf ym mis Rhagfyr, gydag 20 o feddygon o bob safle ysbyty, ledled arbenigeddau gwahanol, ynghyd â nifer o feddygon teulu, yn cymryd rhan. Mae'r rhaglen yn rhedeg am 12 mis, a bydd ail raglen yn dechrau ym mis Mai.

Y Prif Swyddog Meddygol ar gyfer Cymru yn sgwrsio â'n harweinwyr Meddygol, isod:



Mae'r Athro Michael West o Gronfa'r Brenin wedi cynnal gweithdai gyda'n Bwrdd a'n Huwch-reolwyr ar Arweinyddiaeth Dosturiol a chreu diwylliant o ofal. Dilynwyd hyn gan ymholiad dysgu gweithredol parhaus gan grwpiau o'n huwch-arweinwyr.





Hwyl Hub – Ein Rhith-Ardal

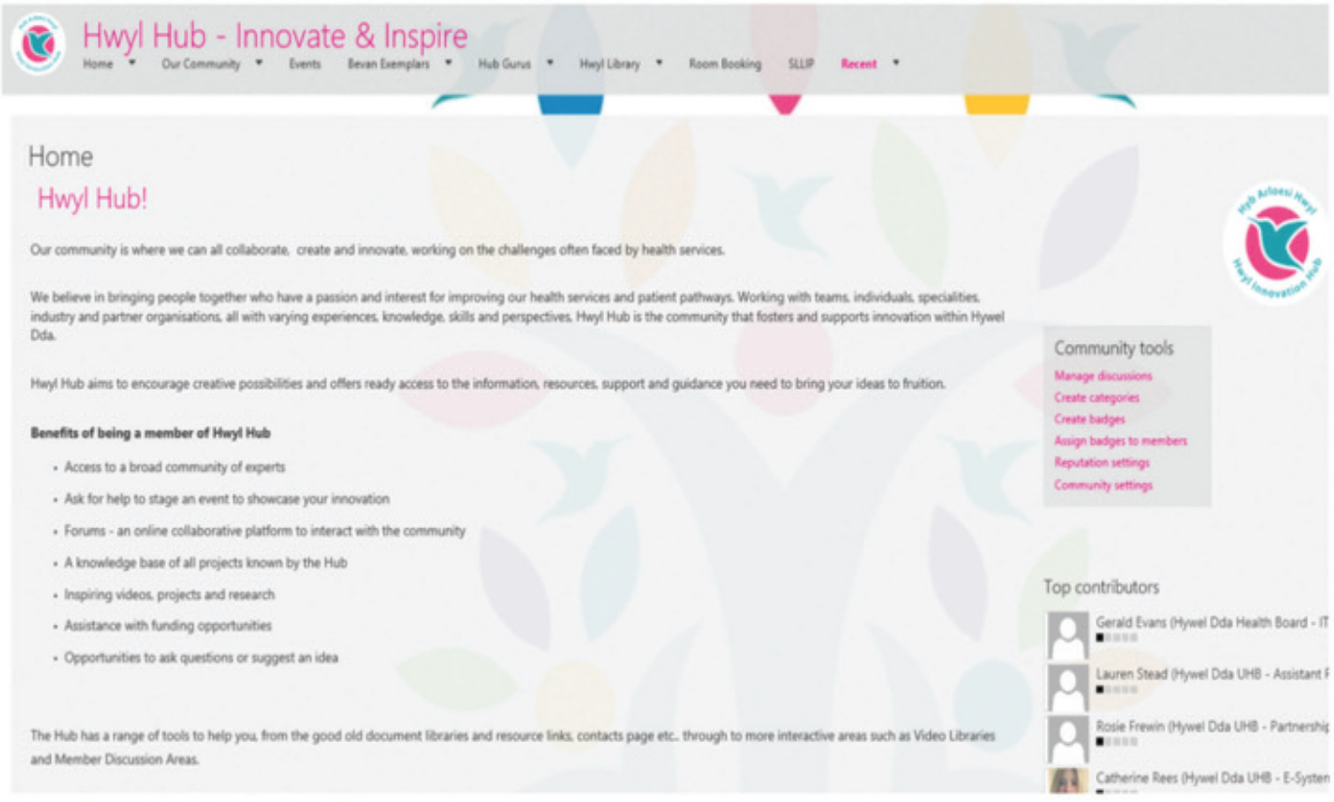
Yn 2018/19, rydym wedi parhau i hyrwyddo diwylliant o arloesedd, ac mae saith Prosiect Enghreifftiol Bevan a thri chais Technoleg Bevan wedi cael eu derbyn. Roeddem hefyd wedi lansio ein Hyb Arloesi Hwyl ym mis Gorffennaf, gyda gofod ffisegol a gofod rhithwir ar ein mewnrwyd i annog pobl i rannu arfer gorau...



Cyfarwyddwr Cyffredinol Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Prif Weithredwr GIG Cymru yn lansio ein Hyb Hwyl



Rhan o ofod ffisegol yr Hyb Hwyl



Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang

Rydym yn ymrwymedig i iechyd byd-eang ac yn cydnabod gwerth sicrhau bod cymunedau tramor, yn ogystal â'n poblogaeth a'n staff yn lleol, yn ymgysylltu ag iechyd rhyngwladol. Er mwyn gwella'r modd y mae'r staff yn cymryd rhan mewn mentrau partneriaeth iechyd rhyngwladol, rydym yn datblygu fframwaith a fydd yn integreiddio â'r Siarter Cymru Gyfan ar gyfer Partneriaethau Iechyd Rhyngwladol. Bydd hyn yn darparu arweiniad clir i amlygu dinasyddiaeth fyd-eang wrth symud datblygiad proffesiynol yn ei flaen.

E-ddysgu

Mae cydymffurfio â hyfforddiant gorfodol ar gyfer ein staff wedi cynyddu 12% eleni.



Y Gwasanaeth Iechyd Galwedigaethol

Rydym yn gweithio'n rhyngwladol i edrych ar y modd y bydd Iechyd Galwedigaethol yn datblygu yn y blynyddoedd sydd i ddod. Mae un o'r prif ddatblygiadau ar gyfer y Gwasanaeth Iechyd Galwedigaethol yn 2019 yn cynnwys datblygu rhaglen sgrinio iechyd newydd.

Gwella Ansawdd Gyda'n Gilydd

Gwella Ansawdd Gyda'n Gilydd yw'r rhaglen gwella ansawdd ar gyfer staff y GIG yng Nghymru i wella ansawdd y gwasanaethau yn sefydliadau'r GIG ledled Cymru, a hynny trwy alluogi unigolion i wella'r ffordd y maent yn gweithio er mwyn darparu gwell gofal ar gyfer cleifion a defnyddwyr gwasanaethau. Mae hefyd yn helpu i greu gwell amgylchedd gweithio, gan sicrhau bod bywyd yn y gwaith yn cynnwys llai o straen ac yn fwy boddhaus. Caiff y dysgwyr eu haddysgu i ddefnyddio dull cyson i wella ansawdd y gwasanaethau, sy'n helpu i sicrhau bod gwelliannau'n cael eu gwneud yn llawer cynt ac yn cael eu lledaenu mewn modd effeithiol.



Darperir IQT ar bedair lefel: Efydd, Arian, Aur a Bwrdd.

Mae'r Tîm Gwella a Thrawsnewid a'r Tîm Gwella Ansawdd wedi cyflenwi hyfforddiant IQT Efydd i 81 o staff, ac mae 131 o staff wedi cwblhau'r cwrs Arian 2-3 diwrnod, gyda 64 o weithwyr yn rhagor wedi cwblhau diwrnod cyntaf y cwrs.

Gweithio gyda grwpiau dan anfantais

Mae'r gwaith a wnaed gyda'r Adran Gwaith a Phensiynau yn galluogi ymgeiswyr sy'n hawlio Lwfans Ceisio Gwaith i gael mynediad at ein gwybodaeth am brofiad gwaith a'r cyfleoedd cysylltiedig. Mae'r Bwrdd Iechyd yn parhau i weithio gyda'r rhaglenni 'Ymgysylltu i Newid' yng Ngogledd Ceredigion a Sir Gaerfyrddin er mwyn cynnig cyfleoedd i gael lleoliadau gwaith am dâl am chwe mis i bobl ifanc 16-25 oed sydd ag anabledd dysgu neu Anhwylder ar y Sbectrwm Awtistig (ASD). Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, rydym wedi croesawu pedwar lleoliad ac, yn sgil y profiadau hyd yma, rydym yn bwriadu datblygu'r gwaith hwn ymhellach yn 2019/20.

Cynllun Gweithlu Canolbarth Cymru

Rydym yn datblygu cynllun gweithlu ar gyfer Canolbarth Cymru sydd wedi'i gynnwys yng nghynlluniau gweithlu'r Bwrdd Iechyd ac sy'n ystyried natur wledig Canolbarth Cymru. Bydd hyn yn cefnogi'r gwaith o ddarparu gweithlu yng Nghanolbarth Cymru sy'n gynaliadwy ac sy'n meddu ar y gallu i ymateb i ofynion o ran staffio ledled yr ardal, gan sicrhau na fydd ffiniau Byrddau Iechyd yn rhwystr i wasanaethau.

Deddf Lefelau Staff Nyrsio

Deddf Lefelau Staff Nyrsio – daeth y ddeddf hon yn gyfraith ym mis Mawrth 2016, ac mae'n ei gwneud yn ofynnol i Fyrddau Iechyd sicrhau bod lefelau priodol o staff nyrsio ar waith, ac i gymryd camau os na chaiff y lefelau staffio eu cynnal. Roedd hyn yn ei gwneud yn ofynnol i'r Bwrdd wneud cyfrifiadau manwl o'r lefelau gofynnol o ran staff nyrsio ar ei wardiau meddygol a llawfeddygol ar gyfer oedolion, a hynny bob chwe mis. Roedd hefyd yn ofynnol ein bod yn cymryd pob cam rhesymol i sicrhau bod y lefelau hyn yn cael eu cynnal. Ym mis Ebrill 2017, gosododd adran gyntaf y ddeddf ddyletswydd ar y Bwrdd i sicrhau ei fod yn ystyried pwysigrwydd darparu digon o nyrsys i ganiatáu amser i'r nyrsys ofalu am y cleifion mewn modd sensitif. Bydd adran olaf y Ddeddf yn ei gwneud yn ofynnol i'r Bwrdd gyflwyno adroddiad ar lefelau'r Staff Nyrsio ar gyfer y cyfnod 6 Ebrill 2019 hyd at 5 Ebrill 2021 erbyn mis Mai 2021, gan amlinellu'r graddau y mae lefelau'r Staff Nyrsio wedi cael eu cynnal, unrhyw effaith ar y cleifion o beidio â chynnal y lefelau hyn, a'r camau a gymerwyd os na chafodd y lefelau eu cynnal. Mewn ymateb i hyn, rydym wedi gwneud y canlynol:

- Penodi rôl ddynodedig i arwain y rhaglen Staff Nyrsio, sy'n cael ei chefnogi gan swydd uwch-nyrs, a hynny er mwyn sicrhau bod digon o gapasiti ar gael i gefnogi'r timau clinigol i gyflawni eu cyfrifoldebau.
- Cynnal yr adolygiad a'r ailgyfrifiad chwemisol statudol o lefelau'r staff nyrsio mewn wardiau meddygol a llawfeddygol ar gyfer oedolion (h.y. tua 32 o wardiau) yng ngwanwyn a hydref 2018, ac mae'r cylch ar gyfer gwanwyn 2019 wedi dechrau.

- Yn achos pob ward feddygol a llawfeddygol ar gyfer oedolion, cytuno ar gynllun graddol i weithredu codiadau ariannol ym mhob ward ar gyfer y gweithlu.
- Nodwyd bod ar ddeg (o'r 32) o wardiau meddygol a llawfeddygol ar gyfer oedolion angen codiadau ariannol â blaenoriaeth. Ledled y wardiau hyn, penodwyd dros 40 o weithwyr cymorth gofal iechyd ychwanegol, ynghyd â naw gweithiwr adfer ac eiddiledd dynodedig ychwanegol.
- Ledled y 32 o wardiau, penodwyd 13 yn rhagor o Brif Nyrsys er mwyn cryfhau'r arweinyddiaeth ar lefel y ward, a gofalwyd bod arian ychwanegol ar gael i sicrhau bod o leiaf ran o wythnos waith y Brif Nyrs ar gyfer pob ward yn cael ei 'hamddiffyn' er mwyn ei galluogi i ganolbwyntio ar ei rôl arwain.
- Daeth saith adroddiad i law'r Bwrdd a/neu ei Bwyllgor Ansawdd, Diogelwch a Phrofiad y Claf yn ystod y flwyddyn, a hynny i sicrhau ein bod yn bodloni gofynion y Ddeddf.
- Rydym yn parhau i weithio ar lefel Cymru gyfan trwy ddull 'Unwaith ar gyfer Cymru' er mwyn sicrhau bod systemau ar waith sy'n ein galluogi i adolygu a chofnodi pob achos pan fydd nifer y nyrsys a leolir yn amrywio o'r rhestr waith a gynlluniwyd, a hynny i'r graddau sy'n golygu na chynhaliwyd lefelau'r staff nyrsio.

Yn ogystal â'r camau sylweddol a gymerwyd yn ystod y flwyddyn, ni chafwyd yr un digwyddiad adroddadwy o niwed i glaf yn ystod 2018-19 lle'r ystyrid bod lefelau'r staff nyrsio yn ffactor.

Gwobrau a Chyflawniadau'r Staff

Rydym yn hynod o falch o weld ein staff yn cael eu hanrhydeddu ag amryw wobrau.

Cawsom nifer o lwyddiannau yng Ngwobrau Coleg Nyrsio Brenhinol (RCN) Cymru:



Emma Thomas

Enillodd Emma Thomas Wobr Bydwraig y Flwyddyn yr RCM ar gyfer Cymru.

Wedi'i henwebu gan y fam leol, Emma Rees, anrhydeddwyd Emma Thomas yn Fydwraig y Flwyddyn y Mamau yn Emma's Diary 2019 ar gyfer rhanbarth Cymru. Mae'r wobr nodedig hon yn un o Wobrau Bydwreigiaeth Blynyddol Coleg Brenhinol y Bydwragedd (RCM), sy'n cydnabod y gwaith anhygoel a wneir gan fydwragedd gwych ar hyd a lled y wlad.

Pan enillodd y wobr, dywedodd Emma Thomas, sy'n gweithio yn Ysbyty Dyffryn Aman: "Mae'n anrhydedd o'r mwyaf cael ennill y wobr hon. Byddai dweud fy mod wedi cael fy nghyffwrdd â'r enwebu yn dweud rhy ychydig! Pan glywais y newyddion fy mod wedi ennill, daeth dagrau i'm llygaid; cefais gymaint o sioc, roedd mor annisgwyl, roedd yn syrpréis gwych. Mae Emma yn fenyw arbennig iawn; bu trwy gyfnod anodd yn emosiynol ac yn gorfforol yn ystod y naw mlynedd ddiwethaf. Mae ei chryfder a'i phenderfyniad llwyr yn golygu ei bod bellach yn fam falch i'w hefeilliaid hyfryd."

Dywedodd y Cyfarwyddwr Nyrsio, Ansawdd a Phrofiad y Claf, Mandy Rayani, "Ni allwn gyfleu yn rhwydd pa mor ddiolchgar yr ydym i'n holl staff nyrsio a bydwreigiaeth sy'n amlygu'n gyson y modd y maent yn mynd yr ail filltir i ofalu am ein cleifion. Mae Emma wedi amlygu'r priodoleddau hyn a mwy, ac mae'n enghraifft wych o'n tîm bydwreigiaeth, sy'n darparu gwasanaeth a chymorth eithriadol ar gyfer ein mamau beichiog yn ardal ein Bwrdd Iechyd."



Eve Lightfoot – Enillydd Nyrs y Flwyddyn a Nyrs Gymunedol y Flwyddyn RCN Cymru

Mae Eve Lightfoot, Nyrs y Flwyddyn yr RCN yng Nghymru, yn cefnogi staff nyrsio cymunedol i adnabod ac ymateb i arwyddion o sepsis, gan helpu i achub bywydau a gwella canlyniadau

Dywedodd Mandy Rayani, Cyfarwyddwr Nyrsio, Ansawdd a Phrofiad y Claf, "Rwyf wrth fy modd bod Eve wedi cael ei chydnabod am ei hangerdd a'i hymrwymiad i wella gofal ar gyfer cleifion sy'n byw yn y gymuned. Roedd y broses a'r asesiad a alluogodd i Eve ennill y teitl Nyrs y Flwyddyn yr RCN yng Nghymru 2018 yn lladdfa, ond roedd ei hawydd diffuant i wneud gwahaniaeth, a'i gallu fel nyrs broffesiynol arweiniol, yn gwbl amlwg. Fel Bwrdd Iechyd, rydym yn edrych ymlaen at gefnogi Eve wrth iddi barhau i ddatblygu".



Claire Hurlin

Cyd-enillydd y Wobr Gwella Iechyd Unigolion a'r Boblogaeth



Rachel Griffiths

Enillydd Gwobr Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru



Janet Edmunds

Yr ail yng nghategori'r Wobr Diogelu



Ginny Chappell

Yr ail yng nghategori Gwobr y Nyrs Gofal Sylfaenol



Emma Booth

Yr ail yng nghategori'r Wobr Mentoriaeth

Gwobrau/Cyflawniadau Eraill

Enillodd Teresa Hassell, Nyrs Anabledd Dysgu Cymunedol, **Wobrau Myfyrwyr a Mentoriaid Nyrsio a Bydwreigiaeth Prifysgol De Cymru.** Cafodd ei henwebu gan Lydia Marsden, a *"Roedd Teresa yn gefnogol iawn, a helpodd fi i fagu fy hyder trwy adael i mi weithio'n fwy annibynnol, a chymryd rhan mewn nifer o asesiadau nad oeddwn wedi'u cyflawni'n flaenorol. Roedd Teresa hefyd yn sicrhau fy mod yn teimlo'n rhan o'r tîm a'm bod yn cael cyfle i ddysgu gan y tîm amlddisgyblaethol trwy fynd ar amrywiaeth o ymweliadau. Roeddwn wedi mwynhau'r lleoliad hwn yn fawr, a byddwn wrth fy modd yn mynd 'nôl".*



Tîm Sicrwydd, Diogelwch a Gwelliant

Enillodd y Tîm Sicrwydd, Diogelwch a Gwelliant y categori cyflwyno poster yng Nghynhadledd Genedlaethol Diogelwch Cleifion, a hynny am ffyrdd arloesol o rannu dysg yn dilyn digwyddiadau yn ymwneud â diogelwch cleifion.



Cafodd **Ysbyty Dyffryn Aman** Wobr Efydd y cynllun Buddsoddwyr mewn Gofalwyr.



Gwobr Tîm Seiciatrig y Flwyddyn

Dyfarnwyd y wobr am ymrwymiad rhagorol i ddatblygu gwasanaeth cynaliadwy i **Trawsnewid Iechyd Meddwl.**



Bernardine Rees a Sarah Jennings

Llongyfarchiadau i'n Cadeirydd, Bernardine Rees, a Sarah Jennings, Cyfarwyddwr Partneriaethau Strategol, am gwblhau cwrs Cymraeg ym Mhrifysgol y Drindod Dewi Sant yn ddiweddar.

Gwasanaeth Allgymorth Newyddenedigol yng ngwobrau'r *Nursing Times*

Llongyfarchiadau i'n Gwasanaeth Allgymorth Newyddenedigol a'r Nyrs Arweiniol Kelly Brown am gyrraedd y rownd derfynol yng ngwobrau'r *Nursing Times* 2018, a hynny yn y categori gwasanaethau Plant a'r Glasoed.



Uned Triniaethau Dydd Bediatrig y Pâl (PACU) yn Ysbyty Llwynhelyg

Enillwyr categori Blynyddoedd Cynnar Gwobrau Iechyd a Gofal y *Western Telegraph* 2018

Llwyddiant i Feddygfa Solfach

Mewn seremoni wobrwyo ddiweddar, cyhoeddodd Coleg Brenhinol y Meddygon Teulu (RCGP) y byddai Meddygfa Solfach yn cael y wobr nodedig iawn, Gwobr Tîm Practis y Flwyddyn RCGP Cymru, 2018. Dyma'r ail dro i'r Feddygfa ennill y wobr, lle caiff practisau eu henwebu gan y cleifion. Mae'r wobr hon yn cydnabod yr effaith gadarnhaol ar fywydau cleifion, a'r lefel eithriadol o ofal a ddarperir gan y tîm gofal iechyd cyfan sy'n gweithio yn y practis, gan gynnwys nyrsys y practis, y nyrsys cymunedol, y staff gweinyddu a'r amrywiaeth eang o weithwyr gofal iechyd proffesiynol cysylltiedig.

Yr Hyn Y Byddwn Yn Ei Wneud Yn 2019/20

Yr Hyn y Byddwn yn ei Wneud	Sut y byddwn yn ei Fesur
Cadw'n Iach	
Brechiad rhag y ffliw: cynyddu nifer yr unigolion sy'n cael eu brechu rhag y ffliw.	Diweddariad monitro.
Lleihau cyfraddau smygu yn ystod beichiogrwydd.	Diweddariad monitro.
Rhaglen Plant Iach Cymru: Sgrinio, imiwneiddio a datblygiad plant â chymorth.	Monitro ymweliadau â mamau a babanod 10 i 14 diwrnod oed, ynghyd â chyfraddau brechu.
Gofal Diogel	
Sepsis: ei nodi'n gynnar ac addysgu'r staff. Ehangu'r prosesau uwchgyfeirio (NEWYDDION) ym maes gwasanaethau cymunedol.	Monitro cydymffurfiaeth â bwndel sepsis 6. Gwerthuso NEWYDDION cymunedol.
Thrombosis a geir yn yr Ysbyty: lleihau nifer yr achosion.	Monitro'r defnydd o'r asesiad risg ac amlder.
Briwiau Pwyso: lleihau nifer y digwyddiadau y gellir eu hosgoi y mae'r cleifion sydd yn ein gofal yn eu profi.	Monitro nifer yr achosion.
Gwelliant o ran ansawdd dogfennau clinigol.	Dogfennau adroddiadau Archwilio. Adolygu'r data ar ymchwiliadau i bryderon.
Gofal Effeithiol	
Parhau i weithredu'r llwybr toriadau clun.	Gwerthuso'r gwaith sydd ar y gweill yn y Bwrdd Iechyd
Gwelliant o ran ansawdd y cynlluniau gofal a thriniaeth yn y Gwasanaethau Iechyd Meddwl	Archwilio'r dogfennau ac adolygu'r hyfforddiant.
Sicrhau bod cleifion yn cael gofal yn y lleoliad gofal mwyaf priodol a bod cyn lleied o oedi â phosibl yn digwydd wrth iddynt symud trwy gamau gwahanol y broses ofalu	Adolygu'r gwaith monitro ac archwilio data. Adolygu'r wybodaeth am bryderon.
Gofal gydag Urddas	
Prosiect MACAM: parhau â'r prosiect a'i ehangu i ardaloedd eraill ysbytai.	Monitro cwynion a chanmoliaeth.
Sefydlu prosiect cydweithredol i wella cyfathrebu â chleifion, eu teuluoedd a'u gofalwyr.	Monitro cwynion a digwyddiadau. Monitro amcanion prosiectau a chamau gweithredu cytunedig. Gwerthuso'r effaith. Adborth ar brofiad y claf.

Yr Hyn y Byddwn yn ei Wneud	Sut y byddwn yn ei Fesur
Gofal Amserol	
Parhau i wella mynediad at Ofal Offthalmoleg.	Monitro digwyddiadau, cwynion a chanmoliaeth. Monitro amseroedd aros ar gyfer ymgyngoriadau glawcoma.
Gwella'r amseroedd aros ar gyfer apwyntiadau dilynol i gleifion allanol.	Monitro amseroedd aros, ynghyd â digwyddiadau, cwynion a chanmoliaeth.
Lleihau'r amseroedd aros ar gyfer cleifion y mae arnynt angen asesiad/triniaeth mewn adrannau brys.	Monitro amseroedd aros, ynghyd â chwynion, canmoliaeth a digwyddiadau.
Gwella mynediad at asesiadau a thriniaethau Orthodontig a Deintyddol.	Montitoring of referral to treatment times.
Gwella mynediad at asesiadau a diagnosis ar gyfer Anhwylder ar y Sbectrwm Awtistig/Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd.	Monitro amseroedd rhwng atgyfeirio a thriniaeth.
Trin Pobl fel Unigolion	
Gweithredu Siarter Profiad y Claf/y Siarter Hawliau Plant.	Cael rhagor o adborth gan gleifion, teuluoedd a gofalwyr; gwella ymgysylltiad â phlant a phobl ifanc.
Gweithredu Safonau diwygiedig y Gymraeg.	Cydymffurfio â'r safonau.
Ein Staff	
Gweithredu Rhaglen y Darpar Arweinwyr Meddygol.	Monitro'r gwaith o ddiweddaru a gwerthuso'r rhaglen.
Gweithredu'r rhaglen 'Meithrin Nyrsys'.	Monitro a gwerthuso'r rhaglen.

Ymgysylltu ac Adborth

Gallwch ymuno â'n cynllun cyfranogi ac ymgysylltu – Siarad Iechyd – trwy:

- fynd i: **www.siaradiechyd.wales.nhs.uk**
- ffonio: **01554 89905**
- anfon llythyr i: **RHADBOST Bwrdd Iechyd Hywel Dda**

Os hoffech ddarllen fersiwn brint naill ai yn Gymraeg, yn Saesneg neu mewn iaith arall, neu pe byddai'n well gennych gael y ddogfen mewn fformatau hygyrch eraill, cysylltwch â ni ar **01267 239554** neu anfonwch neges e-bost i: **communications.hdd@wales.nhs.uk.**

Unwaith eto, diolch i chi am neilltuo amser i ddarllen hwn. Rhowch wybod i ni os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os hoffech gael rhagor o wybodaeth.

Cydnabyddiaethau

Hoffem ddiolch i'n partneriaid a gymerodd ran yn y gwaith o lunio'r adroddiad hwn, a'u cydnabod. Bu'r adborth a gafwyd gan baneli darllenwyr cyhoeddus, trwy ein cynllun aelodaeth Siarad lechyd, yn gymorth mawr i sicrhau ein bod yn cadw'r ddogfen hon mor addysgiadol a dealladwy â phosibl. Hoffem hefyd ddiolch i'n dylunydd yn Caerodor Design am weithio gyda ni. Yn olaf, hoffem ddiolch i bob aelod o'r staff a gyfrannodd i'r adroddiad hwn. Rydym yn ddiolchgar hefyd am yr amser a neilltuwyd gan ein Haelodau Annibynnol, ac i'r Pwyllgor Ansawdd, Diogelwch a Phrofiad, a'r Pwyllgor Archwilio, Risgiau a Sicrwydd am eu cymeradwyaeth.