

Astudiaeth Achos

Darpariaeth iechyd meddwl ddigidol ar gyfer Plant a Phobl Ifanc

Alka Ahuja, Athro a Seiciatrydd Plant a Phobl Ifanc
Ymgynghorol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan



NODAU

Gweithiodd y tîm bach oriau hir i ddatblygu pecyn cymorth technegol o ansawdd uchel, pecyn cymorth clinigol a hyfforddiant y gellid eu cyflwyno i filoedd o bobl mewn meddygfeydd teulu ledled Cymru.

Rhoddyd y dasg i Mike Ogonovsky gyda rôl uwch swyddog cyfrifol ac roedd y tîm yn cyfarfod bron bob bore i drafod nodau a therfynau amser dyddiol. O dan amgylchiadau arferol, byddai'n cymryd blwyddyn neu ddwy i gyflwyno'r rhaglen hon, ond roedd COVID-19 yn cyflymu'r angen/galw.

Dechreuodd y cyflwyno ym maes gofal sylfaenol ac o fewn chwe wythnos roeddent wedi rhoi'r ateb ar waith ar draws 90 y cant feddygfeydd teulu. Gallai meddygon teulu bellach gynnig ffyrdd hyblyg o ymgysylltu â chleifion yr oedd gwir angen apwyntiadau arnynt, oedd yn golygu y gallai'r meddygon teulu weithio naill ai o gartref neu o'r feddygfa - roedd adegau pan roedd rhaid i staff meddygfeydd teulu eu hunain hunanynysu. Yna, fe'i cyflwynwyd gan y tîm ar gyfer pob apwyntiad ysbyty a gofal cymunedol, ac wedyn ar draws holl fyrddau iechyd GIG Cymru ac Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru, gan eu galluogi i gynnig apwyntiadau fideo rhithwir neu dros y ffôn hefyd yn hytrach na'r rhai wyneb yn wyneb arferol.

Preswylwyr cartrefi gofal oedd y bobl fwyaf agored i niwed a bregus, gan fyw mewn cymunedau nad oedd yn cael y cymorth yr oedd ei angen arnynt, felly darparodd y tîm hyfforddiant ac offer i staff/preswylwyr fel y gallent barhau i fynychu apwyntiadau meddyg teulu.

Yna, aeth yr ateb yn fyw mewn deintyddiaeth, optometreg a fferylliaeth fel y gallent hwythau hefyd gynnig ymgynghoriadau fideo yn hytrach nag apwyntiadau wyneb yn wyneb.

O fis Hydref 2020, fe wnaethon nhw ddechrau cynnig ymgysylltiad iechyd a gofal ag ysgolion fel y gallai plant a phobl ifanc gynnal mynediad i'r gofal iechyd yr oedd ei angen arnynt er eu lles corfforol, meddyliol ac emosiynol.



CEFNDIR



Mae'r Athro Alka Ahuja yn Seiciatrydd Plant a Phobl Ifanc Ymgynghorol ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan ac yn Athro Anrhydeddus ym Mhrifysgol De Cymru.

Cyn pandemig COVID-19 roedd ei tîm wedi bod yn treialu apwyntiadau fideo ar gyfer pobl ifanc â phroblemau iechyd meddwl. Mae hyn yn rhywbeth yr oeddent wedi bod yn frwd amdano ers tro byd gan eu bod yn ymgysylltu â theulu a ffrindiau fel hyn.

Fe wnaethant gynnal ymgynghoriad/gwerthusiad gan ddefnyddwyr, gan ganolbwyntio ar sut roedd pobl ifanc yn ei ddefnyddio a gofyn i bobl ifanc, gweithwyr teuluol a meddygol proffesiynol am eu profiadau. Ym mis Mawrth 2020, pan ddechreuodd COVID-19 ledaenu ledled Cymru, roedd angen iddynt sicrhau y gallent gynnig gofal a chymorth o bell i'r cyhoedd tra'n amddiffyn eu hunain a chleifion eraill, yn ogystal â thrin a chefnogi'r rhai a oedd yn profi'n bositif am COVID-19.

Fe wnaethon nhw ddechrau ymgysylltu â meddygfeydd teulu a chydweithwyr gofal sylfaenol o wahanol adrannau – e.e., ymchwilwyr, rheolwyr prosiect, hyfforddwyr, gwybodeg – nad oeddent erioed wedi eu cyfarfod o'r blaen i ffurfio tîm i yrru'r model apwyntiadau digidol yn ei flaen.

HERIAU

Fe wnaethon nhw wynebu sawl her, er enghraifft cyflwyno i gleifion â chyflyrau iechyd meddwl a oedd yn poeni rhywfaint i ddechrau. Roedd y staff yn rhannu'r un pryderon ynglŷn â'r gallu i asesu pethau fel cyfathrebu di-eiriau, iaith y corff ac ymddygiadau eraill. Gorchfygwyd hyn drwy ddatblygu canllawiau a strategaethau clir. Her arall oedd trafod y protocolau 'mân reolau' a gwneud penderfyniadau arferol, er bod hyn yn ymddangos yn llawer haws yn ystod pandemig COVID-19.

"Yn aml roedd adegau pan syrthiodd y gweithlu eu hunain yn sâl a gafodd effaith negyddol ar y momentwm. Roedd yr her o weithio o fewn tîm nad oedd erioed wedi cyfarfod o'r blaen yn eithaf anodd ond roedd cael cyfarfodydd rhithwir dyddiol yn cadw eu ffocws, yn cynnig eglurder ac yn ein clymu gyda'n gilydd."

Roedd nodi adnoddau hefyd yn her. Roedd offer fel clustffonau a chamerau yn gyfyngedig gan fod pawb yn trosglwyddo i apwyntiadau fideo, ynghyd â chymhlethdod ychwanegol y gwasanaeth yn mynd yn fyw ar raddfa fawr.

Roedd gweithio gyda gwahanol fyrddau iechyd ac annog mabwysiadu yn cyflwyno heriau lluosog gan na ellir ei wneud drwy droi botwm ymlaen. Roedd yn rhaid ymgorffori prosesau newydd mewn llifau gwaith ar gyfer staff rheng flaen, ynghyd â chodi eu hymwybyddiaeth a datblygu eu gwybodaeth am yr ymgysylltu diwygiedig â gwasanaethau fel y gallent wneud cleifion a theuluoedd yn ymwybodol o'r newidiadau.



CANLYNIADAU

I ddechrau, roedd y tîm yn ansicr o lwyddiant apwyntiadau rhithwir/digidol. Mae rhywfaint o dystiolaeth gan bobl sy'n ymwneud â gwasanaethau iechyd fel hyn mewn gwledydd fel Canada ac Awstralia ac felly maen nhw bellach yn ceisio gwerthuso a chynhyrchu tystiolaeth o ble mae'r dull hwn yn gweithio a lle nad yw'n gweithio – oherwydd, hyd yma, prin yw'r wybodaeth sydd ganddynt am sut mae'r dulliau hyn yn cymharu wyneb yn wyneb.

Ar ôl cynnal dros 100,000 o ymgynghoriadau digidol/teleffoni yn ystod y naw mis diwethaf, maen nhw bellach wedi casglu data gwerthuso gan fwy na 26,000 o bobl sydd wedi bod yn barod i ddweud wrthynt beth sy'n gweithio, beth nad yw'n gweithio ac ymhle. Maent wedi cyfnewid â 300 o weithwyr proffesiynol, cleifion a theuluoedd sy'n mynd i ddangos tystiolaeth o'r llwyddiannau a llywio sut maent yn cynnal ac yn parhau i ddatblygu'r gwasanaeth ar gyfer y dyfodol.

Cafwyd nifer o brofiadau cadarnhaol a ddechreuodd gyda Llywodraeth Cymru yn argymhell un llwyfan dynodedig ar gyfer ymgysylltu digidol â chleifion, Attend Anywhere. Mae'r platfform cymeradwy, diogel a saff hwn yn hawdd ei ddefnyddio, mae ganddo ystafell aros rhithwir ac nid oes angen i'r claf lawrlwytho ap.

Mae poblogaeth a staff gofal iechyd Cymru wedi'u gwasgaru'n eang ar draws rhanïad gwledig a threfol. Fe wnaeth y tîm ganfod bod ymgysylltu clir ac aml â'r rhai a oedd ymhellach i mewn i'r broses weithredu yn gadarnhaol iawn, ac roedd rhannu arfer da neu ddysgu o gamgymeriadau pobl eraill yn fuddiol iawn.

Ychydig iawn o brofiadau negyddol a gafwyd – mwy o rwystredigaeth pan ddaeth i gyflwyno'r gwasanaeth a rhywfaint o wrthwynebiad gan glinigwyr, ond nid gan gleifion na theuluoedd. Roedd nerfusrwydd hefyd o ran rheoli risg a nodi gyda phwy oedd yn gyfrifol ac yn atebol ond wrth iddo dyfu a dod yn rhaglen genedlaethol, nodwyd y byddai pobl naill ai yn cefnogi neu'n gwneud dim.

Profodd y tîm rywfaint o negyddoldeb wrth ddechrau gwerthuso gan nad oedd llawer o bobl yn deall ei werth. Mewn ymateb, cyhoeddwyd cylchlythyr i ledaenu pam yr oeddem yn ei wneud, a rhannu awgrymiadau a'r hyn a oedd yn ddefnyddiol i eraill, a llwyddodd hyn i ddileu'r negyddoldeb.

Un pwynt negyddol olaf a ganfuwyd oedd bod y rhai mewn lleoliadau iechyd yn cael trafferth gyda phethau fel lled band WIFI, a bod cleifion yn cael trafferth gyda chysylltiad WIFI neu nad oedd ganddynt y gallu, er roedd y tîm yn teimlo bod y rhain y tu hwnt i'w rheolaeth.

Yn ystod y misoedd diwethaf, dyfarnwyd nifer o wobrau mawreddog i'r tîm sy'n golygu cymaint iddynt ac sy'n cydnabod y gwaith maen nhw'n ei wneud. Mae hefyd yn atgyfnerthu'r neges eu bod yn darparu gwaith o ansawdd uchel sy'n cael ei gydnabod yn genedlaethol ac yn rhyngwladol.



CAMAU NESAF

I grynhoi, llwyddodd y tîm i ddatblygu offeryn ar gyfer clinigwyr y dyfodol a choladu tystiolaeth i ddangos beth sy'n gweithio ac ymhle. Ni fydd yn disodli pob ymgynghoriad wyneb yn wyneb ond bydd yn opsiwn amgen, hyblyg y gellir ei gynnig i gleifion sydd wedi'u cyfyngu rhag mynychu wyneb yn wyneb yn gyson, a hefyd o fudd i gleifion sydd angen mwy o amser i gael eu gweld wyneb yn wyneb ac yn y pen draw i wella canlyniadau cleifion yn ogystal â lleihau'r effaith ar ein hôl troed carbon.

Roedd gan y tîm un claf â diagnosis canser nad oedd am fynychu'r apwyntiad ar ei ben ei hun. Ymunodd ei blant â'r alwad fideo o Lundain a Singapore, ac ni fyddai hyn wedi bod yn bosibl gydag apwyntiad wyneb yn wyneb.

Yn sefydliadol, fe wnaethon nhw ddysgu y gellir gwneud llawer o bethau gyda nod cyffredin a sianelau cyfathrebu clir. Mae ymddiriedaeth yn y tîm a chred yn y bobl rydych chi'n gweithio gyda nhw yn hollbwysig, yn enwedig pan nad ydych chi erioed wedi cwrdd â nhw o'r blaen.