



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

Datganiad Ansawdd Blynyddol
2015-2016

Datganiad gan y Cadeirydd a'r Prif Weithredwr	3
Cyflwyniad	5
Ein Bwrdd Iechyd	8
Blaenoriaethau 2015/16—Crynodeb o'r Cynnydd	9
Gostwng Anghydraddoldebau mewn Iechyd a Hybu Iechyd	13
Atgyfnerthu Gwasanaethau Gofal Sylfaenol	17
Dod â Gofal yn Nes Gartref	23
Gofal Iechyd Darbodus a Chyd-gynhyrchu	27
Gofalu am Bobl Hŷn	29
Gwella Gwasanaethau Iechyd Meddwl ac Anableddau Dysgu	35
Gofal Argyfwng ac Achosion Brys	36
Gofal wedi'i Drefnu	38
Gofal Diogel	41
Profiad Cleifion	47
Ein Staff	49
Edrych Ymlaen	52
Ardystiadau	54
Geirfa Termau	55

DATGANIAD GAN Y CADEIRYDD A'R PRIF WEITHREDWR

Croeso

Dyma'r 4ydd Datganiad Ansawdd Blynyddol Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan. Mae'n sôn am ansawdd y Gwasanaethau Iechyd rydyn ni'n eu darparu yn ein hardal ar gyfer pobl o bob oed ac yn ymestyn i ymweliadau â phobl yn eu cartrefi eu hunain hyd at gyfleusterau technegol fel gofal dwys mewn ysbytai aciwt. Mae'r modd rydyn ni'n gwneud hyn yn cael ei danategu gan ein pwrpas:

- Rhoi'r Claf yn Gyntaf
- Gwella'n barhaus gyda phob gweithred.

Parhau i gyflenwi gofal o safon uchel yw'r prif reswm dros ein strategaeth tymor hwy ar gyfer ein gwasanaethau - Dyfodol Clinigol. Mae'r strategaeth gref hon yn ymwneud â chynyddu'r gwasanaeth mewn gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned i gadw pobl yn eu cartrefi eu hunain pan fydd hynny'n bosibl gyda'r adnoddau cywir a'r staff cywir. I wneud y newidiadau hyn, mae'n rhaid i ni wybod eich barn am y gwasanaethau iechyd rydyn ni'n eu darparu. Mae gallu egluro ein heriau a'r gwelliannau rydyn ni'n eu gwneud - yn y Datganiad Ansawdd Blynyddol hwn a hefyd drwy gydol y flwyddyn - hefyd yn hanfodol. Felly, eleni rydyn ni wedi sefydlu Tîm Ymgysylltu bychan ond pwysig. Mae'r bobl yn y Tîm hwn allan yn siarad â chi ac yn dod a'ch barn, eich pryderon a'ch syniadau'n ôl. Gallwn ddefnyddio'r rhain i gyd i sicrhau ein bod yn newid y gwasanaethau rydyn ni'n eu darparu yn y modd rydych chi am i ni wneud a gwneud gwelliannau lle'r ydych chi'n dweud bod problemau. Gallwch ddarllen mwy am sut mae'r Bwrdd Iechyd wedi bod yn ymgysylltu gyda chi ar dudalen 47.

Bu hon yn flwyddyn pan oedd ein gwasanaeth yn wynebu cynnydd mewn galwadau fel y gwelwch ar dudalen 8. Yn benodol, cawsom aeaf hynod o brysur, o fis Ionawr i fis Mawrth 2016. Roedden ni'n cynllunio ar gyfer cynnydd mewn galw ac roedd y rhain yn gweithio'n dda. Ond rydyn ni'n dal i wynebu pwysau oherwydd anawsterau wrth recriwtio staff yn erbyn cefndir o gyfyngiadau parhaus ar adnoddau. Rydyn ni'n cyflenwi swyddi gwag gyda ein staff ein hunain hyd y mae'n bosibl gan fod ein staff yn adnabod ein cleifion a'n prosesau ac felly'n gallu cynnal ansawdd a diogelwch ein gwasanaethau'n well. Rydyn ni wedi defnyddio staff Asiantaethau pan oedden ni angen gwneud hynny er mwyn sicrhau bod ein gwasanaethau'n ddiogel.

DATGANIAD GAN Y CADEIRYDD A'R PRIF WEITHREDWR

Rydyn ni hefyd wedi edrych ar Ewrop ac ymhellach i recriwtio staff Nyrsio. Fodd bynnag, mae'n her barhaus sicrhau bod gennym lefelau staffio diogel ar draws ein holl wasanaethau.

Er waetha'r heriau, rydyn ni'n falch ein bod wedi parhau i wella ansawdd ein gwasanaethau. Eleni, rydyn ni wedi gostwng ymhellach y nifer o achosion o Clostridium difficile, drwy weithio o fewn gofal sylfaenol ac yn yr ysbyty. Rydyn ni wedi agor ein gwasanaeth strôc newydd sydd wedi llwyr ail-lunio i ddarparu gofal strôc cyflymach a mwy cynhwysfawr pan fydd y claf ei angen. Dylai hyn arwain at well deilliannau i gleifion.

Mae nifer o'r gwelliannau hyn a nifer eraill y gallwch ddarllen amdany'n nhw yma wedi bod yn bosibl oherwydd ein bod yn cydweithio er budd y claf ar draws yr holl wasanaethau iechyd y mae'r claf yn dod i gysylltiad â nhw. Rydyn ni'n gweithio gyda'n partneriaid o fewn Awdurdodau Lleol ac yn y Trydydd Sector sy'n hanfodol i fynd a gofal yn nes i'r cartrefi. Ond egni ac ymroddiad ein staff i roi'r claf yn gyntaf a bob amser i wella'r gwasanaeth sy'n sicrhau bod y gwelliannau hyn yn digwydd.



David Jenkins
Cadeirydd



Judith Paget
Prif Weithredwr

CYFLWYNIAD

Ein barn ni am wasanaeth gofal iechyd o safon yw bod ein holl gleifion, staff o fewn gofal sylfaenol, yn y gymuned, neu mewn gwasanaethau aciwt, yn cael profiad da o'n gwasanaethau. Mae hyn yn golygu bod eu gofal yn ddiogel, yn effeithlon, yn brydlon ac yn canolbwyntio arnyn nhw fel unigolion gydag urddas ac yn darparu gwerth (deilliannau yn erbyn costau) a chydreddoldeb. Rhaid i staff allu gweld y gwasanaethau drwy lygaid cleifion a cheisio eu gwella gyda phob cam y maen nhw'n eu cymryd. Mae hyn yn greiddiol i Safonau Iechyd a Gofal - y fframwaith sy'n cefnogi cyflenwi gwasanaethau o safon uchel o fewn y GIG yng Nghymru ar gyfer y cyhoedd a chleifion. Fodd bynnag, mae'r Safonau Iechyd a Gofal hefyd yn glir bod yn rhaid i'r cyhoedd a'r cleifion eu hunain gymryd cyfrifoldeb dros helpu eu gwasanaethau gofal iechyd drwy weithio gyda nhw a chymryd camau doeth i ddiogelu a hybu eu hiechyd eu hunain.

Mae'r Safonau Iechyd a Gofal yn darparu'r fframwaith cyffredinol sy'n Sylfaen i wella ansawdd a diogelwch gwasanaeth gofal iechyd gan y gellir ei ddefnyddio i ganfod cryfderau ac amlygu meysydd gwella. Rydyn ni hefyd yn defnyddio Archwiliadau Clinigol Cenedlaethol

i ddeall a ydyn ni'n cyflawni safonau penodol y gwasanaethau. Yn ychwanegol at hyn, rydyn ni'n defnyddio data o adolygiadau marwoldeb, cwynion, digwyddiadau difrifol ac adborth gan gleifion a'r cyhoedd i ddysgu am ba feysydd sy'n rhaid i ni eu gwella a sut mae angen i ni eu gwella. Mae Cyngor Iechyd Cymuned Aneurin Bevan hefyd yn rhoi adborth gwerthfawr iawn i ni drwy ei ymweliadau ar draws ein holl wasanaethau i fonitro eu hansawdd.

Rydyn ni'n wynebu nifer o newidiadau a heriau sy'n effeithio ar ansawdd ein gwasanaethau - proffil newid oed y boblogaeth, yr angen am ail-gydbwysu gwasanaethau o ysbytai i'r gymuned i gefnogi pobl yn nes i'w cartrefi, gwasanaethau nad sydd yn y lle cywir, nifer o hen adeiladau na fydd yn gallu wyneb prawf amser, yr angen am sicrhau bod gennym y staff ac adnoddau eraill i gefnogi gwasanaethau arbenigol cynyddol a'u bod yn gweld y nifer o gleifion sydd eu hangen i gynnal eu harbenigedd.



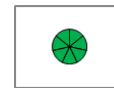
Ein cynllun dewr i symud ein gwasanaethau ymlaen i gwrdd â'r heriau hyn yw troi'r gwasanaeth ar ei ben - cynyddu'r gwasanaeth mewn gofal sylfaenol ac yn y gymuned. Bydd hyn yn helpu i gadw pobl yn eu cartrefi eu hunain cyhyd ag sy'n bosibl. Dim ond pan fyddan nhw angen cefnogaeth fwy arbenigol y dylen nhw fod yn gorfod mynd i mewn i ysbytai aciwt.

I wneud hyn, mae gennym dri nod strategol:

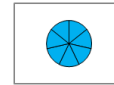
- Gostwng Anghydraddoldebau Iechyd – gostwng amrywiaeth ar draws ein poblogaeth fel bod pawb yn cael yr un cyfle o fywyd hir a iach
- Gofal yn Nes Gartref - newid ein gwasanaethau fodelau newydd sylfaenol o ofal
- Gweithio mewn Partneriaeth - gweithio gyda'n partneriaid a phobl i gadw pobl yn iach, yn annibynnol ac yn eu cartrefi cyhyd ag sy'n bosibl.

Er mwyn cyflawni'r nodau hyn, mae gennym 10 cynllun gwasanaeth sy'n darparu'r prif feysydd ffocws ar gyfer Cynllun ein Bwrdd Iechyd. Felly, rydym wedi trefnu'r wybodaeth yn y Datganiad Ansawdd Blynnyddol hwn o gwmpas y meysydd ffocws hyn fel eich bod yn gallu gweld sut rydyn ni'n darparu gwasanaethau safonol ac yn gwella profiadau cleifion yn awr wrth i ni hefyd gyflawni'r cynllun ar gyfer ein gwasanaethau i'r dyfodol.

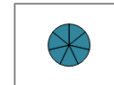
Fodd bynnag, fel eich bod hefyd yn gallu gweld sut mae'r gwaith hwn yn berthnasol yn y Safonau Iechyd a Gofal, rydym wedi amlygu'r brif thema y mae pob adran yn berthnasol iddi gan ddefnyddio "olwyn" Safonau Iechyd a Gofal ac amlygu lliw'r brf thema.



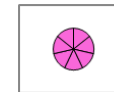
Aros yn Iach



Gofal Prydlon



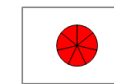
Gofal Diogel



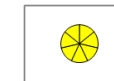
Gofal Personol



Gofal Effeithlon



Staff ac Adnoddau



Gofal Urddasol

Cyfeirir at ein hysbytai yn yr adroddiad hwn drwy ddefnyddio eu hacronymau fel y gwelir isod:

RGH Ysbyty Brenhinol Gwent Casnewydd
NHH Ysbyty Nevill Hall Y Fenni
YYF Ysbyty Ystrad Fawr Ystrad Mynach
YAB Ysbyty Aneurin Bevan Glyn Ebwy

Beth yw eich barn chi am y Datganiad Ansawdd Blynyddol hwn?

Rydym yn awyddus i glywed eich barn am y Datganiad Ansawdd hwn: Ydy'r blaenoriaethau ar gyfer y flwyddyn nesaf y blaenoriaethau cywir. Beth yw'r ffordd orau i chi gyflwyno eich adborth i ni am eich gofal, a ydyn ni wedi delio a'r materion sydd o ddiddordeb i chi am y gwasanaethau rydyn ni'n eu darparu?

Byddem wrth ein bodd yn clywed eich barn a gallwch gysylltu â ni mewn amryw ffyrdd:

E-bost	abhb.enquiries@wales.nhs.uk
Twitter	www.twitter.com/aneurinbevanhb
Facebook	www.facebook.com/AneurinBeavnHealthBoard
Llythyr	Pencadlys Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, Ffordd y Lodge Ysbyty Sant Cadog, Caerllion Casnewydd, De Cymru NP18 3XQ

Ein Bwrdd Iechyd yn 2015/16...



11,076

o aelodau staff
llawn amser



Perfformiwyd tua
50,000
o lawdriniaethau



130
o Fferyllfeydd y
Gymuned yng
Ngwent

13
fferyllfeydd mewn
meddygfeydd
Meddygon Teulu

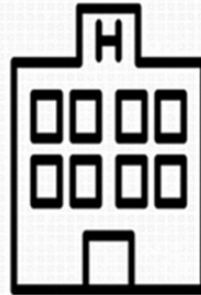


125,720

wedi mynychu ein
hadrannau D&A yng
Nghasnewydd a'r Fenni

1,755 yn fwy na'r llynedd

Ein unedau mân anafiadau



30,540

Aeth pobl i Ysbyty
Ystrad Fawr

98%

yn cael eu trin
o fewn 4 awr

7,856

Aeth pobl i Ysbyty
Aneurin Bevan

100%

yn cael eu trin
o fewn 4 awr



Oriau newydd ein
Gwasanaeth
Nyrsio yn y
Gymuned yn
darparu Gofal yn
agos i'r cartref



35,793

Daeth ambiwlansys
â chleifion ein
hadrannau D&A

35,592

cleifion a gyfeirir
gan eu meddyg
teulu i ein uned
asesu achosion
brys

12% yn fwy na'r
llynedd



88,244

pobl a elwir yn ein
meddygon teulu tu
allan i oriau



504 yn fwy na'r
llynedd



5,200

Mae pobl yn cyfathrebu
â ni drwy Twitter



**&
5,000**

drwy Facebook

BLAENORIAETHAU 2015-16 – CRYNODED O GYNNYDD

Blaenoriaethau 2014-15	Yr hyn rydym wedi'u cyflawni	Sut rydyn ni wedi cyflawni
Rhoi'r Gorau i Ysmygu Byddwn yn cynyddu'r nifer o atgyfeiriadau at gwnseliaid rhoi'r gorau i ysmygu yn RGH a NHH Byddwn yn datblygu'r mesur i fonitro'r nifer o gleifion sy'n rhoi'r gorau i ysmygu cyn llawdriniaeth	Mae'r Ymgynghorwyr Rhoi'r Gorau i Ysmygu yn RGH a NHH trin 341 o ysmygwyr. Mae hyn yn gynnydd ar y gwasanaeth yn 2014-15 , pan nyrs resbiradol yn darparu gwasanaeth i 55 ysmygwr. Mae'r Nyrsys Clinig Cyn- Asesu ar bob 4 safle cyfeirio cleifion sy'n ysmygu i ' Stopio Smygu Cymru ' Rydym yn dal i ddatblygu y broses i fonitro faint o gleifion yn rhoi'r gorau i smygu cyn llawdriniaeth . Gweler mwy o wybodaeth am 16	
Falls Bydd y Grŵp Llywio Cwmpadau'n lledaenu'r fenter yn YAB a YYF i ysbytai aciwt eraill ac yn gweithredu mesurau i fonitro cwmpadau sy'n achosi niwed	Mae'r Grŵp Llywio Cwmpadau wedi parhau i fonitro effaith mentrau yn YYF ac YAB. Mae ganddo ddata ar gwmpadau sy'n achosi niwed fydd yn cael ei ddatblygu'n awr gan fod Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi'r dangosyddion ar gyfer Cwmpadau yng Nghymru Gweler mwy o wybodaeth am 45	
C. diff and MRSA Byddwn yn sefydlu targed misol arfaethedig ar gyfer gostwng C. diff ac MRSA, ar sail y targed presennol hyd nes i Lywodraeth Cymru gyhoeddi ei thargedau newydd ar gyfer Byrddau Iechyd yng Nghymru	Mae Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi targedau newydd ar gyfer C. Diff a Staph aureus bacteraemia. Rydyn ni wedi datblygu targedau misol newydd ar lefel Bwrdd Iechyd a lefel Rhanbarthol. Gweler mwy o wybodaeth am 44	

BLAENORIAETHAU 2015-16 – CRYNODED O GYNNYDD

Briwiau Pwyso Byddwn yn gweithio gyda Chartrefi Nyrsio i ostwng y nifer o gleifion sydd wedi cael briwiau pwyso sy'n dod i mewn i'n hysbytai	Rydym wedi cynnal hyfforddiant gyda Chartrefi Nyrsio ar atal a gofalu am friwiau pwyso. Hyd yn hyn, nid yw'r data'n dangos gostyngiad mewn achosion Gweler mwy o wybodaeth am 43	
Maeth a Hydradiad Byddwn yn gweithredu Menter Llywodraeth Cymru ar hydradiad	Mae'r Bwrdd Iechyd wedi gweithredu menter Llywodraeth Cymru ar hydradiad Gweler mwy o wybodaeth am 44	
Gostwng y nifer o achosion o Thrombosis a gafwyd mewn Ysbytai (HAT) Byddwn yn canolbwyntio ar feysydd sy'n gweld y nifer mwyaf o gleifion ac sydd â niferoedd uchel o HAT i ddiddymu HATs y gellir eu hosgoi	Rydym wedi cytuno ar driniaeth proffylaccis cemegol newydd mewn orthopaedeg etholedig ar gyfer cluniau a phen-gliniau ac wedi datblygu asesiadau risg newydd i adlewyrchu hyn. Mae'r nifer o achosion o HAT wedi gostwng ar gyfer orthopaedeg etholedig. Gweler mwy o wybodaeth am 41	

BLAENORIAETHAU 2015-16 – CRYNODED O GYNNYDD

Sepsis Byddwn yn cwblhau'r cylchoedd 4x90 diwrnod o ABC Sepsis, ac yn gwerthuso'r effaith cyn penderfynu sut i dreiglo'r gwaith ar draws y Bwrdd Iechyd	Rydym wedi parhau â gwaith ABC Sepsis drwy gydol 2015 ac wedi gwerthuso'r effaith. Yn awr, rydyn ni profi rhai ymagweddau gwahanol ac yn treiglo gwaith arall allan o fewn y Bwrdd Iechyd yn unol â darganfyddiadau'r gwerthusiad. Gweler mwy o wybodaeth am 42	
Bwndel Ymataliad Byddwn yn gweithredu'r Bwndel Gofal Ymataliad a Thoiledu ac yn cynnal peilot o drefn archwilio'r Bwndel yn Ysbyty Casgwent	Gweithredwyd y Bwndel Ymataliad a Thoiledu ym mhob ward mewn ysbytai aciwt a chymuned. Yr archwiliad yn Ysbyty Casgwent Gweler mwy o wybodaeth am 30	
Gofal Dementia Byddwn yn gweithio tuag at statws "Cymuned sy'n Gyfeillgar i Dementia" ar gyfer ein Hysbytai Cymuned	Mae ein Ysbytai Cymuned yn gweithio tuag at statws " Cymuned Gyfeillgar Dementia ", ac achrediad ar gyfer "gweithio tuag at gymuned gyfeillgar dementia " eisoes wedi'i ddyfarnu i Cyfleuster Dyffryn Mynwy Iechyd a Gofal Cymdeithasol Integredig . Gweler mwy o wybodaeth am 30	

BLAENORIAETHAU 2015-16 – CRYNODED O GYNNYDD

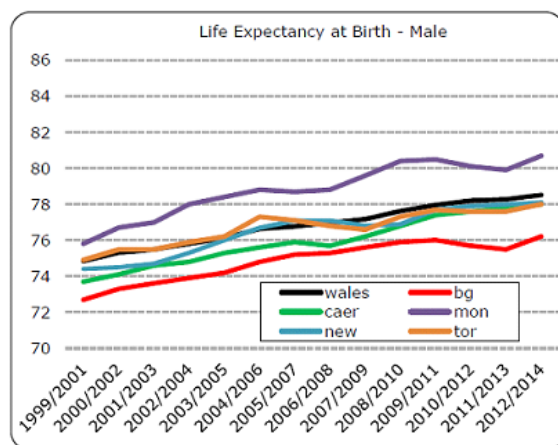
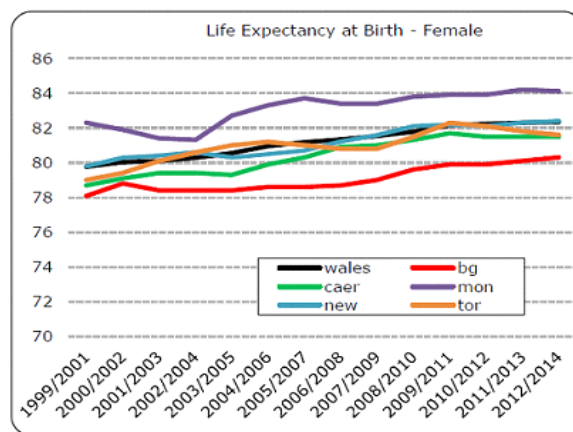
Aros 12 awr mewn Adrannau D&A Byddwn yn gostwng y nifer o bobl sy'n aros am 12 awr mewn adrannau D&A	Yn 2015-16 , 4,725 o bobl yn aros 12 awr neu fwy yn A ac E , o'i gymharu â 3,519 yn 2014-15 . Yn anffodus , nid ydym yn felly yn lleihau nifer y bobl sy'n aros am 12 awr yn D & A Gweler mwy o wybodaeth am 37	
Cyd-gynhyrchu Bydd gan bob Rhanbarth o leiaf un fenter lle mae gweithwyr proffesiynol gofal iechyd yn gweithio gyda chleifion fel partneriaid cyfartal	Mae gan bob Is-adran fenter lle mae gweithwyr proffesiynol gofal iechyd yn gweithio gyda chleifion , neu eu gofalwyr , fel partneriaid cyfartal. Gweler mwy o wybodaeth am 28	
Brechlyn y Ffliw Byddwn yn brechu 50% o'n staff gyda'r brechlyn fflw	Yn 15/16 , rydym yn cyflawni nifer 40.64 % o'r brechlyn fflw gan staff rheng flaen. Mae hyn yn gynnydd bychan ar 14/15 , ond ni wnaethom gyrraedd ein targed o 50% Gweler mwy o wybodaeth am 49	

Gostwng Anghydraddoldebau mewn Iechyd a Hybu Iechyd

Anghydraddoldebau o fewn Iechyd ymhlith ein pobl

Yn ABUHB, rydym am eich cefnogi i fod yn iach - fel bod pobl yn cymryd cyfrifoldeb dros eu hiechyd a'u lles eu hunain - yn hytrach na chael eu trin pan na fyddan nhw'n teimlo'n dda.

Gwyddom fod effaith cyfunol ymddygiadau



iechyd gwael mewn oedolion yn cynyddu'r risg o farwolaethau cynamserol. Yn yr ardal wahanol y mae ABUHB yn gweithio ynddi, mae hyn yn golygu bod gan bobl ddisgwyliad oes gwahanol adeg eu geni.



Oeddech chi'n gwybod yn ardal ABUHB bod:

- 22% o oedolion yn dweud eu bod yn ysmegu ar hyn o bryd (Cymru 21%)
- 60% o oedolion dros bwysau (Cymru 58%)
- 378 o gleifion wedi'u derbyn yn benodol oherwydd alcohol i bob 100, 000 o bobl (Cymru 351)
- 28% o oedolion yn dioddef gan anhwylder iechyd meddwl cyffredin (Cymru 26%)

Mae ymddygiadau sy'n gallu arwain at iechyd gwael yn cynnwys: ysmegu, bod dros bwysau neu'n ordew oherwydd diet gwael neu ddiffyg ymarfer neu gamddefnydd o alcohol.

Mae peth o'r gwaith rydym yn ei wneud i geisio helpu pobl i fyw bywydau iach yn cael ei ddisgrifio yn yr adran hon.

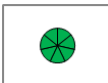


Byw'n Iach Byw'n Hirach (LWLL)

Mae'r rhaglen Byw'n Iach Byw'n Hirach yn cynnal "archwiliadau iechyd" ar bobl rhwng 40 a 64 oed sy'n byw mewn ardaloedd gyda disgwyliad oes gwael. Gellir ystyried yr archwiliadau hyn fel "MOT canol oed" - hyd yn oed os ydych chi'n teimlo'n iach, mae'n bosibl bod gennych broblemau iechyd sy'n dechrau datblygu ond na allwch eu gweld. Erbyn hyn, mae LWLL wedi cynnal mwy

na 3,000 o archwiliadau iechyd clefyd cardiofasgwlar mewn 6 phraxis Meddyg Teulu (MTon) yng Ngorllewin Blaenau Gwent a 3 phraxis yn Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth (NCN) Gogledd Caerffili.

Mae'r gwasanaeth LWLL yn darparu cefnogaeth eang i bobl i newid eu hymddygiad os y'u canfyddir fel rhai mewn risg gynyddol o glefyd cardiofasglwr. Gall hyn wella eu hiechyd a gostwng yr angen am feddyginiaethau fel statins. Mae LWLL hefyd yn darparu gwasanaeth monitro pwysau gwaed symudol i'r trigolion hynny gyda phroblemau pwysau gwaed i ganfod y rhai sydd angen atgyfeiriad clinigol yn ôl at eu Meddyg Teulu (MT). Hefyd, mae'r gwasanaeth yn darparu peiriannau monitro pwysau gwaed symudol a hyfforddiant clinigol ar gyfer y deugain Practis MTon sy'n cymryd rhan.



Hybu Iechyd Da – O ddechrau cyntaf bywyd

Gwyddom fod ymddygiadau iach yn ystod beichiogrwydd a hyd at 3 oed plentyn yn gritigol i roi dechrau da i berson mewn bywyd. Mae mam iach yn gwella siawns babi iach - ac felly mae ein bydwagedd yn gweithio gyda'r mamau beichiog i'w helpu i fod yn iach yn ystod beichiogrwydd.

Gostwng y Nifer sy'n Ennill Pwysau

Un peth y maen nhw wedi'i ddechrau yw "mamau sy'n cerdded" ym Mhontypŵl a Chwmbran - ymarfer hawdd i famau beichiog. Mae bod yn fwy actif yn helpu i atal

y mamau beichiog rhag ennill gormod o bwysau yn ystod beichiogrwydd. Mae bod dros bwysau yn gyffredinol yn cynyddu'r risg o ystod eang o gyflyrau iechyd tymor hir fel diabetes, pwysau gwaed uchel a chlefyd y galon. Wrth gyd-gerdded mewn parc lleol, maen nhw'n gwneud ffrindiau ac yn cefnogi ei gilydd ynghyd a chael cyngor gan y bydwagedd am roi'r gorau i ysmegu a sicrhau pwysau iach. Mae rhai o'r merched yn parhau i ddod i gerdded gyda'u babanod newydd. Y gobaith yw y bydd y mamau hyn yn symud ymlaen at gyfle tebyg gyda'r Ymwelwyr Iechyd sydd â grŵp cerdded "Buggy Fit" yn Nhorfaen.



Rhoi'r Gorau i Ysmegu

Mae cefnogaeth yn bwysig i ferched beichiog gan mai diogelu eich babi yn y groth rhag mwg tybaco yw'r peth gorau y gall mam ei wneud i sicrhau dechrau iach i fywyd. Mae'r cemegolion o fwg sigarét yn mynd i mewn i lif gwaed mam ac yn cyfyngu ar y cyflenwad ocsigen i'r babi gan wneud i galon y babi guro'n galetach bob tro y mae'r fam yn ysmegu. Mae rhoi'r gorau i ysmegu yn ystod beichiogrwydd yn gostwng y cymhlethdodau yn ystod beichiogrwydd a syndrom marwolaeth sydyn mewn babanod ac asthma yn ystod



blynyddoedd cynnar oes. Mae gan ABUHB Gyngorydd Ysmygu yn ystod Beichiogrwydd penodedig. Mae'r cyngorydd yn gweld merched bechiog sy'n ysmygu mewn clinig ar ddiwrnod cadarnhad/ Sgan Uwchsaïn dyddiad. Dywed y merched fod hyn wedi'u hysgogi i roi'r gorau i ysmygu. Mae hyn wedi arwain at lwyddiant mewn gostwng y nifer sy'n ysmygu yn ystod beichiogrwydd gyda'r ardal â'r canran uchaf o ysmygwyr ar 26%, a'r gostyngiad mwyaf mewn ysmygu yn ystod beichiogrwydd, gostyngiad o 10%.

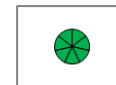
Cynyddu Bwydo o'r Fron

Mae buddion tymor hir i fwydo o'r fron, i'r fam a'r babi ac mae hyn yn arwain hyd at fod yn oedolion. Mae risg is o heintiau i fabanod yn ystod eu blynyddoedd cynnar sydd wedi'u bwydo o'r fron. Mae hyn oherwydd bod gwrthgyrff yn cael eu pasio drwy laeth y fron oddi wrth y fam. Mae bwydo o'r fron yn lleihau'r risg i'r fam o ganser y fron a'r ofari. Yn 2014, yn ardal ABUHB, roedd 56% o ferched yn bwydo eu babanod o'r fron adeg y geni. I wella hyn, mae gan y Bwrdd Iechyd ddwy fydwraig sy'n cael eu cydnabod



fel ymgynghorwyr bwydo o'r fron. Mae'r bydwraedd hyn yn cynnig arbenigedd bwydo o'r fron i fydwraedd eraill, gweithwyr cymorth a mamau mewn sesiynau "galw heibio" a chynghor un i un pan fydd

angen. Erbyn hyn, gallwn edrych ar gyfraddau bwydo o'r fron yn fwy lleol - ar lefel Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth. Mae hyn yn galluogi bydwraedd i dargedu cymorth yn fwy effeithlon yn yr ardaloedd lle mae'r angen mwyaf.



Rhoi'r Gorau i Ysmygu

- **Byddwn yn cynyddu nifer yr atgyfeiriadau i ysmygu cyngorwyr rhoi'r gorau yn RGH a NHH**
- **Byddwn yn datblygu'r mesuriad hangen i fonitro nifer y cleifion sy'n rhoi'r gorau i smygu cyn llawdriniaeth**

Un ffordd y gall pob person wella ei iechyd/ hiechyd yw rhoi'r gorau i ysmygu!

Ysmygu yw prif achos marwolaeth gynamserol yn y DU. Mae ysmygu ac ysmygu goddefol wedi'u cysylltu ag ystod o anhwylderau difrifol, gan gynnwys canserau, clefyd resbiradol a chlefyd y galon.

Ymgynghorwyr Rhoi'r Gorau i Ysmygu mewn Ysbytai

Sefydlwyd y Gwasanaeth Cymorth Di-fwg mewn Ysbytai ym mis Ebrill 2015 ac mae'n cynnig gwasanaeth i gleifion preswyl a staff. Hefyd, mae darpariaeth ar gyfer cleifion allanol sydd angen mynediad cyflym i gael cymorth i roi'r gorau i ysmygu. Mae gan y gwasanaeth 2 ymgynghorydd sy'n gweithio ar safleoedd RGH a NHH. Mae'r gwasanaeth

wedi sefydlu cysylltiadau a gwell gwasanaethau Fferyllwyr y Gymuned i sicrhau eu bod yn cydweithio a bod cleifion felly'n cael cymorth di-dor i roi'r gorau i ysmegu ar ôl eu rhyddhau o ysbyty.

Roedd y gwasanaeth yn trin 341 o ysmygwyr yn 2015/16, sy'n gynnydd rhagorol i wasanaeth mor newydd.

Rhoi'r Gorau i Ysmegu cyn llawdriniaethau

Mae rhoi'r gorau i ysmegu cyn llawdriniaeth yn gwella adferiad claf ar ôl llawfeddygaeth. Cynghorir pob claf sy'n dweud ei fod/ bod yn ysmegu yn y clinig cyn-asesu mewn unrhyw un o'n hysbytai y byddan nhw'n cael eu hatgyfeirio at Roi'r Gorau i Ysmegu Cymru, heblaw eu bod yn gwrthod. Mae'r nyrsys wedi'u hyfforddi i'w galluogi i drafod buddion rhoi'r gorau i Ysmegu gyda'u cleifion. Mae monitorau carbon monocsid ar gael i'r clinigau i ddangos lefelau nwy yng ngwaed yr ysmygwyr ac maen nhw'n helpu i annog ysmygwyr i roi'r gorau hyd yn oed os mai dim ond am ychydig ddyddiau cyn y llawdriniaeth. Nid oes gennym ddata i ddangos faint o ysmygwyr sy'n penderfynu rhoi'r gorau cyn llawdriniaeth ond byddwn yn parhau i weithio ar y broses i ddarparu'r mesur hwn.

Rhoi'r Gorau i Ysmegu – mewn carchardai

Ym mis Medi 2015, cyhoeddodd Llywodraeth y DU ei bwriad i weithredu polisi di-fwg ym mhob carchar yng Nghymru o fis Ionawr 2016. I baratoi ar gyfer y polisi hwn, cynhaliwyd arolwg gan y Tîm Gofal Iechyd mewn Carchardai oedd yn dangos bod tua 120 o ysmygwyr yng

Ngharchar Ei Mawrhydi ym Mrynbuga cyn dechrau gweithredu'r

gwaharddiad. Ar y pryd roedd cymorth GIG i garcharorion roi'r gorau i ysmegu'n gyfyngedig. Mewn ymateb i hyn, penodwyd Nyrs Iechyd y Cyhoedd fel rhan o'r Tîm Gofal

Iechyd mewn Carchar er mwyn

sefydlu a chyflawni rhaglen i roi'r gorau i ysmegu. Roedd y gwasanaeth hwn yr un un a oedd yn cael ei ddarparu mewn ysbytai ac yn y gymuned. Roedd yn cynnwys y cynnig o ystod o therapïau a Therapi Amnewid Nicotin. Lansiwyd y gwasanaeth hwn gan y Tîm Gofal Iechyd mewn Carchar ar 22 Chwefror 2016 a hyd yn hyn, mae cyfanswm o 80 carcharor wedi dechrau ar y rhaglen o driniaeth. Er mwyn asesu boddhad gyda'r gwasanaeth, anfonwyd 72 o holiaduron allan a dychwelwyd 53.

Y canlyniadau oedd:

- 83 y cant o ymatebwyr naill ai'n fodlon iawn neu'n fodlon gyda'r gwasanaeth,
- 90 y cant yn dweud y bydden nhw'n argymhell y gwasanaeth i eraill,
- 85 y cant yn dweud eu bod wedi elwa o'r gwasanaethau.
- dim ond tua 30 y cant o'r rhai oedd wedi dilyn y rhaglen oedd yn dweud y bydden nhw'n dechrau ysmegu eto ar ôl gadael y carchar.

**STOP
SMOKING**

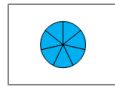


hypnosislive

Atgyfnerthu Gwasanaethau Gofal Sylfaenol

Gwasanaethau Gofal Sylfaenol yw'r gwasanaethau hynny sy'n agos at eich cartref - eich Meddyg Teulu (MT), eich optegydd, eich deintydd a'r fferyllydd yn eich fferyllfa leol. Dyma'r gwasanaethau iechyd y bydd y mwyafrif o bobl yn cysylltu â nhw bob blwyddyn ac felly mae sicrhau eu bod yn hygyrch ac yn darparu'r gofal gorau posibl yn hanfodol o fewn ein gwasanaeth gofal iechyd.

Mynediad i Ofal Sylfaenol



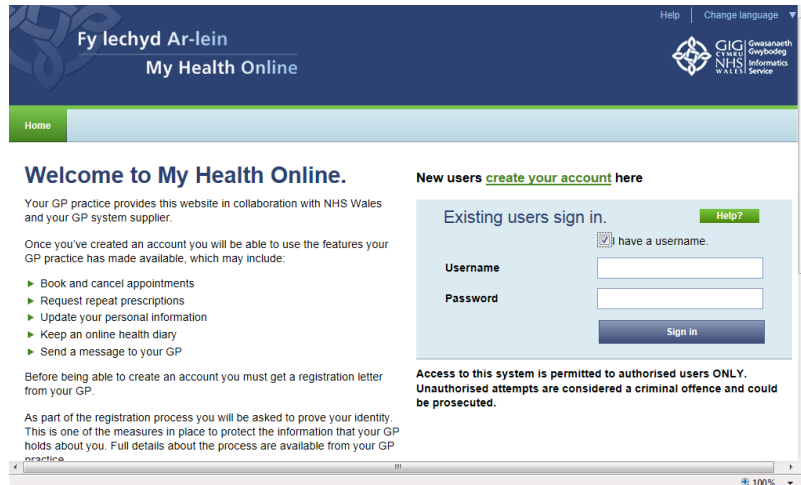
Un mater sydd wedi dod i'r amlwg ym mhob ardal drwy ymgysylltu gyda chymunedau yw mynediad i feddygfeydd Ymarferwyr Cyffredinol (MTon) - roedd cysylltu dros y ffôn i drefnu apwyntiad yn her arbennig iawn. Nid gyda MTON ABUHB yn unig y mae hyn yn wir - mae'n her ym mhob man ac mae ABUHB yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru i wella mynediad. Cyhoeddodd Llywodraeth Cymru fod arian newid ar gael ar gyfer Gofal Sylfaenol yn 2015/16. Mae cael mynediad at FTON yn bwysig oherwydd mae darparu gofal yn nes gartref yn rhan greiddiol o'n cynlluniau ar gyfer y dyfodol ac mae gwasanaeth MT hygyrch yn sylfaenol i gadw pobl allan o ysbytai. Mae'r heriau i FTON yn codi'n rhannol o'r problemau sy'n effeithio ar y Gwasanaeth Iechyd Gwladol yn gyffredinol. Roedd cynnydd o 4.2% yn y boblogaeth rhwng 2001 a 2011, ac mae anghenion y cleifion y mae MTON yn eu gweld yn mynd yn fwy

cymhleth wrth i bobl fyw'n hirach a bod â phroblemau iechyd mwy tymor hir. Fodd bynnag, mae'r gwasanaeth MTON yn hynod o fregus oherwydd bod nifer o'r MTON yn awr yn cyrraedd oed ymddeol ac mae'n anodd recriwtio MTON.

Mae practisys MTON yn ardal ABUHB yn cymharu'n dda gyda gweddill Cymru yn erbyn y 3 phrif ddangosydd a ddefnyddir i asesu mynediad. Un enghraifft o ddangosydd yw "y canran o bractisys sy'n agored drwy oriau craidd y dydd". Mae perfformiad ABUHB yn uwch na'r cyfartaledd yng Nghymru ac yn sicrhau lleoliad cyntaf neu ail i bob un o'r 3 dangosydd. Fodd bynnag, mae'n rhaid i ni gefnogi MTON i wella mynediad ar ôl derbyn yr adborth. Gwelir rhai o'n dulliau o wneud hyn isod:

Fy Iechyd ar-lein a Fy Iechyd - Negeseuon Testun

Mae MTON yn ABUHB wedi mabwysiadu mentrau newydd i'w gwneud hi'n haws i drefnu apwyntiadau. Mae'r rhain yn cynnwys "Fy Iechyd ar-lein" a "Fy Iechyd - Negeseuon Testun". System apwyntiadau dros y we yw "Fy Iechyd ar-lein (MHOL)" sy'n galluogi cleifion i drefnu apwyntiadau ac archebu ail bresgripsiynau gyda'u Practis MT ar-lein yn hytrach na gorfod ffonio ar amser arbennig. Mae hyn yn lleihau'r pwysau ar y ffonau ac yn



ei gwneud hi'n haws i bobl eraill gael ateb. Ym mis Mehefin 2016, roedd gan 100% o bractisys yn ardal ABUHB y gallu i gynnig i'w cleifion o fewn eu practis y dewis i arwyddo i ddefnyddio'r MHOL, gyda 95% yn ei ddefnyddio ar gyfer ail bresgripsiynau a 79% yn ei ddefnyddio ar gyfer apwyntiadau. Mae Fy Iechyd - Negeseuon Testun hefyd wedi'i ddefnyddio'n helaeth gyda 78 practis yn defnyddio'r system.

Gwneud y gorau o Optimeiddio Mynediad

Cytunodd y Bwrdd Iechyd ar raglen waith i wneud y gorau o fynediad at FTON mewn partneriaeth gyda'r Pwyllgor Meddygol (sy'n cynrychioli MTON) 'ar Gyngor Iechyd Cymuned' (cynrychioli trigolion). Drwy'r rhaglen hon, datblygwyd egwyddorion mynediad fel canllawiau ar ddisgwyliadau mynediad rhesymol. Yn amlwg, bydd yn rhaid cael barn glinigol ar y rhain a byddan nhw'n cael eu

cyfyngu gan fedr y gwasanaeth.

Ar gyfer **argyfyngau meddygol go iawn** (poen difrifol yn y frest, diffyg anadl difrifol, colli ymwybyddiaeth), bydd pob claf yn cael ei drin yn unol â difrifoldeb clinigol a chanllawiau lleol.

Ar gyfer **sefyllfaoedd nad ydyn nhw'n rhai argyfyngus mewn oedolion**, mae 3 chategori:

- **Argyfwng** – Cynnig ymgynghoriad yr un diwrnod, wyneb yn wyneb, ffôn neu yn y cartref, yn ddibynol ar angen clinigol a barn glinigol
- **Yn fuan** - Cynnig ymgynghoriad o fewn 48 awr i'r cais
- **Wedi'i drefnu** - Cynnig ymgynghoriad o fewn 2 wythnos i'r cais

Gan fod y diffiniadau hyn ar gyfer mynediad wedi'i hamlinellu, mae Practisys MTON wedi bod yn eu defnyddio i adolygu pa mor hygyrch y maen nhw. Yna, maen nhw'n datblygu cynlluniau i wella mynediad. Hyd yn hyn, yn 2015/16, mae 42 practis wedi cynnal adolygiad a gwneud eu cynlluniau. O ganlyniad, maen nhw wedi cyflwyno ceisiadau am arian ar gyfer cynlluniau newydd fel brysbennu dros y ffôn ac ymgynghoriadau drwy ddefnyddio meddalwedd. Bydd y datblygiadau hyn yn help i wella mynediad ac felly profiad cleifion o wasanaethau eu MTON.

Mynediad i Ymarferwyr Deintyddol Cyffredinol (GDPs)

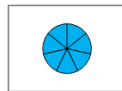


Mae ein Cymuned hefyd (drwy ein hymgysylltiad) wedi gofyn nifer o gwestiynau am Ddeintyddion - yn benodol pa ddeintyddion sy'n derbyn cleifion GIG. Mae'r wybodaeth ddiweddaraf ar gael yn rheolaidd

am hyn drwy wefan y Bwrdd Iechyd ar:

www.wales.nhs.uk/sitesplus/866/directory/dentists/

Gwasanaethau Cefnogaeth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol



Mae Gwasanaethau Iechyd Meddwl ar gyfer pobl o bob oed gyda phroblemau iechyd meddwl ysgafn i ganolig neu ddifrifol ond sefydlog wedi dod yn rhan o'r gwasanaeth gofal iechyd. Mae'r Gwasanaeth Cefnogaeth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol (PCMHSS) ar gyfer pobl sydd wedi gweld eu MT ond bod eu MT yn meddwl eu bod angen asesiad iechyd meddwl mwy manwl. Gall y Gwasanaeth ddarparu ystod o ymyraethau therapiwtig fel cwnsela. Gall hefyd ddarparu gwybodaeth i unigolion a gofalcwyr am opsiynau eraill fel y rhai sy'n cael eu darparu gan y Trydydd Sector.

Mae'r PCMHSS yn asesu bob person sy'n cael ei atgyfeirio ato ac, os yn briodol, yn darparu'r

ymyrraeth. Targed Llywodraeth Cymru yw bod yr asesiad yn cael ei gynnal o fewn 28 diwrnod i'r atgyfeiriad ac yna yr ymyrraeth yn dechrau o fewn 28 diwrnod i'r asesiad. Gwelir cynnydd tuag at gyflawni'r targedau hyn.

Un fenter sydd wedi bod yn hynod boblogaidd a llwyddiannus yw'r "Ffordd i Les". Mae'r PCMHSS wedi bod yn cynnal cyrsiau i gefnogi pobl i ddelio â phroblemau cyffredin - gofid, pryder, straen - a'u rhwystro rhag iddi droi'n broblem iechyd meddwl. Mae wedi cynnal un cwrs yn benodol am ddysgu i reoli straen yn well. Mae'r ail yn ymwneud â helpu pobl i ymateb i broblem mewn modd gwahanol, beth bynnag y broblem. Nid oes un o'r ddau gwrs yn gofyn am asesiad na chofrestriad - mae pobl yn ymddangos ac yn cymryd rhan! Gellir gweld manylion y cyrsiau yn eich ardal ar hafan Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

www.wales.nhs.uk/sitesplus/866/home





Gwella Gwasanaethau y Tu Allan i Orlau MTon

Mae'r gwasanaeth y
Tu Allan i Orlau
MTon yn derbyn
rhwng 7000 ac 8000
o alwadau bob mis

gan ei fod yn cynnwys dros nos, bob dydd ac yn ystod
penwythnosau. Mae wedi mynd yn fwy a mwy anodd
recriwtio MTON i'r Gwasanaeth y Tu Allan i Orlau ac felly
mae'r gwasanaeth wedi bod yn ymchwilio sut gall
sicrhau bod y MTON yn gwneud dim ond y pethau y gall
MT ei wneud. Fel hyn, y mae claf yn derbyn y gofal y
mae ei angen cynted a phosibl gan y gweithiwr
proffesiynol gofal iechyd mwyaf addas.

Gwelwyd rhai newidiadau sy'n golygu bod y staff sy'n
ateb y ffôn yn awr yn gallu trefnu rhai apwyntiadau
uniongyrchol i gleifion heb orfod siarad ymhellach â
chlinigwr ac felly'n gwneud y system yn fwy cyfeillgar i
gleifion ar gyfer mân anhwylderau sy'n gofyn am
ymyrraeth feddygol. Mae'r staff sy'n ateb y ffôn hefyd
yn gallu cyfeirio cleifion sy'n gofyn am ail bresgripsiynau
at fferyllfeydd penodol i gael cyflenwad tymor byr hyd
nes i'r feddygfa ail agor. Mae hyn wedi gostwng yr
amseroedd aros am alwadau presgripsiynau'n unig ac
yn atal pobl rhag colli cyfleoedd i gael



© ukemergency.co.uk

meddyginiaethau'n brydlon mewn modd sy'n berthnasol
i amseroedd agor fferyllfeydd.



Nyrsys Ardal yn Gweithio 24 awr y Dydd gyda OOHs MTON

Mae nyrsys ychwanegol wedi'u recriwtio i'r Tîm Nyrsys
Ardal ac maen nhw'n gweithio gyda'r gwasanaeth OOHs
MTon i ymestyn darpariaeth i nifer mwy o gleifion dros
24 awr. Mae hyn yn lleihau'r pwysau ar y gwasanaeth y
tu allan i oriau'r MTON, yn atal derbyniadau i ysbytai ac
yn cefnogi rhyddhau'n gynnar o ysbytai ynghyd â
darparu gofal lliniarol prydlon. Mae yn ei ddyddiau
cynnar ond yn barod gwelwyd gostyngiad mewn cleifion
yn cael eu derbyn i ysbytai i gael profion gwaed eto,
gofal catheter a chael meddyginiaethau. Mae'r nyrsys
hefyd yn dechrau asesu cleifion priodol a fyddai cynt
wedi bod angen ymweliad MT â'r cartref.

Mae'r gwasanaeth
OOHs hefyd yn
gweithredu mwy o
asesiadau nyrsys nid
yn unig gyda'r tîm
dros nos ond hefyd
o fewn y
canolfannau gofal
sylfaenol. Yn barod
mae nifer o nyrsys



gydag uwch gymwysterau'n ymwneud â rhagnodi gwaith yn y canolfannau. Mae mwy o staff nyrsio'n cael eu hyfforddi i allu asesu a naill ai rhagnodi neu ddefnyddio cyfarwyddiadau grŵp cleifion i sicrhau gwasanaeth un alwad i gleifion

Stiwardiaeth Wrthfiotig o fewn Gofal Sylfaenol
Mae cydnabyddiaeth gynyddol fyd-eang i'r brys i leihau rhagnodi gwrthfotigau sbectrwm llydan a chyffredinol er mwyn arafu ymddangosiad gwrthiant i wrthfotigau a lleihau'r niwed a achosir gan Clostridium difficile cysylltiol a gwrthfotigau.

Tueddwyd i ystyried Clostridium Difficile (C.diff) fel problem a geir mewn ysbytai. Fodd bynnag, mae'n glir fod y risg o gaffael C diff yn aml-ffactoraidd ac mae gwraidd rhai o'r ffactorau hynny yn y gymuned. Mae'n bwysig felly bod Ymarferwyr Cyffredinol yn derbyn yr un newidiadau yn eu practis fel sydd wedi digwydd mewn ysbytai - er mwyn lleihau'r risg y bydd eu cleifion yn datblygu C. diff. Y prif ffactor risg ar gyfer datblygu'r haint yw cymryd gwrthfotigau nad sy'n cael eu targedu'n benodol at gyflwr arbennig y claf - gelwir y rhain yn wrthfotigau sbectrwm llydan.

Os bydd claf hefyd yn cymryd cyffuriau ar gyfer adlif asid, neu garthbair yn ychwanegol at y gwrthfotigau, yna mae'r risg yn cynyddu. Mae hyn yn hynod bwysig mewn pobl hŷn bregus.

Felly, mae Fferyllwyr a MTon felly'n cydweithio i edrych ar amrywiaeth diwarant mewn rhagnodi a sut gall hyn gael ei newid i leihau'r risg o heintiau C. diff+. Pan fydd haint C.diff a gafwyd yn y gymuned yn digwydd, mae'r tîm gofal sylfaenol yn adolygu'r gofal a'r driniaeth i'r claf drwy ddadansoddiad sylweddol i ddeall a fyddai rhywbeth wedi gallu cael ei wneud yn wahanol i leihau'r risg o haint ymhellach.

Mae'r gwersi a'r adborth i'r dadansoddiadau hyn wedi esgor ar leihad dramatig mewn rhagnodi'r gwrthfotigau sbectrwm eang a gostyngiad bychan mewn rhagnodi gwrthfotigau'n gyffredinol. Gwnaed gwelliannau hefyd i sicrhau bod cyffuriau eraill sy'n cynyddu'r risg yn cael eu hatal tra bod claf yn cymryd gwrthfotigau.

Fodd bynnag, mae mwy eto i wneud. Fel rhan o hyn, mae'n rhaid gweithio gyda chymunedau i wella dealltwriaeth o bryd mae angen gwrthfotigau a phryd na fyddan nhw'n gweithio ar gyfer y cyflwr hwnnw. Er mwyn i ni ostwng y



nifer cyffredinol o wrthfotigau sy'n cael eu rhagnodi bydd yn arafu'r gyfradd y mae bacteria'n datblygu gwrthiant i wrthfotigau.



Rhagnodi Resbiradol

Roedd adolygiad yng Nghymru o ragnodi ar gyfer pobl â chyflyrau'n ymwneud ag anadlu (fel asthma a Chlefyd Pwlmonaidd Rhwystrol Cronig) yn dangos bod gennym ragnodi uchel o feddwl y nifer o bobl i bob 1000 o'r boblogaeth gyda chyflyrau'n ymwneud ag anadlu yn ABUHB. Ond nid oedd y rhagnodi hyn yn lleihau'r nifer o bobl oedd yn cael eu derbyn i ysbytai gyda phroblemau anadlu - felly nid oedd y cyffuriau ychwanegol, y mwyafrif yn fewnanadlwyr, yn gwella cyflwr y person. Roedd cymharu'r hyn oedd yn cael eu rhagnodi'n fanwl o gymharu â'r safonau yn dangos bod pobl yn cael presgripsiynau am fewnanadlwyr dos uwch, tymor hwy pan nad oedden nhw eu hangen. Mewn ffaith roedd mewnanadlwyr rhatach a gwell ar gael yn awr nad oedd yn cael eu defnyddio.

Felly, mae Fferyllwyr y Gymuned wedi gweithio gyda MTON i wella rhagnodi i bobl â chyflyrau anadlu. Mae llawer eto i'w wneud, ond gwelwyd newidiadau mewn rhagnodi'n barod nad sydd wedi effeithio'n ddrwg ar iechyd pobl. Mae rhai o'r arbedion a wnaed wedi cael eu hail fuddsoddi mewn gwasanaethau fel Adsefydlu Pwlmonaidd - cwrs ar gyfer pobl â phroblemau anadlu sy'n eu helpu i ofalu am eu hunain drwy sicrhau eu bod yn gwybod mwy am y cyflwr a'r hyn ddylen nhw ei wneud os bydd yn dechrau gwaethygu.



Dod â Gofal yn Nes Gartref

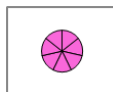
Rydyn ni'n awyddus i ddarparu gofal mewn modd sy'n cefnogi pobl yn y gymuned fel nad oes yn rhaid iddyn nhw deithio pan na fyddan nhw'n teimlo'n dda a'u bod yn gallu cadw cysylltiad gyda'u teuluoedd a'u ffrindiau. Buom yn gwneud hyn mewn sawl modd.

Lleoliadau Gofal Parhaus yn nes Gartref

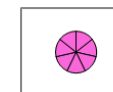
Mae rhai o'r bobl gyda'r problemau Iechyd Meddwl neu Anableddau Dysgu mwyaf difrifol sydd angen cefnogaeth eu teuluoedd a'u ffrindiau, wedi'u gosod y tu allan i Went neu hyd yn oed i Gymru oherwydd nad yw'r cyfleusterau priodol ar gael. Fodd bynnag, mae'r Tîm Gofal Iechyd Parhaus (CHCT) wedi gweithio'n galed i ddod a'r bobl yn ôl yn nes gartref. Ym mis Mawrth 2013, roedd gan y CHCT lwyth gwaith o 173 o bobl, gydag 80% wedi cael lleoliadau o fewn Cymru a 62% o'r lleoliadau hyn o fewn Gwent. Ym mis Mawrth 2016, roedd cyfanswm y llwyth gwaith wedi

cynyddu i 229, ond mae'r CHCT wedi llwyddo i'w reoli er waetha'r cynnydd a rhoi 90% o'r defnyddwyr gwasanaeth o fewn Cymru ac o'r rhain 71% yng Ngwent.

Mae'r CHCT yn edrych i'r dyfodol. Bydd yr angen am leoliadau



arbennig i bobl yn dal i gynyddu. Mae mwy o ddynion sydd â risgiau'n ymwneud ag ymosodedd tuag atyn nhw eu hunain neu at bobl eraill nag sydd o leoliadau. Mae mwy o ferched ag anghenion cymhleth sydd angen math gwahanol o leoliad yn golygu gweithio gyda Chymdeithasau Tai, Iechyd ac Awdurdodau Lleol. Maes arall lle gwelwyd cynnydd mewn angen yw pobl sydd wedi cael diagnosis o Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth (ASD). Mae'r CHCT yn awr yn gweithio gydag "Mewn Un Lle" ar dai a chefnogaeth i bobl gydag ASD i ddod â'r defnyddwyr gwasanaeth hyn yn ôl i fyw'n lleol.



Mewn Un Lle

Mae'r Rhaglen Mewn Un Lle yn dod â 14 o sefydliadau yng Ngwent at ei gilydd o iechyd, gofal cymdeithasol a thai, i helpu pobl ag anghenion iechyd a gofal cymdeithasol cymhleth symud allan o ysbytai neu leoliadau sydd wedi cael eu hariannu gan iechyd/ gofal cymdeithasol, sefydliadau preifat, preswyl, yn ôl i'w cartrefi eu hunain. Er mwyn i hyn ddigwydd, mae'n rhaid i'r llety fod yn briodol i anghenion darpar denantiaid ac mae'n rhaid cael



cefnogaeth yn y gymuned. Agorodd IOP ei lety cyntaf dros flwyddyn yn ôl oedd yn galluogi 10 o bobl i symud allan o gymysgedd o leoliadau - wardiau ysbytai, unedau diogelwch isel a lleoliadau preswyl yn y sector preifat - i mewn i'w cartrefi eu hunain. Mae'r ail brosiect llety wedi agor erbyn hyn yn Y Fenni ym mis Ionawr 2016, gan alluogi 5 person arall fyw'n annibynnol. Ers i bobl symud i mewn i'r llety mwyaf cywir, gyda'r gefnogaeth gywir, ni dderbyniwyd un i mewn i ysbyty. Cyn hynny, roedd yr un bobl yn cael eu derbyn am gyfnodau hir ac yn aml yn mynd yn ôl i ysbyty'n fuan ar ôl eu rhyddhau gan nad oedden nhw'n gallu ymdopi. Mae'n amlwg bod gwelliant anfesuradwy ym mywydau pobl gyda chostau llai i'r Gwasanaeth Iechyd. Mae IOP wedi hen sefydlu erbyn hyn ac mae ganddo fwy a mwy o brosiectau ar waith sy'n anelu at gefnogi amrywiaeth o grwpiau cleient gwahanol dros y 1-2 flynedd nesaf.

"Rwy'n ddiolchgar am lefydd fel hyn i fyw am fy mod yn gwybod hyn yn fy cyfle olaf i symud ymlaen gyda fy mywyd . Yr wyf yn gwerthfawrogi'r hyn y mae pawb wedi'i wneud i mi a'r fflat wedi rhoi cyfle i symud ymlaen i mi "Defnyddiwr gwasanaeth o brosiect IOP cyntaf. "

"Mae'n fy nghartref ... Prynais fy dodrefn hun Mae gen i fy nrws hun gallaf wneud yr hyn yr wyf eisiau. " Tenant yn y prosiect ail IOP.



Polisi Dewis o Lety

Mae rhai pobl angen byw mewn Cartref Gofal ar ôl gadael ysbyty. Gall gymryd amser i le yn eu dewis o Gartref Gofal fod ar gael. Mae Llywodraeth Cymru wedi'i gwneud yn glir na ddylai pobl sydd â hawl i ddewis lleoliad gofal arbennig gymryd lle hawliau pobl eraill sydd angen gwely mewn ysbyty er mwyn cael triniaeth. Os bydd pobl sy'n feddygol iach ond yn aros am drefniadau y tu allan i'r ysbyty, mae pobl eraill yn aros mewn Adrannau Damweiniau ac Argyfwng neu'n gorfod cael eu llawdriniaethau wedi'u canslo. Po hwyaf y mae pobl mewn ysbyty, yn arbennig pobl hŷn a bregus, po wannaf maen nhw'n mynd gan eu gwneud yn llai tebygol o adfer annibyniaeth pan fyddan nhw'n gadael a'r mwyaf tebygol y byddan nhw i gael heintiau yn yr ysbytai.



Felly, mae Llywodraeth Cymru wedi dweud bod yn rhaid symud person sy'n barod i gael ei ryddhau, i mewn i Gartref Gofal o fewn tair wythnos. Rydym wedi gweithio gyda phartneriaid o fewn Gwasanaethau Cymdeithasol a Grwpiau Gwirfoddol a'r Sector Preifat i ddatblygu "Polisi Dewis o Lety (COAP)". Mae hyn yn rhoi mynediad cyflym i bobl a'u teuluoedd i gefnogaeth effeithlon i'w helpu i ddewis eu Cartref Gofal ar gyfer y dyfodol. Cytunwyd ar y COAP ym mis Tachwedd 2015. Hyd yn hyn, mae 114 o hyrwyddwyr wedi'u hyfforddi i gefnogi pobl a'u teuluoedd wrth iddyn nhw wneud y penderfyniad pwysig hwn. Yn YYF, mae Gwirfoddolwyr o CHAT yn siarad â'r bobl sy'n gwneud y penderfyniadau hyn am yr hyn y maen nhw angen chwilio amdano pan fyddan nhw'n ymweld â Chartref Gofal ac yn rhoi pobl mewn cysylltiad â gwasanaethau cefnogi eraill fel eiriolwyr. Mae'r Polisi'n golygu bod pobl yn dychwelyd yn nes i'w cymuned ynghynt i amgylchedd mwy cartrefol. Gwelwyd gostyngiad o 16.4% yn y nifer o



bobl sy'n aros mewn ysbytai am le mewn Cartref Gofal pan fyddan nhw'n iach yn feddygol. Wrth i'r Polisi gael ei weithredu ar draws y Bwrdd Iechyd, gobeithiwn allu sicrhau bod mwy o bobl yn gallu symud i

mewn i'w Cartref Gofal yn y dyfodol yn gyflymach ac y bydd hyn yn helpu i atal oedi mewn Adrannau Damweiniau ac Argyfwng a chanslo llawdriniaethau.

Monitro Pobl ar Warfarin yn y Gymuned



Mae Warfarin yn wrthgeulad. Meddyginiaethau sy'n atal gwaed rhag ceulo mor gyflym neu effeithlon a normal yw gwrthgeuladau ac fe'u defnyddir i atal ffurfio ceuladau gwaed sy'n achosi trawiad ar y galon. Y nod yw sicrhau bod y ddos o warfarin yn union gywir fel nad yw eich gwaed yn ceulo mor hawdd ag arfer ond ei fod yn ceulo digon i atal problemau gwaedu. Fel arfer, mae clinig yr ysbyty wedi monitro i sicrhau bod y ddos o warfarin yn ddiogel. Fodd bynnag, mae tystiolaeth dda fod cleifion ar warfarin sy'n cael ei fonitro a'r ddos sy'n cael ei rheoli gan eu meddygfeydd eu hunain, yn fwy tebygol o gael y ddos yn union gywir ac yn llai tebygol o orfod mynd i mewn i ysbyty. Mae'n well gan gleifion hyn hefyd!

Felly, mae ein Tîm Gofal Sylfaenol yn arwain prosiect i ddatblygu'r gwasanaeth hwn mewn nifer mwy o bractisys MTon. Mae hyn yn golygu cyflenwi practisys gyda chyfarpar fel eu bod yn gallu cynnal profion gwaed yn y fan a'r lle gyda phrawf pen bys. Mae'r canlyniad i'w gael ar unwaith ac felly'n caniatáu i bractisys roi'r ddos i'r claf drwy ddefnyddio meddalwedd dosio gyda chyfrifiadur arbenigol achrededig gan y bwrdd iechyd

sydd hefyd yn cael ei ddefnyddio yng nghlinig yr ysbyty. Mae hyn yn golygu ein bod yn gallu cymharu'n uniongyrchol y canlyniadau ar draws practisys i sicrhau eu bod yn gweithio'n dda. Y budd pwysicaf yn hyn yw os na fydd y ddos o warfarin yn gywir, gallwn gymryd camau ar hyn ar unwaith a chadw'r cleifion yn ddiogel rhag gwaedu neu geulo.

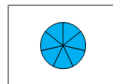
Ein nod yw y bydd pob practis sy'n awyddus i ymgymryd â'r gwasanaeth hwn yn cael eu hyfforddi a'u hariannu i gefnogi'r prosiect diogelwch pwysig hwn.

Telefeddygaeth ar gyfer problemau croen

Mae'r Ymgynghorwyr Dermatoleg (croen) wedi gweithio'n agos gyda ffotograffwyr meddygol a'r Gwasanaeth Technoleg Gwybodaeth a MTon i ddatblygu gwasanaeth i gleifion sy'n darparu gofal yn nes gartref fel na fydd yn rhaid iddyn nhw deithio i glinigau cleifion allanol mewn ysbytai prysur. Gwelir cleifion yn awr yn



nes at eu cartrefi - a hyd yn oed yn eu cartrefi i bobl sy'n gaeth - gan ffotograffwyr meddygol proffesiynol. Mae'r delweddau o safon uchel yn cael eu hadolygu gan yr Ymgynghorwyr croen ar y cyfrifiadur ac mae'r



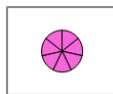
Ymgynghorydd yn anfon llythyr at y claf a'i Feddyg Teulu i roi'r deiliant iddyn nhw ac yn rhoi cyngor i'r MT sut i drin y cyflwr. Mae'r gwasanaeth hwn yn golygu bod yn rhaid i'r cleifion deithio llai a'u bod yn cael barn ymgynghorydd ynghynt. Gall ymgynghorwyr adolygu mwy o gleifion yn yr amser sydd ar gael ac felly ostwng amseroedd aros. Byddai 94% o gleifion yn argymhell y gwasanaeth hwn i bobl eraill ac mae MTon wedi bod yn hynod o bositif:

"Gwasanaeth ardderchog ar gyfer practisau fel ni sy'n wledig fel nad oes rhaid i gleifion deithio 30 munud am Benodiad . gwasanaeth ymatebol sy'n canolbwyntio ar y claf modern - yr wyf yn dymuno roedd mwy"

"Mewn gwirionedd Mae'r gwasanaeth wedi chwyldroi mynediad i dermatoleg gofal eilaidd ac yn caniatáu mynediad llawer cynt i farn nag oedd yn bosibl o'r blaen heb tagu'r gwasanaeth cleifion allanol. Yr wyf yn falch iawn ag ef "

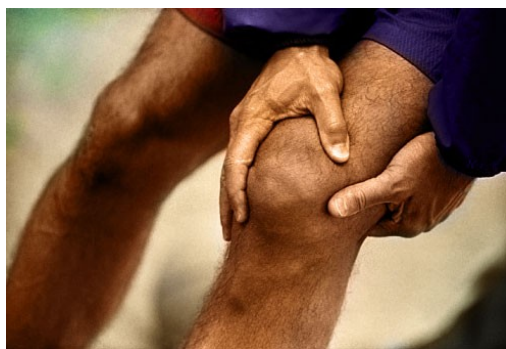
Gofal Iechyd Darbodus a Chyd-gynhyrchu

"Gofal Iechyd Darbodus" yw defnyddio adnoddau gofal iechyd yn ddoeth. Y nod yw lleihau'r niwed i gleifion, canolbwyntio ar y triniaethau a'r systemau hynny sy'n ychwanegu gwerth go iawn i gleifion unigol a chyflenwi'r deilliannau iechyd sy'n bwysig i gleifion a chymunedau.



Grwpiau Dysgu Rhyngweithiol yn y Gymuned ar gyfer pobl ag Osteoarthritis yn y Pen-glin

ABUHB yw'r un a'r gyfradd uchaf o atgyfeiriadau i bob 1000 o bobl i wasanaethau orthopaedeg yng Nghymru. Ar gyfer cleifion sydd wedi cael amnewid pen-glin oherwydd osteoarthritis mae adroddiadau Swyddfa Archwilio Cymru'n dangos amrywiaeth mewn deilliannau a geir gan gleifion. Gwyddys ei bod yn hanfodol bod unigolion yn deall yr opsiynau triniaeth sydd ar gael iddyn nhw'n iawn a phwysigrwydd eu cyfranogiad actif yn y driniaeth honno er mwyn Iddyn nhw gael y deilliannau



gorau posibl. Gwyddys hefyd nad oes digon o amser yn aml yn yr ymgynghoriad gofal sylfaenol i ddelio â phopeth sydd ei angen i wneud penderfyniad ar sail gwybodaeth lawn.

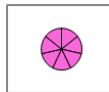
Felly, penderfynodd grŵp o glinigwyr gofal sylfaenol, orthopaedeg a therapïau brofi pa mor dda y gallai grŵp dysgu rhyngweithiol yn y gymuned fod i sicrhau bod pobl yn:

- Gwybod am bob opsiwn ar gyfer rheoli symptomau osteoarthritis,
- Gwybod beth allen nhw ei wneud i reoli eu symptomau,
- Gwybod bod angen iddyn nhw gymryd rhan actif yn yr adsefydlu ar ôl llawfeddygaeth os ydyn nhw am gael y budd mwyaf ohoni.

Nod y prosiect yw gwella deilliannau drwy sicrhau bod gan gleifion fwy o wybodaeth a'u bod yn cyfranogi fwy a dechrau datblygu modelau cynaliadwy o fewn gofal sylfaenol i gefnogi hunanreolaeth. Os bydd angen atgyfeirio at orthopaedeg, bydd gan gleifion yr holl wybodaeth am yr hyn y gall llawfeddygaeth ei gynnig iddyn nhw cyn gweld y llawfeddyg.

Rhwng mis Awst a mis Rhagfyr 2015, cynigiwyd y siawns i gleifion o 4 ardal yng Ngwent a gafodd eu hatgyfeirio at orthopaedeg oherwydd bod ganddyn nhw osteoarthritis yn eu pen-glin, fynychu grŵp dysgu yn y gymuned sy'n cael ei redeg gan nyrsys a ffisiotherapyddion. Daeth nifer i'r sesiynau a dweud iddyn nhw fwynhau'r Grwpiau a'u

bod wedi deall eu cyflwr a'r hyn y gallen nhw ei wneud i'w reoli'n llawer gwell. Yn dilyn bod yn y sesiynau, mae pobl yn hunangyfeirio at ffisiotherapi ac ychydig iawn, os o gwbl, o gynnydd a fu mewn atgyfeiriadau at orthopaedeg o'r 4 ardal hyn yng Ngwent o gymharu ag ardaloedd eraill. Bydd y cynllun yn awr yn cael ei dreiglo i'r deuddeg ardal yn y Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth gyda chynlluniau pellach i ymestyn yr ymagwedd i gyflyrau clinigol eraill.



Cyd-gynhyrchu Iechyd drwy Bartneriaeth Gyfartal

Bydd pob Is-adran o leiaf un fenter lle mae gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn gweithio gyda chleifion fel partneriaid cyfartal

Un o 4 egwyddor Gofal Iechyd Darbodus yw ein bod yn sicrhau iechyd a lles gyda'r cyhoedd, cleifion a gweithwyr proffesiynol fel partneriaid cyfartal drwy gyd-gynhyrchu. Mae ein Rhanbarthau i gyd yn ymchwilio i'r nifer o ahanol ddulliau lle gall hyn helpu i wella deilliannau i gleifion.

Gweithredu setiau dysgu wedi cael eu cynnal ym maes Iechyd Meddwl, lle mae cynrychiolwyr o'r asiantaethau statudol, y trydydd sector, cleientiaid a gofalwyr wedi cydweithio gyda staff i ddisgrifio a dylunio'r ddarpariaeth gwasanaethau argyfwng iechyd meddwl

Roedd y grwpiau Dysgu Cymunedol ar gyfer pobl ag osteoarthritis y pen-glin yn enghraifft o gyd-gynhyrchu o fewn y Gofal Sylfaenol, a Is-adrannau Gofal Cofrestredig.

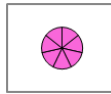
Yn Gofal heb ei Drefnu, daeth tîm amlddisgyblaethol at ei gilydd i weithio gyda chlaf oedd yn feichiog, i'w chefnogi wrth edrych ar yr holl opsiynau, fel y gallai hi yn gweithio gyda staff i wneud y penderfyniad pwysig ar gadw ei babi.

Mae'r Is-adran Gymunedol, fel parc o'u datblygiad parhaus o amgylcheddau cyfeillgar dementia yn eu Ysbytai Cymunedol, wedi datblygu strategaeth i gefnogi gofalwyr o gleifion â nam gwybyddol mae angen eu derbyn i'r ysbyty. Mae'r strategaeth yn cefnogi staff a gofalwyr i weithio gyda'i gilydd fel partneriaid cyfartal i ddarparu'r gofal gorau i'r cleifion sydd â nam gwybyddol. Mae'n cynnwys bathodynau adnabod i ofalwyr, amser yn ymweld yn hyblyg, gostyngiadau yn yr ystafell fwyta a darparu cyfleusterau arhosiad dros nos.

O fewn y Teulu a Therapiau yr Is-adran, y Niwro - Adsefydlu Gwasanaethau Cymunedol yn gweithio gyda'r Gymdeithas Strôc a Headway, Caerdydd i ddarparu cefnogaeth ymarferol ac emosiynol i deuluoedd, addysg, hyfforddiant a chynghor i ofalwyr a chyfeirio a chysylltu â ffynonellau eraill o gymorth. Mae hyn yn golygu y gall proffesiynol yn gweithio fel partneriaid cyfartal gyda'r trydydd sector a chleifion, gan ddefnyddio sgiliau, adnoddau a gwybodaeth pawb i gael y canlyniadau gorau ar gyfer y cleifion

Gofalu am Bobl Hŷn

Un o lwyddiannau mawr gofal iechyd yw bod pobl yn byw'n hirach. Mae pobl hŷn yn grŵp arbennig o gleifion gan fod ganddyn nhw'n aml iawn fwy nag un cyflwr iechyd a'u bod yn mynd yn gynyddol fregus wrth iddyn nhw heneiddio. Mae'n bwysig bod pobl hŷn yn aros mewn ysbytai am gyn lleied o amser ag sy'n bosibl- neu ddim yn gorfod mynd i mewn o gwbl heblaw bod ganddyn nhw broblem aciwt go iawn. Ond, rhaid i ni hefyd sicrhau bod gan bobl hŷn yr hawl i'r gofal cywir ble bynnag y maen nhw - yn eu cartrefi eu hunain, mewn Cartref Gofal neu yn ein hysbytai.



Y gofal cywir ar ôl cwmpo gartref - atal pobl hŷn rhag gorfod mynd i ysbyty

Mae'r Gwasanaethau Ambiwylans yn derbyn nifer o alwadau 999 oherwydd bod person hŷn wedi cwmpo gartref a'i fod/ bod yn methu â chodi neu nad yw'r gofalwr yn gwybod a ydyn nhw wedi brifo a ddim am ei symud rhag ofn achosi mwy o broblemau. Yn aml iawn, mae'r parafeddygon yn mynd â'r person hŷn yn y diwedd i ysbyty nid oherwydd anaf neu salwch ond oherwydd bod problemau sydd angen delio â nhw cyn bod y staff ambiwlans yn teimlo y gallan nhw eu gadael yn ddiogel gartref. Yn ystod y gaeaf hwn,

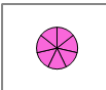


roedd y Gwasanaethau Ambiwylans yn gweithio gyda staff therapi o ABUHB i ffurfio gwasanaeth ymateb i bobl sy'n cwmpo. Pan dderbyniwyd galwadau 999 a rhywun wedi cwmpo roedd parafeddyg ambiwlans a ffisiotherapydd neu therapydd galwedigaethol o'r Timau Adnoddau yn y Gymuned yn mynd at yr alwad. Yno, roedd y parafeddyg ambiwlans yn gallu archwilio'r person hŷn oedd wedi cwmpo am unrhyw broblemau meddygol neu anafiadau a'u cael yn ôl ar eu traed. Roedd y therapydd yn gallu galw ar wasanaethau eraill a fyddai'n sicrhau bod y person yn ddiogel i aros gartref a bod dilyniant. Gyda'r ymagwedd ar y cyd hwn, roedd 59% yn aros gartref, 27% gyda rhywfaint o gyngor ar sut i beidio â chwmpo ac atgyfeiriwyd 32% at wasanaeth arall i gael dilyniant. Dim ond 41% o'r bobl gafodd eu cludo i'r Adran D&A. Bu'r adborth o'r gwasanaeth yn hynod bositif - gan y staff oedd yn teimlo eu bod wedi gallu cynnig gwasanaeth cyflawn a gan y bobl oedd wedi cwmpo neu eu gofalwyr. Dyma rai o'r sylwadau:

"Hynod o falch , yn ystyriol iawn ac yn drylwyr iawn .
Wonderful i allu rhoi adborth mor wych"

"Fantastic , pob darn o'r gwasanaeth yn wych. Trefnwyd yn popeth allan , nid dim ond y cwmp. gwaith tîm gwych , ni all bai ei fod"

Ymagwedd Cymuned Gyfan at Gefnogi Pobl â Dementia



Byddwn yn gweithio tuag at statws " Cymuned Gyfeillgar Dementia " ar gyfer ein Ysbytai

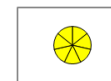
Mae person â dementia angen cefnogaeth o'r amser y mae'n dechrau profi symptomau ac yn cael diagnosis o ddementia drwy'r cynnydd yn yr anhwylder tra'i fod/ bod yn ei gartref/ chartref ei hun a phan fydd mewn ysbyty neu Gartref Gofal. Wrth i bobl fyw'n hirach a'r gyfran o bobl hŷn yn y boblogaeth gynyddu felly hefyd mae'r nifer o bobl sy'n byw gyda dementia'n cynyddu. Mae'n rhaid i wasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol gael gwell cyfarpar i ofalu am bobl â dementia ac i gefnogi eu gofalmwr a hefyd rhaid iddyn nhw gefnogi cymunedau lleol i ddeall mwy am fyw gyda dementia.

I hyrwyddo hyn, mae'r Bwrdd Iechyd ac Awdurdodau Lleol wedi dod at bartneriaid yn y trydydd sector mewn un Grŵp Llywio er mwyn i ni gael un ymagwedd tuag at gefnogi pobl â dementia. Mae hyn hefyd yn unol â Gweledigaeth Genedlaethol Dementia Cymru 2015 a'i obeithion yn troi o gwmpas pobl.

Fel rhan o hyn, mae gan bob ardal awdurdod lleol un gymuned sydd wedi cyflawni statws cyfeillgar i dementia. Yn unol â'r nod hon, mae'r Bwrdd Iechyd yn gweithio tuag at sicrhau bod gan ein hysbytai cymuned, statws cymuned sy'n gyfeillgar i dementia. Rydyn ni'n hynod o hapus bod Cyfleuster Iechyd a Gofal Cymdeithasol Integredig Dyffryn

Mynwy a Thîm Adnoddau Cymuned Torfaen wedi cael eu hachredu â statws "Gweithio Tuag at fod yn Gymuned Gyfeillgar i Dementia".

Rhoddwyd cyflwyniad i gynrychiolwyr o'r Ysbyty a'r Tîm yng Nghyfarfod Bwrdd Dementia ym mis Mehefin gan gynrychiolydd o Gymdeithas Alzheimers.



Gofal Ymataliad

Byddwn yn gweithredu'r archwiliad Ymataliaeth a Gofal Toiled Bwndel a rheolaidd peilot y Bwndel yn Ysbyty Cas-gwent

Pan fydd pobl hŷn yn dod i mewn i ysbyty, mae'n hanfodol ein bod yn anelu at gynnal eu hiechyd a'u lles cyffredinol yn ychwanegol at drin y salwch oedd yn achosi iddyn nhw fynd i mewn i ysbyty. Un maes arwyddocaol yn hyn o beth i bobl hŷn yw hyrwyddo toiledu urddasol a chynnal ymataliad gan fod hyn yn hanfodol i gefnogi annibyniaeth. Mae'r Bwndel Ymataliad a Thoiledu'n hybu cynnal ymataliad drwy ddulliau syml ond effeithlon gan nyrsys fel asesu anghenion toiledu ac ymataliad a rhyngweithiad rheolaidd gyda chleifion. Gelwir hyn yn "ymweliadau bwriadol" sydd wedi'u llunio i sicrhau bod holl anghenion

cleifion yn cael eu cyflawni. Mae hyn yn cynnwys lleoli cleifion yn nes at doiledau a helpu cleifion i fynd i'r toiled yn brydlon pan fyddan nhw angen hynny.

Defnyddiwyd y bwndel ar draws pob ward ysbyty aciwt a chymuned gan y Tîm Ymataliad oedd yn ymweld â phob ward i gynnal hyfforddiant ymarferol a hybu ymwybyddiaeth.

Archwilio Bwndel Ymataliad

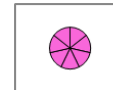
Un dull o fonitro i weld a ydy'r newidiadau a wnaed drwy weithredu'r bwndel yn cael yr effaith a fwriadwyd - hybu toiledu urddasol a chefnogi annibyniaeth - yw cwblhau archwiliad. Archwilio mesurau a ydy'r safonau angenrheidiol yn cael eu cyflawni. Mae ward yn Ysbyty Nevill Hall (fel Ysbyty Casgwent, wedi cael newidiadau i'w uwch staff) wedi profi'r archwiliad i wirio a ydy'r bwndel ymataliad yn cael effaith ar hybu toiledu urddasol. Roedd yr archwiliad dan sylw'n arolygu gofal fel yr oedd yn cael ei roi ac yn siarad â chleifion amdano, pa mor ymatebol y mae nyrsys i alwadau clychau a sut mae nyrsys yn rhyngweithio gyda chleifion pan fyddan nhw'n eu cefnogi gyda'u hanghenion toiledu. Roedd y ward yn gweld oddi wrth yr archwiliad eu bod yn hybu toiledu urddasol ond gwnaeth nifer o awgrymiadau am sut gellid gwella'r broses archwilio. Mae'r awgrymiadau hyn yn cael eu defnyddio gan y Tîm Ymataliad i wneud newidiadau i'r archwiliad fel bod wardiau eraill yn elwa o'r gwersi hyn.

Ffrind i Fi —Delio ag unigrwydd.

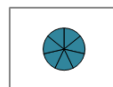
Mae pawb, rhywdro yn eu bywydau, wedi teimlo'n unig, yn fregus neu'n dymuno bod ganddyn nhw fwy o gwmni. Gall ynysu neu deimlo'n unig affeithio ar **unrhyw un ar unrhyw oed ac ar unrhyw amser** - er enghraifft, ar ôl colli ceraint, ar adael gwasanaeth actif, ymddeol neu symud i ffwrdd. Mae rhai trigolion mewn Cartrefi Gofal hefyd yn dweud eu bod yn unig hyd yn oed gyda llawer o bobl o'u cwrpas. Mae pobl yn delio â digwyddiadau bywyd drwy ddulliau gwahanol. Mae rhai pobl yn teimlo bod mynd allan a threulio amser yng nghwmni ffrindiau'n helpu go iawn. I eraill, bydd cael ymwelwyr â'u cartrefi'n gwneud gwahaniaeth mor fawr. Ond weithiau, mae'n bosibl na fydd pobl yn hoffi gofyn neu ni fyddan nhw'n gwybod i bwy i ofyn am gymorth neu gyngor.

Mae ABUHB wedi sicrhau rhywfaint o arian i weithio gyda'n partneriaid i gynnal peilot o wasanaeth cyfeillio lle bydd gwirfoddolwyr yn ymweld â phobl sy'n cael eu haffeithio gan unigrwydd ble bynnag maen nhw'n byw yng Ngwent neu eu cyflwyno i eraill yn y gymuned a all gynnig rhywfaint o gefnogaeth iddyn nhw.

Rydyn ni wedi cynnal digwyddiad ymgysylltu gyda phobl sy'n cael eu haffeithio gan unigrwydd a gyda darparwyr gwasanaethau presennol. Roedd y digwyddiad hwn yn ein helpu i ddeall yn well y



problemau y mae pobl yn eu hwynebu a'r hyn sydd angen ei wneud i wneud Gwent yn gymuned dosturiol. Byddwn yn awr yn gweithio gyda'n partneriaid lleol i benderfynu sut orau i gyfeirio pobl sy'n dioddef gan ynysu cymdeithasol ac unigrwydd at wasanaethau presennol. Byddwn hefyd yn ystyried a oes angen datblygu gwasanaeth cyfeilio penodol lle bydd diffygion efallai a sut i'w sefydlu, o gael adborth o'r digwyddiad.



Gofal Safonol i bobl sy'n Byw mewn Cartrefi Nyrsio

Gofal pobl hŷn mewn Cartrefi Gofal oedd testun yr adroddiad "In Search of Accountability: a Review of Neglect of older people living in Care Homes investigated as Operation Jasmine" (Margaret Flynn 2015). Roedd hwn yn cynnig archwiliad o gyfres o ddigwyddiadau hanesyddol a chyhuddiadau o gam-drin mewn cartrefi gofal a chartref nyrsio yn Ne Ddwyrain Cymru.

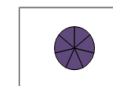


Mae'r Canllawiau Gofal Da'n caniatáu i ofalwyr trigolion roi adborth ar gartrefi gofal ac mae cyflwyno gwirfoddolwyr CHAT yn darparu cyfle cryf i drigolion fynegi barn.

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru wedi cynnal adolygiad o ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn mewn cartrefi gofal, "Lle i Alw'n Gartref?" Mewn ymateb, mae'r Bwrdd Iechyd wedi gwneud nifer o newidiadau, gan gynnwys:

- **Defnydd amhriodol o wrthseicotigau** - cynhaliwyd adolygiad gwrth-seicotig. Mae cysylltiad parhaus rhwng fferylllydd y cartref gofal a thimau iechyd meddwl oedolion hŷn i sicrhau bod adolygiadau gwrth-seicotig yn cael eu cynnal yn rheolaidd a bod y canlyniadau'n cael eu rhannu i hysbysu camau yn y dyfodol.
- **Mynediad i iechyd meddwl a lles** - cefnogir y cartrefi gofal gan Nyrsys Seiciatreg y Gymuned ac mae cynlluniau wedi'i sefydlu i nyrsys iechyd meddwl o fewn cyrraedd gynnal archwiliad o gyfraddau diagnosis dementia. Mae hyn yn cael ei fonitro gan y Bwrdd Dementia.
- **Nifer sy'n cwmpo mewn cartrefi gofal** - mae Rheoleiddwyr yn cael adroddiad am achosion o gwmpo er nad yw'r nifer o bobl sy'n cwmpo ag unrhyw batrwm e.e. yn ystod min nos pan fydd lefelau staffio'n is, yn gwbl ddealladwy. Mae angen i hyn gael ei archwilio.

- **Mynediad i wasanaethau atal achosion o gwympo** - mae cydlynwyr achosion o gwympo wedi mynychu'r fforwm darparwyr i gynghori ar sut dylid atgyfeirio. Fodd bynnag, mae angen ymatebolrwydd archwilio gwasanaeth achosion o gwympo.
- **Mynediad i wasanaethau ail alluogi** - mae gwasanaethau llesgedd a thîm Therapi Galwedigaethol penodedig yn mynd i mewn i gartrefi gofal. Ar hyn o bryd, mae archwiliadau derbyniadau i gartrefi gofal y gellid bod wedi'u harbed ar draws cartrefi nyrsio a phreswyl i benderfynu a fyddai unrhyw gymorth yn y gymuned wedi gallu osgoi mynediad.
- **Cymorth i gynnal golwg a chlyw** - mae optegwyr y gymuned yn mynd i mewn i gartrefi gofal. Mae angen deall yn well lwybrau atgyfeirio awdioleg.



Sgiliau Gwella i Staff Cartrefi Nyrsio

Mae Canolfan Gwella Aneurin Bevan (ABCi) wedi cydweithio gyda Chartrefi Nyrsio yn ardal ABUHB i gynnal cwrs sy'n addysgu Sgiliau Gwella, am ddim, ar gyfer staff Cartrefi Nyrsio'n unig. Roedd pob un o'r Cartrefi Gofal oedd yn dilyn y cwrs wedi gweithio ar brosiect yn ymwneud â Chynllunio Gofal Uwch er mwyn cefnogi pobl ar ddiwedd oes i gael marwolaeth mwy urddasol mewn amgylchiadau cyfarwydd. Roedd staff o 6 Chartref Nyrsio'n llwyddo i gwblhau'r Cwrs Arian Gwella Ansawdd Gyda'n Gilydd. Cynhaliwyd achlysur dathlu ar 16 Mawrth 2016 ar ddiwedd y cwrs lle'r oedd yr ymgeiswyr yn cael eu cyflwyno â thystysgrifau gan Judith Paget, y Prif Weithredwr.



Gwella Cyfathrebu gyda phobl sy'n colli eu golwg a/neu glyw



Gwyddom fod nifer o bobl hŷn yn brwydro oherwydd colli golwg a/ neu glyw a gall hyn wneud y profiad o ofal iechyd hyd yn oed yn fwy dychrynlyd. Yn ystod Wythnosau Ymwybyddiaeth Colli Synhwyrâu, roedden ni'n hyrwyddo cwrs newydd i staff fydd yn eu helpu i gyfathrebu'n effeithlon gyda chleifion neu gydweithwyr sy'n colli eu golwg neu eu clyw. Mae'r cwrs ar gael ar-lein felly gall unrhyw un ei ddilyn!

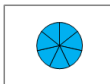
Mae Unedau Sonido Amplification a gyflwynwyd gan 'Gweithredu ar Golli Clyw' wedi'u dosbarthu i ysbytai aciwt. Gosodwyd y rhain mewn mannau strategol ar draws y Bwrdd Iechyd I sicrhau y gall unrhyw dîm gael atyn nhw pan fydd eu hangen. Mae Sioe Deithiol Colli Synhwyrâu'n hyrwyddo defnyddio colli clyw a/ neu olwg ac yn dangos sut gellir defnyddio'r Sonido i helpu cyfathrebu effeithlon i'r person sy'n colli ei glyw/ chlyw.



Gwella Gwasanaethau Iechyd Meddwl ac Anableddau Dysgu

Cynyddu Mynediad i Therapiau Seicolegol

Am nifer o flynyddoedd, bu'n rhaid i gleifion ar draws Cymru aros yn hwy na tharged



Llywodraeth Cymru o 3 mis i weld seicolegydd. Dros y blynyddoedd diwethaf, mae Llywodraeth Cymru wedi sicrhau arian i ABUHB, i gynyddu'r nifer o staff i ddarparu therapiau seicolegol a'u lefelau sgiliau.

Recriwtiwyd staff ychwanegol i sicrhau bod gennym lefelau gwahanol o sgiliau ar gael er mwyn inni allu darparu sesiynau grŵp i bobl oedd angen llai o gefnogaeth a therapi dwys un i un i'r rhai ag anghenion mwy cymhleth. Mae'r staff ychwanegol wedi gwella'r gwasanaethau iechyd meddwl sy'n cael eu darparu ond mae hefyd yn "ddarbodus" gan fod staff ar bob lefel yn "gwneud yr hyn y maen nhw'n unig yn gallu ei wneud". Mae hyn wedi gostwng amseroedd aos am therapi, gwell symptomau pobl ac wedi'i dderbyn yn dda.

Gofalu am Ddioddefwyr Troseddau "Connect Gwent"

Nid yw dioddefwyr troseddau bob amser wedi derbyn cymorth da iawn yn y gorffennol - ond mae hyn wedi

newid yng Ngwent. Lansiwyd "Connect Gwent" ym mis Mai 2015 gan y Comisiynydd Heddlu a Throseddau Gwent" fel hwb lle gall yr holl wahanol asiantaethau gydweithio i gefnogi'r dioddefwr. Mae gan ABUHB Nyrs Seiciatreg y Gymuned (CPN) yn gweithio yn yr hwb. Erbyn mis Mawrth 2016, roedd y CPN wedi derbyn 160 o atgyfeiriadau o ddioddefwyr troseddau sydd angen help i atal dirywiad yn eu hiechyd meddwl neu i gynnal eu hiechyd a'u lles yn ystod y cyfnod anodd hwn.

Roedd y mwyafrif o'r atgyfeiriadau gan ddioddefwyr ymosodiad neu aflonyddwch a'r rhan fwyaf yn dioddef gan bryder ac iselder. Dywedodd un dioddefwr trosedd a atgyfeiriwyd at y CPN:

"Rwyf bellach mewn cysylltiad â'm gwasanaeth iechyd meddwl lleol a chael y cymorth sydd ei angen arnaf. Fyddwn i ddim wedi gallu wedi gwneud hyn heb y cymorth CPN. Yr wyf yn awr wedi gobeithio y gallaf adennill, er fy mod yn dal i gael ffordd bell i fynd."



Gofal Argyfwng ac Achosion Brys

Ein Gwasanaethau gofal brys brys ac wedi bod o dan bwysau mawr yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Gallwch helpu i leihau'r pwysau ar wasanaethau os ydych yn gwybod pryd y dylech geisio cymorth , a phan fyddwch yn iawn i drin eich hun yn y cartref - ' Dewis Doeth ' - Gweler 37



Gwell triniaeth i bobl sydd wedi dioddef gan Strôc

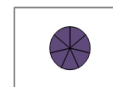
Roedd yr Archwiliad Clinigol Cenedlaethol o Wasanaethau Strôc wedi dangos dros nifer o flynyddoedd nad oedd ein gwasanaeth yn gallu cyflawni rhai o'r safonau ar gyfer triniaeth gan fod ein staff a'n hadnoddau dros ormod o safleoedd. Felly mae Gwasanaeth Strôc wedi cael ei ail-lunio'n unig i ddarparu gofal cyflymach a mwy cynhwysfawr pan fydd y claf ei angen. Dylai hyn olygu gwell deilliannau i'n cleifion. Rydyn ni'n falch iawn fod yr "Uned Strôc Gor-Aciwt" wedi'i hagor yn RGH ym mis Ionawr 2016 yn dilyn penodi staff strôc arbenigol ychwanegol gan gynnwys Ymgynghorwyr. Ar yr un pryd, gwnaed newidiadau i'r gwasanaethau yn Ysbytai NHH, YYF a Gwynllyw, er mwyn i'r claf gael y gofal cywir gan y staff cywir: yn



union ar ôl eu strôc wrth iddyn nhw ddechrau gwella ac wrth iddyn nhw symud i adsefydlu tymor hir. Hefyd, rydyn ni wedi cyflwyno Gwasanaeth adsefydlu niwro yn y Gymuned i ddarparu adsefydlu yng nghartrefi cleifion pan fydd hynny'n briodol.

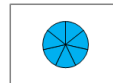
Mae canlyniadau cyntaf yr archwiliad yn dangos bod y gwasanaeth wedi gwella'n sylweddol wrth weithredu'r llwybr newydd. Mae ychydig mwy o staff strôc yn cael eu penodi a phan fydd y rhain yn eu lle, disgwylir y bydd y gwasanaeth yn gwella hyd yn oed yn fwy fel bod y cleifion yn cael y cyfle gorau i adfer cymaint o'u symudiadau ag sy'n bosibl ar ôl cael strôc.

Gwella Gofal i Gleifion sydd wedi torri Gwddf y Forddwyd



Mae Cronfa Ddata Genedlaethol Torri Clun yn casglu data am bob claf sydd wedi cael Toriad Clun ac sy'n dod i mewn i'r RGH a NHH - ynghyd ag i bob ysbyty arall yng Nghymru a Lloegr. Mae hyn yn dangos bod rhai agweddau o ofal y dylid eu gwella - fel y canran o gleifion sy'n mynd i mewn i ward orthopaedeg o fewn 4 awr. Mae grŵp amlddisgyblaeth wedi dechrau gweithio i adolygu'r holl lwybrau i'r claf - o gwmpo yn y cartref hyd at ddiwedd adsefydlu pan fydd y person wedi dychwelyd adref.

Nodwedd bwysicaf y grŵp hwn yw bod ganddo staff sy'n gweithio ar hyd y llwybr hwn a byddan nhw'n sicrhau bod yr holl rannau gwahanol o'r llwybr yn gweithio gyda'i gilydd yn ddi-dor gyda chlaf yn ganolog. Bydd hyn yn sicrhau ymagwedd safonedig yn NHH a RGH, sy'n sicrhau bod pobl sydd wedi torri eu clun yn derbyn gofal mewn un ward a bod y staff cywir yn ymdrin â nhw ar yr amser cywir i'r claf. Bydd hyn yn gwella deilliannau a phrofiad claf ac yn cydymffurfio gyda'r safonau ar sail tystiolaeth o fewn Cronfa Ddata Genedlaethol Torri Clun.



Waiting Times in Accident & Emergency Amseroedd Aros yn Adrannau Damweiniau ac

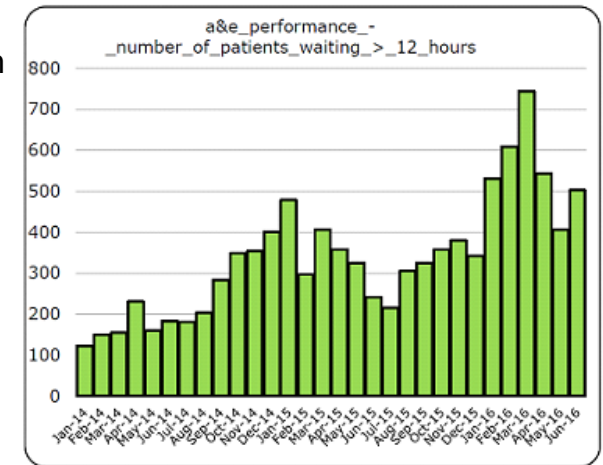
Byddwn yn lleihau nifer y bobl sy'n aros am 12 awr yn A ac E

Achosion Brys

Ein nod eleni oedd gostwng y nifer o bobl sy'n aros am 12 awr neu fwy yn yr adran D&A. Fodd bynnag, mae'r pwysau ar yr adrannau wedi golygu bod y nifer wedi cynyddu. Yn 2015-16, roedd 4,725 o bobl yn aros 12 awr neu fwy yn D&A o gymharu â 3,519 yn 2014-15.

Fel y gwelir ar dudalen 6, roedd 1780 yn fwy o bobl yn mynychu adrannau na'r llynedd a chynnydd o 10% mewn cleifion a atgyfeiriwyd at ein Hunedau Asesu Brys gan eu MTon. Roedd y pwysau'n digwydd yn y gaeaf o fis Ionawr i fis Mawrth 2016. Er enghraifft, ym mis Mawrth 2016,

roedd y nifer o gleifion yn y rhan "achosion difrifol" o D&A - cleifion difrifol wael - yn cynyddu o 3.8% o gymharu â mis Mawrth 15, a'r nifer oedd yn mynychu D&A yn cynyddu o 4.7%. Roedd y lefel uchel ddwys hon o alw'n arwain at 743 yn fwy o gleifion yn aros am fwy na 12 awr yn ein hadrannau D&A ym mis Mawrth 16.



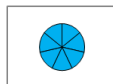
Gwyddom fod hwn yn wasanaeth gwael i'n cleifion ac rydym wedi gwneud nifer o newidiadau i'r modd rydyn ni'n trefnu D&A ac i'r modd y mae ein wardiau'n gweithredu. Mae'r newidiadau hyn yn cefnogi'r cyfathrebu sy'n galluogi cleifion i gael diagnosis a thriniaeth yn gyflym ac yn effeithlon gyda'r trefniadau ar gyfer rhyddhau wedi'u sefydlu i ganiatáu i gleifion fynd adref cynted ag y byddan nhw'n iach yn feddygol.

Er mai gyda chleifion oedd yn ddifrifol wael roedd y cynnydd mawr mewn galw oedd yn arwain at oedi, gallwch chi ein helpu i wella'r gwasanaeth yn D&A drwy wybod pa wasanaeth y dylech ei ddefnyddio yn dibynnu ar eich problem iechyd.

Gofal wedi'i Drefnu

Mae gwybodaeth am hyn i'w chael ar ryngwrdd ABUHB
www.wales.nhs.uk/sitesplus/866/home

Rydym am ddefnyddio pob cyfle sydd ar gael ar gyfer llawdriniaethau ac apwyntiadau cleifion allanol mor effeithiol ac effeithlon ag sy'n bosibl. Dyma rai o'r pethau rydyn ni'n eu gwneud i wella'r Gwasanaeth Gofal wedi'i Drefnu.



Gwasanaeth neges destun atgoffa newydd yn gostwng y nifer o apwyntiadau sydd wedi'u colli yng Ngwent

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan wedi dechrau anfon negeseuon testun atgoffa i wella profiad cleifion a gostwng y nifer o apwyntiadau sydd wedi'u colli. Gall cleifion ddewis peidio â derbyn y gwasanaeth os byddan nhw'n dymuno.

Mae'r gwasanaeth newydd yn caniatáu i bobl ag apwyntiadau cleifion allanol dderbyn neges destun atgoffa a'r dewis i ganslo neu ail drefnu eu hapwyntiad drwy anfon ymateb. Ynghyd â manylion yr apwyntiad, mae'r neges destun yn dweud 'Cofiwch geisio fynychu - os na fyddwch chi'n mynychu, mae'n costio £137 i'r Bwrdd Iechyd'. Mae negeseuon atgoffa'n cael eu hanfon yn uniongyrchol at ffônau symudol cleifion 7 a 2 ddiwrnod

cyn dyddiad yr apwyntiad. Ers dechrau'r gwasanaeth negeseuon testun atgoffa ym mis Hydref 2015, mae 30% yn llai o bobl wedi colli apwyntiadau ysbytai yng Ngwent. Os bydd y ffigyrau hyn yn parhau, mewn blwyddyn bydd 7,304 o apwyntiadau - gwerth tua £1m mewn amser meddygol a nyrsio - wedi'u harbed.

Dywedodd un claf o'r Bwrdd Iechyd am y gwasanaeth neges destun atgoffa newydd: "Bum ar y rhestr aros am amser hir i gael y driniaeth rydw i'n ei chael ac rydw i'n meddwl ei fod yn fuddiol. Mae gwybod cost y driniaeth yn fy ngwneud i'n fwy penderfynol i fynychu fy apwyntiad." Dywedodd claf arall: "Mae'r gwasanaeth hwn yn wych gan y gallaf newid fy apwyntiad y tu allan i oriau gwaith. Gallwn hyd yn oed newid fy apwyntiad tra ar wyliau dramor drwy dderbyn ac anfon neges destun."

Dywedodd Dr Fiona Smeeton, Meddyg Ymgynghorol ac Endocrinolegydd gyda'r Bwrdd Iechyd: "Nid oes un clinig wedi bod lle nad oes tua hanner y bobl yno wedi dweud pa

Text Appointment Reminders in Gwent



more than
300,000
outpatient appointments
made in 2015

approx **8%**
of patients did not attend
their appointment

= 25,000

lost opportunities to see
and care for more patients



Since we started sending text
reminders in October 2015...

30%

fewer people missed their
appointment

This means over one year

7,300

appointments would be saved

also saving
us around

£1m



GIG
CYMRU
NHS
WALES

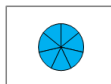
Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

mor ddefnyddiol yw'r gwasanaeth neges destun atgoffa hwn. Yn benodol, rydw i wedi gweld pobl oedd cynt yn ei chael hi'n anodd mynychu apwyntiadau, yn dod i'r clinig." Dywedodd Judith Paget, y Prif Weithredwr: "Mae'r gwasanaeth neges destun atgoffa hwn yn gwella profiad claf a hefyd yn ein helpu ni i ostwng apwyntiadau sy'n cael eu colli ac sy'n gwastraffu adnoddau prin y GIG. Drwy ei gwneud hi'n haws i gleifion ganslo apwyntiadau gallwn ostwng amseroedd aros drwy sicrhau bod yr amseroedd clinig hyn ar gael i gleifion eraill. Edrychaf ymlaen at weld mwy o welliannau ac effeithlonrwydd pan fydd y gwasanaeth neges destun atgoffa'n cael ei dreiglo i fwy o arbenigeddau o fewn ein Bwrdd Iechyd."

I dderbyn negeseuon testun atgoffa, mae'n rhaid i gleifion yng Ngwent sicrhau bod gan y Bwrdd Iechyd eu rhifau ffôn diweddaraf.

I arwyddo, gallwch gysylltu â'ch meddygfa gyda'r wybodaeth hon neu anfon e-bost at

ABB_RBC@wales.nhs.uk



Gostwng y Nifer o Ohiriadau i'r rhai sy'n mynd i mewn ar gyfer Llawdriniaethau wedi'u Trefnu

Gwyddom pryd bynnag y byddwn yn gohirio llawdriniaeth wedi'i chynllunio, ei fod yn achosi aflonyddwch anferth i'r unigolyn a'i deulu/ theulu gan eu bod wedi gwneud trefniadau cymhleth er mwyn gallu dod i mewn i'r ysbyty. Felly, ein nod yw cael y nifer lleiaf o ohiriadau posibl - ond mae'r amrywiaeth yn y nifer o dderbyniadau argyfwng yn

golygu y bydd gohiriadau'n digwydd o hyd.

Yn 2014-15, gohiriwyd llawfeddygaeth wedi'i threfnu i 1148 o gleifion oherwydd nad oedd gwely ar gael iddyn nhw. Yn 2015-16, llwyddwyd i ostwng y nifer i 938 (gostyngiad o 210), ond gwyddom fod hyn eto'n llawer gormod o ohiriadau ac rydym am ostwng hyn llawer mwy. Mae gwahaniaeth mawr rhwng RGH ac NHH yn y nifer o lawdriniaethau a ohiriwyd oherwydd nad oedd gwely ar gael yn 2015-16.

Number of Postponed Operations

	RGH	NHH
2014/15	825	305
2015/16	350	585
Reduction/Increase	-475	+283

Y gwahaniaeth mawr rhwng y ddau ysbyty yw bod profi cyflym ar gyfer MRSA wedi'i gyflwyno cyn amser yn RGH. Felly, gallai cleifion oedd yn cael eu derbyn fel achos o argyfwng yn RGH gael eu profi am MRSA - oedd yn golygu os oedd yr ysbyty mor llawn fel bod yn rhaid derbyn cleifion argyfwng i ward ar gyfer derbyniadau wedi'u trefnu ar gyfer llawdriniaethau orthopaedeg, gallem sicrhau nad oedd gan y cleifion hynny



MRSA. Mae hyn yn hynod bwysig mewn ward orthopaedeg oherwydd gall heintiau MRSA achosi cymhlethdodau difrifol mewn cleifion orthopaedeg. Felly, mae pob claf sydd wedi trefnu i gael llawdriniaeth orthopaedeg yn cael eu profi am MRSA cyn cael eu derbyn. Os bydd claf argyfwng yn cael ei dderbyn i ward orthopaedeg wedi'i drefnu (a elwir yn "llygru'r" ward), mae risg y gallan nhw gael MRSA, a allai gael ei drosglwyddo i gleifion orthopaedeg ac felly mae pob claf orthopaedeg sydd wedi'i drefnu'n cael ei ohirio. Roedd y nifer o dderbyniadau brys i NHH yn ystod y gaeaf hwn yn golygu bod y ward orthopaedeg a drefnwyd wedi'i llygru gan olygu gohirio 277 o lawdriniaethau orthopaedeg. Erbyn hyn, mae'r Bwrdd Iechyd wedi sefydlu proses ar gyfer profi MRSA yn gyflym yn NHH felly dylai'r nifer o ohiriadau'r gaeaf nesaf ostwng.

Mae'r Bwrdd Iechyd hefyd yn canolbwyntio ar gleifion sydd wedi cael eu llawdriniaethau wedi'u gohirio mwy nag unwaith. Mae'r Tîm Amserlenni'n amlygu cleifion sydd wedi'u canslo unwaith neu fwy o weithiau a gall yr achosion hyn gael eu trafod yn y cyfarfod amserlenni cleifion preswyl wythnosol i gynnal y ffocws arnyn nhw a gostwng y nifer o bobl sy'n cael llawdriniaethau wedi'u gohirio'n gyson ynghyd â sicrhau bod eu llawdriniaethau'n cael eu haidrefnu ar gyfer dyddiad cynted ag sy'n bosibl.



Gofal Diogel

Yn ABUHB, rydym am sicrhau bod ein gofal mor ddiogel ag sy'n bosibl - felly nid yw cleifion yn cael eu brifo'n fwriadol gan ein gofal. Felly, rydyn ni'n sicrhau ein bod yn dysgu o ddigwyddiadau i gleifion i'w hatal rhag digwydd eto ond hefyd rydyn ni'n gweithio'n rhagweithiol i wella diogelwch ein gwasanaethau, ein hysbytai a'n cymuned.



Dysgu oddi wrth Ddigwyddiadau – Gwrthgeulo adeg rhyddhau

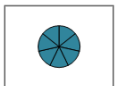
Mae staff yn dweud am achosion lle nad yw gofal cleifion wedi cyflawni'r safonau er mwyn i ni ddysgu oddi wrthyn nhw a gwella'n gwasanaethau. Yn dilyn nifer o ddigwyddiadau'n ymwneud â chleifion yn gadael ysbyty ar y cyffur warfarin mae nifer o newidiadau wedi'u gwneud i'r broses rhyddhau. Mae warfarin yn wrthgeulad.

Meddyginiaethau yw gwrthgeuladau sy'n atal y gwaed rhag ceulo mor gyflym neu effeithlon ag arfer ac fe'u defnyddir i atal ffurfio ceuladau gwaed sy'n achosi trawiad ar y galon. Y nod yw sicrhau bod y ddos o warfarin yn gywir fel nad yw'r gwaed yn ceulo mor hawdd ag arfer ond ei fod yn ceulo digon i atal problemau gwaedu. Mae'n hynod bwysig sicrhau bod unrhyw glaf sy'n mynd adref ar warfarin â chynllun i gael eu gwaed wedi'i wirio o fewn ychydig ddyddiau i sicrhau bod y ddos o warfarin yn gywir.

Mae'r newidiadau wedi'u gwneud i'r broses rhyddhau

gyfrifiadurol. Os bydd meddyg yn cofnodi bod warfarin yn un o'r cyffuriau y mae'r claf yn ei gymryd wrth ei ryddhau, rhaid i'r meddyg atgyfeirio'r claf at y clinig warfarin i gael prawf gwaed. Mae'r cyfrifiadur hefyd yn anfon hysbysiad yn awtomatig at y clinig warfarin am y claf er mwyn iddyn nhw allu gwirio eu bod wedi derbyn atgyfeiriad ac yna cysylltu â'r meddyg os na dderbyniwyd yr atgyfeiriad.

Atal Datblygu Ceuladau oherwydd mynediad i ysbyty - Thrombosis a gafwyd yn yr Ysbyty (HAT)

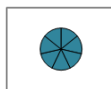


Byddwn yn canolbwyntio ar y meysydd sy'n gweld y rhan fwyaf o gleifion ac mae ganddynt nifer uchel o HAT i ddileu HAT y gellir eu hosgoi

Oeddech chi'n gwybod eich bod mewn mwy o risg o ddatblygu ceulad pan fyddwch chi'n dod i mewn i ysbyty na phan fyddwch chi'n hedfan mewn awyren?



Fodd bynnag, gall y driniaeth gywir atal rhai (ond ddim bob un) person rhag datblygu ceulad oherwydd eu bod wedi'u derbyn i ysbyty (HAT). O edrych ar yr holl achosion o Thrombosis a Gafwyd mewn Ysbyty, gallem weld bod nifer ohonyn nhw wedi digwydd mewn pobl sydd â llawdriniaethau orthopaedeg wedi'u trefnu ar eu cyfer. Roedd ymchwiliad i unrhyw ddigwyddiad yn y maes hwn hefyd yn dangos nad oeddem bob amser wedi rhoi'r driniaeth gywir. Felly, mae'r arbenigwyr wedi gweithio gyda'r Llawfeddygon Orthopaedeg i gytuno ar y driniaeth y byddan nhw'n ei rhoi ar sail y dystiolaeth. Cyflwynwyd yr asesiad risg a'r protocol triniaeth newydd ar ddiwedd 2015, ac yn gynnar yn 2016, gwelwyd gostyngiad yn y nifer o geuladau oherwydd derbyniad i ysbyty (8 o fis Ionawr i fis Mawrth 2015 a 3 o fis Ionawr i fis Mawrth 16). Roedd yr holl bobl oedd wedi dal i ddatblygu ceulad wedi cael y driniaeth gywir ac felly roedd y ceulad yn gwbl anochel.



Sylwi ar Gleifion sy'n Dirywio – a Thrin Sepsis yn Gyflym

Byddwn yn cwblhau'r cylchoedd 4x90 diwrnod o ABC Sepsis , a gwerthuso effaith cyn penderfynu sut i rollo gwaith ar draws y Bwrdd Iechyd

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, trafodwyd Sepsis yn llawer amlach yn y cyfryngau - a gwelwyd rhai storïau hynod drist ar draws y DU am bobl sydd wedi marw o

Sepsis. Fodd bynnag, petai'r cyflwr wedi'i adnabod ynghynt a'r driniaeth gywir wedi'i rhoi, mae'n bosibl y byddid wedi gallu atal marwolaeth. Yn ABUHB, sefydlwyd Grŵp

Cydweithredu ar Sepsis Aneurin Bevan (ABC Sepsis) ym mis Ionawr 2015 gyda 1000 o Fywydau. Dros y flwyddyn ddiwethaf, mae tîm craidd bychan wedi gweithio gyda staff llinell flaen o wardiau ac adrannau i wella'r gofal a roir i bobl lle gwelwyd sepsis. Mae'r data'n dangos bod ein Hadrannau Damweiniau ac Achosion Brys yn adnabod mwy o bobl â sepsis yn fwy cyflym. Mae'r mwyafrif yn derbyn gofal ar sail tystiolaeth yn fwy cyflym.

Mae blwyddyn gyntaf ABC Sepsis wedi'i gwerthuso. Bydd y Grŵp Cydweithredu'n parhau i weithio yn ein wardiau Damweiniau ac Achosion Brys gan fod 70% o bob achos o sepsis yn digwydd yn y gymuned ac yn dod i mewn i ysbytai drwy'r adrannau hyn. Mae'r cynllun ar gyfer lledaenu ar draws yr ysbytai wedi'i newid oherwydd gwersi'r flwyddyn gyntaf. Mae'r Grŵp Cydweithredu'n awr ar draws YYF i gyd, er mwyn profi a ydy ysbyty cyfan sy'n gweithio yn yr un modd i ddelio â sepsis yn cefnogi a chynnal gofal mwy effeithlon. Yn y wardiau yn NHH ac RGH, byddwn yn canolbwyntio ar ddatblygu model mwy cadarn ar gyfer ymateb i'r dirywiad yng nghyflwr claf gan



gynnwys rhai gyda sepsis.

Gan fod pobl yn datblygu sepsis yn y gymuned, mae'n bwysig bod staff sy'n gweithio yn y gymuned hefyd yn adnabod ac yn ymateb i sepsis. Cynhaliwyd hyfforddiant i staff mewn Cartrefi Nyrsio mewn defnyddio arsylwadau ffisiolegol - y Sgôr Rhybudd Cynnar Cenedlaethol (NEWS). Mae staff y Cartrefi Nyrsio'n awr yn darparu arsylwadau ffisiolegol pan fyddan nhw'n cysylltu â'r gwasanaeth MTon y Tu Allan i Oriau am 80% o gysylltiadau. Mae hyn yn helpu'r Meddyg Teulu i benderfynu a oes gan glaf sepsis ac yna ymateb yn briodol. Mae'r Nyrsys Ardal sy'n gweithio ar y cyd gyda'r Gwasanaeth y Tu Allan i Oriau hefyd wedi cael hyfforddiant ychwanegol mewn NEWS, fel eu bod hwy'n gallu asesu cleifion yn fwy cywir a darparu'r wybodaeth allweddol i'r MT.

Briwiau Pwysau

Byddwn yn gweithio gyda Chartrefi Nyrsio i leihau nifer y cleifion sydd â difrod phwysau yn cael eu derbyn i'n hysbytai .

Mae cleifion hŷn, bregus yn hynod agored i niwed briwiau pwysau sy'n ymestyn o groen coch i friwiau agored. Maen nhw'n digwydd o ganlyniad i bwysau cyson ar ran o'r croen er enghraifft os na fydd rhywun yn gallu newid eu safle eu hunain. Mae rhai cleifion yn dod i mewn i ysbyty gyda briwiau pwysau oedd wedi datblygu tra'u bod yn eu cartrefi eu hunain neu mewn Cartref Gofal. Yn anffodus, mae rhai yn datblygu tra bod person o

dan ein gofal.

Mae trefn i gasglu data a briwiau pwysau sy'n datblygu mewn Cartrefi Nyrsio yn barod. Nid yw'r



data cyntaf yn dangos unrhyw broblemau mawr gyda briwiau pwysau mewn Cartrefi Nyrsio. Fodd bynnag, mae hyfforddi staff mewn Cartrefi Nyrsio wedi dechrau a bydd yn parhau i mewn i'r flwyddyn nesaf. Hefyd, mae prosesau a meini prawf yn eu lle fel bod Cartrefi Gofal Nyrsio'n gallu atgyfeirio am gymorth Nyrs Hyfywdra Meinwe (TVN) ar gyfer clwyf anodd ei wella neu un sy'n dirywio, drwy'r Tîm Gofal Cymhleth. Mae proses hefyd ar gyfer Cartrefi Gofal Nyrsio i wneud atgyfeiriadau at y Podiatrydd Hyfywdra Meinwe ar gyfer briwiau pwysau anodd eu gwella neu rai sy'n dirywio ar draed a phigyrnau. Bydd y broses atgyfeirio'n caniatáu i weithwyr iechyd proffesiynol gael arbenigedd TVN prydlon lle bynnag bydd lleoliad daearyddol cleient/ claf. O fewn yr ysbyty, os bydd claf yn datblygu briw pwysau difrifol, mae dadansoddiad o achos gwraidd yn cael ei gynnal gan y tîm o arbenigwyr gyda'r ward, i wirio a wnaed pob peth i geisio atal y briw rhag datblygu ac i ddysgu o'r dadansoddiad.

Lleihau Heintiau sy'n Gysylltiedig â Gofal Iechyd (HCAI)



Byddwn yn sefydlu targed misol ddarpar ar gyfer C. diff a lleihau MRSA, yn seiliedig ar y targed presennol, hyd nes y bydd Llywodraeth Cymru wedi cyhoeddi eu targedau newydd ar gyfer Byrddau Iechyd yng Nghymru.

Mae C. diff yn achosi dolur rhydd hynod amhleserus ac weithiau difrifol a chwlwm gwythi a thynnerwch yn y stumog. Gall fod yn hynod ddifrifol yn arbennig mewn pobl hŷn sy'n anhwylyd yn barod.

Mae'r ffocws ysbyty cryf ar ostwng y lefel o C. diff wedi'i gynnal gan lwyddo i gael y nifer lleiaf o achosion C.diff mewn ysbyty ers 2006 ym misoedd Gorffennaf ac Awst 15. Mae staff y ward yn glir iawn am hylendid da ac arferion glanweithdra sydd angen eu cyflawni i atal lledaenu'r C. diff. Mae'r meddygon yn cael eu harwain yn eu rhagnodi gwrthfotigau i atal C.diff rhag digwydd.



Mae'r meddygon a staff y ward yn gyfrifol am ymchwilio i achos creiddiol bob achos o C. diff, ac am sicrhau eu bod yn deall beth allen nhw fod wedi'i wneud yn well i geisio ei atal. Mae'r ymagwedd hwn yn awr yn cael ei adlewyrchu

mewn gofal sylfaenol - gweler tudalen 34 - er mwyn gostwng y nifer o gleifion sy'n dod i mewn i ysbytai gyda C. diff.

Mae'r ffocws parhaus hwn wedi esgor ar ostyngiad pellach mewn C. diff. Dywedwyd bod 204 achos C. diff yn ABUHB am y flwyddyn lawn 2015-16. Mae hyn yn ostyngiad o 8% ar y flwyddyn lawn flaenorol (222 achos 2014-15) a'r ail gyfradd isaf i bob mil o dderbyniadau o fewn y Byrddau Iechyd yng Nghymru. Mae gennym dargedau misol i ostwng yr achosion ar lefel Bwrdd Iechyd a Rhanbarth i hybu perchnogaeth a sicrhau monitro manwl fel y gellir canfod yn gyflym unrhyw broblemau a delio â nhw.

Rydyn ni hefyd wedi parhau i ganolbwyntio ar atal MRSA. 20 achos o MRSA oedd yn ABUHB yn 2015-16, o gymharu â 24 yn 2014-15.

Hydradiad-"Mae Dŵr yn eich Cadw'n Iach"

Byddwn yn gweithredu'r Fenter Llywodraeth Cymru ar hydradu

Roedd ABUHB yn cymryd rhan ym menter Llywodraeth Cymru i sicrhau bod cleifion yn yfed digon, "Mae Dŵr yn eich Cadw'n Iach". Sefydlwyd yr ymgyrch hwn mewn ymateb i ddarganfyddiadau'r adroddiad "Ymddiried mewn Gofal" y llynedd. Nod yr ymgyrch yw cynyddu dealltwriaeth cleifion, y cyhoedd a gweithwyr proffesiynol

bod yfed dŵr neu ddioddydd eraill yn rheolaidd a bwyta digon mewn ysbyty mor bwysig â glanhau dwylo i sicrhau lles pobl hŷn mewn ysbyty. O



ganlyniad, gweithredwyd nifer o gamau o fewn rhai wardiau ar draws y Bwrdd Iechyd. Roedd y rhain yn cynnwys poster ac arddangosfeydd gwybodaeth ar yr Ymgyrch "Mae Dŵr yn eich Cadw'n Iach". Gofynnwyd i gleifion, yn arbennig pobl hŷn ar nifer o wardiau, arwyddo siarter "Mae Dŵr yn eich Cadw'n Iach" ac addo yfed nifer penodol o ddioddydd bob dydd. Roedd y cleifion oedd yn addo gwneud hyn yn cael 'deial diod' arloesol i'w helpu i gyfrif y diodydd roedden nhw wedi'u hyfed yn ystod y dydd. Rodd yr adborth o'r wardiau'n gymysg gan nad oedd nifer o gleifion yn gallu ymdopi gyda'r deialau. Mae maeth a hydradiad cleifion o fewn y Bwrdd Iechyd yn cael eu gwella drwy nifer o gamau sy'n cael eu monitro gan y Grŵp Maeth a Hydradiad Clinigol sy'n cyfarfod yn chwarterol.

Achosion o Gwmpadau mewn Ysbytai

Bydd y Falls Grwp Llywio Iedaenu'r fenter yn YAB a YYF i ysbytai aciwt eraill a gweithredu mesurau i fonitro cwmpadau â niwed.

Gall cwmpo gael effaith dinistriol ar berson o unrhyw oed, ond yn arbennig ar berson hŷn. Nid dim ond oherwydd yr anafiadau corfforol a all ddigwydd ar ôl cwmpo ond oherwydd gall person ofni y gall syrthio eto ac efallai peidio â mynd allan neu hyd yn oed symud o gwmpas y lle gartref.

Ond, po leiaf y bydd pobl yn symud o gwmpas, y lleiaf bydda'n nhw'n gallu symud o gwmpas oherwydd mae'n rhaid i ni ddefnyddio ein cyhyrau er mwyn eu cadw'n gryf.

Mae pobl mewn ysbytai'n fwy tebygol o gwmpo oherwydd eu bod yn ddi-hwyl ac felly'n wannach nag arfer ac weithiau'n fwy dryslyd a heb fod yn eu cynefin cyfarwydd. Gwyddom na allwn ni atal pob un rhag cwmpo mewn ysbyty. Fodd bynnag, mae canlyniadau



Archwiliadau Cenedlaethol Cwmpïadau a gofal am bobl sydd wedi torri Gwddf y Forddwyd wedi ein harwain at ganolbwyntio eto ar atal cwmpïadau yn ein hysbytai. Mae'r Grŵp Llywio Cwmpïadau'n arwain ac yn cydlynu'r holl waith. Y flaenoriaeth gyntaf oedd sicrhau fod y pethau sylfaenol yn gywir. Felly, mae nyrsys wedi bod yn profi gwahanol asesiadau cwmpïadau a bydd asesiad byrrach yn canolbwyntio'n fanylach yn cael ei gyflwyno yn 2016-17, fel rhan o lansiad diweddariad y Polisi Cwmpïadau Cleifion Preswyl.

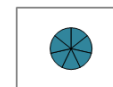
Rydym am ddysgu o'r cwmpïadau sy'n digwydd ac rydym yn cynnal ymchwiliad manwl i bob claf sy'n cwmpïo mewn ysbyty sy'n esgor ar glaf yn torri asgwrn. Mae'r ymchwiliadau hyn i gyd yn awr yn cael eu hadolygu gan Banel Craffu Cwmpïadau er mwyn i ni gael dealltwriaeth lawn o'r hyn sy'n debygol o arwain at gwmpï a'r newidiadau pwysicaf y gallwn eu cyflwyno i geisio atal pobl rhag cwmpïo.

Mae lledaenu'r gwaith da yn YAB ac YYF i ysbytai aciwt



eraill wedi bod yn fwy o her nag yr oedden yn ei rhagweld oherwydd nad oes gan y staff sydd wedi gwneud y newidiadau yn YAB neu YYF yr amser oherwydd eu swyddi heriol i fynd i ysbytai eraill i hyfforddi'r staff yno. Felly, rydym wedi

cynnig cyflogi cynghorwyr arbenigol cwmpïadau ar gyfer ein safleoedd lle mae cleifion preswyl fydd yn gallu canolbwyntio ar ledaenu'r arfer da ac yn gallu arwain yr hyfforddiant ar atal cwmpïadau i'r holl staff llinell flaen. Erbyn hyn mae gennym ddata ar y cwmpïadau sy'n achosi niwed a all ein helpu i dargedu hyfforddiant. O ddefnyddio hyn, rydyn ni'n canolbwyntio ar ostwng y nifer o gwmpïadau cleifion preswyl ac yn y pen draw'r niwed corfforol i gleifion a all esgor o gwmpï.



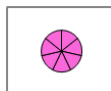
Dysgu oddi wrth Achosion o Ddigwyddiadau Difrifol y Gellid bod wedi'u Hatal

Digwyddiadau yw'r rhain sy'n ddifrifol ond a ystyrir fel rhai annerbyniol gan y gwyddom y gallan nhw ddigwydd ac eto gellid bod wedi'u hatal. Maen nhw'n cynnwys materion fel llawfeddygaeth ar yr ochr anghywir (er enghraifft, ar y goes dde pan ddylid bod wedi'i chynnal ar yr un chwith) a phethau fel swabiau wedi'u gadael ar ôl llawdriniaeth. Os bydd un o'r rhain yn digwydd, rhaid i'r Bwrdd Iechyd hysbysu Llywodraeth Cymru sy'n monitro'r Bwrdd Iechyd i sicrhau bod camau'n cael eu cymryd a gwersi'n cael eu dysgu i wella hyn.

Yn ystod 2015-16, digwyddodd 3 o'r Digwyddiadau Annerbyniol hyn a'u hymchwilio. Y rhain oedd camosod tiwb naso-gastrig, colli swab yn ystod llawdriniaeth a mewnblianiad anghywir. Gwnaed newidiadau o ganlyniad i ddysgu o bob un o'r digwyddiadau hyn.

Profiad Cleifion

Mae'n rhaid i ni wybod eich barn am ein gofal a'n gwasanaethau - ac eleni rydyn ni wedi datblygu dulliau newydd o wneud hyn i'w gwneud hi'n haws i chi ddweud wrthym am eich profiad - y da a'r drwg.



Mesurau ar gyfer Profiadau Cleifion - Hootvox

Yn dilyn lansiad llwyddiannus "Meddwl amdanaf fi: Canllawiau Gofal Da" ar gyfer Cartrefi Gofal, awgrymwyd y byddai ymagwedd tebyg ar y we'n fuddiol i gasglu profiadau cleifion mewn wardiau ysbytai. Byddai'r adborth yn cael ei ddefnyddio i ddeall a gwella profiadau cleifion a chyflenwi gofal.

Ar 4 Chwefror 2016, dechreuodd ABUHB y system adborth cleifion "Hootvox". Mae Hootvox yn caniatáu i gleifion a pherthnasau roi adborth a gwerthuso eu gofal GIG go iawn, drwy arolygon negeseuon testun SMS, e-byst a phapur. Roedd brwdfrydedd mawr am y system o fewn y Bwrdd Iechyd gyda nifer o adrannau'n gofyn am gael bod yn rhan o'r treial cyntaf sy'n rhedeg hyd at 30

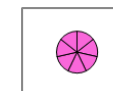


Mehefin. Mae 39 maes gwasanaeth yn awr yn cymryd rhan ar draws pob maes gwasanaeth.

Sefydlwyd Hootvox gydag 8

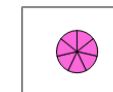
cwestiwn diffiniedig am ystod o fesurau profiad a adroddwyd gan gleifion (PREMs). Hefyd mae cwestiwn crynodyn yn gofyn am foddhad cyffredinol gyda'r gwasanaeth a lle i bobl ysgrifennu'r hyn yr hofffen nhw ei ddweud am bwyntiau da a phwyntiau gwael y gwasanaeth.

Mae'n rhy gynnar i weld themâu'n ymddangos ond mae hyn i'w weld yn ddull poblogaidd a hygyrch i bobl adrodd yn ôl yn gyflym i ni am eu gofal. Dylai ein galluogi i dargedu gwelliannau mewn gwasanaethau penodol ar y problemau sy'n achosi'r pryder mwyaf.



2 funud o'ch amser ym Mamolaeth

Yn y Gwasanaeth Mamolaeth, defnyddir holiadur byr o'r enw "2 funud o'ch amser" i gael adborth gan y mamau a'u teuluoedd am y gwasanaeth. Mae'r ffurflen hefyd yn cynnwys cwestiwn ansoddol yn gofyn i'r fam a'i chymar os ydyn nhw'n awr yn teimlo'n hyderus i ofalu am eu babi. Yn ychwanegol at hyn, mae safle 'facebook' y gwasanaeth mamolaeth yn cael ei ddefnyddio ar gyfer adborth pan fydd y cyfle'n benthyc ei hun.



Gwybod eich Barn – Bwrdd Iechyd yn Ymgysylltu

Mae gwybod eich barn chi, y cyhoedd, am ein

gwasanaethau a gallu egluro gwelliannau a heriau i chi'n hanfodol os ydym am sicrhau bod y gwasanaethau iechyd yn cyflawni eich anghenon wrth i ni gyflenwi'r newidiadau i gyflenwi gofal yn nes i'ch cartref dros y blynyddoedd nesaf. Ar ddechrau mis Medi 2015, roedden ni felly'n sefydlu Tîm Ymgysylltu bychan ond pwysig iawn yn ychwanegol at ein gweithgareddau ymgysylltu presennol. Mae'r tîm wedi bod allan yn siarad â phobl sy'n defnyddio ein gwasanaeth yn y mannau y maen nhw'n mynd iddyn nhw o ddydd i ddydd, fel yr archfarchnad, y llyfrgell neu'r farchnad. Dyma'r mannau lle mae pobl fel arfer yn teimlo'n hapusach i drafod eu profiadau - yn hytrach nag mewn adeilad y Bwrdd Iechyd. Mae'r Tîm yn un o'r 5 Bwrdeistref yn ein hardal bob wythnos. Mae'r Tîm yn dod yn ôl ac yn sicrhau bod ein staff yn gwybod am beth rydych chi wedi bod yn sôn a beth yw'r broblem arbennig mewn maes penodol- a'n bod yn newid gwasanaethau i wella eich profiad. Pynciau allweddol sydd wedi'u trafod yw cael ateb ar y ffôn gan eich Meddyg Teulu, cael hyd i ddeintydd y GIG, gwybod pryd i fynd at eich MT, mân anafiadau neu D&A - yn arbennig yng Nghaerffili.

Dysgu oddi wrth Bryderon a Gweithio i Wella

Er bod yn ddrwg gennym fod unrhyw aelod o'r cyhoedd wedi gorfod cyflwyno cwyn am y gofal a'r driniaeth y mae wedi'u cael, gwyddom fod pob cwyn yn gyfle i ni weld ein gwasanaethau drwy lygaid cleifion ac i wneud gwelliannau i'n gofal ar gyfer pob claf. Dylai unrhyw un sy'n cyflwyno

cwyn ffurfiol ddisgwyl ein bod yn agored ac yn onest wrth i ni reoli'r cwyn a'n hymateb i'r materion a godwyd. Yn gynyddol, rydyn ni'n cyfarfod â theuluoedd i ddatrys cwynion gan fod hyn yn caniatáu i ni wrando ar eu profiadau, datrys y problemau y maen nhw'n eu cyflwyno i ni a dysgu oddi wrth eu storïau.

Fodd bynnag, mae'n llawer gwell os gallwn ni ddelio ag unrhyw broblem sydd gan berson yn anffurfiol - tra maen nhw'n dal yn yr ysbyty os yn bosibl. Felly, rydyn ni wedi gweithio'n galed i wella ein hymatebolrwydd i bryderon anffurfiol ac yn anelu at ymateb iddyn nhw o fewn 5 niwrnod fel bod llai o broblemau'n datblygu'n gwynion ffurfiol. Mae'r nifer o gwynion ffurfiol a dderbyniwyd dros y flwyddyn wedi parhau'n sefydlog a gobeithiwn allu dangos gostyngiad o ganlyniad i ymateb yn fwy sydyn i bryderon anffurfiol.

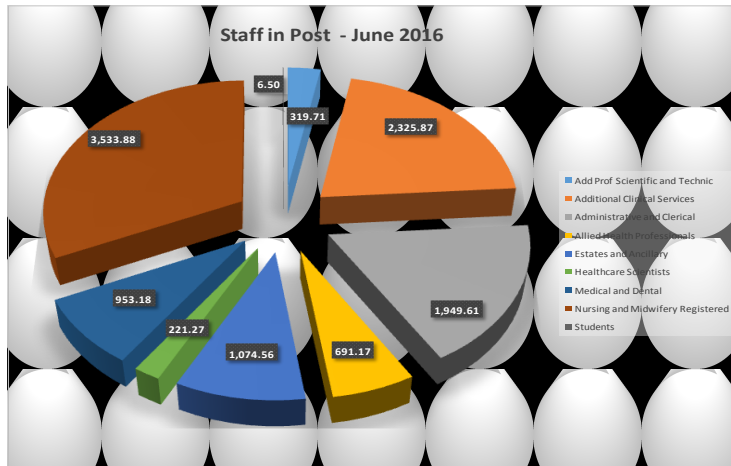
Mae rhai enghreifftiau o sut rydyn ni wedi ymateb i bryderon yn cael eu disgrifio drwy'r adroddiad, yn arbennig ar dudalen 19 (warfarin wrth ryddhau).



Ein Staff

Pwy yw ein staff?

Mae'r siart cylch hwn yn dangos faint o staff sydd gennym ym mhob grŵp staff.



Brechlyn Ffliw i'r Staff

Byddwn yn brechu 50% o'n staff gyda'r fflw brechu

Brechlyn y Ffliw - Yn ystod y gaeaf hwn, roedd llai o bobl yn cael y brechlyn yn gyson ar draws y DU. Awgrymwyd bod hyn oherwydd y wybodaeth ddrwg yn y wasg y llynedd pan nad oedd y brechlyn fflw yn effeithlon yn erbyn y math o fflw roedd pobl yn ei gael. Yn ABUHB, credwn ei bod yn hynod bwysig i sicrhau bod ein staff yn

cael y brechlyn gan eu bod yn dod i gysylltiad â phobl â fflw fel rhan o'u gwaith. Y gaeaf yw ein hamser prysuraf a hoffem sicrhau bod ein staff yn iach ac yn gallu dod i mewn i'r gwaith. Roedd 40.64% o'n staff yn manteisio ar y cyfle i gael brechlyn y fflw yn 2015-16, ychydig o welliant ar y flwyddyn flaenorol. Rydyn ni'n awyddus i ddeall beth sydd wedi gweithio i gynyddu'r nifer sy'n cael y brechlyn fflw ymhlith y staff a pham nad oedd 59% o'n staff llinell flaen yn cael y brechlyn fel ein bod yn gallu helpu hyd yn oed yn fwy o'n staff llinell flaen i fod yn iach.

Digwyddiadau Galw Heibio Lles Staff

Mae'r Bwrdd Iechyd yn cynnal Digwyddiadau Galw Heibio ar gyfer staff drwy gydol y flwyddyn ac ar draws bob rhan o'r Bwrdd Iechyd. Mae'r digwyddiadau hyn yn cefnogi staff gyda phob agwedd o'u lles - o ddysgu am fwyta'n iach a gweithgareddau i ddarganfod sut i arbed neu i fenthyl yn gyfrifol gydag Undeb Credyd i gael sesiwn tylino i ymlacio pen, gwddf, ysgwydd neu law - neu dim ond cael rhywun i drafod beth bynnag sy'n eich poeni.

Mae staff yn wirioneddol werthfawrogi'r Digwyddiadau hyn fel y gallwch weld o'r sylwadau hyn!

"Syniad hyfryd mewn gwirionedd. digwyddiadau rheolaidd ? Expand ? Llawn o wybodaeth addysgiadol. cyffyrddiadau Nice megis y byrbrydau a twba lwcus "

"Fab i gael rhywbeth i staff. Tylino ymlaciol . Byddai'n braf cael sesiynau rheolaidd"

Ein Gwirfoddolwyr

I ddathlu creadigrwydd a menter ein gwirfoddolwyr ac i ddiolch iddyn nhw am bob peth y maen nhw'n ei wneud i ni, eleni cynhaliwyd cystadleuaeth "Gwirfoddoli: Trugaredd ar waith: Creadigrwydd". Fel y gwelwch isod, mae ein gwirfoddolwyr yn hynod greadigol a meddylgar yn y pethau y maen nhw'n eu gwneud i'n cleifion. Maen nhw'n ychwanegu'n fawr at waith ein staff. Diolch i'n holl wirfoddolwyr am yr holl bethau gwahanol y maen nhw'n eu gwneud,

Pocedi Angylion – Eitemau arbennig i lapio babanod bach sydd wedi cael bywydau byr iawn.



TUDALEN 50



'Fiddle pinnies' a 'twiddle muffs' ar gyfer cleifion â dementia.



Yr enillwyr oedd Undeb y Mamau Esgobaeth Mynwy "Teganau wedi'u gweu ar gyfer plant".



Mae ystod eang o gynlluniau ar y gweill o fewn y Bwrdd Iechyd, nifer sy'n cael eu rheoli gan Fudiadau Gwirfoddol yn gweithio mewn partneriaeth gyda ni. I gael mwy o wybodaeth, ewch i'n gwefan:

<http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/866/page/75245>

Neu gallwch gysylltu â:

Rhian Lewis,

Rheolwr Datblygu Gwirfoddoli,

E-bost: rhian.lewis2@wales.nhs.uk Ffôn: 01633 623812

Edrych Ymlaen

Mae nifer o'n blaenoriaethau gwella'n dod o Gynllun Tymor Canolig Integredig y Bwrdd Iechyd 2016/17-2018/19. Nid yw gwneud gwelliannau mewn gwasanaeth mawr a chymhleth ar draws bob maes yn digwydd o fewn blwyddyn. Felly, mae ein blaenoriaethau mewn sawl achos yr un ag mewn blynyddoedd blaenorol. Ond, bob blwyddyn, rydyn ni'n gosod cerrig milltir pendant i symud ymlaen at ein gôl derfynol.

Mesurau Deilliannau mewn Adroddiadau Cleifion / Mesurau Profiadau mewn Adroddiadau Cleifion:

Byddwn yn sefydlu tîm i weithio ar PROMS a PREMs fydd yn cyfategoli ein gwaith ar ddeilliannau a gwerthoedd drwy roi ffocws amlycach i brofiadau cleifion.

Heintiau sy'n Gysylltiedig â Gofal Iechyd: Mae'r UHB yn ceisio gostwng y nifer o achosion o'r haint C difficile i sicrhau cyfradd o 28 i bob 100,000 rhwng mis Hydref 2016 a mis Mawrth 2017.

Thrombosis a gafwyd mewn Ysbyty: Byddwn yn nodi maes gyda niferoedd uchel o HATs ac yn sicrhau bod pob claf yn cael asesiad risg a thromboprophylaxis priodol fel nad oes unrhyw HAT y gellid bod wedi'i atal.

Gostwng y nifer o gleifion preswyl sy'n cwmpo: Byddwn yn gweithredu Offeryn i Asesu Cwmpadau Aml-ffactoraidd Cleifion Preswyl newydd a rhaglen hyfforddi gyda'r nod o ostwng y nifer o gwmpadau sy'n achosi niwed drwy fesur y nifer o gwmpadau sy'n esgor ar dorri gwddf y forddwyd.

Gwella gofal pobl sydd wedi torri gwddf y forddwyd: Byddwn yn datblygu gwaith y grŵp amlddisgyblaeth ar draws yr holl lwybr gofal.

Diddymu Marwolaethau y gellid bod wedi'u hosgoi a Niwed oherwydd Sepsis: Byddwn yn treiglo ABC Sepsis dros YYF yn gyfan gwbl ac yn ail ganolbwyntio ar ganfod ac ymateb i gleifion sy'n dirywio ym mhob un o'n wardiau aciwt.

Brechlyn ffliw i'r holl staff: Byddwn yn brechu 50% o'n staff yn erbyn y ffliw.

Llwybr Diabetes: Byddwn yn sefydlu cyd-gynhyrchu modelu gwasanaeth diabetes lleol drwy ddefnyddio grwpiau cyfeirio cleifion diabetes lleol.

Gwella gofal pobl sydd wedi cael strôc: Byddwn yn gwireddu buddion rhaglen ail-lunio gwasanaeth strôc drwy berfformio'n well yn erbyn targedau SSNAP.

Aros 12 awr mewn Adrannau D&A: Byddwn yn gostwng y nifer o bobl sy'n aros 12 awr neu fwy am wely meddygol

Ardystiadau

"Mae Cyngor Iechyd Cymuned Aneurin Bevan yn croesawu'r AQS amlygu meysydd o gyflawniad a hefyd blaenoriaethau ar gyfer gweithredu " .

Mrs Angela Mutlow - Prif Swyddog Dros Dro

"Swyddogaeth Archwiliad Mewnol y Bwrdd Iechyd yn wedi edrych ar y AQS ac yn gallu cadarnhau ei fod yn cynnwys yr holl wybodaeth sy'n ofynnol gan Lywodraeth Cymru. Rydym hefyd wedi gwirio'r holl rifau a datganiadau yn y SAA a gallaf gadarnhau bod y rhain yn gywir. Nodwyd gennym fod y AQS wedi ei strwythuro mewn aliniad â'r blaenoriaethau lleol y Cynllun Tymor Canolig Integredig , ond mae'r themâu Safonau Iechyd a Gofal Cyfeirir"

Helen Higgs a Stephen Chaney

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan Archwiliad Mewnol Iechyd Partneriaeth Cydwasanaethau GIG Cymru

Hoffem ddiolch i aelodau'r Grŵp Cyfeirio Rhanddeiliaid a Fforwm Proffesiynol Gofal Iechyd am eu cymorth wrth baratoi'r Datganiad Ansawdd Blynnyddol . Maent yn helpu i wneud yn siŵr bod y pynciau yr ydym wedi rhoi sylw yw'r rheiny y mae'r cyhoedd ddiddordeb ynddynt. Fodd bynnag, gwyddom y gallwn wella hyn ymhellach , ac os oes gennych unrhyw sylwadau am yr hyn yr hoffech ei weld yn y Datganiad Ansawdd Blynnyddol neu unrhyw adborth arall am yr adroddiad hwn , anfonwch e- bost abhb.enquiries@wales.nhs.uk

Geirfa Termau

ABC Sepsis	Grŵp Cydweithredol Aneurin Bevan ar Sepsis Sepsis
ABCi	Canolfan Aneurin Bevan ar gyfer Gwella
ABUHB	Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
ASD	Anhwylder Sbectrwm Awtistiaeth
C.Diff	Clostridium difficile
CDN	Nyrs Seiciatreg y Gymuned
CHAT	Gofyn a Sgwrsio Cartrefi Gofal
CHC	Cyngor Iechyd Cymuned
CHCT	Tîm Gofal Iechyd Parhaus
COAP	Polisi Dewis Llety
COPD	Clefyd Pwlmonaidd Rhwystrol Cronig
CPN	Nyrs Seiciatreg y Gymuned

Geirfa Termau

GDP	Ymarferwyr Deintyddol Cyffredinol
GP	Ymarferwyr Cyffredinol
HAT	Thrombosis a gafwyd mewn Ysbyty
HCAI	Heintiau'n Gysylltiol â Gofal Iechyd
IOP	Mewn Un Man
LWLL	Byw'n Dda, Byw'n Hirach
MHON	Fy Iechyd Ar-lein
MRSA	Awrews Staphylococcus sy'n Gwrthsefyll Methicillin
MSSA	Awrews Staphylococcus sy'n Sensitif i Meticillin
NCN	Rhwydwaith Gofal Cymdogaeth
OOHs	Y Tu Allan i Oriau
PCMHSS	Gwasanaeth Cefnogi Iechyd Meddwl o fewn Gofal Sylfaenol
Third Sector	Grŵp Gwirfoddol a Chymdeithas Sifil
TUN	Nyrs Hyfywdra Meinwe