



**GIG**  
CYMRU  
**NHS**  
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol  
Aneurin Bevan  
University Health Board

# Taflen Wybodaeth i Gleifion

**Ward Carn y Cefn**  
**Uned Acíwt Iechyd Meddwl Oedolion**  
**I Blaenau Gwent**

**Rhif ffôn: 01495 363230**





## **Croeso i Uned Carn y Cefn**

**Croeso i Uned Carn y Cefn** - yn ystod eich amser gyda ni, byddwn yn eich cefnogi ac yn eich cynnwys cymaint â phosib yn y broses o wneud asesiadau unigol a phenderfyniadau

triniaeth yn seiliedig ar eich anghenion a'ch dymuniadau cyfredol. Mae ein hathroniaeth yn cynnwys proses adfer a dull gwasanaeth cyfan, a all gynnwys; nyrsio, meddygol, therapi galwedigaethol, gwasanaethau cymdeithasol, staff seicoleg a chysylltiadau â sefydliadau gwirfoddol. Rhowch wybod i ni os oes gennych unrhyw gwestiynau.

### **Eich derbyn i'r uned**

Er mwyn eich cefnogi pan gewch eich derbyn, dyrennir cydlynedd gofal i chi. Bydd yn eich cynorthwyo a'ch cefnogi chi a'r tîm i nodi'ch anghenion a bydd yn gweithio gyda chi i ddatblygu eich cynllun gofal unigol a'ch llwybr gofal.

Er budd eich diogelwch wrth i ni eich derbyn: -

- ✓ Rhowch yr holl feddyginiaeth i ni fel y gall y dosbarthu a'r monitro gael ei reoli gan aelod cymwys o'r staff nyrsio.
- ✓ Os oes gennych unrhyw sylweddau anghyfreithlon neu alcohol, gofynnwn hefyd i chi roi'r rhain i ni fel y gellir eu gwaredu'n ddiogel.
- ✓ Bydd staff ward yn rhestru unrhyw eitemau rydych chi wedi dod â chi i'r ysbyty ac yn eu cofnodi mewn llyfr eiddo gyda chi. Byddem yn eich annog i anfon symiau o arian sy'n fwy na £30.00 adref. Bydd unrhyw eitemau a allai fod yn anniogel yn cael eu storio'n briodol i leihau unrhyw risgiau posibl. Byddai hyn yn cynnwys tanwyr sigarêts, eitemau miniog, sylweddau anghyfreithlon ac ati.
- ✓ Yn ystod eich arhosiad rydym yn annog eich bod yn anfon unrhyw bethau gwerthfawr adref. Os ydych yn dymuno cadw rhai eitemau gyda chi, bydd blychau diogelwch y gellir eu cloi yn unigol ar gael i chi yn ystod eich arhosiad. Mae hyn oherwydd nad yw'r Bwrdd Iechyd yn derbyn cyfrifoldeb am eich eiddo yn ystod eich arhosiad yn yr ysbyty.
- ✓ Os oes gennych eitemau trydanol y mae angen eu gwefru, siaradwch ag aelod o staff ar y ward a byddwn yn hapus i'ch helpu.



## Gwasanaeth Eiriolaeth

Mae gan bob claf fynediad at wasanaethau eiriolaeth, mae'r Eiriolwr yn ymweld â'r ward yn rheolaidd a bydd ar gael i siarad â chi a darparu cefnogaeth neu gyngor ymarferol. Gellir gofyn i staff y ward am fanylion sut i gysylltu â'r gwasanaeth eiriolaeth.

## Amseroedd Ymweliadau

Rhwng 3pm ac 8pm, 7 diwrnod yr wythnos. Mewn achosion pan na all ymwelwyr fod yn bresennol yn ystod yr amseroedd hyn, siaradwch â staff y ward fel y gellir ystyried dewis arall.

Yn achos plant yn ymweld â chi ar y ward, a allech chi ein hysbysu ymlaen llaw fel y gellir gwneud trefniadau priodol, bydd angen i unrhyw un dan 16 oed fod yng nghwmni oedolyn.



**Amseroedd Prydau Bwyd** Mae'r ward yn hyrwyddo bwyta'n iach ac mae wedi amddiffyn amseroedd bwyd a fydd yn digwydd y tu mewn i'r amseroedd ymweld o 3pm ac 8pm. Bydd hyn yn eich galluogi i fwyta'ch pryd bwyd heb unrhyw darfu arnoch. Rydym yn gwerthfawrogi y gallai fod eithriadau i hyn yn seiliedig ar anghenion unigol felly trafodwch hyn gyda'r staff nyrsio.

## Trosglwyddo

Efallai y bydd adegau pan fydd angen i chi symud i ward wahanol yn y Bwrdd Iechyd, oherwydd rhesymau clinigol. Byddwn bob amser yn ceisio cyfyngu ar y digwyddiadau hyn a sicrhau bod unrhyw drosglwyddiadau yn seiliedig ar angen clinigol.

## Arsylwi a Diogelwch

Mae'r uned yn gweithredu polisi arsylwi diogel er mwyn lleihau risgiau a chynnal amgylchedd therapiwtig diogel i'r holl gleifion yn ein gofal. Bydd unrhyw gynnydd neu ostyngiad yn eich lefel arsylwi yn cael ei egluro'n glir i chi gan y tîm nyrsio.

## Statws ar adeg Derbyn

Mae'r ward yn lletya cleifion Anffurfiol a Ffurfiol. Os ydych chi'n **glaf Anffurfiol** rydych chi'n wirfoddol ar y ward, sy'n golygu y gallwch chi adael pan fyddwch chi eisiau, ond byddem yn gofyn i chi hysbysu'r nyrs cyfrifol. Mewn rhai achosion gall staff nyrsio atal claf gwirfoddol rhag gadael y ward os ydynt yn teimlo bod unrhyw risgiau ynghlwm iddo ef/hi ei hun neu eraill.

Os ydych chi'n **glaf Ffurfiol** byddwch chi'n cael eich cadw yn y ward o dan Ddeddf Iechyd Meddwl 1983. Gall cleifion sy'n cael eu cadw'n ffurfiol adael yr uned ar gytundeb â'u Clinigwr Cyfrifol.

Darperir gwybodaeth bellach i chi mewn perthynas â'ch statws Deddf Iechyd Meddwl a bydd gennych hawl i gael eich cynrychioli gan Eiriolwr Iechyd Meddwl Annibynnol. Fel claf sy'n cael ei gadw mae gennych hawl i apelio i reolwyr yr ysbyty a / neu Dribiwnlys Adolygu Iechyd Meddwl.



## Ymweliadau'r Ward

Mae'r ward yn cynnwys 2 Ymgynghorydd sy'n adolygu'r cleifion o leiaf unwaith yr wythnos:

- Dr Ellis - Ardaloedd Dyffryn Ebbw a Thredegar - bore Llun
- Dr Safer - Blaina / Abertillery / Llanhilleth - bore Mawrth

Mae'r Ymweliadau Ward yn gyfle i chi a'r rheiny sydd yn rhan o'ch gofal adolygu'ch cynnydd a'r driniaeth presennol. Bydd aelod o staff yn esbonio i chi ymlaen llaw ar ba ffurf fydd yr adolygiad ac yn trafod gyda chi pwy allai fod yn bresennol. Os ydych chi'n teimlo'n anghyffyrddus ag unrhyw ran o hyn, hysbyswch yr aelod o staff neu'r Eiriolwr claf.

Fel arfer yn bresennol byddwch chi'ch hun, Nyrs Gofrestredig (neu ddirprwy enwebedig) a Chynrychiolydd Meddygol (Seiciatrydd Ymgynghorol fel arfer). Gellir gwahodd disgyblaethau eraill hefyd pe bai anghenion penodol yn cael eu nodi ond bydd hyn yn cael ei drafod gyda chi ymlaen llaw. Bydd gennych ddewis o ran p'un a gaiff eiriolwr claf a/neu aelod o'r teulu neu ffrind fynychu'r Ymweliadau Ward gyda chi. Fel gwasanaeth rydym yn mynd ati i annog cynnwys teulu a gofalmwr wrth lunio Cynllunio Gofal a Thriniaeth.



## **Gwybodaeth Gyfrinachol / Feddygol**

Mae ar bob aelod o staff sy'n gweithio i'r GIG a'r Awdurdod Lleol rwymedigaeth gyfreithiol i gadw gwybodaeth amdanoch yn gyfrinachol ac yn ddiogel. Mae adegau pan fo'n briodol i rannu gwybodaeth amdanoch chi a'ch gofal iechyd gydag eraill megis meddygon teulu a gwasanaethau Gofal Cymdeithasol. Mae angen rhannu gwybodaeth berthnasol er mwyn ein helpu i weithio gyda'n gilydd er eich budd. Gall fod amgylchiadau eithriadol hefyd pan fydd eich gwybodaeth yn cael ei datgelu, neu pan fo'r gyfraith yn gofyn i wybodaeth gael ei datgelu. Gyda'ch caniatâd, gallwn hefyd rannu gwybodaeth â'ch perthynas, gofalwr neu ffrind a enwir.

### **Staff ar y Ward**

Mae'r tîm staff ar y ward yn cynnwys Nyrsys Cofrestredig, Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd, Therapyddion Galwedigaethol, Meddygon, Seicolegwyr, Clerc y Ward a staff Domestig.

Weithiau, gallai myfyrwyr nyrsio / meddygol / therapi galwedigaethol fod yn rhan o'ch gofal er bod gennych hawl i wrthod eu mewnbwn os dymunwch. Cefnogir Ymgynghorwyr gan feddygon iau, sy'n cylchdroi trwy'r Bwrdd Iechyd.

### **Therapi Galwedigaethol**

Nod Therapi Galwedigaethol yw eich cefnogi gyda'r pethau sy'n bwysig i chi yn eich bywyd. Gall hyn olygu gweithio tuag at nodau bach, hawdd eu trin, sy'n dechrau helpu gydag ychwanegu strwythur a threfn at eich bywyd bob dydd, gan arwain at nodau tymor hwy i weithio tuag atynt yn y dyfodol.

Mae Therapyddion Galwedigaethol yn canolbwyntio ar adferiad wrth fynd i'r afael â sgiliau bywyd ym meysydd hunanofal, cynhyrchiant a hamdden. Cynigir rhaglenni graddedig 'Adfer trwy weithgaredd' ar bob ward sy'n ymdrin ag amryw bynciau diddorol trwy gydol eich cyfnod derbyn. Mae'r sesiynau hyn yn cynnwys cymryd rhan mewn gweithgareddau y gallech fod yn gyfarwydd â nhw yn ogystal â chyfleoedd i roi cynnig ar rywbeth newydd. Bydd rhai yn seiliedig ar wybodaeth a bydd rhai yn seiliedig ar weithgaredd.

## Ystafell Weithgareddau / Therapi

Mae Ystafell Weithgareddau / Therapi ar y ward. Dyfeisiwyd Tabl Amser Adferiad sy'n ymgorffori ystod o weithgareddau/ymyriadau gyda'r nod o'ch cefnogi trwy'ch adferiad tra byddwch chi ar y ward. Mae rhai o'r rhain yn cael eu hwyluso gan y Tîm Therapi Galwedigaethol, ac eraill gan staff y ward ac asiantaethau allanol sy'n darparu

gwasanaethau mewn-gymorth i'r ward. Mae rhai gweithgareddau'n cael eu cynnal ar y ward a gall eraill gael eu cynnal yn y gymuned, bydd y gweithgareddau hyn wedi'u teilwra i'ch angen unigol chi.



## Therapi Seicolegol

Fel rhan o gyflwyno'r rhaglen therapiwtig mae therapïau seicolegol ar gael yn yr uned i archwilio ffyrdd o ymdopi ag argyfwng ac emosiynau trallodus. Mae sgiliau'n cael eu hymarfer megis ymlacio ac ymwybyddiaeth ofalgar. Mae'r sesiynau hyn yn hyblyg ac wedi'u teilwra cymaint â phosibl i ddiwallu'ch anghenion unigol. Mae croeso i chi siarad ag aelod o staff pe bai angen mwy o wybodaeth arnoch.



## Cyfleusterau Golchi Dillad

Mae cyfleusterau golchi dillad ar gael ar y ward os hoffech eu defnyddio.

## Teledu Cylch Cyfyng (TCC)

Mae Teledu Cylch Cyfyng yn cael ei ddefnyddio ar y ward mewn rhai ardaloedd i wella diogelwch a rhoi sicrwydd i gleifion, ymwelwyr a staff bod ymdrechion yn cael eu gwneud i'w diogelu. Mae arwyddion yn cael eu harddangos yn eich hysbysu ble mae'r TCC ar waith.

Mae defnydd TCC yn unol â pholisïau Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a'r ddeddfwriaeth gyfredol. Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon ynghylch defnyddio TCC siaradwch ag aelod o staff y ward.

## Alcohol a Chyffuriau

Tra byddwch yn glaf mewnol byddem yn gofyn i chi ymatal rhag defnyddio alcohol neu sylweddau anghyfreithlon. Mewn rhai amgylchiadau, gall staff nyrsio ofyn i chi gynnal sgrinio alcohol neu gyffuriau, pe bai arsylwadau clinigol yn nodi'r angen. Mae hyn oherwydd y gallent fod â risg sylweddol ar eich iechyd meddwl a chorfforol ac achosi rhyngweithio niweidiol ag unrhyw feddyginiaeth ar bresgripsiwn.

## Trais ac Ymddygiad Ymosodol

Mae'r Bwrdd Iechyd yn gweithredu dull dim goddefgarwch tuag at unrhyw drais neu ymddygiad ymosodol a ddangosir tuag at gyd-gleifion, ymwelwyr neu staff y bwrdd iechyd. Gallai unrhyw achos o drais neu ymddygiad ymosodol arwain at bresenoldeb yr heddlu ac erlyniad posibl.

## Ysmygu

Mae gan y ward ardal ysmygu ddynodedig lle caniateir ysmygu. Yn unol â pholisi'r Bwrdd Iechyd, gofynnwn i chi ymatal rhag ysmygu mewn unrhyw feysydd eraill a bod pob taniwr sigarét yn cael ei drosglwyddo i ni wrth i chi gael eich derbyn.



## Ffonau/Dyfeisiau Symudol - Cyfrinachedd

Mae croeso i chi ddefnyddio'ch dyfais symudol tra'ch bod chi ar y ward, mewn modd diogel a pharchus. Gall defnyddio dyfeisiau symudol ar gyfer tynnu lluniau/recordio, neu at ddefnydd amhriodol o gyfryngau cymdeithasol effeithio'n sylweddol ar gyfrinachedd ac adferiad rhywun.

Siaradwch ag aelod o'r staff i wneud trefniadau i wefru eich ffôn symudol neu ddyfais. Os nad oes gennych fynediad at ffôn symudol ac yn dymuno gwneud neu dderbyn galwad ffôn, siaradwch ag aelod o staff.

## Canmol a Chwyno



Rydym yn croesawu eich adborth a byddwn yn defnyddio unrhyw sylwadau cadarnhaol neu negyddol sydd gennych am ein gwasanaeth i wella profiad y claf.

Os ydych chi'n anhapus ag unrhyw elfennau o'n

gwasanaeth, codwch eich pryderon gyda'r staff sy'n ymwneud â'ch gofal neu driniaeth fel y gallant geisio datrys eich pryderon ar unwaith. Os nad yw hyn yn helpu neu os nad ydych am siarad â'r staff am eich pryderon, mae taflen **Gweithio i Wella** y Bwrdd Iechyd ar gael ar y ward.

Byddem hefyd yn croesawu unrhyw adborth neu ganmoliaeth gadarnhaol y gellir ei anfon ymlaen eto at aelod o staff ar y ward.

**“Mae’r ddogfen hon ar gael yn Saesneg/  
This document is available in English”.**