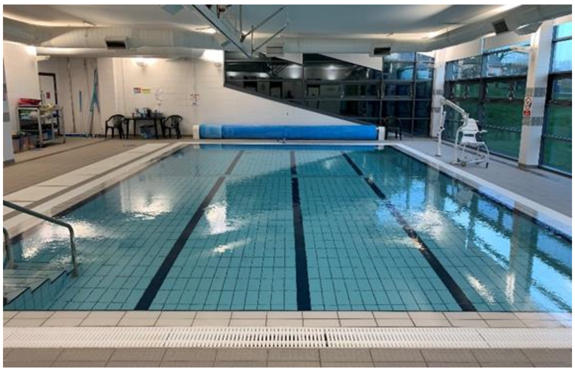
Gwybodaeth i Gleifion

Hydrotherapi yng Nghanolfan (Blant Serennu) - Oedolion

Gwasanaeth Ffisiotherapi

Cyn eich apwyntiad



Peidiwch â mynychu os oes gennych unrhyw symptomau Covid-19, os ydych yn sâl neu os ydych wedi chwydu neu gael unrhyw ddolur rhydd yn ystod y 48 awr ddiwethaf.

Os oes angen defnyddio'r teclyn codi (hoist), gwnewch yn siŵr eich bod yn dod â sling ychwanegol yr ydych yn hapus i'w gwlychu, gan nad oes gennym unrhyw rai sbâr. Dewch â dŵr yfed os yn briodol. Fel arall, gellir ei brynu o'r caffi, os yw ar agor.

Ar ddiwrnod eich apwyntiad

Bydd angen i chi gyrraedd Serennu tua 10 munud cyn amser eich apwyntiad er mwyn caniatáu amser i newid.

Ar ôl cyrraedd, ewch i'r dderbynfa ym mhrif fynedfa'r adeilad. Unwaith y byddwch wedi arwyddo i mewn, byddwch yn cael eich cyfeirio at y man aros ar y llawr gwaelod. Canwch y gloch wrth ymyl mynedfa'r pwll, fel ein bod yn gwybod eich bod wedi cyrraedd.

Cyn mynd i mewn i'r pwll, gofynnir i chi gael cawod heb ddillad, mae cawodydd preifat ar gael yn y ciwbiclau newid. Bydd angen clymu gwallt yn ôl wrth fynd i mewn i'r pwll.

Rydym yn gwybod y gall pobl ar adegau lyncu dŵr yn anfwriadol ac yna chwydu yn ystod eu sesiwn driniaeth. Dylid cyfarwyddo cleientiaid i BEIDIO â bwyta yn ystod yr awr cyn eu sesiwn hydrotherapi er mwyn lleihau'r siawns o chwydu cynnwys eu stumog i'r dŵr.

Pobl sy'n dod yn gwmni

Bydd angen i ofalwr/aelod o'r teulu fod yn bresennol drwy gydol y sesiwn. Os yw'r person sy'n gwmni hefyd yn mynd i mewn i'r pwll, bydd y ffisiotherapydd yn trafod yr hyn y cynghorir yn ei erbyn a'r rhagofalon mewn perthynas â hydrotherapi gyda chi, cyn mynd i mewn.

Yn y pwll

Gallwch fynd i mewn i'r pwll gan ddefnyddio grisiau'r pwll (mynediad graddol gyda chanllaw) neu drwy ddefnyddio’r hoist uwchben neu'r hoist cadair. Bydd eich Ffisiotherapydd eisoes wedi trafod hyn gyda chi a'ch gofalwr cyn yr atgyfeiriad ond efallai y byddwch hefyd yn cael trafodaeth bellach gyda'r Ffisiotherapydd yn Hydrotherapi, ynglŷn â'r dull mwyaf addas o gael mynediad i’r pwll.

Yn dilyn eich apwyntiad, byddwch yn cael gwybod am yr apwyntiad nesaf. Os ydych wedi gorffen eich bloc triniaeth, bydd eich Ffisiotherapydd yn cael ei hysbysu a bydd adolygiad tir sych yn cael ei drefnu.

Polisi presenoldeb

Os na fyddwch yn dod i'ch apwyntiad ac nad ydych yn rhoi gwybod i ni, mae'n bosibl y bydd yr apwyntiadau hydrotherapi sy'n weddill yn cael eu canslo. Bydd eich ffisiotherapydd wedyn yn dilyn polisi presenoldeb y bwrdd iechyd ac efallai y byddwch yn cael eich rhyddhau o'r gwasanaeth. Os nad oes modd i chi fynychu eich apwyntiad, rhowch wybod i ni gan ddefnyddio'r manylion cyswllt isod.

Beth i ddod gyda chi?

- Dillad nofio
- Tywel
- Gel cawod
- 2 slings codi (os oes angen)
- Diod (os yw'n briodol)

Sut i ddod o hyd i ni

Cyfeiriad: Canolfan Blant Serennu, Cwrt Camlas, High Cross Casnewydd, NP10 9LY

Cyswllt: 01633 656300 swyddfa Ffisiotherapi ALD a 01633 748000 Serennu.

Cyffordd 27 yr M4 – Dilynwch y gylchfan tuag at High Cross a phasio gorsaf betrol Texaco/Asda a chymerwch y troad cyntaf i'r dde (arwydd gwyn) ac yna i'r dde eto i faes parcio Serennu. Gallwch barcio yn y slot parcio rhieni a phlant.

Edrychwn ymlaen at eich gweld yn fuan.

Tîm Ffisiotherapi ALD

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