GIG CYMRU NHS WALES | Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan University Health Board

Gwybodaeth i Gleifion

Hydrotherapi yn Ysbyty Ystrad Fawr (YYF)

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. Neu, gellir prynu dŵr o'r ffreutur, sydd gyferbyn â'r pwll.

Ar ddiwrnod eich apwyntiad

Bydd angen i chi gyrraedd YYF tua 10 munud cyn amser eich apwyntiad i ganiatáu amser ar gyfer newid.

Ar ôl cyrraedd, rhowch wybod i'r dderbynfa yn ardal y pwll. Ar ôl i chi arwyddo i mewn, gallwch aros yn yr ardal aros. Byddwn yn dod o hyd i giwbicl addas i chi newid ynddo cyn mynd i mewn i'r pwll.

Cyn mynd i mewn i'r pwll, gofynnir i chi gael cawod. 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 gwely. 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 yr 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 slingiau codi (os oes angen)
- Diod (os yw'n briodol)

Sut i ddod o hyd i ni

Cyfeiriad: Ysbyty YYF, Ffordd Ystrad Fawr, Ystrad Mynach, Hengoed, CF82 7GP.

Cyswllt: 01633 656300 (swyddfa Ffisiotherapi ALD, ar gyfer canslo cyn yr apwyntiad) neu 01443 802404 (YYF, ar gyfer canslo yn agos at amser yr apwyntiad).

Cyfarwyddiadau: Mae parcio am ddim o dan adeilad yr Ysbyty. Mae'r pwll ar y llawr cyntaf hanner ffordd i fyny'r coridor ar y chwith (gyferbyn â'r ffreutur, sydd ar y dde). Gallwch ddefnyddio’r grisiau neu'r lifft. Mae cloch drws i roi gwybod i staff y dderbynfa eich bod wedi cyrraedd a byddant yn eich gadael i mewn.

Edrychwn ymlaen at eich gweld yn fuan.

Tîm Ffisiotherapi ALD

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