A yw Cynllun Gofal Ymlaen Llaw (FCP) yn rhwymol yn gyfreithiol?

Nid yw FCP yn ddogfen gyfreithiol, mae'n ddatganiad o'ch dymuniadau a'ch dewisiadau. Nid oes angen iddo fod yn gymhleth neu'n cynnwys cyfreithwyr, ond gall helpu eraill i barchu a gwerthfawrogi eich dymuniadau yn y dyfodol os oes angen. Gall FCP arwain at:

- Ddatganiad ymlaen llaw
- Penderfyniad ymlaen llaw i wrthod triniaeth (ADRT)
- Na Cheisier Dadebru Cardio-anadlol (DNACPR)
- Atwrneiaeth Arhosol (LPOA)

Beth sy'n digwydd os wyf yn newid fy meddwl?

Peidiwch â phoeni os fyddwch yn newid eich meddwl. Nid yw hyn yn broblem. Gallwch addasu eich FCP ar unrhyw adeg i adlewyrchu eich dymuniadau a'ch dewisiadau mwyaf diweddar.

Pwy all fy helpu i ysgrifennu fy Nghynllun Gofal Ymlaen Llaw?

- Teulu
- Gofalwyr
- Staff Nyrsio
- Meddygon

Lle ddylwn i gadw fy Nghynllun Gofal Ymlaen Llaw?

Adref, gan roi gwybod i'ch teulu a'ch anwyliaid ble i ddod o hyd iddo.

Gallwch roi copi i unrhyw un sy'n rhan o'ch gofal megis:

- Aelodau o'r teulu
- Meddyg Teulu
- Eich tîm ysbyty
- Tîm nyrsio cymunedol
- Gofalwyr proffesiynol

Beth nesaf?

Yn dilyn eich sgwrs gyda'ch teulu neu'r rhai sy'n agos atoch, byddai'n ddefnyddiol rhoi gwybod i'ch Meddyg Teulu.

Os oes angen gwybodaeth, cymorth a chyngor pellach arnoch, gallwch gysylltu â'r Hwylusydd ACP:

Helen Roberts:

Helen.Roberts19@wales.nhs.uk

Dolenni Defnyddiol:

www.dyingmatters.org/wales

www.advancecareplan.org.uk

Gwent Palliative Care Strategy

A oes unrhyw un yn gwybod beth yw eich dymuniadau ar gyfer y dyfodol?

Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw

Mae meddwl am y gofal y gallech fod ei angen neu ei eisiau yn y dyfodol yn rhoi'r cyfle i chi feddwl amdano, siarad amdano a'i ysgrifennu ar bapur.

Rwyf eisiau symud yn agosach at fy nheulu.

Rwyf eisiau pobl wybod nad wyf yn hoffi pêl-droed. Rwy'n gefnogwr rygbi.

Rwy'n poeni am bwy fydd yn gofalu am fy mhartner a fy merch anabl.

Rwyf angen i rywun sicrhau bod llwch fy nghi yn cael ei gladdu gyda mi.

Gall cael y trafodaethau hyn eich helpu chi a'r bobl sy'n agos atoch i ddeall beth yr ydych chi'n teimlo sy'n bwysig ar gyfer eich dyfodol.

Rwyf eisiau atal dadleuon drwy sicrhau bod fy nheulu yn gwybod beth yr wyf eisiau - nid wyf eisiau bod yn faich arnynt.

Rwyf eisiau dewis ble a sut y gofelir amdanaf yn y dyfodol.

Mae meddwl am eich cynlluniau ar gyfer y dyfodol, a'u trafod, yn cael ei alw'n **Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw**, a ysgrifennir yn aml fel **FCP**.

Mae cael **Cynllun Gofal Ymlaen Llaw** yn rhoi'r cyfle i chi drafod a chofnodi eich safbwyntiau. Bydd yn eich helpu i sicrhau bod eich dymuniadau yn cael eu parchu a bod eich llais yn parhau i gael ei glywed os nad ydych yn gallu siarad drosoch eich hun yn y dyfodol.

Pa fath o bethau y gallaf gynllunio ar eu cyfer a'u hysgrifennu yn fy FCP?

- Eich dymuniadau a'ch dewisiadau ar gyfer y dyfodol.
- Dymuniadau ar gyfer yr angladd.
- Pwy fydd yn gwneud y penderfyniadau i chi?
- Ble'r ydych eisiau derbyn gofal.
- Beth all y gofal hwnnw ei gynnwys neu beidio

Sut yr wyf yn ei wneud?

Meddyliwch am yr hyn yr ydych eisiau a'r hyn nad ydych eisiau.

Rhowch **wybod i bobl**.

Trafodwch eich dymuniadau **a'u hysgrifennu**.

Siaradwch â'r rhai **sy'n agos atoch**.

Siaradwch â'r gweithwyr proffesiynol sy'n gofalu amdanoch.

ABUHB/PIU:1386/2 Rhagfyr 2024
Dyddiad dod I ben: Rhagfyr2027