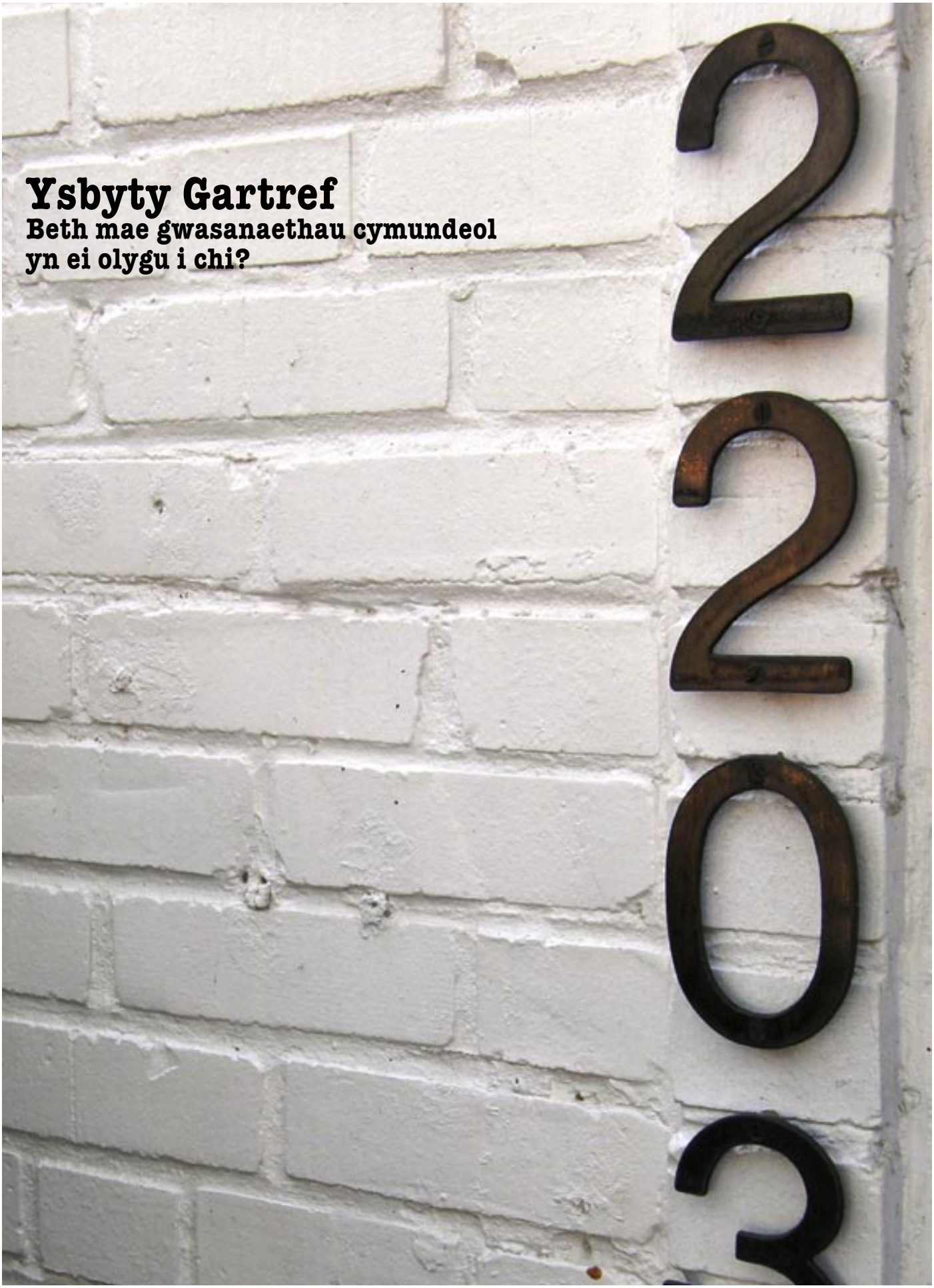
Ysbyty Gartref

Beth mae gwasanaethau cymundeol yn ei olygu i chi?



CYNGOR IECHYD CYMUNED
COMMUNITY HEALTH COUNCIL

THE WELSH NHS CONFEDERATION
CONFFEDERASIWN GIG CYMRU

Yn dod a'r ysbyty i'ch cartref

Mae mynd i'r ysbyty am driniaeth yn gallu bod yn brofiad annifyr i bawb , yn enwedig os yw'n golygu teithio'n bell. Meddyliwch pe byddai modd i chi dderbyn eich triniaeth yn eich pentre neu dref, weithiau heb angen gadael eich drws ffrynt.

Mae'n digon rhwydd i feddwl bod y GIG yn llawn doctoriaid a nyrsys yn gofalu amdanom mewn meddygfeydd ac ysbytai.

Os dilynir y safbwynt syml hwn, byddai popeth yn digwydd tu mewn i adeilad gyda gwelyau, doctoriaid a nyrsys tu mewn iddi. Ond mae rhan helaeth o'r gwaith gwych sy'n cael ei gyflawni yn y GIG yn cael ei wneud gan 'weithwyr cudd' – cudd oherwydd nad ydynt yn gweithio mewn ysbyty, a nid oes ganddynt welyau chwaith. Y gwasanaeth maent yn cynnig sy'n bwysig, yn hytrach na'r safle y cynhelir y gofal ynddi.
Mewn geiriau eraill, rydym yn siarad ynghylch gwasanaethau cymunedol, yn fras iawn, gofal iechyd sy'n digwydd y tu allan i'r ysbyty.

Gwasanaethau oedd yn draddodiadol yn cael eu cynnal mewn adeiladau ysbyty, e.e. triniaeth frys, Pelydr X a gofal wedi triniaeth, maent erbyn hyn ar gael yn eich cymuned a weithiau yn eich cartref eich hun.

Mae'r newid hyn yn golygu newidiadau mawr yn y ffordd mae'r GiG yn gweithio ac efallai y bydd yn codi nifer o gwestiynau a gofidiau, rhai y byddwn yn gobeithio eu hateb yn y llyfryn hwn. Yn benodol, ein bwriad yw esbonio faint o'ch gofal y gellir ei gael y tu allan i furiau'r ysbyty a sut y gall hyn gynnig wasanaeth gwell i chi.

C. Paham mae rhaid i ni symud gwasanaethau allan o'r ysbyty yn y lle cyntaf?

Mae'n well gan y mwyafrif o gleifion dderbyn gofal yn eu cartref eu hun, os yn bosib, felly mae gyrru'r claf i ysbyty pryd nad oes angen ddim o reidrwydd yr opsiwn gorau i'r unigolyn. Ond mae hefyd yn ddefnydd gwael o gyfleusterau – staff a chyllid – felly byddai llai i'w wario ar gyffuriau newydd a ffyrdd effeithlon o drin pobl.

C. Beth yw'r buddiannau i mi?

Mae derbyn mwy o'ch gofal yn y gymuned yn eich helpu i ddilyn bywyd mor 'ymarferol' â phosib. Gall tostrwydd amharu cryn dipyn ar eich bywyd. Mae gwasanaethau cymunedol yn eich rhyddhau o ordeithio a chynnig mwy o amser i chi dreulio gyda theulu a ffrindiau heb eich cyfyngu i orfod parcio car neu dreulio amser yn ynweld â'r ysbyty.

Mae staff yr ysbyty yn cael eu helpu hefyd oherwydd maent yn medru canolbwyntio ar ofalu am y gwir gleifion sy angen y gofal dwysaf ac mae hynny'n golygu bod mewn ysbyty.

C. Ond os wyf wir yn sâl, onid yw'n well i mi bod yn yr ysbyty, lle y bydd nyrsys wedi eu hyfforddi'n medru gofalu amdanaf 24 awr y dydd?

Y gwir yw, os ydych yn ddifrifol wael fe fydd rhaid i chi fynd i'r ysbyty lle y bydd staff yr ysbyty yn edrych ar eich hôl. Er enghraifft os bydd angen llawdriniaeth arnoch neu eich monitro'n gyson.
Y mae gwelliannau mewn meddyginiaeth yn golygu nid oes angen i'r unigolyn fod yn yr ysbyty mor hir ag yr oeddent, peth amser yn ôl. Unwaith mae'ch gofal sylfaenol yn yr ysbyty drosodd, mae weithiau'n well mynd adref a chael y gofal angenrheidiol yno.

Mae'r GIG yn newid i addasu i fywyd aml-newidiol ein byd heddiw ac mae angen i ni wneud y mwyaf o'r gwasanaethau sy'n cael eu darparu yn y gymuned, fel ein bod yn cael mynediad i'r ysbyty dim ond pryd bod gwir angen.

Darllenwch ymlaen i weld esiamplau ar sut y mae gwasanaethau ysbyty yn cael eu darparu yn y gymuned a gwneud gwir newid i fywydau cleifion.

Helpu chi i ymdopi gartref

Gall dderbyn cymorth oddiwrth gwasanaethau cymunedol eich galluogi i beidio fynd i'r ysbyty. Os oes gennych gyflwr cronig, gall staff cymunedol eich helpu i gadw'n iach ac ymdopi a'ch sefyllfa yn eich cartref eich hun.

Clwb Coes Llandrindod

Mae Bwrdd Iechyd Lleol Powys newydd ddechrau Clwb Coes yn darparu triniaeth, addysg a gofal parhaol i unigolion sydd â phroblemau gyda'i coesau. Mae'r clinig dros dro yn annog cleifion i alw mewn am wybodaeth a chyngor sy'n golygu eu bod yn cael ei ddeiagnosio' nghynt a gallant cael eu gwirio'n aml i sicrhau eu bod yn cael mynediad i driniaeth addas. Mae cefnogaeth reolaidd oddiwrth arbenigwyr yn y maes a chleifion eraill yn helpu sicrhau nad yw'r broblem gyda'r goes yn ail ddychwelyd, sy'n meddwl na fydd angen triniaeth yn yr ysbyty yn y dyfodol. Maent hefyd yn derbyn paned o de a bisgid yn rhad ac am ddim yr un pryd!

Cynnwys yr arbenigwyr – y cleifion

Mae'r Rhaglen Arbenigol y Claf gan Fwrdd Lleol Gwynedd yn gwrs i helpu pobl sy'n dioddef clefydau cronig i helpu eu hun yn eu cartrefi. Mae'n dysgu sgiliau i bobl megis rheoli poen, datblygu sgiliau ymdopi a chynllunio ar gyfer y dyfodol.

Cynhelir cyrsiau mewn mannau cymunedol priodol gan ymddiriedolwyr sydd wedi'u hyfforddi'n gywir ag sydd â phrofiad eu hun o fyw gyda chlefydau cronig.

Unigolion sydd wedi manteisio ar y cwrs – maent yn sôn eu bod yn teimlo'n llai unig, mwy rhagweithiol a hyderus ynghylch eu tostrwydd. Maent yn llai dibynnol ar eu meddyg teulu o gwmpas mân broblemau oherywdd eu bod yn trin eu sefyllfa'n fwy effeithiol.

Gwasanaethau brys ar eich stepen ddrws

Os oes angen triniaeth frys arnoch gall staff cymunedol eich trin fel nad oes angen i chi fynd i'r ysbyty o gwbl sydd yn eich helpu i wella'n gynt.

Ymateb cyflym iechyd meddwl

Mae timoedd iechyd meddwl ledled Cymru'n datblygu ffordd newydd o wasanaeth sy'n darparu triniaeth frys i bobl yn eu cartrefi eu hun. Mae timoedd cymunedol o arbenigwyr iechyd meddwl - fel nyrsys, seiciatryddion a gwasanaethau cymdeithasol – yn helpu pobl osgoi mynediad i ysbyty trwy gynnig triniaeth frys i gleifion yn eu cartrefi pan maent yn dioddef argyfwng ac yn eu ystafelloedd ffrynt.

Mae hyn yn golygu bod y tîm yn medru trin y claf yn ei hoff amgylchedd. Mae'n amharu'n llai ar yr unigolyn, sydd hefyd yn ei helpu i wella'n gynt. Mae'r tîm yn gallu trefnu gofal hir-dymor sy'n galluogi'r unigolyn i beidio mynd drwy'r sefyllfa gythryblus eto. Os oes angen i'r claf fynd i'r ysbyty,gall y staff ei helpu trwy gynnig triniaeth a gofal yn y cartre.

Yn Ymddiriedolaeth GIG Conwy a Dinbych mae'r timoedd triniaeth gartre'n helpu cwtogi'r amser mae'r claf yn gorfod bod yn yr ysbyty, ar gyfartaledd o 37 i 28 diwrnod.

Arbenigwr Paramedig – yn mynd a'r gwasanaethau brys i'r claf

Mae Sir Benfro'n un o bedair ardal yn y DU sy'n cynnig ffordd newydd o ddarparu gwasanaethau tu allan i oriau arferol.

Mae'r paramedig yn ymateb i'w alwad tu allan i oriau cyffredin ac yn teithio i weld y claf. Mae modd wedyn cynnig triniaeth dros dro, cyngor neu cyfeirio'r claf i staff brofessiynol eraill os bydd angen.

Golygir bod y claf yn cael asesiad cyflym heb eisie ymweld ag ysbyty, onibai bod angen triniaeth ychwanegol.

Technoleg

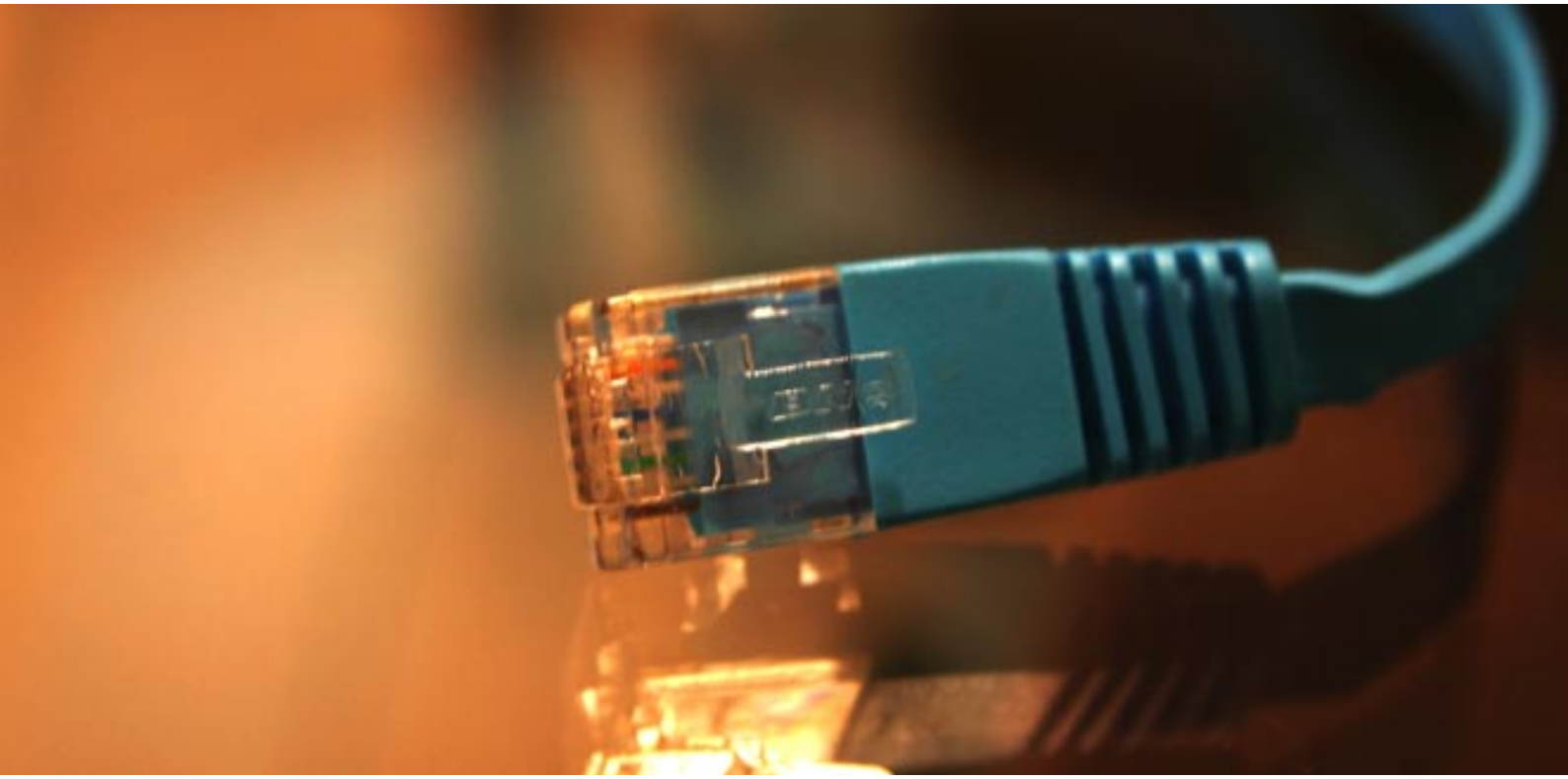
Mae technoleg yn cyfuno gwahanol agweddau o'r Gwasanaeth Iechyd gyda 'tele-meddygyniaeth' sy'n cynnig llinell mynediad i arbenigwr mewn unrhyw ardal o'r wlad- mewn ambell le mae'n golygu bo'r unigolyn yn medru cael diagnosis o'i symptomau heb orfod fynd i glinig allanol neu ysbyty. Mewn ardaeloedd gwledig mae'n golygu bod arbenigedd o fewn cyrraedd y claf y tu mewn i'w feddygfa ei hun.

Gofal arbennig yn agos i gartre

Mae cleifion o Aberystwyth sydd angen llawdriniaeth gancr gymhleth weithiau'n cael eu cyfeirio at ganolfan arbennig yn Abertawe. Serch hynny, mae'r rhan fwyaf y gofal, cyn ac ar ôl y llawdriniaeth ar gael yn lleol.

Bydd cyfleusterau fideo a'r we rhwng ysbytai (gelwir yn 'tele-meddyginiaeth neu telemedicine') yn galluogi cleifion dderbyn eu diagnosis yn lleol. Yna, bydd y tîm o Aberystwyth yn trafod gofynion yr unigolyn gyda staff arbennig y ganolfan yn Abertawe a gwneud penderfyniad ar y lleoliad mwyaf addas i'r unigolyn.

Felly mae cleifion yn derbyn y gofal gorau - maent yn mynd i'r lle gorau i dderbyn eu triniaeth ond yn cael y rhan fwyaf o'u gofal yn nes at adre.



Barn yr arbenigwyr mewn chwinciad

Mae technoleg sy'n cael ei defnyddio yng Nghaerdydd a'r Fro yn galluogi unigolion i gael mynediad i farn yr arbenigwyr y tu mewn i'w meddygfa.

Gall claf fynd at y meddyg gyda chlefyd y croen a rhoi manylion a thynnu llun o'r broblem.

Danfonir y llun trwy ffurf ebost at arbenigwyr yn Ysbyty Athrofaol Cymru, sydd yna'n medru gwneud diagnosis ac argymell y driniaeth fwyaf addas.

Mae hyn yn golygu nad oes dim angen i'r claf fynd yn agos i'r ysbyty ac maent yn cael ei diagnosis yn brydlon.

Gwasanaethau ysbyty yn eich meddygfa leol

Mae math newydd o ganolfan feddygol yn dod â gwahanol gwasanaethau'r ysbyty ynghyd o dan yr un tô – yn helpu'r cleifion osgoi amryw o deithiau nôl ac ymlaen i'r ysbyty. Mae gwasanaethau ychwanegol, er engrhaifft Pelydr X a seicotherapi yn ogystal â gwasanaethau traddodiadol megis eich meddyg teulu nawr ar gael yn eich cymuned eich hun. Mae'n cwtogi ar nifer o filltiroedd o deithio i gannoedd o gleifion, sydd yn trin eu holl ofynion iechyd mewn un man cyfleus.

Sir Benfro a Mynwy yn dangos y ffordd

Yn Sir Benfro mae canolfan adnoddau iechyd a gwasanaethau cymdeithasol yn cydlynu gwasanaethau traddodiadol yr ysbyty o dan yr un tô, fel bod cleifion yn cael mynediad i ffisiotherapi, therapi galwedigaethol therapy iaith a lleferydd, awdioleg, podiatreg, mân ddamweiniau a gwasanaethau radioleg. Mae hyd yn oed llyfrgell a thriniwr gwallt ar y safle. Mae gweithwyr cymdeithasol ar gael hefyd i ymateb i'ch gofynion.

Yng nghanolfan Iechyd a Gofal Cymdeithasol 'Monnow Vale' ym Mynwy mae ganddynt yr un math o wasanaethau ond sy'n dechrau clinig fferylliaeth, lle mae cleifion yn medru derbyn gwybodaeth am eu meddyginiaeth. Mae hyn yn golygu bod problemau ynghylch y feddyginiaeth yn cael eu gwahardd rhag troi'n broblemau mwy cymhleth.

Gwyddom fod gan bobl Cymru fwy nag un clefyd meddygol, sydd angen amryw driniaethau. Iddynt hwy, mae'r canolfannau adnoddau hyn yn torri lawr yn sylweddol ar eu teithiau i'r ysbyty neu'r feddygfa.

Un esiampl. Os yw claf oedrannus sy'n derbyn gwasnaethau cymdeithasol yn cwympo yn y tŷ mae'r ganolfan adnoddau yn medru trin yr unigolyn yn yr Uned Mân Niweidiau yn ogystal â threfnu gyda'r tîm ffisiotherapi, gofal hir-dymor a hefyd sgwrsio gyda'r gweithiwr cymdeithasol am gymorth ychwanegol. Mae meddyg a fferyllydd y claf ar gael rhag ofn bod angen gwybodaeth neu gyfarwyddyd pellach.

Mae canolfannau adnoddau yn cael eu cynllunio ledled Cymru; bydd y rhain yn helpu sicrhau llai o deithiau i gleifion a thorri lawr ar y rhwyg mae iechyd gwael yn ei achosi i fywyd yr unigolyn.

Arhosiad llai

Os nad oes angen aros yn yr ysbyty fe fyddwch eisie dychwelyd adre mor gynted â phosib. Y newyddion da yw oherwydd meddyginiaeth a thechnoleg newydd , mae'r amser mae unigolyn yn gorfod bod yn yr ysbyty, ar gyfartaledd, wedi lleihau yn sylweddol. Unwaith allan o'r ysbyty, mae staff ag arbenigedd cymunedol yn medru eich helpu i wella gartref.

I mewn am ddiwrnod - nid cyfnod hir

Yn Abertawe mae uned llawdriniaeth ddydd costiwyd £5.2miliwn yn medru trin cataractau, cynnig llawdrinaeth orthopaedig a mân lawdriniaeth blastig mewn un diwrnod ar y tro. Mae hyn yn golygu nid oes angen i gleifion dreulio 3 neu 4 diwrnod yn yr ysbyty.

Yr amser mae cleifion yn ei dreulio, ar gyfarteledd, yn yr uned yw llai na thair awr. Amserau agoriad yr uned yw 7 y bore tan 7 yr hwyr ac maent yn delio â thua 200 o gleifion yr wythnos.

Soniodd Nyrs Hŷn Susan Williams :

" Gyda'r adnodd pwrpasol hyn mae theatrau ar gael sy'n galluogi cleifion i gerdded yn syth i mewn. Mae llawer o'r triniaethau yn cymryd dim ond 30 munud. Ac mae'r newid y mae'n gwneud wir yn syfrdanol."

Llawdriniaeth yn agosach i gartref

Erbyn hyn mae Bwrdd Iechyd Lleol Powys yn darparu llawdriniaeth cataract yn Aberhonddu a Llandrindod – o'r blaen roedd yn rhaid i gleifion deithio i 'Neville Hall' neu hyd yn oed Henffordd (Hereford).

Mae'r gwasanaeth yn ddwy ran gyda'r claf yn gweld yr arbenigwr llygaid a derbyn sesiwn lawn o sgrinio cyn asesiad yr un diwrnod. Maent yn cytuno ar ddyddiad y llawdriniaeth gyda'r gwaith dilynol yn cael ei wneud gan optometrydd lleol.

Golygir felly bod y cleifion yn yr ysbyty am ddiwrnod, nid cyfnod ac y medrant cael eu gofal yn nes at gartre.

Triniaeth gartre

Hyd yn oed os oes angen i dderbyn triniaeth dwys, mae ffyrdd newydd o gael hyn yn eich cartref eich hun. Mae hyn yn meddwl eich bod yn gysurus yn eich amgylchedd eich hun a chyda cefnogaeth y teulu.

Gwasanaethau Paediatreg Tu Allan i'r ysbyty (outreach)

Mae'r Ysbyty i Blant a leolir yng Nghaerdydd yn cynnig gwasanaethau arbennig oncoleg paediatreg i blant a phobl ifainc. Mae'r cleifion weithiau'n gorfod teithio'n bell i dderbyn eu triniaeth. Felly mae tîm yn cynnwys chwech nyrs arbenigol cancr sydd a'u swyddfa yng Nghaerdydd yn teithio i ganolbarth, de a gorllewin Cymru i ofalu am blant a phobl ifainc sy'n dioddef cancr, a'u gweld yn eu cartrefi.

Mae'r tîm yn darparu cemotherapi a meddyginiaethau eraill yng nghartrefi'r unigolion sy'n golygu tipyn llai o deithio a rhwyg i'r plant a'u teuluoedd.

Bydd y nyrsys yn siarad ag athrawon er mwyn helpu'r plant ail-sefydlu eu hun ym mywyd ysgol. Maent hefyd yn galw am gymorth oddiwrth staff eraill, fel therapyddion chwarae, ffisotherapi a gweithwyr cymdeithasol fel bo'r plant yn elwa o gael y gofal mwyaf llawn posibl.

Cemotherapi yn y tŷ

Yng Nghonwy a Sir Dinbych gellir gofalu am gleifion cancr yn y gymuned yn hytrach na mynd i'r ysbyty am driniaeth.

Sefydlir nyrs arbenigol yng Nghanolfan Triniaeth Cancr Gogledd Cymru a chymuned Conwy a Sir Dinbych sy'n helpu nyrsys ardal i gynnig y gwasanaeth unigryw hwn i gleifion yn eu cartrefi ac mewn canolfannau cymunedol. Mae'r cleifion yn derbyn 'pwmp cemotherapi' sy'n trosglwyddo'r cemotherapi trwy llinell ganolog. Piben hyblyg, tenau yw hon sydd yn cael ei rhoi tu mewn i wythien yn y fraich neu wal y frest.

Dywed y chwaer Pat Pilkington o Ganolfan Triniaeth Cancr Gogledd Cymru:

"Mae'n golygu bod gan gleifion mwy o amser gartref gyda'u teuluoedd, sy'n gwella hinsawdd eu bywyd a'u siwrne ar hyd y daith cancr."

Gofal wedi triniaeth

Bydd angen gofal meddygol ar rhai gleifion wedi eu triniaeth yn yr ysbyty. Flynyddoedd yn ôl fyddai rhaid i gleifion ddychwelyd i'r adran allanol yn yr ysbyty nifer o weithiau ond erbyn heddiw mae gofal ar gael yn y gymuned fel nad oes angen ddychwelyd i'r ysbyty.

Cymorth ar wasgiad botwn

Yn Abertawe mae cleifion yn cael help ychwanegol 24 awr y dydd ar wasgiad botwm. Mae uned gyffrous technoleg gwybodaeth yn cynnig monitor iechyd rownd y cloc gan gynnwys mesur pwysau gwaed, lefelau ocsigen yn y gwaed a phwysau corff.

Mae'r prosiect newydd yma'n helpu cleifion sy'n dioddef cyflyrau hir-dymor monitro eu iechyd a'u helpu i ymdopi yn y cartref.

Mae'r unedau monitro'n targedi y rheiny sydd fwyaf tebygol o gael eu danfon i'r ysbyty os nad yw eu cyflyrau'n cael eu trin yn iawn, er enghraifft cleifion sy'n dioddef clefyd y siwgwr, clefyd y galon, neu COPD ac emphysema.

Soniodd claf sydd wedi defnyddio'r system: *"Wi'n hoffi'r ffaith fy mod yn medru adolygu'r darlleniadau pan bo'r nyrs yn ymweld a chymeryd lefelau ocsigen os wi'n teimlo'n ddi-hwyl. Mae'n galondid mawr i mi."*

Helpu babanod i setlo i mewn i'w cartrefi

Mae'r Uned Gofal Arbennig i Fabanod yn Ymddiriedolaeth Gogledd Dwyrain Cymru yn cynnwys Tîm Cymuned Neonatal sy'n gofalu am fabanod sydd wedi eu geni'n gynnar iawn neu sy'n ddifrifol wael.

Tîm o staff gydag arbenigedd o drefnu gofal i'r babanod ar ocsigen yn eu cartref, sy'n golygu bod babanod cynnar yn medru gadael yr ysbyty yn gynt a chyfarwyddo â'u hamgylchedd.

Heb gymorth y nyrsys cymunedol, byddai'r babanod hyn yn gorfod aros yn yr ysbyty am fisoedd. Mae'r tîm cymunedol yn cynnig cyngor dros y ffôn i rieni a'u helpu i ofalu am ei baban yn y cartref ac osgoi ail-fynediad i ysbyty.

Am fwy o wybodaeth amdanom:

Bwrdd Cynghorau Iechyd Cymuned Cymru
Rhif ffôn: 0845 644 7814
Ebost: enquiries@waleschc.org.uk
Gwefan: **www.patienthelp.wales.nhs.uk**

Conffederasiwn GIG Cymru
Rhif ffôn: 0845 33 00 499
Ebost: info@welshconfed.org
Gwefan: **www.welshconfed.org**