

Iechyd y Bae

Papur newydd staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe



Ysbyty Treforys yn cyfrannu at y frwydr yn erbyn Covid



Cynorthwydd ymchwil Jan Whitley a'r nyrs ymchwil Jun Cezar Zaldua, a wnaeth nifer o deithiau i fannau problemaus Covid yn Ysbyty Treforys.

Mae ymchwilwyr yn Ysbyty Treforys wedi torri tir newydd o ran deall un o ganlyniadau mwyaf niweidiol Covid-19.

Maent wedi cadarnhau darganfyddiadau arwyddocaol o ran sut mae'r feirws yn addasu proses y corff o geulo gwaed – ac felly, wedi deall pam all y triniaethau cyfredol fethu, gan arwain at yr organau yn methu.

Mae'r tîm yng Nghanolfan Ymchwil Meddyginiaeth Brys Cymru

wedi dod o hyd i dystiolaeth bod cyffuriau safonol i deneuo'r gwaed yn llai effeithiol ymhlith cleifion sydd â Covid difrifol.

Gallai eu canfyddiadau, sydd bellach wedi'u cyflwyno mewn symposiwm rhyngwladol yn Ewrop, arwain at newidiadau yn y ffordd y bydd cleifion Covid yn cael eu trin yn y dyfodol.

Mae Covid yn achosi clotiau gwaed anarferol, a all arwain at niwed i organau, megis yr ymennydd a'r ysgyfaint, gan achosi cymhlethdodau sy'n peryglu bywyd, fel strôc.

Ond roedd hi'n aneglur pam bod hyn yn digwydd. A dyma mae'r ganolfan wedi bod yn canolbwyntio arno ar ôl derbyn cyllid gan Lywodraeth Cymru.

Dywedodd yr Athro Adrian Evans, a sefydlodd y ganolfan, ac sy'n ei harwain: "Rydym yn gwybod bod Covid-19 yn cael effaith niweidiol

ar broses y corff o geulo'r gwaed.

"Mae'n arwain at weithredu'r mecanwaith ceulo, sydd yn ei dro, yn arwain at ffurfio clotiau yn yr organau. Yn aml, mae hyn yn arwain at organau yn methu.

"Un o'r triniaethau i atal hyn yw rhoi cyffuriau atal clotiau gwaed, megis heparin. Ond nid yw'r rheini yn effeithiol bob tro, felly mae rhai cleifion Covid yn dioddef organau yn methu."

Fis Medi 2020, dyfarnwyd y ganolfan â grant gan Lywodraeth Cymru i ymchwilio i'r rheswm dros y clotiau yn ffurfio a pham eu bod yn gallu gwrthsefyll cyffuriau.

Cafodd oddeutu 1,000 o gleifion eu sgrinio pan gyraeddasant Ysbyty Treforys. Yna, casglwyd samplau gwaed gan 155 ohonynt, y tybiwyd bod y cwbl wedi'u heintio â Covid. Casglwyd rhagor o samplau 24 awr, tri i bum diwrnod ac wythnos yn ddiweddarach.

Yn parhau ar dudalen 2

EWCH AR-LEIN I DDARLLEN YR HOLL STRAEON YN LLAWN



YN Y RHIFYN HWN...



Gwobrau LOV Llwyddiannus

Gwobrau Byw ein Gwerthoedd 2022 yn dathlu llwyddiannau rhagorol staff

TUDALENNAU 6 - 7

Croeso Cymreig i'n nyrsys tramor newydd

Croeso mawr gan Fae Abertawe i grŵp o nyrsys rhyngwladol sy'n paratoi i ymuno â'n wardiau drwy dderbyn hyfforddiant mewn canolfan newydd a sefydlwyd ym mhencadlys y bwrdd iechyd.

Mae'r bwrdd iechyd yn hybu lefelau staffio drwy recriwtio nyrsys rhyngwladol. Gyda 140 o nyrsys wedi eu recriwtio o dramor y llynedd, mae'r bwrdd iechyd yn targedu 60 yn rhagor gyda'r potensial o gynyddu hynny i 350

erbyn diwedd y flwyddyn ariannol.

Mae'r garfan ddiweddaraf yn cynnwys 20 o nyrsys sydd wedi cyrraedd o'r Ynysoedd Philippines, Jamaica ac India, gyda'r bwriad o ddatblygu eu gyrfaedd ym Mae Abertawe.

I Bethany Romano, nyrs a gymhwysodd yn yr Ynysoedd Philippines cyn gweithio yn Kuwait am naw mlynedd, mae'r symudiad yn ei galluogi i aduno â'i theulu.

"Teithiais ar fy mhen fy hun, ond mae gen i gyfnither sy'n gweithio yn Ysbyty Treforys," meddai.

Yn parhau ar dudalen 3



Croeso i'n carfan ddiweddaraf o nyrsys rhyngwladol.

Golygyddol



Mark Hackett, prif weithredwr Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Croeso i'n hail rifyn o lechyd y Bae. Bwriadwyd ei gyhoeddi ym mis Medi, ond penderfynwyd gohirio'r trefniadau hynny yn dilyn marwolaeth ein diweddar Frenhines, Elizabeth II. Rhoddodd Ei Mawrhydi ei bywyd i wasanaeth cyhoeddus diflino, sy'n egwyddor y mae pawb yn y GIG yn ei rannu. Rwy'n gobeithio bod staff yn teimlo eu bod nhw wedi cael cyfle i fynegi eu parch drwy'r llyfrau cydymdeimlo ar y fewnwyd ac mewn mannau ffydd yn yr ysbytai, ac yn ystod y munud o dawelwch a gynhaliwyd y diwrnod cyn yr angladd Gwladol. Hoffwn ddiolch yn benodol i'r staff ymroddedig a gynhaliodd y gwasanaethau at ddibenion

clinigol a gweithredol ar ddiwrnod yr angladd.

Drwy gydol yr haf a dechrau'r hydref, mae'r galw am ofal wedi bod yn gyson ar draws yr holl wasanaethau, ac mae ein partneriaid mewn meysydd eraill o fewn y GIG, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector o'r un farn. Mae'r ymroddiad a'r ymrwymiad a ddangosir gan staff wedi ein galluogi i barhau i ddarparu'r gwasanaethau iechyd a llesiant mae ein cleifion, defnyddwyr gwasanaethau a chymunedau eu hangen ac yn eu haeddu.

Mae ein rhaglen buddsoddiadau sylweddol i foderneiddio ac ehangu gwasanaethau ar ben ffordd, ac yn gwneud cynnydd. Yn y rhifyn hwn, byddwn yn cyflwyno'r newyddion ynghylch y cyflawniadau rydym wedi'u gwneud o ran recriwtio mwy o nyrsys, a'r cyfleusterau llawdriniaeth newydd, o'r radd flaenaf, sydd ar fin agor, ac sydd ar y gweill ar gyfer y dyfodol agos. Bydd y cyfleusterau hyn yn gwneud gwahaniaeth go iawn o ran rhwyddineb i geisio gofal, ac ansawdd y gofal hwnnw.

Yn ystod misoedd yr haf, cafodd cydweithwyr gymryd rhan yn yr ymgynghoriad Ailgynllunio Gwasanaethau Meddygol Aciwt i staff. Roedd y gyfranogaeth yn wych. Rydyn ni wedi cael llawer o adborth yn ymwneud â'r cynigion i greu tair canolfan ragoriaeth yn ein prif ysbytai, ac ehangu gofal yn ein cymunedau. Mae'r cynigion hyn yn deillio o ymgysylltiad cyhoeddus Newid ar Gyfer y Dyfodol y llynedd. Rwy'n ddiolchgar iawn i'r timoedd a drefnodd ac a gynhaliodd yr ymgynghoriad, ac i bawb a gyfrannodd iddo.

Yr unig ffordd gall rhaglenni newid mawr weithio'n llwyddiannus yw drwy wrando ar y naill a'r llall a dilyn yr

un trywydd. Roedd y cyfraniadau a gafwyd yn dangos bod staff yn cefnogi'r egwyddorion cyffredinol a osodwyd yn Newid ar Gyfer y Dyfodol, a byddant yn ein helpu ni i goethi a datblygu y cynlluniau manwl.

Rwy'n falch o gael cyhoeddi y bydd yr Hwb Meddygol Aciwt newydd yn Ysbyty Treforys, sydd werth £3 miliwn, wedi'i orffen erbyn y Nadolig. Bydd ar agor 24/7 a bydd mwy o staff ar gael dros y penwythnosau ac yn ystod oriau anghymdeithasol. Mae'r uned Gofal Brys Ar Yr Un Diwrnod (SDEC), sydd o fewn yr hwb, eisoes wedi agor ac yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol iawn. Bydd y buddsoddiadau hyn yn galluogi Treforys i ddod yn ganolfan ragoriaeth go iawn ar gyfer meddygaeth aciwt. Bydd yn helpu i dynnu ychydig o bwysau oddi ar Adran Argyfwng Treforys drwy drin llawer o achosion meddygol brys yn yr hwb aciwt, a thrwy hynny yn galluogi'r Adran Argyfwng i weld y cleifion hynny sydd angen eu trin mewn uned argyfwng.

I gefnogi'r cyfnod hwn o drawsnewid, bydd 90 o welyau dros dro yn cael eu hychwanegu yn Ysbyty Singleton er mwyn cefnogi cleifion sy'n glinigol optimeiddiol, a chynnig cymorth yn ystod y cyfnod o newid i'r rhaglen canoli meddygaeth aciwt yn Nhreforys (tan fis Medi 2023). Er mwyn cyflawni ein nod o gael ymgynghorwyr meddygol ar wardiau saith diwrnod yr wythnos, rhaid recriwtio staff clinigol newydd, a bydd hyn yn digwydd fesul cam trwy gytundeb yn ystod y flwyddyn nesaf.

Rydym yn paratoi'r papur newydd hwn ar gyfer y rhai sy'n ei ddarllen, felly cofiwch roi gwybod beth yw eich barn a beth yr hoffech ddarllen amdano. I rannu eich safbwyntiau, cysylltwch â **Communications.Department@wales.nhs.uk**.

...datblygiad pwysig

...Yn parhau o dudalen 1

Yna cafodd y samplau eu casglu gan Jan Whitley, cynorthwydd ymchwil, a Jun Cezar Zaldua, nyrs ymchwil, a wnaeth deithiau di-rif i fannau lle'r oedd niferoedd uchel o achosion Covid, gan gynnwys yr Adran Achosion Brys a gofal dwys.

Wedyn, dadansoddwyd y canlyniadau yn labordy Canolfan Cymru, yn ogystal â chasglu swm sylweddol o ddata clinigol a gwyddonol wrth ymyl gwelyau cleifion.

Dywedodd yr Athro Evans: "Rydym wedi dangos y gall Covid-19 arwain at ffurfio clot anarferol o gryf, er gwaethaf triniaeth wrthgeulo lawn yn nifer o achosion.

"Ymhlith y cleifion hynny a oedd fwyaf sâl, roedd tystiolaeth glir nad oedd yr heparin mor effeithiol ag y dylai fod o ran lleihau'r clotiau a gwella llif gwaed i'r organau, megis yr ysgyfaint, yr iau a'r ymennydd."

Cyflwynwyd y darganfyddiadau hyn yn y Symposiwm Rhyngwladol ar gyfer Gofal Dwys a Meddygaeth Frys ym Mrwsel gan Dr Oliver Watson a Dr Matthew Howard, cymrodorion ymchwil clinigol sy'n gweithio yn y ganolfan.

"Nid oedd y meddyginiaethau teneuo'r gwaed yn cael yr effaith therapiwtig fwriadedig, sef torri'r clotiau i lawr," dywedodd Dr Watson.

"Gobeithio bod modd rhannu hyn gyda chlinigwyr i deilwra triniaethau ymhlith cleifion sydd â'r achosion mwyaf difrifol o Covid-19."

Yn ogystal â chael eu cyflwyno yn y digwyddiad ym Mrwsel, mae'r canfyddiadau wedi'u cyflwyno mewn cylchgrawn arbenigol, gyda mwy o gyhoeddiadau i ddilyn.

*Er mwyn darllen rhagor am yr hanes hwn, ewch i'n gwefan – mae'r cod QR ar dudalen 1.

Yr union beth i gefnogwyr pêl-droed yn Ysbyty Cefn Coed

Mae cleifion yn Ysbyty Cefn Coed yn cael amser wrth eu bodd yn mynychu gemau pêl-droed byw Abertawe, diolch i haelioni dyn busnes lleol.

Mae Phil Lake, sy'n rhedeg Lakeside Security a Lakeside Flood Solutions, wedi rhoi nifer o docynnau tymor clwb pêl-droed Dinas Abertawe yn rhodd i'r ysbyty, ac mae'r ymweliadau i weld y gêm hardd eisoes o gymorth i wella symptomau cleifion.

Mae Deborah Morgan, y Rheolwr Ward, yn mynd gyda'r cleifion i gemau yn Stadiwm Swansea.com ar ôl cwblhau asesiad risg.

Mae wedi sylwi bod cleifion yn gallu rheoli eu gorbryder a'r teimlad bod y cyfan yn ormod iddynt a bod hynny yn eu galluogi i brofi'r sŵn a'r emosiynau a geir yn y stadiwm yn ystod gemau.

I un claf yn benodol, mae dychwelyd i wyllo'r Elyrch wedi ail gynnu atgofion melyn.

Dywedodd Deborah: "Mae'n gyfle da i'r cleifion brofi amgylchedd gwahanol oddi ar y ward.

"Gallai'r manteision fod yn ddiddiwedd, fel sy'n amlwg gyda'r cleifion sydd eisoes wedi bod.

"Fe es ag un claf – Ken Bragger – ac fe gofiodd ar ei ffordd i'r stadiwm ei fod yn arfer gweithio yno a daeth hynny ag atgofion hyfryd yn ôl iddo.

"Roedd gen i ddiddordeb mawr oherwydd dim ond pan ddychwelsom ni i'r car y dywedodd Ken ei fod yn teimlo'n orbryderus ond nid oedd yn dangos yr un arwyddion o orbryder ag y mae ar y ward.

"Mae hynny wedi dangos iddo y gall reoli ei orbryder, felly roedd hynny'n hwb mawr iddo.

"Roedd o'n daith gadarnhaol iawn i'r ddau ohonom. Mae Ken wedi cael ei ryddhau ers hynny, sy'n newyddion gwych.

Dywedodd Ken: "Roeddwn wedi gweithio yn y stadiwm fel stiward yn y gorffennol, felly roedd hi'n brofiad cyffrous iawn bod yn ôl yno."

"Daeth y canu â chymaint o atgofion i mi. Roedd yr awyrgylch, gwylio cefnogwyr y gwrthwynebwr a chlywed y tynnu coes yn gyrru ias i lawr fy nghefn. Roedd mor braf gweld pobl eraill."

Ychwanegodd Deborah: "Roedd claf arall yr es gyda mi yn gweld maint y stadiwm a'r sŵn gan y cefnogwyr yn ormod.

"Dywedais fod modd i ni adael ar unrhyw adeg, ond fe ddilynodd y gêm yn dda a llwyddodd hynny i'w ymlonyddu.

"Pan welais ef ar y dydd Llun canlynol, dywedodd ei fod wirioneddol wedi mwynhau'r gêm a'i fod yn awyddus i fynd eto."



Y Rheolwr Ward Deborah Morgan yn y llun gyda chlaf o Gefn Coed, Ken Bragger, ychydig cyn taith i weld yr Elyrch.

Iechyd y Bae



Cysylltu â thîm golygyddol Iechyd y Bae

Bydd y cylchlythyr Iechyd y Bae yn cael ei gyhoeddi bob mis a byddem yn falch iawn i gael syniadau gan y staff am ddarnau newyddion, ysgrifau nodwedd ac erthyglau yn ogystal â chael cyfraniadau gan staff i'w cyhoeddi a gwybodaeth am ddigwyddiadau i ddod.

Anfonwch e-bost i: **communications.department@wales.nhs.uk**

Cwtch Bae Abertawe yn cael croeso ledled y byd

Mae gwasanaeth gofal i gleifion hŷn yn Ysbyty Treforys wedi creu argraff ledled y DU a thu hwnt.

Mae OPAS, y Gwasanaeth Asesu Pobl Hŷn, yn y ras am Wobr RCN uchel ei pharch am yr ail flwyddyn yn olynol.

Daw hyn ychydig fisoedd ar ôl iddo gyrraedd y penawdau yn genedlaethol gyda menter o'r enw Cwtch, sydd bellach yn helpu i gadw pobl hŷn allan o'r ysbyty.

Bydd Dr Alexandra Burgess, uwch-gymrawd ymchwil sy'n gweithio yn y tîm, yn gwneud cyflwyniad ar waith OPAS yng Nghynhadledd yr European Geriatric Society yn Llundain fis Medi.

Mae'r tîm hefyd yn helpu i sefydlu gwasanaethau cyffelyb yn Bangladesh a Sweden.

Os oedd pobl hŷn yn disgyn mewn cartref nyrsio, y cyngor oedd ymatal rhag eu symud nes bod ambiwlans yn cyrraedd, ac i beidio â rhoi bwyd na diod iddynt.

Serch hynny, mae'r farn honno wedi newid. Gall eu gadael yn y lle y gwnaethant ddisgyn am gyfnodau hir achosi mwy o broblemau corfforol na disgyn.

Mae Cwtch yn annog i'r rhan fwyaf o'r cleifion sydd wedi disgyn gael cymorth i godi'n ôl ar eu traed a rhoi paned ac amser iddynt orffwys yn y gwely tra eu bod yn aros am y gwasanaethau brys.

Mae'r tîm OPAS yn cynnig asesiad uniongyrchol yr un diwrnod i gleifion cartrefi nyrsio sydd wedi disgyn ac y tybir o fod wedi'u hanafu, gan fynd heibio'r Adran Achosion Brys.

Lansiwyd Cwtch yn gynharach eleni ac mae eisoes wedi gweld gostyngiad yn y nifer o breswylwyr sy'n cael eu cludo i Ysbyty Treforys mewn ambiwlans.

Gwasanaeth amlddisgyblaethol yw OPAS a sefydlwyd yn 2018, ac mae'n cynnwys arbenigwyr gofal iechyd sy'n arbenigo mewn gofalu am bobl hŷn.

Yn ystod ei amseroedd agor, gall y gwasanaeth weld pobl hŷn a all fel arfer fod wedi gorfod aros am amser hir, a



Y tîm nyrsio OPAS

thrallodus ar adegau, yn yr Adran Achosion Brys.

Wedi'i leoli'n wreiddiol yn yr Adran Achosion Brys, erbyn hyn mae OPAS yn gweithio o hwb pwrpasol – y cyntaf o'i fath yng Nghymru – a gafodd ei sefydlu ochr yn ochr ag ef.

Gall y gwasanaeth weld cleifion sy'n cael eu cyfeirio gan y gwasanaeth ambiwlans a chan gangen frysbenneu'r Adran Achosion Brys. Mae hyn wedi lleihau amseroedd aros ar gyfer cleifion hŷn ac wedi helpu'r llif cleifion drwy'r Adran Achosion Brys.

Mae Cwtch, wedi'i sefydlu gan uwch-ymarferydd nyrsio Debra Clee, a'i gyflwyno i ddechrau yn Abertawe, yn helpu ymhellach.

"Nid ydym yn gweld unrhyw ostyngiad yn y galwadau i'r gwasanaeth ambiwlans ar gyfer pobl hŷn sydd wedi disgyn," meddai Debra. "Ond rydym yn gweld gostyngiad yn y nifer sy'n dod i'r ysbyty."

"Mae hyn yn dangos bod llwybrau amgen yn cael eu defnyddio i roi'r gofal sydd ei angen ar gleifion yn brydlon, yn y gymuned ac yn OPAS."

"Gyda gobaith, pan fydd yr hyder yn cynyddu, bydd y

galwadau i'r gwasanaeth ambiwlans yn lleihau. Mae gan bob cartref gofal fynediad uniongyrchol i gyfeirio pobl at OPAS os ydynt yn bryderus am unrhyw anaf neu achosion rheolaidd o ddisgyn."

Gyda'r gwasanaeth mor llwyddiannus yn Abertawe, mae Cwtch bellach yn cael ei ymestyn i gartrefi nyrsio Castell-nedd Port Talbot.

Ychwanegodd Debra: "Rydym hefyd yn ystyried y posibilrwydd o gyflwyno'r cynllun yng nghartrefi preswyl, a threialu ymatebwyr cyntaf sy'n asesu anafiadau."

Y llynedd, cyrhaeddodd OPAS rownd derfynol Gwobrau Nyrsio RCN yn y categori Ymarfer Uwch. Ac mae wedi cyrraedd y rownd derfynol unwaith eto, y tro hwn ar gyfer Tîm y Flwyddyn 2022.

Bydd yr enillwyr yn cael eu cyhoeddi mewn seremoni yng ngwesty Park Plaza Westminster Bridge fis Hydref.

Dywedodd uwch-ymarferydd nyrsio OPAS, Catherine Beynon-Howells, a enwebodd ei chydweithwyr: "Tîm bach sydd yma ond maent yn gweithio'n

*Er mwyn darllen rhagor am yr hanes hwn, ewch i'n gwefan – mae'r cod QR ar dudalen 1.

Beth allwn ei wneud i helpu pobl hŷn sy'n cwmpo?

Gallwn roi CWTCH iddynt

- **Allwch chi eu symud nhw?**
- **A fydd yn eu niweidio?**
- **Trin** (clwyfau/poen laddwyr)
- **Dishgled** (yn y rhan fwyaf o achosion mae'r claf yn gallu bwyta/yfed)
- **HELP** (pryd i ffonio)

...Croeso Cymreig

...Parhad o dudalen 1

"Dyna un o'r rhesymau y dewisais ddod yma oherwydd bod gen i deulu yn yr ardal ac fe all hi fy nghynorthwyo i setlo.

"Mae hi'n gweithio yn yr Uned Therapi Dwys ac wedi bod yma ers dros 20 mlynedd felly mae hi wedi adrodd digon o bethau da am y bwrdd iechyd a'r ddinas."

Mewn lle pwrpasol newydd yn y pencadlys ym Maglan, wedi ei strwythuro fel ward, addysgîr y recriwtiaid newydd sut i asesu, cynllunio, gweithredu a gwerthuso claf drwy nifer o weithdai. Mae'r rhain yn mynd i'r afael â meysydd

fel gosod dresin ar glwyfau, rhoi pigiadau a gosod tiwb nasogastrig.

Ar ôl yr hyfforddiant, byddant yn sefyll Arholiad Clinigol Gwrthrychol Strwythuredig (OSCE) yn Rhydychen a fydd yn eu galluogi i fod yn nyrsys cofrestredig yn y Deyrnas Unedig.

Dywedodd Lynne Jones, Pennaeth Addysg Nyrsio a Recriwtio: "Rydym wrth ein bodd yn darparu ein rhaglen OSCE i nyrsys o dramor yn yr Ystafell Hyfforddi Addysg Nyrsio newydd yn ein pencadlys ym Maglan."

"Rydym yn gwybod bod amgylchedd dysgu o ansawdd dda yn hanfodol i sicrhau cyfradd lwyddo uchel yn yr arholiad."

"Mae'r nyrsys yn nyrsys cofrestredig profiadol a medrus yn eu gwledydd eu hunain ond i gofrestru â Chyngor Nyrsio

a Bydwreigiaeth yn y Deyrnas Unedig, mae'n rhaid iddynt fynd drwy broses asesu drylwyr.

"Yr OSCE yw rhan olaf y broses honno ac rydym yn falch iawn o allu darparu rhaglen ragorol yma yn ein bwrdd iechyd gyda chyfradd lwyddo o 100 y cant."

Gyda gobaith, bydd yr hwb recriwtio yn gweld cynnydd o fwy na dwbl yn nifer y nyrsys newydd sy'n dod i weithio i Fae Abertawe.

Mae'r bwrdd iechyd yn annog gweithwyr cymorth gofal iechyd i atgyfnerthu eu sgiliau ac ehangu eu rolau, fel rhan o waith cynllunio ehangach i recriwtio a chadw staff nyrsio.

*Er mwyn darllen rhagor am yr hanes hwn, ewch i'n gwefan – mae'r cod QR ar dudalen 1.

Newid ar gyfer y Dyfodol

Ein gweledigaeth ar gyfer gofal

Mae hwb meddygol aciwt Ysbyty Treforys, sydd werth £3.4 miliwn - ein prosiect mwyaf uchelgeisiol erioed i reoli gofal brys - yn siapio ac yn dechrau gwneud gwahaniaeth yn barod.

Ym mis Awst, agorwyd drysau'r uned Ofal Mewn Argyfwng Ar Yr Un Diwrnod (SDEC). Mae'r uned yn rhan allweddol o'r hwb newydd, ac mae oddeutu 25 claf eisoes yn cael eu gweld yno bob dydd. Erbyn y Nadolig, bydd Uned Feddygol Aciwt o'r radd flaenaf ychwanegol yn cwblhau'r hwb newydd.

Diben yr hwb yw ymdrin yn fwy effeithlon ac effeithiol â'r miloedd o gleifion bob blwyddyn sydd angen gofal meddygol brys. Bydd hefyd yn helpu'r Adran Argyfwng i ganolbwyntio ar y cleifion hynny sydd angen gofal mewn argyfwng.

Yn yr uned, bydd timau o Feddygon Teulu a pharafeddygon arbenigol yn cydweithio i gyfeirio atgyfeiriadau o bractisau Meddygon Teulu, criwiau ambiwlans ac Adran Argyfwng Treforys ei hun, ac oherwydd hyn, rydym yn sicrhau bod cleifion yn cyrraedd y lle cywir i gael y driniaeth orau.

Rydym hefyd yn cynnig gofal mewn argyfwng ar yr un diwrnod i bobl gyda chyflyrau megis cur yn y pen, poen

Bydd yr hwb meddygol aciwt yn:

- Cynnig opsiwn amgenach i gleifion sy'n mynd i'r ysbyty
- Lleihau'r pwysau ar yr adran Ddamweiniau ac Achosion Brys
- Darparu gofal mewn argyfwng ar yr un diwrnod
- Gwellu canlyniadau i gleifion
- Cynnig asesiad a thriniaeth arhosiad byr
- Cynnig gofal aciwt 7 diwrnod yr wythnos gydag uwch glinigwyr
- Rhoi cyfle i staff ddysgu a datblygu mewn timau amlddisgyblaethol

yn y frest sy'n risg isel neu thrombosis gwythien ddofn, a fyddai fel arall wedi gorfod disgwyl am driniaeth yn yr Adran Argyfwng, neu'n waeth fyth, wedi gorfod bod yn glaf mewnol i gael gofal mewn ysbyty, er nad dyna'r lle gorau iddyn nhw fod ynddo.

"Mae'r gwaith i gyd yn canolbwyntio ar sicrhau bod y claf yn cyrraedd y lle cywir i gael y gofal cywir ar yr amser cywir," meddai Kate Hannam, Cyfarwyddwr dros dro Grŵp



Ffenestri to yn yr Uned Feddygol Aciwt newydd.



Staff yn gweithio gyda'i gilydd yn y SDEC newydd: Dr Anny Pritchard a Dr Rhian Thomas o'r Uned Meic, Kath Hill a Joe Mason.

Theatrau newydd o'r radd flaenaf

Gall llawfeddygon llygad sy'n gweithio drwy ôl-groniad o lawdriniaethau yn Ysbyty Singleton nawr wneud hynny mewn theatr newydd bwrpasol sydd â thechnoleg uwch.

Mae'r cyfleuster gwerth £4 miliwn, sy'n rhan o'r Uned Lawdriniaeth i Gleifion Allanol gyferbyn â safle'r prif ysbyty ar Lôn Sgeti, wedi dechrau trin ei gleifion cyntaf.

Ac yn Ysbyty Castell-nedd Port Talbot, mae'r sylfeini yn cael eu gosod ar gyfer tair theatr debyg sy'n cael eu hadeiladu ar gyfer cleifion orthopedig ac wroleg.

Roedd rhestrau aros ar gyfer ystod o arbenigeddau, yn cynnwys offthalmoleg ac orthopedig yn hir iawn cyn y pandemig, ond roeddent yn waeth yn dilyn Covid.

I fynd i'r afael â hyn, bydd rhaglen Bae Abertawe, Newid ar gyfer y Dyfodol, yn darparu gwasanaethau iechyd mewn modd newydd a mwy effeithlon.

Bydd Singleton yn dod yn ganolfan ragoriaeth ar gyfer

nifer o arbenigeddau, yn cynnwys offthalmoleg, sydd eisoes wedi ei leoli yno. Bydd Castell-nedd Port Talbot yn dod yn ganolfan ragoriaeth ar gyfer orthopedig a llawdriniaeth asgwrn cefn.

Dywedodd Gwyn Williams, offthalmolegydd ymgynghorol a'r llawfeddyg cyntaf i ddefnyddio'r theatr newydd, ei bod wedi ei chynllunio'n arbennig ar gyfer llawdriniaethau cataract.

"Mae'r theatr newydd yn golygu y gallwn fynd drwy'r ôl-groniad a'i wneud o fewn y GIG yn hytrach nag yn y sector preifat."

Mae gan Fae Abertawe oddeutu 2,200 o bobl yn aros am lawdriniaeth llygad, gyda 2,000 o gleifion cataract allanol yn aros dros chwe mis i gael eu gweld gyda'r rhan helaethaf yn debygol o fod angen llawdriniaeth.

"Bydd yn rhoi'r gallu ychwanegol i'r ymgynghorwyr newydd, a benodwyd yn arbennig ar gyfer cynnal llawdriniaethau cataract, ac uwch-lawfeddygon dan



Offthalmolegydd ymgynghorol Gwyn Williams yn y theatr newydd

I brys yn prysur ddod yn realiti



Ied Meddygon Teulu Aciwt a'r parafeddygon Gwasanaethau Ambiwlans Cymru

Gwasanaethau Treforys, sy'n gyfrifol am yr hwb newydd. "Mae nifer o gleifion a all symud yn cyrraedd yr Adran Argyfwng, ond yn aml, gellir eu trin yn well, ac yn gyflymach, yn rhywle arall. "Yn ystod yr ychydig wythnosau ers i ni agor, rydym eisoes wedi gweld gostyngiad sylweddol yn nifer yr ambiwlansys sy'n cyrraedd yr Adran Argyfwng. "Un o'n targedau yw lleihau arosiadau hir mewn ysbytai. Mae hyn yn helpu i atal tagfeydd llif cleifion, yn ogystal â sicrhau ein bod yn osgoi derbyn cleifion bregus a hŷn pan fo'n bosibl, oherwydd rydym yn ymwybodol eu bod nhw'n dueddol o waethygu'n gynt wrth aros yn yr ysbyty am gyfnodau hir. "Yr hyn a fyddai'n ddelfrydol yw asesu pa gleifion sy'n addas i gael gofal ar yr un diwrnod, eu cael nhw yma i dderbyn y driniaeth sydd ei hangen arnynt, ac yna, darparu gofal parhaus yn y lle mwyaf priodol ar eu cyfer. Mae'r gwaith yn canolbwyntio ar gynnig gofal sy'n arbenigol pan fo'n briodol, ond sy'n lleol pan fo'n bosibl."

Uned Feddygol Aciwt newydd yn agor yn fuan

Bydd ail ran allweddol yr hwb newydd yn agor ym mis Rhagfyr. Bydd yr Uned Feddygol Aciwt yn darparu profiad gwell fyth i gleifion, ac yn cynnig llif cleifion di-dor drwy'r ysbyty. Dywedodd Kate, "bydd yr uned newydd yn ein helpu ni i gymryd mwy o'r pwysau oddi ar ysgwyddau'r Adran Argyfwng. Bydd gennym uned lle all cleifion mewnol aros am gyfnod byr, sy'n cynnwys 45 o welyau, a bydd hanner y gwelyau hynny ar gyfer cynnal asesiadau eiddilwch. "Y gobaith yw y bydd cleifion yn aros yn yr uned am uchafswm o 48 awr, cyn cael eu rhyddhau neu eu trosglwyddo i ddwylo gofal cymunedol. "Rwy'n falch iawn o'r canlyniadau rydyn ni'n eu gweld yn barod. Bydd yr hwb aciwt newydd yn ein galluogi i gyflawni ein targed o droi Treforys yn ganolfan o ragoriaeth o ran gofal mewn argyfwng a gofal brys.



Staff SDEC o'r chwith i'r dde: Cynorthwydd Ymarferydd Clinigol, Karen Williams, Prif Nyrs, Maria Briones a'r Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd Kerry Matthews.

"Er hyn, bydd angen mwy na brics a mortar yn unig i lwyddo. Dyma pam ein bod ni'n buddsoddi mewn mwy o staff, ac yn cynnig amrywiaeth o gyfleoedd datblygu gyrfaol cyffrous i gydweithwyr presennol. "Mae staff yn edrych ymlaen at gael cyfle i weithio mewn lleoliad prysur, amlddisgyblaethol lle ceir llawer o gyfrifoldeb, a lle ceir cyfle i gyd-ddysgu a chyd-ddatblygu a rhoi'r gofal gorau posibl i'n cleifion. "Bwriad y cyfan yw gwella mynediad, lleihau amseroedd aros, rhoi profiad gwell i gleifion a staff, a defnyddio'r gwersi rydyn ni wedi'u dysgu yn ystod y pandemig." Mae'r buddsoddiadau rydyn ni'n eu gwneud yn Ysbyty Treforys yn gam cyntaf mewn rhaglen o newid enfawr sy'n digwydd ledled Bae Abertawe, sy'n deillio o'n rhaglen ymgysylltiad cyhoeddus o 2021, Newid ar Gyfer y Dyfodol. Rydym hefyd wedi dechrau gweithio ar ein cynlluniau i ddatblygu Ysbyty Singleton fel canolfan ragoriaeth ar gyfer gofal wedi'i gynllunio, cancr, mamolaeth a diagnosteg, a'n cynlluniau i drawsnewid Ysbyty Castell-nedd Port Talbot yn ganolfan ragoriaeth ar gyfer gofal orthopedig a'r asgwrn cefn, diagnosteg, adfer a rheumatoleg.

hyfforddiant i gynnal llawdriniaethau," meddai. "Heb y theatr newydd hon, ni fyddai lle iddynt weithio ynddo felly byddai wedi bod yn gwbl amhosib mynd i'r afael â'r ôl-groniad o gleifion cataract o fewn y GIG." Disgrifiodd Mr Williams y cyfleuster newydd fel un heb ei ail. "Mae fel eglwys gadeiriol i offthalmoleg. Mae'n fawr a glân ac yn cynnwys yr holl offer diweddaraf. Nid wyf erioed yn fy mywyd wedi bod mewn theatr gyda thechnoleg mor ddatblygedig. Dyma'r theatr gofal llygad orau yng Nghymru dybiwn i." Yn y cyfamser, mae'r dyluniad hwn gan artist yn dangos sut bydd y mynediad trawiadol i'r theatrau newydd gwerth £6.1m yn Ysbyty Castell-nedd Port Talbot yn edrych. Maent yn cael eu hadeiladu ger yr Uned Mân Anafiadau. Drwy gydol yr haf, gwnaethpwyd gwaith i symud ceblau a phibellau dan ddaear, ac mae gwaith peirianyddol yn mynd rhagddo i baratoi'r sylfeini. Mae'r tair theatr, fodwlar, yn cael eu hadeiladu oddi ar y safle a byddant yn barod cyn y Nadolig, ac yn cael eu codi dros bum niwrnod gyda chymorth craeniau. Bydd



Argraff arlunydd o'r theatrau newydd yn Ysbyty Castell Nedd Port Talbot

y gwaith gosod terfynol yn parhau hyd at y gwanwyn, a bwriedir agor y theatrau i'w defnyddio fis Mehefin. Yn y cyfamser, mae ymgyrch sylweddol yn mynd rhagddo i recriwtio staff, yn dilyn sawl mis o gynllunio'r gweithlu. Pan fydd theatrau newydd Castell-nedd Port Talbot yn agor fis Mehefin, bydd y diwrnod cyntaf yn cynnig yr un cyfuniad o achosion â'r presennol, ond gyda swm uwch

o gleifion. Bwriedir cynyddu'r sesiynau dros amser i 150 yr wythnos. Dywedodd Cyfarwyddwr y Grŵp ar gyfer ysbytai Singleton a Chastell-nedd Port Talbot, Jan Worthing: "Mae'n hynod gyffrous gweld y cynlluniau hyn yn dod yn eu blaen a'r gwaith sy'n mynd rhagddo ar gyfer y theatrau newydd."

Gwobrau

Gwobrau LOV yn dathlu llw

Yn ystod digwyddiad Gwobrau Byw Ein Gwerthoedd 2022, yn Arena Abertawe, gosodwyd recordiau newydd o fewn y bwrdd iechyd, gyda staff yn dod at ei gilydd ar gyfer y digwyddiad wyneb yn wyneb cyntaf ers y pandemig.

Cydnabuwyd staff sydd wedi mynd y tu hwnt i'r galw er mwyn darparu gofal a gwasanaethau rhagorol, yn ogystal â dangos gwerthoedd y bwrdd iechyd.

Dyma'r seremoni Wobrau BEG wyneb yn wyneb gyntaf ers 2019. Cafodd y gwobrau eu hail-frandio o Wobrau'r Cadeirydd, a than yn ddiweddar, digwyddiad digidol yn unig ydoedd.

Mae'r gwobrau wedi torri recordiau o ran pleidleisio, gyda 16,973 pleidlais wedi'u bwrw gan 2,165 o unigolion.

Aeth staff ati i bleidleisio ar gyfer 15 categori a 33 o enwebiadau.

Mal Pope oedd yn arwain y noson, a chafodd pawb a oedd yn bresennol wledd o gerddoriaeth gan Choirs for Good - prosiect a redir ar y cyd â BIPBA a Chanolfan Les Abertawe.

Dechreuwyd y seremoni gyda munud o dawlwlch i Ei Mawrhydi'r Frenhines Elizabeth II, i gofio am ei hymroddiad a'i bywyd o wasanaeth cyhoeddus.

Dywedodd Mark Hackett, Prif Weithredwr Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe: "Mae cydnabod a dathlu ein pobl, a'u cyflawniadau, yn rhan annatod o werthoedd ein bwrdd iechyd, a sut rydyn ni'n gwneud pethau yma ym Mae Abertawe.

" Mae digwyddiadau fel hyn yn gyfle i ni ddiolch o galon i chi am eich gwaith arbennig yn ystod blwyddyn sydd wedi parhau i fod yn heriol iawn. "

"Wrth fyfyrrio ar y 12 mis diwethaf, a thu hwnt, mae'n fwy perthnasol nag erioed cydnabod yr aberthau a'r ymdrechion a wnaed gan ein staff, ein myfyrwyr a'n gwirfoddolwyr o ran sicrhau bod gofal iechyd allweddol yn parhau drwy gydol y

pandemig, ac wrth fynd ati i adfer ein gwasanaethau.

"Mae wedi bod yn ddwy flynedd galed a blinedig iawn, ac nid oherwydd y pwysau gwaith dwys a didrugaredd yn unig. Rydyn ni fel tîm wedi colli cydweithwyr i Covid, yn enwedig yn ystod y tonau dechreuol, a gellir teimlo ergyd y golled honno hyd heddiw. Rhaid cofio, yn enwedig ar y noson arbennig hon, am y rheiny a gollodd eu bywydau wrth wasanaethu cleifion a oedd angen gofal yn ystod cyfnodau mwyaf bregus eu bywydau.

"Rhaid cydnabod hefyd fod rhai ohonom, fel unigolion, wedi goddef y boen o golli aelodau o'r teulu, ffrindiau a chymdigion.

"Wrth fyfyrrio ar y cyfan rydyn ni wedi'i wynebu, rwy'n mawr obeithio y byddwch yn ymfalchïo yn y gofal, y gwaith tîm, yr arloesiadau a'r cyflawniadau arbennig rydyn ni wedi'u gwneud."

Ar y noson, cafwyd hefyd gyfle i gydnabod Dr Keith Reid, Cyfarwyddwr Iechyd Cyhoeddus, a Dr Umakant Ramchandra Dave, a gafodd MBEs yn ystod dathliadau jiwibili'r Frenhines.

Dywedodd Emma Woollett, y Cadeirydd: "Wel, am ffordd arbennig o aildddechrau ein digwyddiadau cydnabod wyneb yn wyneb, a dechrau ein digwyddiad Gwobrau Byw Ein Gwerthoedd cyntaf.

"Pleser o'r mwyaf yw cael dathlu ein pobl hyfryd, a gweld cymaint yn cael eu cydnabod am eu gwaith eithriadol yn ystod y 12 mis diwethaf, wrth i ni ddyfalbarhau i ailgynnig gwasanaethau dan straen y pandemig. Mae'r gydnabyddiaeth hon yn llwyr haeddiannol - llongyfarchiadau a da iawn bawb!

"Mae'r gwobrau hyn yn mynd y tu hwnt i gydnabod a diolch i'r enwebedigion sydd yma heno. Rydym hefyd eisiau ysbrydoli datblygiadau a dysg yn y dyfodol er budd ein cleifion a chymunedau ehangach.

"Fel bob amser, safon yr enwebiadau sydd wedi'u cyflwyno o bob rhan o'r bwrdd iechyd wedi bod yn ysbrydoledig, a dylai pawb sydd wedi cyrraedd rhestr fer deimlo'n falch iawn o'u cyflawniad. Dw i'n sicr yn falch ohonoch."



Merched y diweddar Andy Powell, Jessica (canol) a Carys Powell Cyflwynwyd y wobwr gan yr aelod bwrdd annibynnol Tom Crick.



Y Prif Swyddog Gweithredol Mark Hackett yn croesawu staff a gwesteion gyda'i araith agoriadol yn y gwobrau.



Paul Lee, ar ran y tîm y tu ôl i 'Yn ôl i'r Llawr' Sgiliau Hanfodol ar gyfer Covid, yn derbyn y Brif Wobr

vyddiannau rhagorol staff



Powell, yn derbyn y wobwr Pobl Hanfodol a ddyfarnwyd i Andy ar ôl ei farwolaeth. Crick.



Wobr LOV gan y Cadeirydd Emma Woollett.



Roedd Arena Abertawe yn lleoliad perffaith i gynnal Gwobrau LOV 2022

GWOBRAU AC ENILLWYR

Gwobr Gwella Bob Amser

ENWEBEION: Prosiectau ReFit - Buddsoddi mewn ynni adnewyddadwy a mesurau arbed ynni; Dechrau a Chefnogi'r Fenter Cymorth Anadlu Anfewnwithiol Gartref; Atal Gwallau Meddyginiaeth Bediatrig (PMEP).

ENILLWYR: Dechrau a chefnogi'r Fenter Cymorth Anadlu Anfewnwithiol Gartref; Atal Gwallau mewn Meddyginiaeth Bediatrig (PMEP).

Gwobr Gofalu am Ein Gilydd

ENWEBEION: Tlodi Gwelyau - Ymateb Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe; Tim Mamolaeth Maggie's Abertawe; Adrian Paton

ENILLWYR: Tim Mamolaeth Maggie's Abertawe

Gwobr Gweithio Gyda'n Gilydd

ENWEBEION: Tim TRiM! Gweithio gyda'n gilydd i gefnogi ein gilydd; 'Yn ôl i'r Llawr' Sgiliau Hanfodol ar gyfer Covid; Canolfan Gydgyssylltu Aur Covid-19

ENILLWYR: Canolfan Gydgyssylltu Aur Covid-19

Gwobr Ymrwymiad i Ymchwil a Datblygiad

ENILLWYR: Datblygu offer i gefnogi cleifion a staff yn yr adran Cleifion Allanol

Rhagoriaeth ym maes Cydraddoldeb a Chynhwysiant

ENWEBEION: Laurie Wood; Tim Iechyd Rhywiol Integredig

ENILLWYR: Laurie Wood

Gwobr Rhagoriaeth mewn Arwain a Rheoli

ENWEBEION: Jan Worthing; Catrin Codd; Rhiannon Hall

ENILLWYR: Jan Worthing; Rhiannon Hall

Gwobr Gwella Bywydau drwy Greadigrwydd

ENWEBEION: Tim Cynllunio Cyfalaf; Sarah Francis; Sharon Hughesdon, Elizabeth Hogben a Joanne Pedrick

ENILLWYR: Sharon Hughesdon, Elizabeth Hogben a Joanne Pedrick

Gwobr Dysgwr y Flwyddyn

ENWEBEION: Caitlin Amy Tanner; Charlotte Bowen

ENILLWYR: Caitlin Amy Tanner

Gwobr Gweithio mewn Partneriaeth

ENILLWYR: Cefnogi'r Sector Cartrefi Gofal drwy'r Pandemig COVID-19

Gwobr Siarad yn Dosturiol

ENILLWYR: CWTCH yn y Gymuned - Gwella addysg i leihau canlyniadau andwyol i gleifion sy'n cwmpo mewn cartrefi nysio.

Gwobr Pobl Hanfodol

ENWEBEION: Beverly Radford; Andy Powell

ENILLWYR: Andy Powell

Gwobr Meddyg dan Hyfforddiant y Flwyddyn

ENWEBEION: Dr Huw Dunstall; Dr Zena Marney; Dr Alena Ashby

ENILLWYR: Dr Zena Marney

Gwobr Gwirfoddolwr y Flwyddyn

ENWEBEION: Grŵp Garddio Tŷ Olwen; Gwirfoddolwyr y Ddesg Flaen; Phil Rees, Paul Clement a Brett Cotton

ENILLWYR: Front Desk Volunteers; Phil Rees, Paul Clement a Brett Cotton

Gwobr Iaith Gymraeg

ENWEBEION: 'Every day is a Welsh Day'; Defnyddio Dulliau amlgyfrwng i wella llythrennedd iechyd yr arennau; Tim Adnoddau Newydd BIPBA

ENILLWYR: Defnyddio dulliau amlgyfrwng i wella llythrennedd iechyd yr arennau

Y Prif Wobr Byw Ein Gwerthoedd

ENILLWYR: 'Yn ôl i'r Llawr' Sgiliau Hanfodol ar gyfer Covid

Eich llais

Codi llais a gwneud gwahaniaeth go iawn

Mae mis Hydref yn fis cenedlaethol Dweud eich Dweud, ac mae'n ein hatgoffa bod gan bawb gyfrifoldeb i godi pryderon, a theimlo'n ddiogel ac yn hyderus i wneud hynny.

Mae dweud ein dweud yn gwella ein bywydau yn y gweithle, ac yn gwella ansawdd a diogelwch y gofal a roddir i'n cleifion a'r rheiny sy'n defnyddio gwasanaethau. Drwy gynnig clust i wrando ar y pryderon a godir, a gweithredu arnynt, gallwn greu'r gweithle perffaith a'r lleoliad perffaith i dderbyn triniaeth.

Disgwylir y bydd Deddf Iechyd a Gofal Cymdeithasol (Ansawdd ac Ymgysylltu) (Cymru) yn cael ei rhoi ar waith yn ystod gwanwyn 2023. Mae'r ddeddf yn gofyn i sefydliadau'r GIG, a'u staff, fod yn agored ac yn onest gyda chleifion, a'r rhai sy'n defnyddio gwasanaethau, pan fydd pethau'n mynd o chwith.

Y thema ar gyfer mis Dweud eich Dweud 2022 yw, 'Rhyddid i Bawb Ddweud eu Dweud', a chanolbwyntir yn benodol ar ddiogelwch, moesgarwch a chynhwysiant. Yn ychwanegol at hyn, byddwn hefyd yn hyrwyddo Diwrnod Iechyd Meddwl y Byd ar 10 Hydref 2022, a chynhelir sesiynau gan Amser i Newid Cymru, yn ogystal â sesiynau i leisio barn.

O safbwynt Bae Abertawe, mae mis Dweud eich Dweud yn ein

galluogi ni i adeiladu ar waith ymgyrchoedd lleol blaenorol, gan gynnwys 'Ei weld, Ei adrodd', 'Dewch i drafod' ac ymgyrch '#BywEinGwerthoedd'. Mae gallu dweud eich dweud yn ddiogel yn rhan annatod o'n gwerthoedd, a dyma pam rydyn ni'n cynnig amrywiaeth gynhwysfawr o ffyrdd i staff godi pryderon a cheisio cymorth. Mae hyn yn cynnwys ein Hundebau llafur; iechyd galwedigaethol a llesiant staff; ein rhwydweithiau staff, Calon a BAME; a'r gwasanaeth caplaniaeth. Ni yw'r unig fwrdd iechyd o fewn GIG Cymru i gynnig ffordd annibynnol i staff godi unrhyw bryderon yn ymwneud â'r gwaith 24/7, a hynny'n gwbl gyfrinachol drwy'r Gwasanaeth Gwarcheidwaid.

Braf yw gweld bod gwelliannau'n cael eu hadrodd yn barod. Ers mis Mai 2019, mae'r Gwasanaeth Gwarcheidwaid ar ei ben ei hun wedi gweithio gyda 251 aelod o staff, ac mae 74% o'r pryderon hynny wedi cael eu datrys, neu eu cau. Rydym hefyd yn gwneud cynnydd o ran annog diwylliant agored a gonest, gyda chynnydd o 20% yn fwy o bobl yn nodi pw ydynt wrth gysylltu â'r Gwasanaeth Gwarcheidwaid (adroddwyd hyn ar ddiwedd y flwyddyn ariannol ddiwethaf.) Ers dechrau'r flwyddyn ariannol hon, nid oes unrhyw bryderon ynghylch bwlio neu aflonyddu wedi codi.

Dywedodd Debbie Eytayo, Cyfarwyddwr y Gweithlu a Datblygu Sefydliadol: "Fel yr arweinydd gweithredol ar gyfer lleisio barn yn ddiogel, rwy'n falch o gefnogi mis Dweud eich Dweud.



Dywedodd Debbie Eytayo, Cyfarwyddwr y Gweithlu a Datblygu Sefydliadol

Mae'n bwysicach nag erioed i'n staff, ein myfyrwyr a'n gwirfoddolwyr deimlo'n ddiogel wrth ddweud eu dweud. Rydym wedi wynebu tair blynedd heriol iawn, ac wrth i'r pwysau barhau ar draws gwasanaethau, rwyf eisiau annog pobl i gamu ymlaen a chodi unrhyw bryderon penodol sydd ganddyn nhw, er mwyn i ni allu dysgu a gwella er eu budd nhw eu hunain a'u cydweithwyr; ac er mwyn gwella diogelwch ac ansawdd gofal ar gyfer ein cleifion a'r rhai sy'n defnyddio gwasanaethau."

Ewch i'n mewnrwyd staff i gael gwybodaeth a manylion yn ymwneud â'r sesiynau a'r sesiynau galw heibio sy'n digwydd yn ystod y mis.



Sut rydym yn helpu staff i reoli trawma - ac yn cefnogi iechyd meddwl ein gilydd

Mae gofalu am iechyd a llesiant ein staff yn hollbwysig.

Oherwydd hyn, gwnaethom benderfynu oddeutu blwyddyn yn ôl mai ni fyddai'r ail sefydliad o fewn GIG Cymru i gyflwyno menter Rheoli Risg Trawma (TRiM), sef menter cefnogi cyfoedion i staff sydd wedi cael profiad o ddigwyddiad a allai fod yn drawmatig.

Pobl sydd wedi cael profiadau tebyg yw'r rhai sydd yn y sefyllfa orau i gefnogi cydweithwyr sy'n profi trawma, a'u hannog i siarad am eu profiadau.

Mae Bae Abertawe wedi gweithio gyda March on Stress, ymgyngoriaeth iechyd seicolegol cenedlaethol, i hyfforddi mwy na 70 aelod o staff.

Maent yn cynnig cefnogaeth i gyfoedion, yn monitro cydweithwyr sydd wedi cael profiad o drawma a'u helpu nhw i geisio cymorth proffesiynol, pan fo hynny'n briodol. Mae hyn yn eu hannog nhw i aros yn y gwaith yn hytrach na chymryd cyfnod o absenoldeb.

Rydym wedi gweithio gyda Gwasanaeth Ambiwlans Cymru, y sefydliad cyntaf o fewn GIG Cymru i gyflwyno TRiM, Heddlu De Cymru a'r Rhwydwaith TRiM Cenedlaethol, i rannu a dysgu o'r profiadau.

Ers i ni roi'r fenter hon ar waith fis Tachwedd y llynedd, rydym wedi cael 16 ymateb TRiM i ddigwyddiadau trawmatig.

Mae'r adborth wedi bod yn gadarnhaol dros ben. Mae staff yn teimlo eu bod nhw wedi elwa o'r wybodaeth, y cyngor a'r gefnogaeth ymarferol a ddarparwyd gan gydweithwyr sydd wedi derbyn hyfforddiant TRiM.

Gellir dod o hyd i ragor o wybodaeth yn yr adran Iechyd Galwedigaethol a Llesiant Staff ar y fewnrwyd.

Cyflwynwyd menter arall gan ein tîm llesiant staff yn ystod y pandemig, sef REACTMH. Datblygwyd REACTMH gan March on Stress, ac mae'n helpu staff i gael craffter seicolegol a sgysiau cefnogol ynghylch eu hiechyd meddwl.

Mae REACT yn acronym sy'n cynnig fframwaith ar gyfer cynnal sgysiau:

- **Recognise (cydnabod)**
- **Engage (ymgysylltu)**
- **Actively Listen (gwrando)**
- **Check Risk (gwirio'r risg)**
- **Talk to them about specific actions (siarad â nhw am gamau penodol)**

Rydym wedi rhoi hyfforddiant i fwy na 1,900 o staff ar REACT, a 22 arall i ddarparu'r hyfforddiant. Yn y pen draw, hoffem iddo fod ar gael i'r holl staff.

Mae gwerthusiadau wedi dangos newidiadau sylweddol cyn ac ar ôl yr hyfforddiant.

- Gwelwyd cynnydd o 141% yn hyder staff i ddechrau a chynnal trafodaethau am iechyd meddwl gyda chydweithiwr.
- Mae gwybodaeth a dealltwriaeth o iechyd meddwl, a'i effeithiau posibl, wedi codi 153%.

Er mai dim ond yn ddiweddar iawn mae rhai staff wedi cwblhau'r hyfforddiant, canfuwyd bod 59 y cant eisoes wedi defnyddio REACT mewn sefyllfa benodol.

Ar raddfa o un (ddim yn ddefnyddiol o gwbl) i bump (defnyddiol iawn), dywedodd cyfartaledd o 4.44 o'r ymatebwyr fod yr hyfforddiant wedi helpu i hwyluso sgysiau, a dywedodd 4.25 ei fod wedi cefnogi'r broses o ddechrau a chynnal sgysiau am lesiant yn ymarferol.

Mae'r ddwy fenter yn rhan o'r agenda atal hunanladdiad, sy'n flaenoriaeth bwysig iawn i Fae Abertawe. Rhennir dyddiadau hyfforddiant yn y dyfodol ar y mewnrwyd wrth iddynt gael eu trefnu.

Taith Feicio Her Cancer 50 Jiffy yn codi miloedd

Llwyddiant – unwaith eto! Mae cannoedd o feicwyr dan arweiniad arwr y bêl hirgron, Jonathan Davies, wedi cwblhau her feicio heriol i godi arian at wasanaethau cancer Abertawe a Chaerdydd.

Ar ôl noson laith, trodd y tywydd o'u plaid wrth iddynt gwblhau taith 50 milltir o Ysbyty Felindre i Ysbyty Singleton. Yn ei wefr, dywedodd Jonathan: "Am ddigwyddiad gwych, ac rwy'n falch bod pobl wedi'i gefnogi.

"Nid yw'r pellter mor hir â hynny os ydych chi wedi arfer gwneud ychydig o chwaraeon ac os ydych chi'n ymarfer rhywfaint. Cefais fy ngwlychu pan gefais fy nanfon erbyn 5.30 y bore, ond sychais ymhen dim a chawsom dywydd da wedyn.

"Mae nifer o elusennau yn bodoli ac maen nhw i gyd yn cystadlu am arian, felly hoffwn ddiolch i bawb ynghlwm â'r digwyddiad; y rheini a gymerodd ran, y noddwyr, y rhai sydd wedi cyfrannu, y bobl sy'n gweithio i'r elusennau, pawb. Rwy'n gwerthfawrogi'n fawr eu hymdrechion".

Fel Llywydd Codi Arian Felindre, mae Jonathan – sy'n adnabyddus fel 'Jiffy' – wedi cefnogi cleifion a'u teuluoedd yng Nghanolfan Ganfer Felindre ers 2008.

Y llynedd, penderfynodd fynd gam ymhellach, gan lansio Her Cancer 50 Jiffy ar gyfer Felindre a Chronfa Ganfer De-orllewin Cymru.

Bu'n llwyddiant ysgubol, a chododd £118,000 mewn arian nawdd a gafodd ei rannu'n gyfartal rhwng y ddwy elusen.

Roedd her y llynedd yn agored i 500 o feicwyr, ond ychydig yn is oedd y nifer a gymerodd ran y tro hwn.

Bydd yr union gyfanswm a godwyd mewn arian nawdd yn cael ei gyhoeddi maes o law, ond mae bron i £50,000 wedi'i godi hyd yn hyn, a fydd yn cael ei rannu eto rhwng y ddwy elusen.

Yn Singleton, cartref Canolfan Ganfer De-orllewin Cymru, cyfrannwyd arian nawdd 2021 at y Gronfa Cymrawd Ymchwil Radiotherapi newydd.

Mae'r gronfa hon yn ariannu oncolegwyr dan hyfforddiant sy'n ymgymryd ag ymchwil, gan ganiatáu i'r ganolfan ddarparu triniaethau newydd, radical i gleifion cancer.

Dywedodd Joanne Abbot-Davies, cyfarwyddwr cynorthwyol mewnwelediad, ymgysylltu a chodi arian Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe: "Roedd y digwyddiad yn ddiwrnod gwych i bawb ynghlwm ac rydym ar y ffordd i gyflawni'r targed o godi £50,000 ar gyfer Canolfan Ganfer De-orllewin Cymru a Chanolfan Ganfer Felindre.

"I'r Ganolfan Ganfer De-orllewin yn Singleton, bydd hyn yn golygu y gallwn barhau â'r ymchwil a ddechreuwyd gyda'r arian a godwyd y llynedd, sef yr ymchwil i sut ellir addasu triniaethau cancer fel bod ein cleifion yn cael llai o sgil-ffeithiau ac yn adfer yn gyflymach.

"Rydym yn hynod ddiolchgar i bawb sydd wedi codi arian i'n Helusennau, i Jonathan Davies am ei gefnogaeth hollbwysig ac i'r trefnwyr a'r noddwyr. Edrychwn ymlaen at gyflwyno'r digwyddiad unwaith eto yn 2023."

Agorwyd y ganolfan fis Medi 2004 ar ôl ymgyrch codi arian enfawr gyda chefnogaeth South Wales Evening Post a phobl ledled Abertawe, Castell-nedd Port Talbot a gorllewin Cymru.

Llwyddasant i godi dros £1 miliwn, a gyfrannodd at y cyllid ychwanegol gan y GIG i sicrhau bod y ganolfan yn cael ei hadeiladu.



Yr arwr rygbi Jonathan Davies, canol, ar ddiwedd y digwyddiad yn Ysbyty Singleton



Pen y daith – y beicwyr yn cyrraedd ar ôl eu her 50 milltir

Mae'n darparu mynediad at unedau cemotherapi a radiotherapi modern. Yn ogystal, mae gan yr uned ward cleifion mewnol yn Singleton, ac uned ymchwil.

Mae cronfa elusennol y ganolfan ganfer yn un o 265 sy'n cael eu rheoli gan Elusen Iechyd Bae Abertawe.

Hon yw elusen swyddogol y bwrdd iechyd, yn cefnogi cleifion, staff a gwasanaethau ym Mae Abertawe. Defnyddir cyfraniadau at y cronfeydd amrywiol ar gyfer prynu cyfarpar, a thalu am ymchwil, hyfforddiant a gofal i gleifion.

Mae Her Cancer 50 Jiffy yn gyfle i barhau â'r gwaddol hwnnw.

Noddwyd her feicio eleni gan Andrew Scott ac fe'i cefnogwyd gan Peter Lynn and Partners, Cycle Solutions ac European Telecoms Solutions. Trefnwyd yr her gan White Rock Events.

Y man cychwyn oedd Ysbyty Felindre ger Caerdydd, a dechreuodd y beicwyr arni am 8.30am. Dechreuodd y beicwyr cyntaf gyrraedd prif faes parcio Ysbyty Singleton Abertawe oddeutu 11am, a'r olaf oddeutu 2pm.

Talodd bob beiciwr ffi fynediad o £50, a oedd yn cynnwys jersi feicio, a gofynnwyd iddynt godi o leiaf £50 mewn arian nawdd.

Ychwanegodd Jonathan: "Rwy'n deall efallai nad yw pobl yn teimlo'n gyfforddus yn gofyn i eraill am arian o ystyried y byd sydd ohoni o ran chwyddiant a chostau byw, felly rwy'n ddiolchgar i bawb sydd wedi cyfrannu ac am bob ceiniog sydd wedi'i chasglu.

"Rydw i wedi bod fel dyn pren braidd wedyn, ond roedd o'n werth ei wneud. Mae'n rhywbeth yr wyf yn gobeithio a fydd yn dod yn ddigwyddiad blynyddol, er mwyn i ni allu dal ati i gefnogi dwy elusen arbennig sy'n gwneud gwaith anhygoel"

Canmol y tîm awdioleg

Mae cael gwybod bod eich babi'n fyddar yn dormalonnus ond mae Tara Thomas yn llawn canmoliaeth i'r modd y mae tîm awdioleg Bae Abertawe wedi cynorthwyo ei merch i addasu.

Mae'r tîm newydd dderbyn adroddiad arbennig yn dilyn archwiliad ansawdd, ac mae'r gofal a ddarparwyd i Elena, merch Tara, yn dangos yn glir ansawdd eu gofal. Fel sy'n digwydd gyda phob babi newydd, cafodd Elena ei sgrinio am golli clyw yn fuan wedi ei genedigaeth yn Ysbyty Singleton yn 2018. Yn anffodus, roedd canlyniadau'r sgrinio yn achosi pryder a rhoddwyd gwybod i dîm awdioleg pediatrig y bwrdd iechyd. Dywedodd Tara, sy'n gweithio i'r bwrdd iechyd ei hun: "I ddechrau roeddent yn dweud y gallai ei chlustiau fod wedi'u mygu ar ôl yr enedigaeth, felly cynhaliwyd prawf arall y diwrnod canlynol, ond methodd hwnnw hefyd. "Cawsom wybod wedyn ei bod yn fyddar yn y ddwy glust.

Y term cywir yw byddardod synwyrnerfol, sy'n fyddardod parhaol, un sydd ddim yn gwella ond a all fynd yn waeth." Wedi cael diagnosis o'r broblem, aeth y tîm ati'n sydyn i gynorthwyo'r teulu. Dywedodd Tara: "Roedd hi'n bythefnos oed pan gawsom wybod a chafodd ei chymhorthion clyw cyntaf yn bedair wythnos oed. Aethom i'r clinig yn Heol Sway, Treforys, i'w ffitio. Dangoswyd i ni sut i'w gosod a sut i'w defnyddio, cafodd y cyfan ei egluro, roeddent yn wych gydag Elena. "Roedd y tîm cyfan yn anhygoel, maen nhw'n wych. Eglurwyd popeth yr oedd angen i ni ei wybod. Pan ydych yn cael gwybod bod eich plentyn yn fyddar, mae'n sioc enfawr. Mae'n anodd iawn gwneud pen a chynffon o bethau." Y newyddion da yw bod Elena yn cymryd popeth fel y daw. "Mae hi'n gwneud yn dda iawn," meddai Tara. "Mae hi wedi dechrau yn yr ysgol yn rhan amser ac mae ei lleferydd yn wych. Cafodd ei rhyddhau o'r gwasanaeth iaith a lleferydd ar ôl ei hapwyntiad cyntaf.



Elena, un o gleifion ieuengaf y tîm sgrinio awdioleg

"Mae hi'n dda iawn am wisgo'r cymhorthion clyw. Mae wedi bod yn brofiad eithaf dwys iddi. Oherwydd fy swydd – rwy'n gweithio i'r bwrdd iechyd – rwy'n gwybod pa mor bwysig ydyn nhw ac rwyf wedi bod ar flaen popeth o'r dechrau." Mae archwiliad ansawdd diweddar o'r gwasanaeth, a gynhaliwyd gan lechyd Cyhoeddus Cymru, yn dangos bod y bwrdd iechyd yn bodloni'r targedau cydymffurfiaeth drwyddi draw ac ar gyfer pob un o'r safonau unigol a dargedwyd. Dywedodd Mark Hackett, Prif Weithredwr Bae Abertawe: "Hoffwn longyfarch yr adran awdioleg gyfan a gyfrannodd at adroddiad archwiliad mor arbennig. Dylai pawb fod yn falch o'u cyflawniad."

Diogelu ein staff rhag y fflw a COVID



Mae'r ymgyrch flynyddol i frechu staff wedi dechrau. Y nod yw diogelu cynifer o bobl cyn gynted â phosib, cyn yr hyn y disgwylir iddo fod yn aeaf caled arall i'r GIG. Bydd staff cymwys, gan gynnwys myfyrwyr gofal iechyd a gwirfoddolwyr, yn gallu cael brechlyn atgyfnerthu Covid yn ystod yr hydref, a brechlyn fflw yn yr un apwyntiad, mewn clinigau ar ein safleoedd. Gellir dod o hyd i ffurflen gwneud apwyntiad drwy fwletin lansio ar y fewnwyd, sydd hefyd yn rhestru'r holl feini prawf cymhwysedd ac amseroedd y clinigau. Mae'r ffurflen yn gadael i chi ddewis ym mha glinig yr hoffech gael eich apwyntiad, yn ystod yr wythnos neu ar benwythnos, gan ddewis slot yn y bore, yn y prynhawn neu gyda'r nos. Yna, bydd y tîm trefnu apwyntiadau yn anfon neges destun atoch yn cynnwys amser eich apwyntiad a lleoliad y clinig brechu. Os na allwch ddefnyddio'r ffurflen ar-lein, gallwch drefnu apwyntiad drwy ffonio 01792 200492 neu 01639 862323, rhwng 9am a 5pm, o ddydd Llun i ddydd Sadwrn. Mae slotiau galw heibio ar gael mewn clinigau, ond anogir trefnu apwyntiad i leihau'r risg o achosi ciwiau. Mae Covid yn dal i fod o'n cwnpas ac mae disgwyl i achosion godi yn ystod y gaeaf. Wrth i imiwnedd o'r brechlynnau bylu dros amser, mae'n bwysig cael y brechlyn atgyfnerthu Covid – a fydd yn eich amddiffyn rhag dwy straen – gan y bydd yn atgoffa eich system imiwnedd i baratoi at y bygythiad. Mae'r brechlyn fflw yn cynnwys straeniau sy'n debyg i'r hyn sydd wedi bod ar led yn hemisffer y de, felly gall ddelio â straeniau a fydd ar led yma. Drwy gymryd y brechlyn atgyfnerthu, yn ogystal â'r brechlyn fflw, byddwch yn cael eich amddiffyn yn well cyn misoedd y gaeaf pan fydd firsau anadlol ar eu hanterth. Os nad ydych wedi cael unrhyw frechlynnau Covid, fe'ch anogir i gysylltu â'r tîm archebu drwy ffonio 01792 200492 neu 01639 862323, rhwng 9am a 5pm, dydd Llun i ddydd Sadwrn.

Ein fferm solar yn llwyddiant



Agoriad solar: Des Keighan, Cyfarwyddwr Cynorthwyol BIP Bae Abertawe (Ystadau), Cadeirydd BIP Bae Abertawe, Emma Woollett, Scott Lutton, o Vital Energi a Gweinidog Newid Hinsawdd Llywodraeth Cymru, Julie James, ar fferm solar Ysbyty Treforys yn ystod ei hagoriad swyddogol ym mis Mawrth. Dechreuodd y fferm gynhyrchu pŵer sawl mis ynghynt, ym mis Hydref 2021.

Mae'r fferm solar gyntaf yn y DU i gael ei chysylltu'n uniongyrchol ag ysbyty wedi bod yn llwyddiant ysgubol yn ystod ei blwyddyn gyntaf ar waith. Hyd yn hyn, mae wedi bodloni oddeutu 26% o anghenion trydan Ysbyty Treforys, ac wedi allforio ynni yn weddill i'r grid cenedlaethol, hyd yn oed yn ystod misoedd y gaeaf. Disgwyliwyd i'r fferm solar arbed oddeutu hanner miliwn o bunnoedd y flwyddyn i'r bwrdd iechyd mewn biliau trydan, ond erbyn mis Gorffennaf roedd eisoes wedi arbed £778,000.

Cyflenwi dros 25% o drydan Treforys

Ar hyn o bryd, gall bweru'r ysbyty yn ystod oriau golau dydd yn unig. Ond mae ymdrechion i sicrhau rhagor o gyllid er mwyn ychwanegu at y nifer o banelau, ac – yn bwysicach fyth – i fuddsoddi mewn batris solar. Bydd storio trydan sy'n weddill a gaiff ei gasglu yn ystod y dydd yn golygu rhagor o arbedion yn y dyfodol, gan y bydd y batris yn helpu i bweru Treforys wedi i'r haul fachlud, neu yn ystod dyddiau llwm. Ac er ein bod wedi cael haf cynhesach na'r arfer, nid oes angen tonfeddi gwres ar y panelau er mwyn iddynt weithio, gan mai golau'r haul, yn hytrach na thymereddau uchel, sy'n cynhyrchu pŵer. Erbyn mis Awst, roedd y fferm solar, sy'n dathlu ei phen-blwydd yn un oed ym mis Hydref, eisoes wedi cynhyrchu dros 340,000 megawat fesul awr. Mae hynny'n ddigon i bweru pentref gyda 1,200 o gartrefi am flwyddyn gron.*

Mae bron i 400 megawat wedi'i werthu i'r grid cenedlaethol pan mae'r fferm yn cynhyrchu mwy o bŵer na all yr ysbyty ei ddefnyddio. Mae hwn wedi'i gyfyngu gan gap ar y swm y caniateir i'r fferm ei allforio ar hyn o bryd. Dim ond un o'r prosiectau arbed ynni gwyrdd sy'n mynd rhagddo gan y bwrdd iechyd yw'r fferm solar. Mae gwelliannau inswleiddio, panelau solar ar y to, gosod ffaniau effeithlon o ran ynni, golau LED a mesurau eraill eisoes wedi arbed dros 4,000 tonnelli o CO2 ac wedi lleihau costau cynnal. A nawr mae fferm solar a phrosiectau gwyrdd y bwrdd iechyd wedi cyrraedd rownd derfynol yr Health Service Journal Awards, sy'n cael ei gynnal ledled y Deyrnas Unedig, yn y categori Towards Net Zero, ac mae hefyd wedi cyrraedd y rhestr fer am wobr arall yn y diwydiant. Mae uchelgeisiau cynaliadwyedd Bae Abertawe yn mynd gam ymhellach na lleihau'r defnydd o ynni. Dywedodd Cyfarwyddwr Cynorthwyol Ystadau, Des Keighan: "Mae gennym Fwrdd Cynaliadwyedd Amgylcheddol ac ynghlwm â hwnnw mae nifer o fentrau wedi'u gosod i gynnwys ein hamrywiaeth o wasanaethau "Ymhlith yr enghreifftiau mae ymchwilio i fuddion symud oddi wrth y defnydd o ocsid nitrus, i weithio gyda chlinigwyr i gael gwared yn raddol ar nwyon pŵmpiau asthma. "Mae ein strategaeth yn nodi'r angen i bob datblygiad a menter ystyried cynaliadwyedd. Mae'n rhaid i bob dyluniad gydymffurfio â gofynion targedau Carbon Sero sy'n golygu bod rhaid defnyddio technolegau carbon isel. "Rydym hefyd yn gweithio gyda grwpiau staff i agor cyfleoedd i wella cynaliadwyedd ym mhob agwedd ar ein gwaith."

Llawfeddygon yn gweithio 50 milltir ar wahân yn herio Covid i gadw llawdriniaethau i fynd

Llwyddwyd i barhau â llawdriniaethau'r frest i arbed bywydau drwy gydol y pandemig yn sgil partneriaeth rhwng llawfeddygon yn gweithio dros 50 milltir ar wahân.

The unprecedented collaboration between specialists in Swansea and Cardiff saw surgery for lung cancer resume safely just months after being forced to a halt when the virus took hold.

Gyda diolch i'r cydweithrediad newydd o'i fath rhwng arbenigwyr yn Abertawe a Chaerdydd, roedd modd ailafael yn ddiogel â llawdriniaethau i gleifion cancer yr ysgyfaint ychydig fisoedd ar ôl iddynt ddod i stop pan darodd y feirws.

Ar ddechrau'r pandemig, rhoddwyd stop ar lawdriniaethau ledled y Deyrnas Unedig – gan gynnwys llawdriniaeth thorasig, na chafodd ei pherfformio o gwbl ym Mae Abertawe ym mis Ebrill a Mai 2020.

Llawdriniaeth yw'r driniaeth orau ar gyfer cam cynnar cancer yr ysgyfaint. Serch hynny, yn ystod y ddau fis dan sylw, anfonwyd cleifion am radiotherapi, sef y dewis gorau nesaf ar ôl llawdriniaeth, neu gemotherapi – ond nid oedd

y canlyniadau gystal.

Cysylltodd Ira Goldsmith, llawfeddyg ymgynghorol thorasig yn Ysbyty Treforys, â'r tîm rheoli i drafod ffordd o ail-gyflwyno llawdriniaethau.

Arweiniodd hynny at fagu partneriaeth â Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro. Fel rhan o honno, roedd modd trosglwyddo llawdriniaeth gardiothorasig i Ysbyty Llandochoau, lle nad oedd unrhyw achos Covid.

Gofynnwyd i Pankaj Kumar, llawfeddyg ymgynghorol cardiothorasig a Dirprwy Gyfarwyddwr Meddygol Grŵp Treforys, ddatblygu'r datrysiad rhanbarthol.

"Y nod oedd sicrhau bod cleifion cancer yr ysgyfaint yn cael mynediad cyfartal at lawdriniaeth thorasig ym mhob rhan o dde Cymru ac y gallai'r achosion clinigol mwyaf brys gael llawdriniaeth gyda chyn lleied o aros â phosibl," meddai.

I ddechrau, cwblhawyd pob llawdriniaeth yn Llandochoau, tra'r oedd llwybr gwyrdd yn cael ei greu yn rhannau o'r Ganolfan Gardiaidd yn Nhreforys. Ailddechreuwyd llawdriniaethau yn Abertawe fis Mehefin 2020.

Rhoddwyd blaenoriaeth i ganiser yr ysgyfaint i ddechrau. Dros amser, ailddechreuwyd llawdriniaethau ar gyfer cyflyrau ac anafiadau difrifol eraill i'r frest.

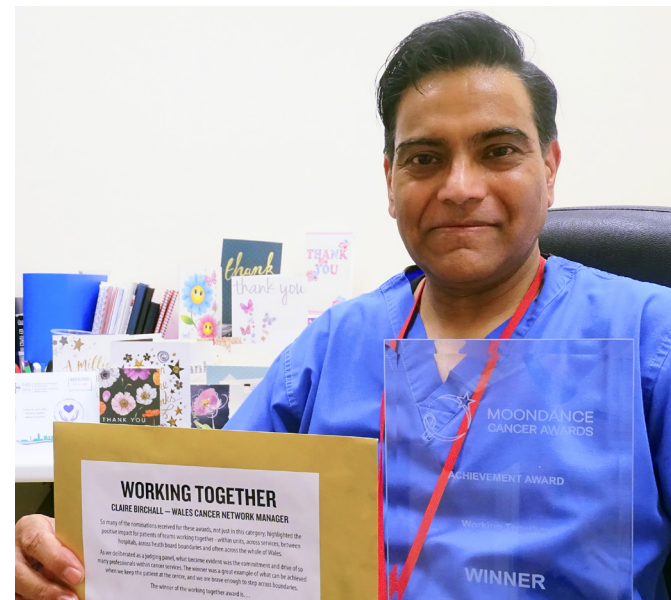
Dyweddodd yr Athro Goldsmith: "Mae'n anghyffredin iawn gweld partneriaeth yn dod ynghyd mor gyflym ac yn gweithio'n dda.

"Ond pan wnaeth bobl sylweddoli difrifoldeb y broblem, gallasom sefydlu'r cydweithrediad hynod lwyddiannus hwn."

Yn gynharach eleni, dyfarnwyd Moondance Cancer Award yn y categori 'Working Together' i'r bartneriaeth hon. Ac mae arwyddocâd hirdymor iddi hefyd.

Mae cynlluniau am Ganolfan Lawfeddygol Thorasig Oedolion ar gyfer de Cymru, gyda'r trydydd mwyaf o'i math yn y Deyrnas Unedig yn Ysbyty Treforys.

Gyda disgwyl iddi agor rhwng y tair a'r pum mlynedd nesaf, bydd yn cynnig gwasanaeth i bobl sy'n byw yn ardaloedd byrddau iechyd Bae Abertawe, Hywel Dda, Cwm Taf Morgannwg, Aneurin Bevan, Powys a Chaerdydd a'r Fro.



Ira Goldsmith gyda'r Wobr Cancer Moondance am Gydweithio.

Bydd yn rhoi llawdriniaeth i hyd at 20 y cant yn fwy o gleifion. Byddent yn cael eu trin gymaint â phosibl yn eu bwrdd iechyd lleol, ac yn teithio i Dreforys ar gyfer asesiad cyn-derbyn a llawdriniaeth yn unig.

Yn gynharach yn yr haf, sefydlodd Llywodraeth Cymru y cam allweddol nesaf, sef datblygu cynlluniau manwl.

Dyweddodd yr Athro Goldsmith: "Y cwestiwn pwysig i ni oedd, sut ydym am weithio gyda'r llawfeddygon a'r tîm llawfeddygol yng Nghaerdydd? A fyddant yn cyd-weddu? A fyddant yn fodlon gweithio gyda ni?" meddai.

"Yr hyn sydd wedi dod yn amlwg drwy weithio ar y cyd fel hyn yw, ie, gallwn ni wneud hynny. Fel llawfeddyg yn ceisio sicrhau bod y ganolfan yn dod yma, ac yn gweithio'n dda ac yn lwyddiannus, dyna'r peth mwyaf i mi."

Ychwanegodd Mr Kumar: "Rydym wedi datblygu llwyfan weithio glôs a chydweithredol ar draws ffiniau'r bwrdd iechyd sy'n argoeli'n dda ar gyfer y ganolfan ranbarthol newydd."



Pankaj Kumar ac Ira Goldsmith, a ffurfiodd bartneriaeth lwyddiannus gyda chydweithwyr yng Nghaerdydd

Y frwydr yn erbyn ymwrthedd i gyffuriau

Mae ymwrthedd i wrthfotigau yn broblem fyd-eang enfawr – felly mae'n hanfodol ein bod yn gwneud popeth o fewn ein gallu i'w threchu. Eglurodd Julie Harris, fferyllydd ymgynghorol gwrthficrobaidd.

Mae ymwrthedd gwrthficrobaidd (AMR) yn broblem sydd ar gynydd ac mae'n argyfwng iechyd byd-eang. Yn ddiweddar, dywedodd llywodraeth y DU bod AMR mor beryglus i ddynoliaeth â newid hinsawdd a rhyfela. Mae'n cydnabod bod angen ymateb byd-eang brys ond mae gan bawb ran bwysig i'w chwarae yn y frwydr yn erbyn AMR, o fewn ein bywydau o ddydd i ddydd ac wrth ddarparu gofal i gleifion.

Gallwn gynorthwyo i leihau presgripsiynu gwrthfotigau yn ddiogel, drwy sicrhau bod gwrthfotigau yn cael eu rhoi dim ond i'r rhai a fyddai'n cael budd ohonynt, bod y gwrthfotigau cywir yn cael eu rhoi ar bresgripsiwn ac nad ydynt yn cael eu cymryd am fwy o amser na sydd angen. Mae atal heintiau yn y lle cyntaf yn rhan hanfodol o hyn.

Daeth natur frys hyn yn glir i mi'n ddiweddar pan amlygwyd y cyfraddau ymwrthedd mewn ysbytai yn Wcráin. Dangosodd hyn gyfraddau ymwrthedd brawychus o 70 – 80% i rai o'r gwrthfotigau ehangaf sydd gennym (e.e. carbapenems), gan wneud heintiau'n anodd iawn eu trin. Mae cyfraddau ymwrthedd tebyg i'w gweld yng ngwledydd eraill ac mae'n rhoi cipolwg ar sut y gall gyfraddau ymwrthedd y DU edrych yn y dyfodol heb i ni weithredu ar y cyd dros hyn. Mae pob un ohonom yn elwa o wrthfotigau, a gallwn yn hawdd eu cymryd yn ganiataol, ond mae angen i ni drin gwrthfotigau gyda pharch a'u galluogi i barhau i weithio. Mae pob cwrs a dos wirioneddol yn cyfrif.

Mae'r dewis o gyffur gwrthfotig yn bwysig iawn hefyd. Bydd lleihau'r defnydd o wrthfotigau sbectrwm-eang yn arafu datblygiad ymwrthedd a bydd yn lleihau'r perygl i gleifion sydd â haint C.difficile. Rydym wedi addasu ein canllawiau gwrthficrobaidd i gynorthwyo hyn, gan arwain at ostyngiadau mewn presgripsiynu gwrthfotigau sbectrwm-eang ar draws ein holl ysbytai a meddygfeydd teulu. Mae ein meddygon teulu, yn arbennig, wedi gweithio'n galed i gynorthwyo'r Bwrdd Iechyd i ennill y cyfraddau presgripsiynu gwrthfotigau sbectrwm-eang (4C) isaf yng Nghymru.



Julie Harris, fferyllydd gwrthficrobaidd ymgynghorol.

Er bod hyn yn gam cadarnhaol, mae gwaith i'w wneud eto o ran lleihau yn ddiogel pa mor aml mae gwrthfotigau yn cael eu defnyddio ac am ba hyd. Mae arafu AMR yn gyfrifoldeb i bawb, nid ein presgripsiynwyr yn unig. Bydd yn effeithio ar bob un ohonom.

Beth sydd ymlaen?

Dyddiadau ar gyfer eich dyddiadur



6 Hydref
Sesiwn ymwybyddiaeth
gofal y cefn

6 Hydref
Parodrwydd am
Argyfwng, Gwydnwch ac
Ymateb (EPRR)

Gêm Y Llawr Grŵp
Targed - Staff Tactegol y
Bwrdd Iechyd a staff sy'n
ymgymryd â threfniadau
'Ar Alwad Arian', staff
Gweithredol a Rheoli
Adrannau Argyfwng.

6 a 25 Hydref
Asesiadau risg
beichiogrwydd – sesiwn
ar gyfer rheolwyr

Gwybodaeth ddefnyddiol i
gefnogi cyflogaion bechiog.

10 Hydref
Diwrnod Iechyd
Meddwl y Byd

17 a 24 Hydref
Diwrnod Cyflwyno
Hyrwyddwyr Gofal
Diwedd Oes

Y pynciau sy'n cael eu

cynnwys ar y diwrnod yw
Cydnabod Marw, Materion
Moesegol ar Ddiwedd Oes,
Cyfathrebu.

18 Hydref
Hyfforddiant Iechyd a
Lles Galwedigaethol ar
gyfer rheolwyr

Ar gyfer rheolwyr a
goruchwylwyr sy'n rheoli
absenoldeb salwch/
presenoldeb.

18 Hydref
Gweithdy i aseswyr
trallwysiad gwaed

Mae hwn yn weithdy
rhyngweithiol i'r rheini
sydd eisiau dod yn aseswr
mewn ward ar gyfer Rhoi
Trallwysiadau Gwaed.

26 Hydref
Sesiwn ymwybyddiaeth
ac atal iechyd meddwl a
hunanladdiad i staff

27 Hydref
Hyfforddiant Amser i
Newid Cymru

Herio stigma iechyd
meddwl yn y gweithle.

Newyddion yn gryno

Y Cricedwr Robert Croft yn ddiolchgar am y driniaeth
a "achubodd fywyd" ei fam

Mae'r cyn chwaraewr criced i Fro Morgannwg a Lloegr,
Robert Croft, wedi talu teyrnged i waith tîm y GIG, a
achubodd fywyd ei fam meddai.

Soniodd fod ei deulu'n gwerthfawrogi'r driniaeth gyflym a'r
gofal a roddwyd i'w fam, Susan. Cafodd ei chludo i Ysbyty
Treforys, yn dioddef o broblemau anadlu, a gadarnhawyd
wedyn fel niwmonia.

Ar ôl cael ei hasesu gan yr Adran Frys, cafodd ei symud i'r
Uned Therapi Dwys, cyn cael ei rhyddhau ychydig ddyddiau
wedyn er mwyn parhau i wella gartref.

Dywedodd Croft ei fod wedi gwirioni gyda thriniaeth
"arbennig" y staff.

Dywedodd: "Cawsom brofi gofal, empathi ac ymagwedd
ddigynnwrf pob aelod o staff a oedd wedi trin mam neu wedi
siarad â ni fel teulu."

Gweithiwr cymorth yn llywio gyrfa newydd yn y byd celf

Os bydd Jacob Taylor, sy'n gweithio fel gweithiwr cymorth, yn
tynnu llun o unrhyw un dan ei ofal, byddwn yn cynghori iddynt
ei gadw'n ddiogel, oherwydd gall fod werth ceiniog neu ddwy
un diwrnod.

Er ei fod yn gweithio yn Nhŷ Garth Newydd, un o gyfleusterau
Bae Abertawe ar gyfer oedolion sydd ag anawsterau dysgu,
mae Jacob hefyd yn artist dawnus, sydd newydd fwynhau
llwyddiant aruthrol yn ei arddangosiad unigol yn Soho.

Cyflwynwyd ei sioe, From the Valleys to the Alleys, yn Laz
Emporium, Soho, Llundain, wedi'i threfnu gan yr artist stryd
enwog, Banksy.

Pe na bai hynny'n ddigon, cafodd yr holl ddarnau eu gwerthu
cyn bod y drysau wedi agor hyd yn oed - wedi'u prynu o fewn
dwy awr o gael eu harddangos ar-lein.

Elusen a Digwyddiadau

Teulu yn codi £20,000 ar gyfer ymchwil cancer ym Mae Abertawe

Mae teulu cyn-glaf o Ysbyty Treforys wedi mynd
i drafferth fawr – yn cynnwys beicio o dde i
ogledd Cymru – i godi dros £20,000 i ymchwil
cancer ym Mae Abertawe.

Bu farw Philip Francis, oedd â chanser y colon a'r rhefr, fis
Mai 2020 ychydig cyn ei ben-blwydd yn 64 oed, ond nid
cyn iddo adael ei ôl drwy ei 'gymeriad a'i bersonoliaeth
unigryw' ar y rhai o'r bwrdd iechyd fu'n cynorthwyo i ofalu
amdano.

Er mai yn y Bont-faen yr oedd Mr Francis yn byw, treuliodd
lawer o amser yn Ysbyty Treforys yn derbyn triniaeth, dan
law yr Athro Dean Harris, arbenigwr mewn llawdriniaeth y
colon a'r rhefr.



Y diweddar Phil Francis

Dywedodd Anita Francis, ei weddw:
"Cafodd ofal anhygoel yr holl amser
y bu yno. Mae'n amlwg bod yr Athro
Harris yn ddyn clyfar iawn. Roedd
bob amser yn llwyddo i ddweud
wrthym yr hyn y gwyddai y gallem
ymdopi ag o, a byth yn dweud
gormod fel na allem ymdopi.

"O'r eiliad y cwrddais ag o, ynghyd â phob aelod o'r staff,
roedd pob un ohonynt yn gwneud i ni deimlo mai Phil oedd
eu claf pwysicaf, ac mae hynny'n dipyn o gamp."

Roedd Mrs Francis yn benderfynol o roi rhywbeth yn ôl a
dechreuodd godi arian i'r Gronfa Ymchwil GI - a sefydlwyd
gan yr Uned Colon a Rhefr yn Abertawe i gefnogi ymchwil o



Yn y llun uchod: Craig Burrows (seiclwr), Anita Francis, yr Athro Dean Harris a David Steel (metron Grŵp Gwasanaethau Llawfeddygol Integredig).

ansawdd dda i ganser y colon a'r rhefr.

Dywedodd: "Roeddent bob amser mor wych gydag o,
ac roeddwn yn teimlo bod yn rhaid i ni wneud rhywbeth.
Roeddwn eisiau dweud wrth bawb pa mor garedig oedden
nhw wedi bod."

Fis Awst 2020, beiciodd Craig Burrows (gŵr nith Phil) o dde
Cymru i ogledd Cymru gan godi yn agos i £10,000.

Dywedodd Craig: "Mae fy modryb yn canmol y gofal a
gafodd i'r entrychion, nid dim ond gan Dean, ond gan yr
holl staff a nyrsys. Roedd yn anrhydedd codi arian i'r bobl
hyn."

Yn fwy diweddar cynhaliodd Mrs Francis noson goffa, gan
godi'r cyfanswm i £20,000.

Dywedodd yr Athro Dean Harris: "Rwyf wedi gwirioni'n lân
gyda'r swm o arian sydd wedi ei godi. Bydd yr arian yn
cael ei ddefnyddio i roi hwb i raglen ymchwil uchelgeisiol
Abertawe i ymladd cancer y colon a'r rhefr, yn cynnwys
datblygu prawf gwaed i ganfod cancer yn gynnar a system i
deilwra triniaeth cancer.

Yn falch i gefnogi Pride Cymru 2022



Pride: Aelodau Calon a chefnogwyr yn dod at ei gilydd i ddathlu Pride Cymru 2022

Ymunodd aelodau CALON a BIP Bae Abertawe â
chydweithwyr ar draws GIG Cymru i orymdeithio ym
mharêd Pride Cymru 2022 drwy galon Caerdydd.

Oherwydd COVID, dyma oedd y tro cyntaf ers 2019 y
gallai cymunedau, teuluoedd a ffrindiau ddod ynghyd
i gefnogi dathliad cydraddoldeb ac amrywiaeth mwyaf
Cymru.

Dywedodd Robert Workman, cynrychiolydd CALON:
"Mae CALON a Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe
yn falch o fod yn rhan o'r digwyddiad hwn ac am
sicrhau bod y bwrdd iechyd yn lle i'r holl staff deimlo'n
ddiogel a bod yn nhw eu hunain."



Yr aelodau staff Robert Workman, Emma Arnold, Natalie Mills a Jane Williams yn y digwyddiad Pride.



A oes gennych chi syniad i
gefnogi staff a chleifion ym
Mae Abertawe?

Cysylltwch ag elusen Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe ar ein
gwefan: www.swanseabayhealthcharity.wales/cy/369-2/

Iechyd y Bae

Papur newydd staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Cysylltwch â'r tîm golygyddol: communications.department@wales.nhs.uk