



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Bae Abertawe
Swansea Bay University
Health Board

Tachwedd/Rhagfyr 2023 RHIFYN 07

Iechyd y Bae

Papur newydd staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe



Kev yn ôl ar y llwyfan ar ôl brwydro cancer



Y diddanwr o Abertawe, Kev Johns (chwith), yn y llun y gaeaf diwethaf fel Nanna Penny yn ei 25ain panto, *Beauty and the Beast*, gyda'i gyd-seren Matt Edwards. Ar y pryd, roedd yn derbyn triniaeth am ganser

Beth mae gwahaniaeth blwyddyn yn ei wneud... Bydd y diddanwr poblogaidd o Abertawe, Kev Johns, yn lleisio am hynny!

Y gaeaf diwethaf, roedd chwedl

panto Kev yn taflu brwydr yn erbyn cancer. Ond ar ôl cael triniaeth gan y staff 'anhygoel' ym Mae Abertawe, mae'r seren boblogaidd nawr yn edrych ymlaen at dymor Panto Theatr

y Grand arall, ar ôl cael gwybod bod pob arwydd o ganser yn ei gorff wedi diflannu.

Trowch at dudalen 9 am stori Kev a'i deyrnged o'r galon i'n tîm gwyh.

COD BAR SGAN AR GYFER DETHOLIAD O STRAEON IECHYD BAE AR-LEIN



Y TU MEWN I'R RHIFYN HWN...



Recriwtiaid newydd a rôl newydd yn rhoi liffert i wasanaethau mamolaeth

TUDALEN 10

Orthoplastig Fantastic... timau yn ymuno i leihau amseroedd aros

TUDALEN 4

Cyflawni ar Digidol wrth i Fae Abertawe arwain y ffordd gyda thorri gwaith papur

TUDALEN 3

Rhagor o arloesi yn allweddol i leddfu pwysau 'drws ffrynt'



Mae arloesi, newid a dull gweithredu cydgyssylltiedig yn hanfodol i fynd i'r afael â'r pwysau di-ildio ar ein gwasanaethau gofal brys.

Gyda chiwiau ambiwlans ac oedi yn cyrraedd y penawdau, canmolodd y Prif Swyddog Gweithredu Deb Lewis y rhai oedd ar flaen y gad am eu hymdrechion rhagorol. Ond

ychwanegodd bod y sgîl-ffeithiau ar draws y system gyfan yn golygu "does dim ateb unigol". Felly mae ffocws yn dwysáu ar wreiddio gofal iawn, amser iawn, lle iawn trwy lwybrau amgen a gwell ac ymgyrch radical i ryddhau llif cleifion, â ffocws penodol ar ryddhau. Dywedodd y Cyd-gyfarwyddwr Meddygol Dros Dro Anjula Mehta fod llawer iawn o newid

eisoes wedi digwydd. "Ond mae'n rhaid i ni barhau i arloesi, newid a mireinio ein hymagwedd gan nad oes unrhyw ad-daliad yn y pwysau ychwanegol sy'n ein hwynebu a thra bo'r rhain nawr drwy gydol y flwyddyn, mae'r misoedd oerach yn sicrhau o ddod â mewnlifiad hyd yn oed yn fwy o gleifion i'n drysau ffrynt." Ffocws llif cleifion: Tudalennau 6 a 7



Dr Richard Evans, Prif Weithredwr dros dro Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Croeso i rifyn llawn arall o Iechyd y Bae/Bay Health! Fel arfer, mae'r rhifyn hwn yn cynnwys ystod eang iawn o straeon sy'n helpu i ddarlunio'r gwaith anhygoel y mae ein staff yn ei wneud ar ran poblogaeth Bae Abertawe. Yn sicr dw i wedi fy ysbrydoli gan yr hyn rwyf wedi'i ddarllen ac rwy'n gobeithio y byddwch chithau hefyd. Cyhoeddir y rhifyn hwn ar adeg o bwysau sylweddol i'r Bwrdd Iechyd.

Rydym yn wynebu pwysau sylweddol o ran ein gwasanaethau gofal brys ac argyfwng.

Mae ein Hadran Achosion Brys yn aml yn hynod brysur a gall hyn arwain at oedi trosglwyddo ambiwlansys hir. Nid oes yr un ohonom yn hapus gyda hyn o ran profiad y bobl hynny sy'n aros i ddod i mewn i'r adran ac, yn hollbwysig, rydym yn cydnabod y bydd pobl sâl yn aros am ambiwlans ac mae angen i ni ryddhau criwiau fel y gallant fynd yn ôl allan i'r gymuned.

Mae fferm solar Ysbyty Treforys nawr yn arwain at arbedion mawr mewn costau ynni

Mae fferm solar gyntaf o'i math, sy'n helpu i bweru Ysbyty Treforys, wedi cynhyrchu digon o ynni i dalu am gost bron i £2 filiwn o drydan ers ei lansio yn 2021.

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe wedi arbed £1.86m mewn biliau ynni drwy ddefnyddio'r pŵer a gynhyrchir gan y fferm solar sydd wedi'i lleoli yn Fferm Brynwhilach gerllaw yn hytrach na'i brynu o'r grid.

Yr un mor bwysig yw'r gostyngiad ar ôl troed carbon y bwrdd iechyd, gydag arbediad o 1,933 tonnelli CO2e - sy'n cyfateb mewn milltiroedd o 521 o deithiau hedfan o Faes Awyr Caerdydd i Sydney - yn tanlinellu ei effaith o safbwynt amgylcheddol.

Dywedodd Des Keighan, Cyfarwyddwr Cynorthwyo! Ystadau: "Mae'r tîm a minnau yn dal i fod yn hynod falch o'r hyn sydd wedi'i gyflawni.

"Ni oedd yr ysbyty cyntaf yn y DU gyda'i fferm solar â gwifrau uniongyrchol ei hun i gyflenwi ynni gwyrd, cynaliadwy i gyfleuster gofal iechyd.

"Mae'n enghraifft ddisglair o fod yn flaengar a nodi syniadau arloesol i gyflawni amrywiaeth o fuddion i'n bwrdd iechyd.

"Fel darparwr gofal iechyd, mae'n bwysig ein bod yn ymateb i'n rhwymedigaeth i ddiogelu iechyd, yr amgylchedd a chyllid cyhoeddus."

Mae'r fferm solar yn defnyddio 10,000 o baneli ar draws ei safle 14 hectar ac mae'n cyflenwi tua chwarter pŵer Treforys, sy'n arbennig o bwysig ar adeg pan fo prisiau ynni wedi cyrraedd y lefel uchaf erioed.

Mae ei lwyddiant wedi golygu ei fod eisoes yn talu rhan o fenthyciad Llywodraeth Cymru yn ôl, tra ei fod wedi gwerthu ynni yn ôl i'r grid ers iddo fynd yn fyw ym

Dyna pam rydym wedi cyflwyno model Llif Parhaus yn Nhreforys lle mae cleifion yn cael eu trosglwyddo o'r ardaloedd gofal brys ac argyfwng hyd at y wardiau ar adegau penodol o'r dydd er mwyn rhyddhau lle yn yr Adran Achosion Brys fel y gall ambiwlansys ddadlwytho. Mae mabwysiadu'r dull hwn yn creu rhywfaint o 'lif' yn y system ac yn ein helpu i ledaenu'r cydbwysedd risg yn fwy cyfartal ar draws ein Bwrdd Iechyd.

Diolch yn ddiffuant i bawb sydd wedi cefnogi'r gwaith llif parhaus hyd yma – mae adborth cychwynnol am yr effaith gadarnhaol y mae'n ei chael yn gyffredinol yn galonogol.

Mae achosion sylfaenol y pwysau sy'n ein hwynebu yn niferus ac yn gymhleth ond nid oes amheuaeth pe byddem yn gallu rhyddhau cleifion sy'n feddygol ffit mewn ffordd fwy amserol, byddem yn mynd yn bell i leddfu'r pwysau.

Dyna pam rydym yn gweithio gyda'n partneriaid awdurdodau lleol i gyflymu'r ffordd y mae pecynnau gofal yn cael eu cydosod a dyna pam mae angen i ni gynllunio ar gyfer rhyddhau cleifion o'r union adeg y cânt eu derbyn. Mae ein Wardiau Rhithwir yn llwyddiant mawr yma, gydag wyth ward yn darparu ar gyfer 30 o gleifion yr un, sy'n golygu bod gennym gyfwerth â 240 o welyau ychwanegol yn ein system.

Rwy'n gwybod bod yr adborth gan gleifion yn hynod gadarnhaol, yn enwedig oherwydd eu bod yn cael y gofal sydd ei angen arnynt yn amgylchedd cysurus a chyfarwydd eu cartref eu hunain.

Er mwyn ymdopi â'r pwysau mae angen i ni hefyd sicrhau bod y cyhoedd yn ymwybodol o'r amrywiaeth o wahanol ffyrdd y gallant gyrchu'r system iechyd a gofal fel y

gallant ddewis gwasanaethau'n briodol.

Ac mae cryn dipyn o wasanaethau i ddewis ohonynt - y tu allan i'n hysbytai mae gennym feddygyfeydd, 111, meddygon teulu y tu allan i oriau a fferyllfeydd cymunedol, ac yn ein hysbytai mae gennym wasanaethau fel yr Uned Mân Anafiadau yn Ysbyty Castell-nedd Port Talbot, y gall cleifion eu cyrchu'n uniongyrchol, a'r gwasanaeth Gofal Brys yr Un Dydd a'n Huned Feddygol Aciwt yn Ysbyty Treforys, y gellir atgyfeirio cleifion atynt drwy nifer o lwybrau.

Felly os oes angen i'ch ffrindiau neu'ch teulu gael gofal iechyd yn ystod yr wythnosau a'r misoedd i ddod, helpwch nhw i ddewis y llwybr mwyaf priodol.

Rydym yn wynebu rhai penderfyniadau ariannol anodd yn dilyn cyhoeddiad diweddar Llywodraeth Cymru ynghylch cyllidebau diwygiedig ar gyfer Byrddau Iechyd ledled Cymru.

Er gwaethaf buddsoddiad ychwanegol Llywodraeth Cymru, mae angen i ni wneud arbedion sylweddol o hyd erbyn diwedd mis Mawrth y flwyddyn nesaf. Bydd cyflawni'r arbedion hyn yn anodd a bydd angen i ni wneud rhai dewisiadau anodd. Dydyn ni ddim ar ein pennau ein hunain yn hynny - mae pob un o'r Byrddau Iechyd ar draws Cymru mewn sefyllfa debyg.

Ein nod yw gwneud hyn drwy gael cyn lleied o effaith â phosibl ar y gofal a ddarparwn a sicrhau y gallwn gynnal diogelwch ein gwasanaethau, ni waeth pa benderfyniadau a wneir. Dyma obeithio y byddwch chi'n mwynhau darllen y rhifyn hwn o Iechyd y Bae / Bay Health. Os hoffech chi awgrymu pethau i ni eu cynnwys yn y rhifyn nesaf, e-bostiwch swanseabaycomms@wales.nhs.uk



Mae fferm solar Ysbyty Treforys bellach yn arwain at arbedion mawr mewn costau ynni

mis Tachwedd 2021. Bwriad y fferm solar oedd torri bil trydan blyneddol y bwrdd iechyd o £500,000, ond fe welodd cyfuniad o haul yr haf a'r cynnydd mewn prisiau ynni arbediad o dros £175,000 ym mis Mai eleni yn unig.

Costiodd £5.7 miliwn i'w adeiladu, ond mae'r arbedion ynni y mae'n eu cynhyrchu eisoes yn golygu na fydd yn cymryd llawer o amser cyn iddo dalu amdano'i hun, ac yna bydd yn parhau i dorri biliau ynni o flwyddyn i flwyddyn.

Ychwanegodd Mr Keighan: "Mae'r fferm solar wedi bod yn llwyddiant ysgubol yn y ddwy flynedd y mae wedi

bod yn weithredol, ac mae'r arbedion mewn cyllid ac allyriadau yn profi hynny. "Mae'r ddau ffactor hyn yn bwysig iawn.

"Mae ein cynilion yn cyd-fynd â chostau cynyddol trydan, ac o ran allyriadau carbon, mae ar adeg pan mae'n bwysicach nag erioed gofalu am ein hamgylchedd. Fel bwrdd iechyd, rydym yn benderfynol o barhau i leihau ein hól troed carbon ac mae'r fferm solar wedi ein helpu'n aruthrol yn hynny o beth.

"Wrth symud ymlaen, byddwn yn edrych ar ffyrdd o adeiladu ar ein llwyddiant ac rydym yn gyffrous i weld beth sydd gan y dyfodol i'r fferm solar."

Bae yn arwain ar gyflawni digidol i helpu gwasanaethau i wneud arbedion mawr

Mae'r cynnydd ar arloesiadau digidol sy'n helpu i dorri amseroedd aros ac arbed arian i GIG Cymru wedi'i groesawu gan y Gweinidog Iechyd Eluned Morgan.

Ar ymweliad ag Ysbyty Castell-nedd Port Talbot gwelodd y Gweinidog Iechyd drosti'i hun sut mae cysyniad ward ddigidol newydd yn trawsnewid prosesau dogfennu sy'n cymryd llawer o amser ar gyfer staff gofal iechyd a chleifion.

Yn allweddol i hyn mae dwy system ddigidol newydd sy'n cael eu cyflwyno ledled Cymru, sef Cofnod Gofal Nyrsio Cymru (WNCR) a Rhagnodi Electronig a Gweinyddu Meddyginiaethau (EPMA).

Maent yn arbed amser ac yn gwella effeithlonrwydd, yn hybu diogelwch cleifion ac ansawdd gofal, ac yn arbed arian i fyrdau iechyd.

Mae EPMA yn darparu system electronig ar gyfer rhagnodi a rhoi meddyginiaethau i gleifion mewn ysbytai.

Yn ardal Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe mae wedi:

- Arbed mwy na 2,000 awr o amser rhagnodwr bob blwyddyn rhag ailysgrifennu siartiau meddyginiaeth coll neu lawn yng Nghastell-nedd Port Talbot, a 3,600 o oriau ychwanegol y flwyddyn yn Ysbyty Singleton.
- Lleihau'r amser a dreulir ar rowndiau cyffuriau unigol fesul nyrs, fesul ward o 10 munud yng Nghastell-nedd Port Talbot a 6 munud yn Singleton.
- Arbed 3,300 o oriau nyrsio y flwyddyn wrth chwilio am siartiau meddyginiaeth yng Nghastell-nedd Port Talbot a 5,600 o oriau'r flwyddyn yn Singleton.
- Lleihau'n sylweddol y gwallau sy'n gysylltiedig â rhagnodi a rhoi meddyginiaethau.

Bydd pob bwrdd iechyd arall yn dechrau rhoi'r system ar waith o 1 Ebrill 2024.

Mae'r WNCR yn galluogi staff i gofnodi, rhannu a chael mynediad at wybodaeth cleifion yn electronig ar draws wardiau, safleoedd ysbytai ac ardaloedd byrddau iechyd. Mae hefyd wedi safoni gwybodaeth a gasglwyd am oedolion mewn ysbytai.

Mae pob bwrdd iechyd a'r rhan fwyaf o ysbytai ledled Cymru nawr yn defnyddio'r cofnodion nyrsio electronig, a disgwylir i'r gweddill ymuno erbyn mis Mawrth 2024.

Mae Bae Abertawe hefyd wedi datblygu ein system electronig ein hunain ar gyfer llif cleifion, o'r enw Signal. Mae hyn yn helpu ymhellach i wella diogelwch cleifion a dileu oediadau mewn gofal cleifion. Mae gan fyrdau iechyd eraill yng Nghymru ddiddordeb mewn mabwysiadu'r system.

Mae Signal yn cadw llygad digidol ar gleifion o'u derbyniad i'r ysbyty hyd at eu rhyddhau. Mae'n gwneud staff sy'n ymwneud â'u gofal yn ymwybodol o unrhyw gymorth sydd ei angen arnynt i adael yr ysbyty cyn gynted ag y gallant. Mae hyn yn cynnwys manylion pecyn gofal y gallai fod ei angen arnynt cyn y gallant adael.

Defnyddir y system ar draws Bae Abertawe i gefnogi rowndiau bwrdd ar-lein a gynhelir gan glinigwyr sy'n gofalu am gleifion. Mae'n golygu bod gan bob aelod o'r tîm sy'n ymwneud â gofal claf yr wybodaeth sydd ar gael yn ddigidol, mewn amser real, ble bynnag y maen nhw'n gorfforol.



Mae'r Gweinidog yn sgwrsio â rhai o'r staff digidol a chlinigol sy'n ymwneud â'r systemau digidol newydd yn ystod ei hymwelliad. Yn y cyfamser, ar y chwith, mae Dougie Russell, Cyfarwyddwr Meddygol Uned Ysbyty Singleton a Llawfeddyg Ymgynghorol Orthopedig, yn esbonio'r gwelliannau rhwng system bapur ac un a dde ddigidol, Cyfarwyddwr Digidol, Matt John, sy'n egluro manteision y systemau digidol



Mae Signal hefyd yn rhoi trosolwg i reolwyr ysbytai o'r hyn sy'n digwydd ym mhob maes clinigol. Mae'n rhoi gwybodaeth amser real hanfodol am gapasiti ar draws holl safleoedd y bwrdd iechyd, ac yn helpu i nodi meysydd y gallai fod angen cymorth ychwanegol arnynt. Dywedodd y Gweinidog Iechyd, Eluned Morgan: "Mae manteision y systemau digidol newydd rydym yn

eu hariannu yn eglur i'w gweld. Maent yn symleiddio prosesau gweinyddol ar gyfer staff gofal iechyd ac yn caniatáu rhagor o amser iddynt ganolbwyntio ar ofal cleifion.

"Arloesiadau fel hyn yw'r union fath o atebion sydd angen i ni eu gweithredu i sicrhau GIG sy'n addas ar gyfer y dyfodol.

(O'r chwith i'r dde): Ymarferydd nyrsio orthopedig Sian Francis; cymrawd llawdriniaeth gosmetig Eva O'Grady; y llawfeddyg orthopedig ymgynghorol Rhys Clement; llawfeddyg ymgynghorol trauma orthopedig ac allodedau aelodau o'r corff Piers Page; a'r llawfeddyg plastig ymgynghorol Nick Marsden



Mae gwaith tîm yn gwneud i'r freuddwyd weithio i wasanaeth orthoplastig gwych

Mae llawfeddygon yn Ysbyty Treforys yn cydweithio mewn ffordd sy'n unigryw yng Nghymru i achub aelodau pobl ar ôl damweiniau difrifol.

Mae'r gwasanaeth orthoplastig yn dod â sgiliau arbenigol llawfeddygon orthopedig a phlastig a'u timau cymorth ynghyd – gan osgoi'r angen i gleifion gael llawdriniaethau ar wahân.

Mae gan Dreforys dîm medrus iawn o arbenigwyr orthopedig ac mae'n gartref i Ganolfan Llosgiadau a Llawfeddygaeth Blastig Cymru.

Defnyddiwyd y dull cyfunol ar sail ad-hoc am flynyddoedd lawer. Fodd bynnag, fe'i ffurfiolwyd â lansiad Rhwydwaith Trawma De Cymru yn 2020.

Daeth Ysbyty Athrofaol Cymru (UHW) Caerdydd yn ganolfan trawma mawr i oedolion a phlant yn y rhanbarth. Dynodwyd

Treforys yn uned drawma â gwasanaethau arbenigol, gan gynnwys llawfeddygaeth blastig. Yr argaeledd hwn o arbenigedd plastig ac orthopedig, gan weithio ar y cyd, sy'n gwneud y gwasanaeth orthoplastig yn bosibl. Mae'r tîm yn cynnwys 10 llawfeddyg, wedi'u rhannu'n gyfartal rhwng orthopedig a phlastig - pob un â diddordeb is-arbenigedd mewn ail-greu aelodau - ynghyd â staff hyfforddedig eraill.

Dywedodd y llawfeddyg orthopedig ymgynghorol Rhys Clement: “Toresgyrn agored yw'r gwaith aciwt yn bennaf. Mae'r rhain yn doriadau lle mae'r asgwrn wedi dod allan drwy'r croen ac wedi achosi anafiadau dinistriol i'r asgwrn a meinwe meddal. “Mae angen i'r ddau dîm gydweithio i drwsio'r esgyrn a gorchuddio'r esgyrn ag ail-greu meinwe meddal i achub y goes.

“Mae'r rhan fwyaf o'r toresgyrn agored a welwn yn dod o wrthdrawiadau traffig ar y ffyrdd, damweiniau

beiciau modur, syrthio o uchder a phobl yn cwmpo oddi ar geffylau.

“O bryd i'w gilydd rydym yn gweld damweiniau chwaraeon, ond damweiniau traffig ffyrdd sydd fwyaf cyffredin, ac yna disgyn o uchder. Pobl i fyn ysgolion, sgaffaldiau, dringwyr creigiau yn disgyn oddi ar glogwyni – y math yna o beth.

“Gan ein bod ni'n agos at arfordir De Cymru, rydym yn cael tipyn o ddringwyr creigiau yn dod yma.”

Dywedodd Mr Clement pe bai gan yr anafedig anaf i'w aelod y byddai'n mynd yn syth i Dreforys. Gydag anafiadau lluosog byddent yn mynd i Ysbyty Athrofaol Cymru i anafiadau sy'n peryglu bywyd gael eu rheoli yn gyntaf. Byddai'r rhai sydd angen rhagor o waith i achub aelodau'r corff wedyn yn trosglwyddo i ysbyty Abertawe.

Mae pump llawfeddyg plastig Treforys rhyngddynt yn darparu gwasanaeth dyddiol yng Nghanolfan Trawma Mawr Ysbyty Athrofaol Cymru, felly maent yn ymwneud â'r achosion hyn o'r cychwyn cyntaf. “Mae'n osgoi sefyllfa lle mae cleifion yn cael triniaeth orthopedig ac yna'n cael eu hatgyfeirio i gael llawdriniaeth blastig.”

meddai Mr Clement. “Y syniad yw dod ag ef at ei gilydd a'i wneud fel gweithdrefn ar y cyd.”

Dywedodd y llawfeddyg plastig ymgynghorol Nick Marsden: “Unwaith y bydd yr anaf i'r asgwrn wedi cael ei drwsio, mae'n hanfodol ein bod yn darparu gorchudd meinwe meddal cadarn ar unwaith o'r esgyrn a'r gwaith metel.

Mae hyn yn lleihau'r risg o haint ac yn cynyddu'r siawns y bydd yr asgwrn yn gwella ac yn achub y goes. Dyna pam rydym yn gweithio gyda'n gilydd ar yr un pryd yn y theatr. “Mae angen ail-greu meinwe meddal cymhleth

ar y rhan fwyaf o'r cleifion hyn, lle rydym yn cymryd meinwe iach o ran arall o'r corff sy'n aberthadwy a'i drawsblannu i'r aelod i orchuddio'r diffyg.

“Mae hyn yn golygu ailgysylltu pibellau gwaed y meinweoedd a drawsblannwyd â phibellau gwaed yn y goes gan ddefnyddio microlawdriniaeth.

Yna caiff y cleifion eu monitro mewn meysydd arbenigol o fewn yr uned llawfeddygaeth blastig yn Nhreforys, gan nyrsys hyfforddedig a gweithwyr proffesiynol perthynol.”

Mae gan y gwasanaeth ei restrau theatr llawdriniaethau pwrpasol ei hun ar ddydd Llun, dydd Mercher a dydd Gwener, pan fydd llawfeddygon orthopedig a phlastig a'r tîm ehangach yn cydweithio mewn ffordd sy'n unigryw yng Nghymru.

Dywedodd yr ymarferydd nyrsio orthopedig Sian Francis: “Dim ond yr un theatr yw hi ond mae wedi'i neilltuo i ni ar y tridiau hynny.

“Gan y gallant fod yn weithdrefnau hirfaith, pe baech yn eu rhoi ar restr theatr trawma cyffredinol, ni fyddai neb arall yn cael eu llawdriniaeth y diwrnod hwnnw.”

Agwedd bwysig arall ar y gwasanaeth orthoplastig yw'r dilyniant arbenigol o'r anafiadau hyn.

Mae gan y tîm ddau glinig orthoplastig cyfun bob wythnos i sicrhau bod cleifion yn cael yr apwyntiad dilynol priodol. Gellir nodi cymhlethdodau fel haint esgyrn neu doriadau nad ydynt yn gwella a'u rheoli'n briodol.

Mae'r tîm hefyd yn derbyn atgyfeiriadau o bob rhan o Dde Cymru ar gyfer cleifion â heintiau sy'n gysylltiedig ag esgyrn neu dorri asgwrn sydd angen mewnbwn orthoplastig arbenigol.

“Ein nod fel tîm amlddisgyblaethol yw ceisio cael y cleifion hyn mor agos at eu cyflwr cyn anaf â phosibl, fel y gallant ddychwelyd i'r gwaith a mynd yn ôl i fyw bywydau normal,” meddai Mr Marsden.

Bae yn dod yn gyrchfan o ddewis ar gyfer meddygon

Mae Bae Abertawe yn brysur dod yn ddewis gyrchfan i feddygon o gartref ac o dramor.

Llynedd gwelodd 157 o feddygon newydd yn cyrraedd, gan gynnwys 79 o dramor.

Mae'n ymddangos bod ymdrechion y bwrdd iechyd i arddangos y cydbwysedd gwaith/bywyd cadarnhaol, ynghyd â'r hyfforddiant a'r cyfleoedd proffesiynol sydd ar gael i'r rheini yn y maes, yn talu.

Dywedodd Debbie Eytayo, Cyfarwyddwr Gweithlu a Datblygiad Sefydliadol fod y duedd ddymunol yn ganlyniad o gynllunio gofalus.

Dywedodd hi: "Dros yr ychydig flynyddoedd diwethaf rydym wedi bod yn eithaf rhagweithiol ac wedi cyflawni peth gwaith recriwtio wedi'i dargedu, yn enwedig i lenwi rhai swyddi sy'n anodd recriwtio iddynt."

Mae'r ymdrechion hyn yn cael eu helpu gan adborth cadarnhaol gan staff presennol.

Ychwanegodd hi: "Un o'n cryfderau yw fod cyfleoedd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe yn cael eu hyrwyddo ar dafod leferydd. Mae'r meddygon sy'n gweithio yma yn siarad yn gadarnhaol am y sefydliad â'u cymheiriaid.

"Yn ogystal â'n meddygon o dramor, rydym yn denu meddygon o bob rhan o Gymru a gweddill y DU.

"Fe wnaethom benodi 157 o feddygon ym mlwyddyn ariannol 2022-23, a chafodd 79 o'r rheini eu recriwtio o dramor."

Cytunodd Phillipa Hughes, Uwch Gynghorydd Meddygol Gweithlu, fod hyrwyddo ar lafar yn allweddol.

Dywedodd hi: "Rwy'n meddwl bod gennym enw da ac mae rhannu ar lafar gan y meddygon sy'n dod atom ni



Recriwtio newydd Mohammed Addin, yn y llun y tu allan i'r brif fynedfa i Ysbyty Treforys

- maen nhw'n adrodd yn ôl i ffrindiau a chydweithwyr. Rwy'n meddwl bod hynny'n helpu yn wirioneddol. Maen nhw'n bwriadu dod i weithio yma hefyd."

Dywedodd Branwen Cobley, Dirprwy Reolwr Adnoddau Dynol Meddygol, fod cymorth mewn grym i helpu'r rhai sy'n cyrraedd o'r newydd i ymuno.

"Rydym yn cynorthwyo'r unigolyn ac yn ei annog i fynychu cyfleoedd addysgu a hyfforddiant sydd ar gael i'n meddygon sy'n hyfforddi," dywedodd Branwen.

"Rydym yn edrych ar y profiad blaenorol mae'r meddyg

wedi cael ac yn datblygu pecyn ymuno.

Ymunodd Mohammed Addin ag adran gardioleg Ysbyty Treforys ym mis Medi ar ôl gwneud y penderfyniad anodd i adael ei famwlad yn Yemen mewn ymgais i wella ei hyfforddiant meddygol.

Dywedodd yr un 32 oed: "Yr hyn a'm daliodd ar unwaith am ymuno â'r tîm hwn oedd presenoldeb ymgynghorwyr niferus oedd yn enwog am eu harbenigedd yn Ysbyty Treforys.

"Roedd yr holl brofiad yn ddim byd llai nag eithriadol."

Recriwtiaid nyrsio newydd ar fin arbed £8m trwy leihau biliau asiantaethau

Disgwylir i Ysbyty Treforys Bae Abertawe lleihau costiau o gwmpas £8m ar filiau asiantaethau erbyn diwedd y flwyddyn ariannol oherwydd ymgrych lwyddiannus y bwrdd iechyd i recriwtio rhagor o staff nyrsio o gartref a thramor.

Mae'r arbedion yn neilltuo o amserol, a Llywodraeth Cymru yn gofyn am dorri costau ychwanegol am weddill y flwyddyn ariannol, gyda'r disgwyliad y bydd angen rhagor y flwyddyn nesaf.

Ers diwedd Ionawr, mae 118 o nyrsys newydd o dramor a 123 o fyfyrwyr nyrsio o Brifysgol Abertawe wedi cymryd swyddi i leihau swyddi gwag yn sylweddol, oedd yn sefyll dipyn dros 200 ar ddechrau 2023.

Mae'r bwrdd iechyd hefyd wedi parhau i gynorthwyo ac annog nyrsys lleol gyda'r mewnlif sylweddol o brifysgol y ddinas. Yn naturiol, mae newydd-ddyfodiad wedi bod angen amser i ymsefydlu oherwydd prosesau ymuno ac – yn achos staff o dramor – cymhathu i'r GIG a bywyd yng Nghymru yn gyffredinol. Mae costau amlwg hefyd yn gysylltiedig ag ychwanegu rhagor o staff i'r bil

cyflogau parhaol, a gwario ychwanegol o ddod a nyrsys i'r DU a chymryd staff newydd hefyd o'r brifysgol.

Ond gyda nifer o'r recriwtiaid bellach ar y rhestr yn Nhreforys, mae disgwyl gostyngiad o tua £8m ar y gost o tua £21.2m o'r flwyddyn ariannol ddiwethaf (22/23), gyda'r gobait y bydd yr holl swyddi gwag wedi cael eu llenwi.



"Mae effaith fwyaf y broses recriwtio wedi bod ar ddefnydd asiantaethau, y byddem yn ei ddisgwyl," dywedodd Prif Reolwr Prosiect Cyllid Bae Abertawe, Roddy Boobyer.

"Rydym wedi bod yn targedu cymryd sifftiau asiantaethau allan o'r darlun, nid cymaint gostyngiadau mewn staffio banc a goramser. Y rhifau diweddaraaf, ynglŷn â gwariant asiantaethau nyrsio yn Nhreforys, llynedd yw £21.2m ac ni ddylem wario mwy na £8 ar gyfer eleni.

"Pan ddaw'r recriwtiaid newydd o dramor i mewn i'r bwrdd iechyd, maen nhw'n cael pedair wythnos o hyfforddiant, maen nhw wedyn yn sefyll arholiad clinigol ond os oes angen i ailsefyll, yna mae rhagor o

hyfforddiant yn cael ei ddarparu. Mae'r holl nyrsys yn mynychu cyfnod sefydlu corfforaethol ac mae cyfnod ychwanegol tra ar y wardiau, felly mae'n cymryd amser.

"Ond rydym wedi gwneud camau mawr yn amlwg eleni. A bydd y buddion yn ariannol hyd yn oed yn fwy y flwyddyn nesaf oherwydd na fydd gennym yr holl gostau ychwanegol o'r bobl newydd yn dod i mewn."

Y tu hwnt i'r ariannol yn unig, mae mewnlif staff newydd, parhaol yn cael effeithiau cadarnhaol niferus, nid y lleiaf ynghylch morol gwell, cynhyrchiant ac yn bwysicaf oll, gofal cleifion.

"Yr adeg hon llynedd ac i raddau yn rhan gynnar y flwyddyn hon, roedd gennym y fath fylchau yn ein gweithlu parhaol felly roeddem yn dibynnu'n enfawr ar staff dros dro, boed hynny'n fanc neu'n asiantaeth yn bennaf," dywedodd Ceri Matthews, sydd yn Gyfarwyddwr Uned Nyrsio Dros Dro ar gyfer Ysbyty Treforys.

"Rwy'n meddwl ei fod yn anodd iawn i ddod i'r gwaith bob dydd pan, er enghraifft, rydych yn un o ddau aelod staff parhaol. Uwchlaw'r cwbl, wrth gwrs, bydd staff hapus sy'n teimlo'n rhan o dîm a hefyd yn teimlo eu bod yn cael eu gwerthfawrogi yn cynyddu ansawdd a diogelwch gofal i'n cleifion."

Wedi'i egluro...sut mae dull helpu i wreiddio gofal iawn,

Mae gwasanaethau brys a gofal brys wedi bod yn dwysáu ymdrechion tuag at wreiddio gofal iawn, amser iawn, lle iawn, wrth i ddyfnderoedd y gaeaf agosáu.

Mae hyn yn golygu parhau i weithio tuag at leihau'r pwysau ar yr Adran Achosion Brys (ED) trwy ddargyfeirio cleifion i ddewisiadau eraill pan mae'n bosibl a rhoi rhagor o bwyslais ar wasanaethau cymunedol i gefnogi osgoi derbyniadau a rhyddhau. Mae'r mentrau hyn, ynghyd â'n cynllun peilot Continuous Flow sy'n arwain Cymru, sy'n trefnu symudiadau cleifion o'r uned asesu i wardiau meddygol drwy gydol y dydd, yn dod at ei gilydd dan ymgyrch gydlynol sydd â'r nod o wella perfformiad mewn gofal heb ei drefnu.

“Mae'r sefyllfa o'n blaenau yn parhau i fod yn eithriadol o heriol a dylem roi clod i ymdrechion clodwiw y rhai sydd ar flaen y gad,” meddai Deb Lewis, Prif Swyddog Gweithredu.

“Rydym, yn gwbl briodol, yn canolbwyntio rhan fawr o'n gwaith ar leihau ciwiau ambiwlansys y tu allan i'r Adran Achosion Brys fel y gallant ddychwelyd i ateb galwadau 999.

“Ond dyna un darn o'r pos. Rydym yn gwybod bod y pwysau yn cael sgîl-ffeithiau ar draws ein gwasanaeth iechyd integredig, a dyna pam nad oes un ateb unigol.

“Felly rydym yn mabwysiadu agwedd gyfannol a chydgyssylltiedig.”

Yn ganolog i hyn mae'r Hyb Acíwt yn Ysbyty Treforys, sy'n agosáu at ei ben-blwydd cyntaf.

Mae'r hyb, ychydig y tu mewn i'r brif fynedfa, wedi'i rannu'n ddwy ran; Gofal Brys yr Un Diwrnod (SDEC) a'r Uned Feddygol Acíwt (AMU).

Mae SDEC, lle mae gofal sylfaenol ac eilaidd yn cyfarfod, yn darparu gofal i gleifion sy'n cerdded ag amrediad o gyflyrau. Gallant gael eu hatgyfeirio yma gan eu meddyg teulu, gan yr Adran Achosion Brys neu gan glinigwyr sy'n adolygu'r galwadau a wnaed i'r gwasanaeth ambiwlans, yr hyn a elwir yn 'bentwr'.

Y nod yw rhoi mynediad cynnar i gleifion at adolygiadau a phenderfyniadau, gan osgoi derbyn cleifion mewnol lle bo modd.

Drws nesaf mae'r AMU sydd â chymysgedd o leoedd trolï a gwelyau, a llawer o'r rhain wedi'u neilltuo ar gyfer cleifion bregus, oedrannus.

Dyma ail ddrws ffrynt Treforys, cyfleuster pwrpasol ar gyfer y cleifion meddygol hynny y mae angen cael eu gweld ar frys, ond nad oes angen y gofal achub bywyd arbenigol iawn arnynt mewn adrannau brys.

Mae AMU yn cynnig asesiad a gofal uwch o ansawdd uchel 24 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos, â'r nod o leihau hyd arhosiad yn yr ysbyty, gan sicrhau mai dim ond y rhai sydd ag angen gofal mwy arbenigol sy'n cael mynediad i dimau ward arbenigol.

Mae'r peilot Continuous Flow newydd yn cynorthwyo llif cleifion o AMU, sef dull profedig o gynnal llif

Sut mae gwasanaethau cymunedol yn datblygu i helpu

Wardiau Rhithiol

Mae wardiau rhithiol yn cynnig gofal cofleidïol yn nes at adref - lle mae cleifion wir am fod.

Yn hytrach na bod ward yn cynnwys gwelyau ysbyty, mae gwelyau'r cleifion eu hunain yn dod yn rhan o ward rithiol sy'n golygu eu bod yn dal i dderbyn yr un lefel o ofal ond yng nghysur eu cartrefi yn hytrach nag ysbyty. Maent yn darparu gofal cyfannol o ansawdd uchel sy'n canolbwyntio ar y claf trwy asesu cyflym; cyfranogiad tîm amlddisgyblaethol a gwaith partneriaeth effeithiol rhwng meddygon teulu a gweithwyr gofal sylfaenol proffesiynol eraill; staff ysbytai, gweithwyr gofal cymdeithasol a chydweithwyr yn y trydydd sector. Mae'r tîm amlddisgyblaethol yn trafod sut i gynllunio a rheoli gofal pob claf, gan sicrhau bod asesiad wyneb yn wyneb ac ymyrraeth yn cael ei gwblhau.

Mae ein wardiau rhithiol yn chwarae rhan hanfodol wrth leihau derbyniadau ysbyty y gellir eu hosgoi a chefnogi rhyddhau cleifion yn gynt o'r ysbyty yn ddiogel. Maent yn helpu i ddarparu cymorth i'r rhai sy'n byw'n eiddil; yr henoed, a'r rhai sydd ag anghenion iechyd a gofal cymdeithasol cymhleth.

Mae gofal ymarferol i gleifion yn parhau i gael ei ddarparu fel o'r blaen, ond yng nghysur eu cartrefi, yn hytrach nag mewn ysbyty.

Mae gan bob un o'n Clystyrau Cydweithredol Lleol (LCC) eu ward rithiol eu hunain, sy'n cynnwys staff gan gynnwys meddygon, nyrsys, fferyllwyr a therapyddion.

Trwy ddod â'u meysydd arbenigedd i'r bwrdd, gall y timau gydweithio i helpu i gadw cleifion gartref,

eu rhyddhau'n ddiogel o'r ysbyty yn gynt ac atal derbyniadau ysbyty y gellir eu hosgoi trwy eu cynorthwyo i aros yn iach gartref. Ers eu cyflwyno ar ddiwedd 2021, maent eisoes wedi atal cannoedd o dderbyniadau i'r ysbyty.

Timau Clinigol Acíwt

Mae ein Timau Clinigol Acíwt (ACT), sydd wedi'u lleoli yn Abertawe a Chastell-nedd Port Talbot, yn darparu gofal tymor byr i gleifion bregus y byddai'n well ganddynt fod yn eu cartrefi eu hunain.

Gallant hefyd alw ar dimau eraill i ddarparu triniaeth yn y cartref, fel ffisiotherapi.

Mae'r timau'n dod â'r hyn sy'n draddodiadol yn asesiadau, triniaethau ac ymchwiliadau yn yr ysbyty, fel profion gwaed pwynt gofal, amrediad o driniaethau IV neu ocsigen yn y cartref, i'r gymuned.

Maent yn atal derbyniadau acíwt diangen a gallant helpu i gyflymu'r broses o gael eich rhyddhau o'r ysbyty. Mae staff hefyd yn gweithio gyda pharafeddygon i osgoi derbyniadau diangen i'r ysbyty, a dderbynnir o alwadau 999.

Fodd bynnag, os bydd cleifion yn cael eu cludo i'r ysbyty, gall y timau hefyd helpu i'w cael adref yn gynt. Maent yn darparu asesiad meddygol cynhwysfawr a chynllun rheoli, gan gynnwys ymchwiliadau ac adolygiad o feddyginiaeth, yn ogystal â monitro a chynnig triniaethau amrywiol i gleifion. Roedd hyn ynghyd â gallu cynnig ffisiotherapi, therapi galwedigaethol, cymorth gofal cartref ac atgyfeiriadau ymlaen, oll yn helpu i gadw cleifion cystal â phosibl gartref ac osgoi derbyniadau diangen i'r ysbyty.

cleifion, sydd wedi'i fabwysiadu a'i addasu gan ymddiriedolaethau yn Lloegr.

Mae Llywodraeth Cymru wedi dewis Ysbyty Treforys fel y cyntaf o dri ysbyty yng Nghymru i dreialu'r dull system gyfan hwn.



Mae'n cydnabod gwahanol lefelau o risg ac yn ceisio ei ledaenu'n fwy cyfartal, gan wella profiad cleifion a staff. Mae amserlennu trosglwyddiadau o'r AMU i'r wardiau meddygol ar adegau penodol yn ystod y dydd wedi'i gynllunio i ddatgysylltu'r drysau ffrynt a chaniatáu ar gyfer dadlwytho ambiwlansys. Mae hefyd yn golygu

rhagor o reolaeth dros gael cleifion i'r wardiau cywir - gyda llai o allgleifion.

Mae'n golygu bod yn rhaid i gleifion ychwanegol gael eu lletya ar wardiau nes bod gwelyau ar gael. Ond mae'r amseroedd gosodedig hyn ar gyfer trosglwyddo yn galluogi'r wardiau i gynllunio'n well, gan ganolbwyntio ar gyfathrebu ac arfer gorau i hwylyso rhyddhau. Mae hefyd yn cefnogi system “risg a rennir”

sy'n canolbwyntio ar ddad-ddwysáu wrth y drws ffrynt a symud cleifion drwy'r system ysbytai ac i'r gymuned.

Mae'r Gwasanaeth Asesu Pobl Hŷn (OPAS) wedi'i gydleoli wrth y drws ffrynt ac mae'n darparu asesiadau cynhwysfawr cynnar ar gyfer cleifion bregus, oedrannus sy'n cyflwyno â chyflyrau acíwt.

Mae hyn yn caniatáu gwell dealltwriaeth o anghenion y grŵp hwn o gleifion sy'n agored i niwed ac yn aml yn hwylyso rhyddhau â chymorth yn ôl i gartref y claf.

Datblygiad mawr arall i wella'r llwybrau eiddilwch fu dyfodiad wyth Ward Rithiol ar draws ardal y bwrdd iechyd, a phob ward yn gofalu am hyd at 30 o gleifion yn y gymuned.

Mae'r model gwasanaeth clinigol Ward Rithiol yn darparu gofal cofleidïol wyneb yn wyneb yng nghartref neu gartref gofal y claf ei hun, a ddarperir gan dîm amlbroffesiynol. Mae meddygon teulu, fferyllwyr, therapyddion, nyrsys arbenigol a chydweithwyr yn y trydydd sector yn cyfarfod ar-lein yn rheolaidd i adolygu gofal claf, ond mae'r gofal gwirioneddol yn cael ei ddarparu yn ymarferol ble mae'r claf yn byw.

Mae Wardiau Rhithiol hefyd yn darparu gwasanaeth mewngymorth yn Ysbyty Treforys, a fydd yn nodi

cydgysylltiedig yn ar yr adeg iawn



cleifion mewnol presennol i'w rhyddhau'n gynt i Ward Rithiol gymunedol lle bydd y tîm amlddisgyblaethol yn mynd i'r afael ag anghenion clinigol ac ehangach parhaus y claf. Bydd y tîm mewngymorth hefyd yn hwylyso trafodaethau clinigol â chydweithwyr yn yr Adran Achosion Brys ac AMU i osgoi derbyn cleifion bregus, oedrannus sy'n dod i'r drws ffrynt a allai dderbyn gofal diogel mewn Ward Rithiol.

Mae derbyn gofal gartref gan Wardiau Rhithiol yn llawer gwell i iechyd corfforol a meddyliol cyffredinol y claf ac yn costio tua £40 y dydd, yn hytrach nag amcangyfrif ceidwadol o £150 i £180 y dydd yn yr ysbyty.

Yn ogystal, mae'r gwasanaeth Cartref yn Gyntaf yn cefnogi cleifion bregus, oedrannus i aros gartref neu'n hwylyso rhyddhau diogel a chynnar trwy wasanaethau amlddisgyblaethol ac integredig sy'n darparu asesiadau cymesur a chymorth i naill ai helpu cleifion i barhau â'u hadferiad gartref neu mewn gwely cam-i-lawr neu gartref gofal, os oes ganddynt anghenion mwy cymhleth.

Mae hyn yn helpu i ryddhau gwelyau i'r cleifion hynny

sy'n dod i mewn. Os yw claf yn derbyn gofal yn yr ysbyty, ar ôl i'r claf gael ei ryddhau, gellir mynd ag ef i Lolfa Rhyddhau Treforys, sy'n cael ei staffio gan nyrsys cymwysedig a gweithwyr cymorth gofal iechyd. Yma, gall cleifion aros yn gyfforddus lle gallant gael eu harsylwi a derbyn eu meddyginiaethau rheolaidd ac i gymryd meddyginiaeth (TTOs) tra byddant yn aros am gludiant adref. Ond nid yw gofal yn dod i ben wrth y drws cefn, a'r rhai sydd ei angen yn gallu cael mynediad at ofal clinigol yn y gymuned.

"Rydym yn gwybod bod y pwysau yn cael sgîl-ffeithiau ar draws ein gwasanaeth iechyd integredig, a dyna pam nad oes un ateb unigol"

- Deb Lewis

Mae'r Tîm Clinigol Acíwt (ACT) yn wasanaeth ysbyty yn y cartref sy'n gweld cleifion yn eu cartrefi a'u cartrefi nyrsio eu hunain, gan ddarparu triniaeth barhaus ar gyfer amrediad o gyflyrau difrifol gan gynnwys heintiau a gwaethygu problemau'r galon a'r frest neu yn ystod adferiad ar ôl cwympo.

Mae gan y Tîm Clinigolm Acíwt asesiadau cymesur a chymorth i naill ai helpu cleifion i barhau â'u hadferiad gartref neu mewn gwely cam-i-lawr neu gartref gofal, os oes ganddynt anghenion mwy cymhleth.

hefyd swyddogaeth ymateb ac ymyrryd cyflym, lle gall dderbyn cleifion sydd mewn perygl mawr o gael eu derbyn i'r ysbyty ac sydd wedi cael eu hatgyfeirio gan amrywiaeth o wasanaethau, gan gynnwys meddygon teulu, gwasanaethau cymdeithasol a pharafeddygon.



Prif lun, staff yn mhrif dderbynfya SDEC, ar y brlg, golwg gyffredinol o AMU ac uwchben, y claf Geoff Wheeler yn y llun yn derbyn gofal gan aelod o staff SDEC

Er gwaethaf yr holl gynlluniau hyn, mae oedi hir o hyd i rai cleifion sydd ag angen gofal neu gymorth parhaus yn y gymuned. Mae'r bwrdd iechyd yn parhau i weithio ochr yr ochr â chydweithwyr yn yr awdurdod lleol i greu capasiti ychwanegol i sicrhau bod cleifion yn gallu aros yn ddiogel gartref lle bo modd neu'n cael eu rhyddhau â'r lefel gywir o gymorth. Un o'r cynlluniau mwy diweddar oedd y Tîm Aseiniad Cleifion lle roedd gweithiwr cymdeithasol yn rhan o dîm ar y cyd â chlinigwyr cymunedol ac ysbyty i roi cyngor ac arweiniad ar gynllunio rhyddhau cynnar ac effeithiol mor gynnar ag adeg derbyn.

Dangosodd y prosiect gwella hwn gynydd sylweddol yn nifer y cleifion sy'n cael eu rhyddhau o'r Adran Achosion Brys ac AMU ac mae'r bwrdd iechyd yn gweithio tuag at roi'r cymorth hwn ar waith ar gyfer llif cleifion dros saith diwrnod yn ystod yr ychydig fisoedd nesaf.

“Rydym wedi trawsnewid ein drws ffrynt ac wedi cynnwys cymorth priodol ar hyd llwybr y claf lle mae timau amlddisgyblaethol yn gweithio'n effeithiol i wella gofal a phrofiad y claf,” meddai Anjula Mehta, Cyfarwyddwr Meddygol ar y Cyd Dros Dro.

“Ond mae'n rhaid i ni barhau i arloesi, newid a mireinio ein hymagwedd gan nad oes unrhyw ad-daliad yn y pwysau ychwanegol sy'n ein hwynebu a thra bod rhain nawr drwy gydol y flwyddyn, mae'r misoedd oerach yn sicr o ddod â mewnlifiad hyd yn oed yn fwy o gleifion i'n drysau ffrynt.”

Diogelwch yn gyntaf tra bod deuawd Bae Abertawe yn creu cwrs cenedlaethol arbed bywyd

Mae tîm tad a merch o Fae Abertawe wedi creu adnodd hyfforddi newydd ar gyfer y DU gyfan a allai fod yn achubwr bywyd go iawn.

Mae Paul Lee, Pennaeth Gwasanaethau Rheoli Offer Meddygol (MEMS) a’i ferch Jordan, sydd heb unrhyw hyfforddiant meddygol ffurfiol ond sydd ag MA mewn Llenyddiaeth Saesneg, wedi gweithio gyda’i gilydd am fwy na blwyddyn yn eu hamser hamdden i greu cwrs e-ddysgu a llyfr gwaith 70 tudalen i hyfforddi staff ar drin a defnyddio nwyon meddygol a silindrau a ddefnyddir mewn gofal iechyd yn ddiogel.

Mae’r hyfforddiant, a aeth yn fyw ym mis Medi, wedi’i ychwanegu at y porth E-Ddysgu Cenedlaethol ar gyfer Iechyd, gwefan sydd wedi ennill gwobrau gyda mwy na dwy filiwn o ddefnyddwyr cofrestredig yn darparu hyfforddiant ar-lein i staff iechyd a gofal cymdeithasol ledled y DU. Penderfynodd y ddeuawd roi eu pennau at ei gilydd a chreu’r hyfforddiant a’r llyfr gwaith ar-lein yn rhannol oherwydd profiadau Paul wrth weithio fel arweinydd diogelwch cleifion ledled y DU yn 2017.

“Roeddwn yn ymchwilio i farwolaethau damweiniol â dyfeisiau meddygol ac roedd yn o’r marwolaethau y gwnes i ymchwilio iddynt, credwch neu beidio, yn ymwneud â defnyddio silindr ocsigen meddygol oherwydd nad oedd rhywun yn gwybod sut i’w droi ymlaen yn gywir,” meddai Paul.

“Oherwydd eu dyluniad, nid yw staff wedi gwybod sut i’w ddefnyddio’n iawn, ac mae silindrau ocsigen wedi bod yn gysylltiedig â nifer o farwolaethau cleifion a channoedd o ddamweiniau trwch blewyn. Credwn y bydd y cwrs hwn yn hanfodol i’r holl staff, fwy neu lai, sy’n gweithio yn y GIG.”

Mae’r cwrs yn adeiladu ar yr hyfforddiant roedd Paul wedi’i ddyfeisio’n flaenorol ar gyfer Bae Abertawe, a fabwysiadwy wedyn gan fyrdau iechyd ledled Cymru. Fe wnaeth pandemig Covid, pan ddaeth y defnydd helaeth o ocsigen yn norm i lawer o staff gofal iechyd, gynyddu pryderon Paul bod diffyg gwybodaeth yn peryglu diogelwch cleifion.

Felly yn dilyn cais am gymorth penderfynodd fwrw ati’n uniongyrchol a llenwi’r bwlch gwybodaeth, tasg



Tim tad a merch Paul a Jordan Lee gyda pheth o ddeunydd y cwrs maen nhw wedi’i greu

a wnaed yn llawer haws diolch i gymorth Jordan a sefydliad o’r enw Cymdeithas Genedlaethol Addysgwyr a Hyfforddwyr Dyfeisiau Meddygol, a helpodd Paul ei hun i sefydlu yn 2011. Bellach mae gan y Gymdeithas tua 1,500 o aelodau ar draws y DU a darparodd y rhwydwaith o arbenigedd roedd ei angen ar Paul a Jordan i sicrhau bod eu cwrs yn darparu’r hyfforddiant cywir i holl staff y GIG sydd ei angen.

Dywedodd Paul: “Dros y deng i 15 mlynedd diwethaf rwyf wedi datblygu llawer o adnoddau defnyddiol, hyfforddiant, fideos a phob math o ddeunyddiau sydd wedi’u rhannu ymhlith cydweithwyr yn Lloegr a Chymru nad ydynt wedi cael unrhyw ddarpariaeth ar gyfer hyn yn llythrennol.

“Mae’r angen yno. Y tu allan i’r gwaith, mae Jordan, fi a chydweithwyr eraill yn rhedeg Cymdeithas Genedlaethol Addysgwyr a Hyfforddwyr Dyfeisiau Meddygol, NAMEDET yn fyr. Dechreuodd â dim ond llond llaw ohonom. Nawr mae gennym ein gwefan ein hunain, dyddlyfr rheolaidd, deunyddiau hyfforddi ac rydym yn cysylltu â thimau

diogelwch yr Adran Iechyd. “Yn benodol, rydym yn cysylltu â’r Rhaglen E-Ddysgu Genedlaethol (E-Ddysgu ar gyfer Iechyd). “E-Ddysgu ar gyfer Iechyd yw’r lle gorau ar gyfer adnoddau hyfforddi ledled y DU a hyd yn hyn ni fu erioed unrhyw beth ar gyfer diogelwch nwyon meddygol a silindrau.

“Felly gofynnwyd i ni fel NAMEDET roi’r cwrs dysgu hwn at ei gilydd ac arweinodd Jordan a fi dîm prosiect a gwneud yr holl waith fwy neu lai. Fe wnaethom ddylunio adnodd hyfforddi rhyngweithiol sydd am ddim i staff GIG y DU. Ac i gefnogi hynny, sef lle mae creadigrwydd ac anian artistig Jordan yn dod i mewn, datblygodd is-gynnyrch o’r cwrs – ar gyfer unwaith y byddwch wedi’i gwblhau’n llwyddiannus – sef y llyfr gwaith.

“Mae hwn yn adnodd hyfforddi 70 tudalen sydd wedi’i ddylunio’n glyfar iawn, â hyperddolenni, dolenni i hyfforddiant arall ac unwaith y bydd pobl wedi cwblhau’r hyfforddiant ar-lein yn llwyddiannus, maen nhw wedyn yn cael mynediad i lawrlwytho copi personol.”

Gwasanaethau llawer haws diolch i gymorth Jordan a sefydliad o’r enw Cymdeithas Genedlaethol Addysgwyr a Hyfforddwyr Dyfeisiau Meddygol, NAMEDET yn fyr.

gan awdurdodau lleol neu dîm iechyd meddwl, help i lywio gwasanaethau priodol – a mwy.

“Mae’r gwasanaeth yn cynnig cymorth eithaf eang i weddu i beth bynnag sydd ei angen ar bob person ac rydym yn cynnig cymorth i deuluoedd yr effeithir arnynt hefyd, boed yn blant neu rieni a gofalwyr,” ychwanegodd Cara.

“Gallai rhan o gynllun cymorth gynnwys gweithio gyda rhywun ar eu llesiant, a allai gynnwys gweithio gyda meddyg teulu, nyrs neu dîm rhagnodi.

“Wedyn mae elfen gynaliadwy lle rydym yn eu helpu i gael cymorth hir-dymor gan ein partneriaid allweddol, fel gwasanaethau cymorth sylweddau neu gam-drin domestig.” Mae cyflwyno’r gwasanaeth wedi arwain at ostyngiad o 60 y cant yn y galw ar feddygon teulu, yn ogystal â chynnydd o 98 y cant yn nifer y cleifion sy’n cael mynediad gwell at ffynonellau cymorth eraill. Fe wnaeth 70 o bobl, gan gynnwys aelodau o’r teulu, elwa o’r gwasanaeth yn ystod ei gyfnod cychwynnol o 18 mis.

genedlaethol ar ôl cyrraedd y rhestr fer yng Ngwobrau GIG Cymru 2023. Dywedodd cydlynnydd y prosiect Cara Lougher (yn y llun): “Mae’r gwasanaeth yn darparu gofal sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn sydd fel arfer ag anghenion lluosog heb eu diwallu.



“Maen nhw fel arfer yn bobl sydd wedi bod yn ceisio cymorth gan eu meddyg teulu ond sydd ag angen cymorth ychwanegol yn aml. Ein nod yw sicrhau bod pobl ag iechyd meddwl gwael, sy’n cael trafferth i chamddefnyddio sylweddau neu sy’n ddioddefwyr cam-drin domestig yn teimlo eu bod yn cael eu cynorthwyo a’u bod yn cael gofal.”

I ddechrau, cynhelir asesiad i ddeall problemau ac anghenion unigol pob unigolyn. Yna caiff pecyn cymorth pwrpasol ei lunio yn ymwneud â’r anghenion a’r nodau yr hoffai’r unigolyn hwnnw eu cyflawni neu y byddai angen cymorth arno yn eu cylch.

Yna rhoddir cymorth un-i-un iddynt a all gynnwys addysg am drawma, cwsag a maeth, help i gael cymorth

Tîm Abertawe yn amlygu arwyddion o ganser anghyffredin

Mae tîm ymroddedig sy’n trin math cymharol anghyffredin ond ymosodol iawn o ganser yn annog pobl i fod yn wiliadwrus am yr arwyddion.

Mae sarcoma yn ganser anghyffredin o feinwe cysylltiol y corff fel braster, cyhyr, nerfau, pibellau gwaed ac asgwrn. Mae llawer o fathau gwahanol, sy’n gallu effeithio ar unrhyw ran o’r corff.

Yn hanesyddol, fodd bynnag, mae’n gallu bod yn heriol gwneud diagnosis. Mewn gwirionedd, bydd llawer o Feddygon Teulu yn gweld dynnid o achosion yn unig yn ystod eu gyrfaoedd proffesiynol.

Y gwir her yw adnabod pa rai o’r llawer o lympiâu sy’n bresennol sydd o bosibl yn ganseraidd.

Yn ffodus, mae gan Gymru wasanaeth sarcoma sydd wedi’i strwythuro’n dda â digon o adnoddau a’i rôl yw canfod a thrin y niweidiau hyn. Mae triniaeth oncolegol yn cael ei ddarparu mewn

dwyr ganolfan ganser yng Nghymru - Singleton a Felindre. Mae angen triniaeth arbenigol ar rai pobl, sy’n cael ei ymgymryd yn Abertawe, lle mae tîm amlddisgyblaethol Gwasanaeth Sarcoma De Cymru (MDT) wedi’i leoli. Mae’n adolygu dwsinau o achosion yr wythnos i benderfynu ar y driniaeth orau.

Cymerodd y llawfeddyg plastig ymgynghorol Thomas Bragg yr awenau fel arweinydd sarcoma ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg - y sefydliad a ragflaenodd Bae Abertawe - yn 2015

"Nid oedd y gwasanaeth mewn siâp da iawn am resymau amrywiol," dywedodd Mr Bragg. Rydym wedi gweithio'n galed i ddatblygu'r gwasanaeth yn sylweddol, sy'n cael ei gydnabod nawr yn darparu gofal o ansawdd uchel mewn nifer o feysydd.

"Nid ydym yn swil am wynebu heriau, gan barhau i ymladd dros ein cleifion. Os yw pobl am

wybod sut mae ymarfer gorau yn edrych i Dîm Amlddisgyblaethol, maen nhw'n dod i weld ein un ni. Mae'n wasanaeth y dylai Cymru fod yn wirioneddol falch ohono." Er wedi'i leoli yn Abertawe, mae'r Tîm Amlddisgyblaethol yn gallu galw ar arbenigedd gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ledled Cymru ar gyfer ei gyfarfodydd achosion wythnosol. Ac yn ogystal â gweithio gyda gweithwyr proffesiynol o fewn GIG Cymru, mae gan y Tîm Amlddisgyblaethol gysylltiadau agos iawn â chanolfan arbenigol yn Birmingham lle cynhelir llawdriniaethau arbenigol ar gyfer llawdriniaeth esgryn ac ôl-beritoneol.

Dywedodd Mr Bragg fod yr arwyddion baner goch yn lwmp mwy na pum centimetr a deimlai'n ddwfn, oedd yn tyfu'n gyflym a gallai deimlo'n boenus.

Dywedodd y gallai sarcomâu fod mewn unrhyw ran o'r corff, gan gynnwys yr abdomen neu ben a gwddf, ond roeddent fel arfer yn fwy cyffredin yn yr aelodau.

Diolch yn fawr gan Kev i'r staff gwyb ar ôl brwydr canser



Mae Kev Johns MBE wedi siarad yn gyhoeddus am y tro cyntaf am y driniaeth canser a gafodd, er mwyn diolch i’r staff “anhwygoel” ym Mae Abertawe am achub ei fywyd.

Yn ddiweddar datgelodd y diddanwr a’r darlledwr annwyl - sy’n fwyaf adnabyddus am fod yn llais i’r Elyrch ac sy’n serennu’n gyson ym mhanto Theatr y Grand Abertawe - ei fod wedi bod yn derbyn triniaeth ar gyfer y clefyd dros y 18 mis diwethaf.

Diolch byth, mae’r dyn 62 oed bellach yn rhydd o ganser ar ôl cwrs o imiwnotherapi a ddilynwyd gan lawdriniaeth; ond ar un adeg roedd yn meddwl tybed a fyddai’n gweld Nadolig arall.

Amlygodd prawf gwaed arferol ym mis Mawrth 2021 ddiffyg haearn a datgelodd sgan CT dilynol fod gan y seren fâs anesboniadwy ar un o’i arennau.

Dywedodd Kev, na ddangosodd unrhyw symptom mawr: “Fe wnaethon nhw fy anfon am endosgopi ac yna sgan CT. Y diwrnod ar ôl i’r meddyg gwyb fy ffonio a dweud, ‘Fe allwn i fod wedi rhoi hwn yn ysgrifenedig ond dwi’n gwybod eich bod chi’n poeni, felly roeddwn i am ddweud wrthyhych chi fod rhywbeth ar eich aren.

“Y cwestiwn cyntaf oedd gen i, ‘Ydy e’n sinistr?’ Dywedodd hi ei fod.”

Yn dilyn y newyddion, roedd Kev yn wynebu aros yn nerfus am y diagnosis ond roedd yn benderfynol o barhau â’i fywyd fel arfer. Dywedodd: “Roeddwn i mewn cae yng Ngogledd Cymru yn ffilmio pennod o

sioe gomedi Americanaidd a ysgrifennwyd gan y bois sy’n ysgrifennu Saturday Night Live – mae’n debyg mai dyma oedd un o swyddi mwyaf fy mywyd ac roedd hyn yn hongian drosol.” Anfonwyd Kev wedyn am fiopsi a gadarnhaodd y gwaethaf.

Dywedodd: “Pan welais yr oncolegydd yn Singleton dywedodd wrthyf fod gen i canser cam 4.

“Roeddent yn teimlo na allent ei wella oherwydd er ei fod ar aren, roedd briwiau ar fy ysgyfaint hefyd, a oedd yn eu hatal rhag gweithredu. “Ond dywedodd hi, ‘Peidiwch â phoeni. Mae llawer o driniaethau i’w reoli.”

Mae dod i delerau â diagnosis o’r fath yn rhywbeth na fydd Kev byth yn ei anghofio.

Dywedodd: “I ddechrau, doeddwn i ddim yn ei gredu. Roeddwn i ond yn meddwl, ‘Byddaf yn iawn. Byddan nhw’n ei ddatrys.’ Yna dywedodd yr oncolegydd, ‘Allwn ni ddim ei wella.’ Ac rwy’n ei weld yn ysgrifenedig ei fod yn ffurf wael o ganser.

“Meddyliais i, ‘A fyddaf yn gweld y Nadolig? A ddylwn i fynd â fy ngheulu ar wyliau?’ A gwnes i hynny. Cymerais nhw i gyd i ffwrdd. Es i drwy hynny i gyd.”

Penderfynodd Kev gadw’r newyddion yn breifat, ac aeth ymlaen â’r sioe trwy serenno fel Nanna Penny yn ei bumed panto ar hugain yn Abertawe, Beauty and the Beast. Dywedodd: “I ddechrau, fe wnes i ei gadw i mi fy hun. Mae llawer o bobl yn cael canser. Dydw i ddim yn wahanol i unrhyw un arall. Doedd dim eisiau unrhyw sgysiau arnaf i pan oeddwn yn yr

archfarchnad. Roeddwn i am fwrw ymlaen â’r peth. Dywedodd pobl hyn wrthyf o’r dechrau - cadw eich positifrwydd. Rwyf wedi aros yn bositif drwy’r amser.

“Roeddwn i’n ddigon ffit i ddal ati i weithio felly gwnes i’r pantomeim. Ar fy niwrnod i ffwrdd o’r panto cefais i driniaeth. Aeth pawb arall i lawr y Gŵyr neu i Joe’s i gael hufen iâ.” Derbyniodd Kev imiwnotherapi wythnosol, sy’n gwella gallu naturiol y system imiwnedd i frwydro yn erbyn y clefyd, yn Uned Ddydd Cemotherapi Ysbyty Singleton (CDU).

Dywedodd e: “Dyma’r lle mwyaf rhyfeddol. Nhw yw’r tîm mwyaf anhwygoel o nyrsys a chynorthwyywyr – ni allaf ddiolch digon iddynt. Mae Kev yn gwybod iddo gael cynnig rhywfaint o’r driniaeth orau sydd ar gael, drwy’r GIG.

Meddai: “Bob tro rwy’n sôn am imiwnotherapi, mae pobl yn dweud ei fod yn newidiwr gemau.

“Un funud mae’r meddyg yn dweud na allan nhw wneud y llawdriniaeth y bydden nhw’n ei wneud fel arfer oherwydd bod y briwiau hyn ar fy ysgyfaint. Y wyrth yw, maen nhw i gyd wedi clirio. Crebachodd y tiwmor. Ac mae’r meddyg yn dweud, ‘Gadewch i ni siarad â’r llawfeddyg a gweld os gall wneud y llawdriniaeth.” “Chwec wythnos yn ôl es i i Ysbyty Treforys a chael y llawdriniaeth. Roedd y staff yn anhwygoel. Nid oes unrhyw arwyddion o ganser yn fy nghorff ar hyn o bryd. “Bydd fy nhiriaeth yn parhau, er fy mod yn iawn, nes iddynt orffen y cylch. I fod yn sicr.”

Gwasanaeth mamolaeth wedi cael hwb gan recriwtiaid bydwreigiaeth newydd yn cyrraedd

Mae gwasanaeth mamolaeth Bae Abertawe wedi derbyn hwb sylweddol ar ôl croesawu 11 o fydwragedd band pump newydd sydd wedi dechrau gweithio dros yr wythnosau diwethaf.

Mae'r rhain sydd wedi cyrraedd o'r newydd yn cynrychioli cam ymlaen i'r bwrdd iechyd wrth i ni weithio i sicrhau gwasanaethau bydwreigiaeth effeithiol, diogel a buddsoddiad £750,000 dros y ddwy flynedd nesaf.

Mae arweinyddion a staff ynghyd wedi bod yn gweithio'n galed i ddatblygu a gweithredu cynigion ar gyfer model staffio bydwreigiaeth diwygiedig er mwyn i'r Ganolfan Geni yn Ysbyty Castell-nedd Port Talbot a'n Gwasanaeth Geni Gartref allu ailagor ar ôl i bwyseddau staffio arwain at eu cau dros dro yng Ngorffennaf 2021.

Mae'r broses ailagor wedi bod ar y gweill ers dechrau mis Hydref a'r ddau wasanaeth wedi'u hamserlennu i fod yn rhedeg yn llawn yn gynnar y flwyddyn nesaf.

Dros yr wythnosau diwethaf, mae Bae Abertawe hefyd wedi bod yn recriwtio nifer o staff band dau wrth i ni

edrych ar ychwanegu at ychwanegiadau diweddar i'r tîm, gan gynnwys 14 Cynorthwy-ydd Gofal Mamolaeth, fydd yn caniatáu i'n bydwragedd dreulio rhagor o amser yn perfformio'r rôl wych maen nhw yn unig yn gallu gwneud.

Mae proses newid sefydliadol arall wedi cael ei chwblhau nawr i ad-drefnu gwasanaethau mamolaeth, tra bod trafodaethau wedi cael eu cynnal ynghylch ad-drefnu darparu gwasanaethau bydwreigiaeth cymunedol mewn partneriaethau â'n Clystyrau Prif Ofal, ag unrhyw newidiadau yn cael eu datblygu yn gynnar yn 2024, ar gyfer ymgysylltu â'r cyhoedd yn ddiweddarach y flwyddyn nesaf.

Mae'r rhain oll yn gamau cadarnhaol wrth i ni fwriadu moderneiddio ac ehangu un o'n gwasanaethau mwyaf canolog.

• Rydym wedi derbyn rhai sylwadau anhygoel, o'r galon am ein staff mamolaeth rhyfeddol. Gallwch ganfod y recordiadau ar adran 'gwerthoedd' ein mewnwyd ond rhag ofn eich bod wedi eu methu, dyma ddetholiad o'r negeseuon isod.

"Mae ein profiad ar Ward 20 wedi bod yn anhygoel. Ar ôl arhosiad hir iawn, gallaf ddweud yn onest bod y staff yn ardderchog, bob amser yn wirioneddol gynnes a chadarnhaol ac yn gymorth aruthrol i mi yn ystod y cyfnod hwn. Rwyf wedi dysgu cymaint oddi wrthyn nhw. Byddaf yn fythol ddiolchgar iddyn nhw..."

"Roedd ein bydwraig yn anhygoel, roedd y tîm cyfan yn anhygoel.

"Mae'r holl staff wedi bod yn wirioneddol gefnogol a chynorthwyol. Diolch..."

"Allaf i ddim diolch digon i'r bydwragedd am yr holl gymorth a chefnogaeth rwyf wedi'i dderbyn. Rhoddwyd sicrwydd i mi drosodd a throsodd. Roedden nhw'n deall ac yn gydymdeimladol..."

"Hoffwn i ddweud diolch mawr i'r bydwragedd caredig, gofalgar a phroffesiynol ar y ward. Roeddwn i'n teimlo fy mod yn derbyn gofal a thawelwyd fy holl ofidiau.

"Roedd y bydwragedd yn anhygoel, ac roedd defnyddio ystafell y pwll yn fonws hyfryd.



Clinig newydd yn darparu cymorth allweddol i famau sy'n disgwyl

Gall menywod beichiog sy'n profi problemau fel gorbryder a hwyliau isel dderbyn cymorth trwy glinig lles pwrpasol newydd.

Yn aml, gall paratoi ar gyfer ychwanegiad newydd i'r teulu fod yn gyfnod cyffrous ond brawychus i rieni, boed hynny am y tro cyntaf neu beidio. Nod cyflwyno'r clinig lles yn Ysbyty Singleton, Abertawe, yw helpu i leihau unrhyw bryder neu drallod y gall mamau sy'n disgwyl fod yn eu profi yn ystod eu beichiogrwydd.

Mae'r gwasanaeth newydd yn cynnig chwe sesiwn i fenywod lle gallant siarad am unrhyw faterion neu bryderon sydd ganddynt cyn dysgu am wahanol dechnegau ymdopi. Caiff ei redeg gan fydwraig arbenigol iechyd meddwl amenedigol gyntaf Bae Abertawe, Ann-Marie Thomas.

Dyweddodd hi: "Canfuom fod gennym wasanaeth gwyb a chadarn i fenywod sydd â phroblemau iechyd meddwl difrifol neu sy'n datblygu problemau iechyd meddwl difrifol, gyda'n gwasanaeth iechyd meddwl amenedigol.

"Gwnaethom sylwi fod grŵp mwy o fenywod beichiog â phroblemau iechyd meddwl ysgafn i gymedrol ond nid oedd unrhyw gymorth iechyd meddwl amenedigol pwrpasol o fewn mamolaeth. "Yn aml iawn gall pobl gael eu gorlethu a gall emosiynau ddechrau mynd yn ddwysach a gall pryder

a hwyliau isel ddechrau bod yn broblem. "Fe wnaethon ni gyflwyno'r clinig lles sy'n darparu mannau gwrando i'r menywod hyn."

Os bernir bod angen cymorth ychwanegol ar famau beichiog, gall bydwragedd eu cyfeirio at y clinig lles yn ystod eu beichiogrwydd. Mae Ann-Marie yn mynd trwy restr wirio sgorio i ddeall sut maent yn teimlo a pha faterion neu bryderon y maent yn eu profi. Y gobaith yw y bydd lefelau pryder pob merch wedi gostwng yn sylweddol erbyn diwedd y chwe sesiwn. Gweithiodd Ann-Marie gyda seicolegwyr mewn ysbytai i gynhyrchu llyfryn beichiogrwydd a llesiant a ddefnyddir ochr yn ochr â'r sesiynau.

Meddai: "Rydym yn archwilio pethau fel emosiynau llethol, y cysylltiad â'r meddwl a'r corff ac yn siarad am sut beth yw straen a phryder yn ein cyrff.

"Yna rydym yn symud ymlaen i ymwybyddiaeth ofalgar, a dyna lle rydym yn anelu at hyfforddi ein cyrff i deimlo mewn ffordd wahanol a defnyddio technegau llonyddu i helpu i dawelu. Rydym hefyd yn siarad am yr hyn sydd wedi eu helpu gartref i dawelu a theimlo'n ddiogel a sut y gallant efelychu hynny y tu allan i'w cartref." Yn yr amser byr y mae'r clinig wedi bod yn rhedeg, mae Ann-Marie eisoes wedi derbyn digon o adborth cadarnhaol ac wedi gweld gostyngiad amlwg yn lefelau trallod menywod o wythnos i wythnos.

Band 4 newydd i roi inswlin mewn hwb i nyrsio ardal

Mae tîm Nyrsio Ardal Bae Abertawe yn dathlu ar ôl i naw aelod o staff gael eu recriwtio i swyddi Ymarferydd Cynorthwyol Band 4 newydd, gan ganiatáu iddynt roi inswlin i gleifion yn eu cartrefi eu hunain.

Mae'r fenter, sy'n dilyn cyfarwydddeb gan Lywodraeth Cymru, yn cynorthwyo gwaith y gwasanaeth Nyrsio Ardal sydd ar hyn o bryd ay'n cynnal 178 o ymweliadau inswlin y dydd.

Hyd yn hyn, dim ond nyrsys ardal Band 5 cofrestredig sydd wedi gallu darparu'r gofal hwn. Ond mae uwchsgilio gweithwyr cymorth gofal iechyd ac ymarferwyr cynorthwyol wedi eu galluogi i gefnogi'r ymweliadau hyn, ar gyfer cleifion sy'n bodloni meini prawf penodol.

Mae hyn yn galluogi nyrsys ardal cofrestredig Band 5 i dreulio rhagor o amser yn darparu'r gofal lefel uwch

mawr nhw'n unig yn gallu ei wneud.

Rhoddwyd llawer o amser, ymdrech ac adnoddau i ddiweddarau polisïau i sicrhau bod y gwelliant hwn yn y gwasanaeth yn cael ei roi ar waith. Bydd cael rhagor o staff wedi'u hyfforddi i roi pigladau inswlin nid yn unig yn rhyddhau staff cofrestredig i wneud mwy o waith arbenigol, ond bydd yn ychwanegu gwytnwch at wasanaethau cymunedol.

Os na all nyrs gymunedol gyrraedd claf sydd ag angen ei inswlin mewn pryd, yna gall arwain at niwed gwirioneddol i'r claf hwnnw. Gyda gofynion cynyddol o fewn gwasanaethau cymunedol, mae ychwanegu rhagor o staff â'r sgiliau pwysig hyn yn allweddol i ddarparu gwasanaeth cynaliadwy.

Dyweddodd Paula Heycock, Pennaeth Nyrsio ar gyfer Gofal Sylfaenol: "Mae hwn yn drobwynt arwyddocaol i'r gwasanaeth a Bae Abertawe ac yn gyflawniad



Aelod o staff yn y llun yn rhoi pigiad inswlin

anhygoel. "Mae pobl wedi gweithio mor galed i ni gyrraedd y pwynt hwn, a hoffwn ddiolch i bawb a gymerodd ran."

Gwneud popeth o fewn ein gallu i osgoi Heintiau a Ddelir wrth Gael Gofal iechyd sy'n sylfaenol i'n huchelgeisiau

Mae lleihau achosion o niwed i gleifion a achosir gan heintiau a ddelir wrth gael gofal iechyd yn un o'n pum Blaenoriaeth Ansawdd. Mae'n amhosib cael gwared â phob byg a germ ond mae'n rhaid i ni sicrhau ein bod yn wybodus ac yn dilyn canllawiau arfer gorau. Dyma sut rydym yn bwriadu cynyddu ein brwydr yn erbyn Heintiau a Ddelir wrth Gael Gofal iechyd...

Mae heintiau a ddelir wrth gael gofal iechyd yn enghreifftiau o niwed i gleifion. Mae'r heintiau hyn yn achosi poen a dioddefaint i gleifion, yn aml yn ymestyn hyd eu harhosiad, sydd yn ei dro yn effeithio ar restrau aros, gan gostio miliynau o bunnoedd y flwyddyn i'r bwrdd iechyd.

Ein gweledigaeth 10 mlynedd yw dod yn Sefydliad o Ansawdd Uchel, felly mae gwneud popeth o fewn ein gallu i osgoi heintiau a ddelir wrth gael gofal iechyd yn hanfodol i'r uchelgais hwn.

Mae gan bob aelod o staff rôl i'w chwarae wrth atal yr enghreifftiau hyn o niwed sy'n digwydd yn ein hysbytai a'n lleoliadau cymunedol. Yn aml, y camau sylfaf a all wneud gwahaniaeth i gleifion.

Mae ein poblogaeth yn heneiddio ac mae gan lawer ohonynt problemau iechyd eraill, sy'n cynyddu eu risg o gael heintiau fel C. difficile. Adlewyrchir hyn ledled Cymru lle mae bron pob bwrdd iechyd yn adrodd am gyfraddau C. difficile sy'n uwch na tharged Llywodraeth Cymru o lai na 25 o achosion fesul 100,000 o'r boblogaeth. Ym Mae Abertawe, mae'r gyfradd achosion ar hyn o bryd yn fwy na dwbl nod Llywodraeth Cymru, sef 51.26 fesul 100,000 o'r boblogaeth.

Yn flaenorol, roedd yn ofynnol i'r staff hynny oedd â chyswllt â chleifion yn unig i ddilyn hyfforddiant lefel 2. Fodd bynnag, i gydnabod pwysigrwydd atal heintiau wrth amddiffyn ein cleifion a'n staff, ac ymrwymiad y bwrdd iechyd i ostwng cyfraddau heintiau, mae'r Tim Gweithredol wedi gorchymyn bod yn rhaid i bob aelod o staff ddilyn hyfforddiant Atal a Rheoli Heintiau Lefel



Mae dilyn y canllawiau diweddaraf ar hylendid dwylo yn un o hanfodion lleihau'r bygythiad o heintiau a ddelir wrth gael gofal iechyd

2 bob blwyddyn. Bydd yr wybodaeth greiddiol hon yn helpu pawb i ddarparu gofal diogel o ansawdd uchel i gleifion a lleihau achosion o niwed.

Mae IPC lefel 2 yn cwmpasu'r 10 elfen o ragofalon rheoli heintiau safonol y mae'n rhaid eu cymhwyso i bob claf, ym mhob maes gofal, bob amser, gan bob aelod o staff.

Rhagofalon safonol yw'r egwyddorion sylfaenol fel hylendid dwylo, defnyddio PPE, asesu risg ar gyfer lleoli cleifion a glendid amgylcheddol sydd, o'u defnyddio'n briodol, yn helpu i amddiffyn ein cleifion a'n gilydd. Beth bynnag yw eich rôl, bydd hyfforddiant lefel 2 yn rhoi'r wybodaeth a'r ddealltwriaeth i chi i'ch helpu i

chwarae eich rhan i gadw ein cleifion yn ddiogel. Bydd yr hyfforddiant hefyd yn eich helpu i adnabod arfer gwael ac yn rhoi'r hyder i chi ei herio. Ar ryw adeg, gall unrhyw un ohonom fod yn glaf neu fod â theulu neu ffrind yn defnyddio ein gwasanaethau. Pe bai eich perthynas yn gorwedd yn y gwely hwnnw, oni fyddech chi am iddo gael y gofal gorau posibl? Mae gan bob un ohonom gyfraniad i'w wneud i ddarparu gofal diogel o ansawdd uchel.

I gael rhagor o wybodaeth, neu i drafod sut y gallwch chi neu'ch tîm gael effaith, siaradwch ag unrhyw aelod o'r tîm Atal a Rheoli Heintiau, a fydd bob amser yn hapus i helpu.

Dyddiadau
i'ch dyddiadur

Tachwedd

Rhagfyr

Tach 16	Cymru, 10-4pm, Ysbyty Treforys
Menopos Ystyriol - 2-3.30pm (MS Teams)	Bydd lleoedd cyfyngedig ar gael ar gyfer y digwyddiad hyfforddi hwn, felly fe'ch cynghorir i archebu lle. I wneud hynny, e-bostiwch: library.morrison@wales.nhs.uk.
Cysylltwch ag Iechyd Galwedigaethol a Llesiant Staff i gadw lle ar y cwrs hwn	
Tach 20	Rhag 6
Diwrnod cyflwyno taflen Hyrwyddwr Diwedd Oes - 8.30am-4pm, Canolfan Addysg Treforys	Hyfforddiant Comander Arian Tactegol Iechyd - 2-4.30pm, Canolfan Cydgysylltu Ysbyty Treforys Hyfforddiant
Mae gwasanaeth The End of Life Parasol wedi trefnu diwrnod Pencampwr Diwedd Oes, i roi cyflwyniad i ofal Diwedd Oes. Cysylltwch â sbu. endofliferparasol@wales.nhs.uk am fanylion.	Digwyddiad Mawr/Digwyddiad Parhad Busnes. Grŵp Targed – Staff Tactegol y Bwrdd Iechyd a staff sy'n gwneud trefniadau 'Arian ar Alwad'. E-bostiwch SBU.Emergency Preparedness@wales.nhs.uk i ofyn am le ar y cwrs hwn.
Tach 21	Rhag 18
Cynllunio Gofal a Thriniaeth	Iechyd Meddwl REACT - Sut i gael sgysiau seicolegol graff a chefnogol â chydweithwyr. 9.30-11am, ar MS Teams
Hyfforddiant CPT ar gyfer staff cofrestredig. I archebu, e-bostiwch Liz.Mann-Aprea@wales.nhs.uk a rhowch eich enw, rhif gweithiwr a chyfeiriad e-bost.	Mae REACTMH® yn offeryn, a ddatblygwyd gan arbenigwyr yn March on Stress, sydd â'r nod o'ch helpu i gael sgysiau seicolegol graff a chefnogol â chydweithiwr am eu hiechyd meddwl. Cysylltwch ag Iechyd Galwedigaethol a Lles Staff am ragor o fanylion ac i archebu lle ar y cwrs.
Tach 29	Am ragor o ddigwyddiadau ar gyfer eich dyddiadur, mewngofnodwch i'r rhestrau digwyddiadau ar Fewnwyd SBUHB.
Diwrnod Sgiliau Nyrsio Ardal - 9-4.30pm, Canolfan Adnoddau Port Talbot	
Cynhelir y digwyddiad hwn yn y brif ystafell hyfforddi. I archebu lle ar y cwrs hwn, cysylltwch â'ch arweinydd tîm neu dîm gweinyddol.	
Tach 30	
Ysbyty Castell Nedd Port Talbot - digwyddiad penblwydd yn 21 oed	
Rhag 6	
Hyfforddiant Cymunedau Digidol	

Dathliadau a Diwrnodau
Sanctaidd yn dod y tymor hwn

Mae'r Nadolig rownd y gornel, ond mae llawer o resymau dros ddatlu a dod at ei gilydd y tymor hwn. Dyma gip ar rai o ddyddiadau SBUHB ar gyfer eich dyddiadur am yr wythnosau i ddod:

Mae ein initiative Sharing Hope gwyh yn gweithio gyda llyfrgell staff Treforys i gynnal nifer o ddigwyddiadau celf therapiwtig Cacennau a Lliw y gaeaf hwn. Cynhelir y sesiynau yn llyfrgell y staff rhwng 10am–12pm ar y dydd Gwener canlynol -

Tachwedd 24;
Rhagfyr 1, 8 a 22. Yn y cyfamser, cadwch lygad ar fewnwyd am ddigwyddiadau sy'n digwydd i nodi pen-blwydd Castell-nedd Port Talbot yn 21 oed, sydd ar Dachwedd 29ain. Mae'n debygol y bydd nifer o ddigwyddiadau i ddathlu'r pen-blwydd arbennig hwn. Yn dilyn ymlaen o nifer o ddigwyddiadau o amgylch Diwali ac Wythnos Rhyng-ffydd yn gynharach y mis hwn, bydd Gwledd y Beichiogi Anfarwol, pan fydd Catholigion Rhufeinig yn adathlu beichiogi Mary heb bechod gwreiddiol, yn cael ei nodi ar Ragfyr 8fed. Unwaith eto, cadwch lygad ar ein mewnwyd am fwy o fanylion. Yn y cyfamser bydd gwasanaeth carolau yn cael ei gynnal ddydd lau, 21 Rhagfyr am hanner dydd, i'w ddilyn gan luniaeth, yn y capel aml-ffydd yn Nhreforys.

Elusen a Digwyddiadau

Pen-blwydd emosiynol wrth i Glwb Llosgiadau gyrraedd carreg filltir



Cyn-aelodau a gwirfoddolwyr Clwb Llosgiadau Dreigiau Cymru, yn y llun yn y dathliad pen-blwydd

Roedd hen wynebaw, atgofion cynnes - a llawer o ddagrau. Dathlodd Clwb Llosgiadau'r Ddraig Goch Cymru ei ugeinfed ben-blwydd ym mis Medi, gydag aduniad yn cael ei gynnal yn y Manor Park County House yng Nghlydach.

Cafodd y clwb ei sefydlu i gynnig cymorth emosiynol i bobl ifanc ag anafiadau llosgiadau sydd wedi cael triniaeth yng Nghanolfan Llosgiadau a Llawfeddygaeth Blastig Cymru yn Ysbyty Treforys. Mae cleifion, yn ogystal ag aelodau eu teuluoedd, yn mwynhau gwibdeithiau, gwersylloedd gweithgaredd a hyd yn oed gwyliau tramor. Heb dderbyn dim cyllid gan y GIG, mae'r cyfan yn cael ei gyflawni o roddion, grantiau Llywodraeth Cymru, cyfraniadau gan Blant mewn Angen, ac ymdrechion codi arian staff a gwirfoddolwyr. Ac mae ei gryfder gwirioneddol yn helpu i adeiladu hyder a hunan-barch yn ôl y rhai sydd ag anafiadau llosgiadau. Yn

yr aduniad pen-blwydd gwelwyd cannoedd o gyn-aelodau'r clwb, cleifion, staff, gwirfoddolwyr, a'u teuluoedd yn cyfarfod i drafod yr hen amser a phrofiadau, a mwynhau prynhawn o adloniant.

Roedd rhai oedd wedi elwa o rannu amser â'r clwb ymhlith y rhai i annerch y cynulliad, gan gynnwys Sam Gardiner, sydd nawr yn 32 oed, o Dre-gŵyr.

Dyweddodd Louise Scannell, prif nyrs allgymorth llosgiadau pediatriig, cyd-sylfaenydd a chadeirydd y clwb: "Roedd yn brynhawn emosiynol dros ben. Roedd llawer o ddagrau. "Roedd llawer o blant a oedd yn emosiynol yn gweld ei gilydd hefyd eto. Roedd yn hyfryd gweld plant hŷn yn gwneud yn dda yn eu bywydau ac yn dod â'u teuluoedd eu hunain, a phartneriaid a phlant, a gweld pa mor dda y maent wedi'i wneud fel oedolion a'r hyn y maent wedi'i wneud â'u bywydau eu hunain. "Roeddwn i'n falch o weld beth

mae'r clwb wedi'i wneud iddyn nhw, a myfyrio ar faint wnaeth y clwb iddyn nhw ar adeg o'u bywydau pan oedd ei angen yn fawr.

"Siaradodd Sam mor dda fel nad oedd llygad sych yn yr ystafell.

"Ategodd yr holl brofiad pam yr wyf wedi bod mor gysylltiedig dros y blynyddoedd. Fe wnes i ddod â fy mam a fy mhlant hefyd. Mae fy mam wedi gofalu am fy mhlant pan rydw i wedi bod i ffwrdd gyda'r clwb, ac roedd yn bwysig i mi iddyn nhw weld pam rydw i'n mynd i ffwrdd a beth rydw i wedi bod yn ei wneud."

Cyhoeddodd nifer o oedolion a dreuliodd amser gyda'r clwb eu bod nawr yn bwriadu gwirfoddoli i rannu eu profiadau â chleifion llosgiadau'r dyfodol, a derbyniodd y clwb newyddion hefyd am rodd sylweddol a adawyd fel etifeddiaeth gan nain neu daid claf. Os oes gennych ddiddordeb mewn codi arian ar gyfer Llosgiadau'r Ddraig Goch, cysylltwch â Swansea Bay. healthcharity@wales.nhs.uk

Iechyd y Bae

Papur newydd staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Cysylltwch â'r tîm golygyddol: communications.department@wales.nhs.uk
(Rhif elusen gofrestredig 1122805)

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.swanseahealthcharity.wales/cy/369-2/