

Eich Adborth ar Ymweliadau Ysbyty yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg

Mehefin 2022



Fformatau

Addas

Mae'r adroddiad hwn ar gael yn Saesneg hefyd.

Os hoffech y cyhoeddiad hwn mewn fformat ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni os gwelwch yn dda.

Gallwch ei lawrlwytho o'n gwefan neu gofynnwch am gopi trwy gysylltu â'n swyddfa.

Cynnwys

Y Cyngorau Iechyd Cymuned	3
Cefndir a Chyflwyniad	4
Beth a Wnaethom	6
Pwy sy'n cysylltu â ni	7
Beth a glywsom	8
Dysgu o'r hyn a glywsom	20
Diolchiadau	22
Adborth	23
Manylion cyswllt	24

Y Cyngorau Iechyd Cymuned (y CICau)

Y CICau yw corff gwarchod annibynnol y Gwasanaeth Iechyd Gwladol (GIG) yng Nghymru. Mae'r CICau yn annog a chefnogi pobl i gael llais yng nghynllun a darpariaeth gwasanaethau'r GIG.

Mae'r CICau'n gweithio ar y cyd â'r GIG, cyrff archwilio a rheoleiddio. Maent yn gyswilt pwysig rhwng y rhai sy'n cynllunio a darparu gwasanaethau'r GIG, y rhai sy'n eu harchwilio a'u rheoleiddio a'r rheiny sy'n eu defnyddio.

Mae'r CICau yn clywed oddi wrth y cyhoedd mewn sawl gwahanol ffordd. Cyn pandemig y coronafeirws, roedd y CICau yn ymweld yn rheolaidd â gwasanaethau'r GIG i glywed gan bobl tra roeddent yn derbyn gofal a thriniaeth. Yn ogystal, roedd y CICau yn clywed oddi wrth bobl mewn digwyddiadau cymunedol lleol, a thrwy gynrychiolwyr a grwpiau cymunedol.

Ers pandemig y coronafeirws, mae'r CICau wedi canolbwyntio ar ymgysylltu â phobl mewn gwahanol ffyrdd.

Mae hyn yn cynnwys arolygon, apiau, fideo-gynadledda a chyfryngau cymdeithasol er mwyn clywed yn uniongyrchol gan bobl am eu barn a'u profiadau o

wasanaethau'r GIG, yn ogystal â thrwy grwpiau cymunedol.

Mae 7 CIC yng Nghymru a phob un ohonynt yn cynrychioli llais "y claf a'r cyhoedd" mewn gwahanol rannau o Gymru.

Cyflwyniad a Chefndir

Cyn mis Mawrth 2020, roedd Ymweliadau Ysbyty yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg yn bosibl i'r mwyafrif ac roedd modd i berthnasau'r cleifion ymweld â hwy sawl gwaith yr wythnos. Gwyddom am fanteision gweld anwyliaid a sut y gall hyn ddylanwadu'n enfawr ar iechyd ac adferiad y claf, yn enwedig mewn man nad sy'n gartref iddynt ac ynghanol pobl nad ydynt yn eu hadnabod.

Mewn ymateb i don gyntaf pandemig Covid-19 ym mis Mawrth 2020, bu'n rhaid i Fwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro wneud newidiadau syfrdanol i sicrhau diogelwch cleifion a'u staff o fewn eu hysbytai. Er mwyn cydymffurfio â chanllawiau Llywodraeth Cymru yr adeg honno, a lleihau nifer ymwelwyr yn yr ysbytai, rhoddodd y Bwrdd Iechyd derfyn ar ymweliadau. Byddai ymwelwyr ond yn cael ymweld pe bai claf yn tynnu at ddiwedd oes, mewn llafur, neu fod gan y claf anghenion ychwanegol eraill.

O ganlyniad i'r cyfyngu hyn ar fynediad, doedd y CIC ddim ychwaith yn gallu cynnal unrhyw ymweliadau corfforol ar wardiau'r ysbyty. Roedd y CIC yn llwyr ddeall sefyllfa'r Bwrdd Iechyd ar yr adeg anodd hon, serch hynny roeddem yn parhau i dderbyn adborth gan y cyhoedd am eu pryderon ynghylch methu ag ymweld â'u hanwyliaid mewn ysbyty a'r effaith a gafodd hyn

ar y cleifion a'u perthnasau, fel ei gilydd. Felly, roedd y CIC yn awyddus i weld ymweliadau ysbyty'n cael eu hadfer.

Yn 2021, aildrefnodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro eu system ymweld a oedd yn caniatáu ymweliad un awr yr wythnos yn unig i gleifion gan unigolyn enwebedig. Roedd angen i ymwelwyr gysylltu â llinell archebu gyffredinol a weithredwyd trwy ffôn symudol a oedd ar agor tair awr y dydd yn unig.

Ym mis Mawrth 2022, cafodd y CIC wybod bod y Bwrdd Iechyd yn cynnal arolwg o'u system ymweliadau ysbyty a gofynnwyd iddynt rannu'r arolwg hwn ar y cyfryngau cymdeithasol hefyd. Ar y pryd, teimlai'r CIC nad oedd yr arolwg yn rhoi cyfle i ymatebwyr roi eu barn a'u profiadau o ymweliadau ysbyty mewn modd addas. Felly, penderfynodd y CIC gynnal ei ffurflen adborth ei hun fel bod modd rhoi cyfle i'r cyhoedd rannu eu profiadau hwy o'r system newydd a sut yr hoffent weld ymweliadau ysbyty'n datblygu yn y dyfodol.



Beth a Wnaethom

Lansiodd CIC De Morgannwg ffurflen adborth ar-lein i gael adborth a manylion pellach gan gleifion a'r cyhoedd ar draws Caerdydd a Bro Morgannwg am eu profiadau o'r system ymweliadau ysbyty.

Rhestrwyd y ffurflen adborth ar ein gwefan a chafodd gyhoeddusrwydd trwy ein sianelau cyfryngau cymdeithasol Facebook a Twitter.

Bu'r CIC yn rhedeg y ffurflen adborth rhwng mis Mawrth 2022 hyd at ddiwedd Mai 2022, a gofynnwyd y tri chwestiwn canlynol:

- Ydych chi neu ffrind/teulu wedi defnyddio'r system 'ymweliadau ysbyty' newydd, naill fel ymwelydd neu fel claf? Os felly, rhowch wybod i ni am eich profiad.
- Beth rydych chi'n hoffi/neu'n casáu am y system newydd sydd ar waith ar gyfer ymweliadau ysbyty?
- Sut fydddech chi'n hoffi gweld ymweliadau ysbyty'n datblygu yn y dyfodol?

Dylid nodi bod y CIC wedi cau'r ffurflen adborth ar ôl cael gwybod gan y Bwrdd Iechyd bod y system ymweliadau ysbyty wedi newid i ganiatáu dau o bobl ymweld am awr bob dydd a bod modd trefnu hyn trwy'r ward ei hun. Er bod y CIC yn falch o weld canllawiau'r ymweliadau ysbyty wedi'u llacio, roedd y CIC yn dal yn awyddus i rannu canfyddiadau'r adborth a roddwyd gan ein cymunedau. Yn ddelfrydol, hoffai'r CIC weld ymweliadau'n cael eu cynnig fel ag yr oeddent cyn y pandemig, fodd bynnag maent yn deall yr agwedd ofalus sy'n cael ei mabwysiadu.

Pwy sy'n cysylltu â ni

Roedd y ffurflen adborth ar agor i unrhyw un i'w chwblhau, p'un ai'n gleifion, ymwelwyr neu ddim un ohonynt. Er ei bod yn ddefnyddiol clywed gan y rheiny sydd wedi defnyddio'r system newydd hon yn uniongyrchol, mae hefyd o gymorth i glywed gan y rheiny nad sydd wedi'i defnyddio, a chlywed eu barn a'u teimladau cyntaf ynglŷn â defnyddio'r system hon.

Derbyniodd y CIC gyfanswm o 61 ffurflen adborth. Yn ogystal, derbyniwyd mwy na 35 o sylwadau ar y cyfryngau cymdeithasol yr hoffai'r CIC eu cynnwys hefyd yn y canfyddiadau. Gallwn gadarnhau bod y cais am adborth wedi cynhyrchu'r drafodaeth cyfryngau cymdeithasol fwyaf a welsom erioed, sy'n dangos bod hyn yn bwnc o'r pwys mwyaf yn ein cymunedau.



Beth a glywsom

Siomedig er nad yn annisgwyl oedd adrodd nad oedd mwyafrif yr ymatebion a dderbyniwyd - trwy'r ffurflen adborth a'r sylwadau cyfryngau cymdeithasol - yn ganmoliaethus o system y Bwrdd Iechyd o un ymweliad yr wythnos.

Serch hynny, mae'n bwysig tynnu sylw at rai o'r sylwadau cadarnhaol a rannwyd.

Pan ofynnwyd beth yr oeddent yn ei hoffi a'i/neu'i gasáu am y system a gyflwynwyd, cafwyd ambell adborth cadarnhaol, yn arbennig ynglŷn â staff a'r camau i sicrhau bod pawb yn ddiogel rhag Covid.

A chithau mor brysur, dwi'n meddwl eich bod yn gwneud cymaint ag y gallwch. Mae Covid yn dal o gwmpas a rhaid i ni gadw'n saff nawr

Mae'n beth da gan eu bod yn gallu cyfyngu ar y nifer o ymwelwyr ar y ward ar yr union un adeg gan leihau unrhyw heintiau neu Covid.

Nododd rhai ymatebwyr eu bod ond yn rhy falch cael gweld eu hanwyliaid yn yr ysbyty gan fod hyn yn "*well na dim*".

Hoffi: o'r diwedd gallu gweld perthynas.

Falch i gael ymweld ond i fi, roedd pethau'n well o'r blaen. Dyddiau'n hir yn yr ysbyty.

Am wn i bod 1 yr wythnos yn well na dim 😞

Yn anffodus, nododd llawer o ymatebwyr yn gwbl glir yn eu hymateb nad oes "*Dim i'w hoffi*" ynglŷn â'r system ymweld newydd, ac roedd llawer o bobl yn fodlon rhannu rhai o'u profiadau:

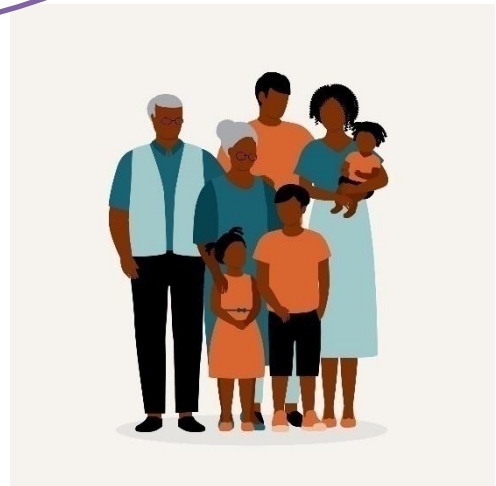
Wedi cael y profiad wrth ymweld â'm tad oedrannus. Mae'n llawer rhy hearnaidd pan mai dim ond un perthynas sydd ganddo a fyddai'n gallu ymweld ag e'. Os yw'r claf yn rhy sâl i fod ar ddihun yn ystod yr awr honno does dim hyblygrwydd, fedrwch chi ddim dod yn ôl yn hwyrach neu'r diwrnod wedyn. Rôn i wedi teithio 200 milltir ar gyfer hyn, gwastraff amser llwyr ... dim budd o gwbl i fy nhad druan.

My grandmother has been in hospital for 5 months with visiting only allowed for the last 2 months. None of her family can see her because we have to pick one single nominated person. We've already lost two years with her and now we've lost an additional 5 months on top because of the ridiculous visiting rules which is significantly stricter than every other Welsh Health Board!

Wedi cael profiad o hyn fel claf preswyl. Roedd yn ofnadwy. Doedd neb wedi llwyddo i drefnu ymweliad yn ystod fy 4 diwrnod cyntaf yn yr ysbyty. Rôn i ar ben fy hun a neb yn gallu dod â phethau angenrheidiol i mi fel dillad glân! Ymhen hir a hwyr, fe gymerodd y nyrsys drueni drosom a gadael i fy ngŵr ddod â dillad glân a brws dannedd i fi! Gwirioneddol warthus!

Roedd hi'n ofnadwy trio penderfynu pwy fyddai'n cael dod i weld fy nhad, naill ai fy mam, fi neu fy mhlant. Roedd hyn yn greulon a nhad yn diodde' oherwydd hyn.

Rydym yn ymwybodol bod rhai cleifion sy'n weddol sionc eu cerddeddiad yn medru cwrdd ag ymwelwyr mewn mannau cyhoeddus yn yr ysbyty am gymaint o amser a ag y dymunant. Tra bod hyn yn brofiad cadarnhaol i rai, mae'n brofiad llawer mwy anodd a chyfyngedig i'r cleifion hynny nad sy'n gallu codi o'r gwely na chyrraedd y mannau cyhoeddus hyn.



Mewn gwirionedd, gall unrhyw glaf sy'n gallu symud o gwmpas gwrdd ag unrhyw aelod o'r teulu neu ffrindiau mewn mannau cyhoeddus yn y rhan fwyaf o ysbytai. Felly, mae'r cyfyngiadau'n effeithio fwyaf ar bobl fel fi sydd â thrafferthion symudedd.

System Trefnu Apwyntiadau

Cafodd y CIC wybod pa mor anodd oedd hi i geisio trefnu apwyntiad trwy'r system archebu ganolog newydd a'r anawsterau a gafodd rhai pobl megis y ffrâm amser oedd ar gael i unigolyn ffonio i drefnu apwyntiad a'r troeon niferus y byddai'n ceisio trefnu apwyntiad.

I disliked that there was only a 3 hour window to choose from and those times were during working hours making visiting impossible for people that work 9-5!

'D yw'r llinellau ddim fel tasen nhw ar agor yn rheolaidd, felly mae'n anodd mynd drwodd ac mae hyn yn achosi mwy o ofid gan na fedrwch fynd drwodd i'r wardiau chwaith. Mae angen iddyn nhw ystyried pobl sy'n gweithio.

Also, booking an appointment is very, very difficult via booking system. Often no answer or "fully booked" like the visit is a leisure activity. Very sad.

Lack of communication and organisation. They didn't even have the visitor list to know who had booked to visit

Roedd y peth yn ofnadwy. Roedd hi'n marw. Doedd hi byth yn hawdd trefnu apwyntiad. Yn aml iawn, byddai'n amhosib gwneud apwyntiad i ymweld, a wnaethon nhw erioed ffonio'n ôl i drefnu apwyntiad! Treuliwyd sawl awr yn ceisio cael apwyntiad. Fel 1 o 5 o blant, CHAWSON NI DDIM y cyfle i ymweld â fy mam.

Iechyd Meddwl a Llesiant

Mae pandemig Covid wedi bod yn amser heriol i bawb ac un o'r themâu mwyaf i ddeillio o Covid yw Iechyd Meddwl. Yn awr yn fwy nag erioed, mae ymwybyddiaeth gref o Iechyd Meddwl a'r angen am rwydweithiau cefnogi naill ai trwy deulu a ffrindiau, neu trwy fudiadau ac elusennau.

Trwy gydol y ffurflen adborth ac ar y cyfryngau cymdeithasol, pwysleisiodd mwyafrif llethol o ymatebwyr yr effaith a gafodd y systemau ymweld ar iechyd meddwl a lles y claf.



"Mae cleifion yn mynd yn ddryslyd, gofidus a chythryblus ac yn gwaelu'n gynt gyda'r system hon sydd ar waith. Maen nhw angen mwy o ymweliadau a gweld mwy o wynebau cyfarwydd.

Mae fy mam yn 93, tair gwaith mae hi wedi gorfod mynd i'r ysbyty ac roedd hi'n anhapus a phryderus iawn am nad oedd yn cael ymweliad gan y teulu. Un ymweliad yn unig a gafodd ar ôl 7 diwrnod ers ei derbyn i'r ysbyty."

Mae'n warthus. Mae bod yn yr ysbyty yn ofnadwy ar y gorau ac mae rhai pobl, yn enwedig yr henoed, ANGEN cyswllt â wynebau cyfarwydd er mwyn eu hiechyd meddwl nhw eu hunain!

Roedd fy ngŵr yn yr ysbyty am 3 mis, a dim ond wedi gallu ymweld ag e 4 gwaith gan iddo gael ei symud o ward i ward. Achosodd hyn iddo fynd yn isel iawn ei ysbryd.

Mae pobl sâl sydd angen cyswllt â'u hanwyliaid yn cael eu hynysu'n gymdeithasol. Does dim angen hyn ac mae'n gwneud amser annifyr yn annioddefol. Newidiwch e'n ôl mor gloi â phosibl.

Yn y bôn, mae'r polisi hwn yn greulon ac yn dda i ddim. Mae'r tair wythnos rydw i wedi bod yn Ysbyty Athrofaol Cymru wedi golgyu na ches i gefnogaeth emosiynol gan y gwahanol bobl sy'n agos ata' i. Pedair gwaith yn unig rydw i gweld fy mhartner o 15 mlynedd, a'm cyn-wraig, y mae gen i berthynas dda o hyd â hi, dim ond un waith. Rydw i wedi elwa o ddau gamgymeriad a alluogodd yr ymweliadau hyn. Eto i gyd, oherwydd fy nghyflwr, mae 5 ymweliad mewn 3 wythnos wedi achosi i mi deimlo'n unig ac ar chwâl yn gymdeithasol. Dydw i ddim yn cytuno ag unrhyw gyfundrefn nad yw'n caniatáu o leiaf un ymweliad hyd at 2 awr y dydd. Heb os, mae amddifadu cleifion o gael ymwelwyr yn seicolegol niweidiol.

Aeth nifer o ymatebwyr ymlaen i egluro sut y gall gweld anwyliaid yn rheolaidd helpu tuag at wellhad, ac fel y nodwyd yn nes ymlaen yn yr Adroddiad, dyma un o'r prif resymau pam yr hoffai pobl weld y cyfyngiadau ymweld yn llacio.

Dylent adfer y system ymweld i'r hyn yr oedd cyn Covid. Mae pob cyfyngiad arall wedi'i ddileu ar wahân i hwn. Rwy'n credu ei fod yn andwyol i les ac adferiad cleifion. Gall gweld teulu wneud gwahaniaeth enfawr i glaf ac mewn rhai achosion gallai helpu'r adferiad, ac i gleifion sy'n dynesu at ddiwedd eu hoes maen nhw'n haeddu cael eu teulu o'u cwmpas drwy'r amser.

Mae'n helpu nyrsys oherwydd gall teuluoedd ofalu am dasgau bychain fel dadbacio dillad, gwefru ffonau, helpu cleifion i wisgo ac ati.

Mae pobl mewn ysbyty angen eu teulu'n fwy na maen nhw angen nyrsys / glanhawyr/ pobl ddieithr yn gollwng bwyd a diod na fedrant eu cyrraedd na'u trin eu hunain. Mae teulu'n llawer pwysicach. Mae'n anfoesol cyfyngu ar ymweliadau fel hyn. Mae'n amlwg nad ydych yn deall gwerthoedd pobl.

Dylai fod ymweliadau ar gael bob dydd fel bod pobl yn cael eu cefnogi'n feddyliol; ac o ran dod â bwydydd a'u helpu gyda bwydo os oes angen. Mae angen i bobl gael y sicrwydd bod eu haelod o'r teulu sy'n glaf yn cael y gofal cywir, a chyda phrinder staff 'd yw hyn ddim yn digwydd bob tro.

Ymweliadau Plant mewn Ysbytai

Dan y system newydd y pryd hwnnw, dywedwyd wrth ymwelwyr na fyddai caniatâd i blant ymweld. Byddai hyn wedi peri gofid mawr i lawer o deuluoedd a chleifion, a rhannodd rhai ymatebwyr eu profiadau â ni.

Oedd, roedd yn ofnadwy. Doeddwn i ddim yn cael dod â fy mhlant i weld fy ngŵr. Heb gael gwybod hyn tan i ni gyrraedd pan waeddodd nyrs anghwrtais i lawr y coridor 'dim plant o gwbl'

'D yw e ddim yn ddigon o bell ffordd, a ddim yn ystyried teuluoedd sydd â phlant ifanc sydd angen ymweld â rhieni sydd ar wardiau am gyfnodau hir o amser.

'D yw fy mhlentyn 17 oed ddim wedi gallu gweld ei 'nan' gan mai 1 person ar y tro yw'r drefn.



Soniodd un ymatebydd ei fod hyd yn oed wedi gorfod gadael eu plentyn ifanc ar ei ben ei hun yn yr ysbyty am gyfnod o amser gan nad oedd plant yn cael aros.

My son also had 2 stays in hospital and although one parent was allowed to stay, we couldn't even swap in the ward, so we had to leave our 4 year old in a bed on the ward on his own!!



Yr Ieithwedd



Yn anffodus, rhaid i'r CIC gydnabod lefel y rhwystredigaeth a ddangoswyd mewn ambell adborth a dderbyniwyd a'r dewis o iaith a ddefnyddiwyd. Er na fyddai'n briodol rhannu'r cyfan o'r iaith negyddol a ddefnyddiwyd, gellir gweld isod rhai o'r geiriau allweddol a ddefnyddiwyd.

Fel 'Carchar'

Dienaid

Creulon

Annigonol

Annynol

Defnyddiwyd hefyd rhai brawddegau dethol am y modd y gallai fod y Bwrdd Iechyd yn ystyried ymwelwyr.

Mae ymwelwyr yn awr yn cael eu hystyried fel poen yn y pen ôl!

Edrych yn debyg bod staff yn awr yn ystyried ymwelwyr fel anghyfleustra diangen.

Er na all y CIC gymeradwyo'r iaith a ddefnyddir bob amser, mae hyn yn arwydd clir o'r rhwystredigaeth gyda'r Bwrdd Iechyd ynghylch ei benderfyniad i gyfyngu ymweliadau i deuluoedd.

Cyfyngiadau Covid ac ymweld

Nododd rhai ymatebwyr y llacio ar gyfyngiadau o fewn y gymdeithas ac eto na chafodd hyn ei adlewyrchu yn y gwasanaethau gofal iechyd.

Roedd hyn yn angenrheidiol yn anterth pandemig y Covid. Nawr, dwy flynedd yn ddiweddarach, 'd yw e ddim. Dylid aildechrau amseroedd ymweld arferol.

All the staff can happily visit a packed supermarket then go straight on shift. What's the real reason for keeping loved ones away? Because it sure isn't Covid

As now a need to "live with pandemic" go back to normal visiting hour with precautions in place

Ewch yn ôl i statws cyn-Covid. Mae popeth arall yn ôl i normal, gwyliau, chwaraeon cyswllt a miloedd o bobl yn ymgasglu mewn stadiymau ond gall teulu ond ymweld â chleifion dementia neu ganser am 1 awr yr wythnos. Mae'r system yn ddim byd llai na chreulon.

Mae'n ymddangos bod teimlad cyffredinol y dylai ysbytai a lleoliadau gofal iechyd eraill agor allan a llacio eu cyfyngiadau fel mae busnesau eraill wedi'i wneud e.e. siopau.



Ymweliadau yn y dyfodol

Cwestiwn olaf y ffurflen adborth i ymatebwyr oedd sut fyddent yn hoffi gweld ymweliadau ysbyty'n cael eu cynnal yn y dyfodol. Isod ceir rhestr o'r awgrymiadau a roddwyd gan y cyhoedd:

- *Bod yn ystyriol tuag at gleifion ac ymwelwyr. Gwell trefniadau a mwy o gyfle i ymweld yn amlach, a mwy o ystod o amseroedd i dderbyn ymwelwyr.*
- *Ymweliad 1 awr dwywaith y dydd, mwyafrif o ddau ymwelydd ar y tro.*
- *Adran Famolaeth / caniatáu i blant ymweld*
- *Ymweliadau dwywaith yr wythnos o leiaf*
- *Adfer y system flaenorol*
- *Dylid cynnig oriau ymweld cyn-Covid neu 'normal' cyn gynted â phosibl (gyda mygydau a diheintyddion dwylo ychwanegol).*
- *Yn ôl i normal*
- *Angen caniatáu un person arall o leiaf, a mwy nag un ymweliad yr wythnos.*
- *Yn ôl i ymweliadau heb gyfyngiad.*
- *Amrywio'r oriau ymweld fel bod cleifion yn gallu gweld eu teuluoedd bob dydd*
- *Yn ôl disgresiwn staff y ward, neu bod modd trefnu trwy system fwy dibynadwy a chadarn.*
- *Trefnu ymweliadau'n uniongyrchol trwy'r wardiau*

- *Dylai staff ar wardiau roi gwybod yn syth i deuluoedd beth yw'r system.*
- *Mae angen staffio'r llinell ffôn drwy'r dydd, bob dydd.*
- *Posterï o gwmpas yr ysbyty ac ar y wefan i'w hyrwyddo*
- *Gan nad yw'r llinellau ffôn byth yn cael eu hateb ar wardiau (ar wahân i'r Uned Gofal Dwys) dylai fod ar linell ganolog.*

Nid yn annisgwyl, er bod gan ymatebwyr amrywiol farn ynghylch ymweliadau ysbytai (h.y. nifer y bobl sy'n cael ymweld ar y tro a pha mor aml) roedd pob ymatebydd yn cytuno bod cleifion angen mwy nag un ymweliad yr wythnos a bod angen llacio'r cyfyngiadau. Awgrymodd sawl ymatebydd y dylai'r Bwrdd Iechyd ailgyflwyno Ymweliadau 'normal' fel bod ymweld yn broses llawer mwy hyblyg i ganiatáu teuluoedd a ffrindiau weld eu hanwyliaid yn yr ysbyty.



Dysgu o'r hyn a glywsom

Ar y cyfan, mae'r ymatebion a dderbyniwyd ar ein ffurflen adborth a'r cyfryngau cymdeithasol wedi dangos i ni fod mwyafrif llethol y cleifion a'r cyhoedd yn anhapus iawn â'r System Ymweld o un ymweliad yn unig yr wythnos. Yn anffodus, roedd hyn yn amlwg yn y cywair a'r iaith a ddefnyddiwyd yn yr ymatebion a gafwyd.

Yn y lle cyntaf, roedd ymwelwyr yn profi anawsterau wrth geisio trefnu apwyntiad, yn bennaf oherwydd y ffrâm amser cyfyngedig o dair awr a oedd yn rhwystro rhai unigolion, yn enwedig y rhai sy'n gweithio, o fethu â threfnu apwyntiad. Yn ogystal, roedd y cyfyngiad o fedru enwebu un person yn unig ar gyfer ymweld yn peri gofid mawr i deuluoedd, naill ai o ran gorfod dewis pwy allai ymweld, neu'r ffaith nad oedd plant yn cael caniatâd i fynd ar y ward.

Testun pryder yw'r cleifion sydd ag anawsterau symudedd, ac/neu yn methu â chyrraedd manau cyhoeddus yr ysbyty a chael cyfle i weld ffrindiau a theuluoedd llawer tro. Yn nodweddiadol, y cleifion hyn yw rhai o'r bobl fwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas a gellid dadlau mai'r unigolion hyn sydd angen gweld eu hanwyliaid fwyaf.

Bu cynnydd ym mhroblemau Iechyd Meddwl o ganlyniad i'r pandemig, sydd bellach wedi arwain at gynnydd mewn ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o Iechyd Meddwl. Mae canlyniadau ein ffurflen adborth wedi dangos bod Iechyd Meddwl yn un o'r ffactorau allweddol a ystyriwyd wrth roi adborth ar ymweliadau ysbyty, p'un a oeddent wedi cael problemau eu hunain ai peidio, yn gwybod am rywun a oedd wedi'u profi, neu ond wedi cydnabod bod Iechyd Meddwl yn destun pryder. Pwysleisiodd nifer fawr o ymatebwyr manteision posibl ymweliadau ar Iechyd Meddwl unigolion, a hyn yn ei dro yn gallu

cyfrannu'n gadarnhaol i'w hadferiad yn yr ysbyty. Rydym yn ymwybodol nad yw bod mewn ysbyty yr un fath â bod gartref, ac felly mae cael y cyfle i weld pobl y maent yn eu hadnabod a'u caru yn rhoi'r agosatrwydd hwnnw y maent yn ei golli ar hyn o bryd yn yr ysbyty.

Cafwyd rhai sylwadau cadarnhaol ond ar y cyfan roedd y rhain oddi wrth bobl a oedd ond yn rhy falch i gael ymweliad o'r diwedd gan ei fod yn *'well na dim'*.

Roedd rhai ymatebwyr yn dadlau hefyd a oedd angen y fath gyfyngiadau, yn enwedig pan nad oedd unrhyw garfannau eraill o gymdeithas yn parhau i ddilyn canllawiau Covid fel yn y dechrau. Fodd bynnag, fel yr awgrymodd rhai ymatebwyr, byddai cleifion a chyhoedd yn dal i ddefnyddio'r PPE angenrheidiol (mygydau, diheintyddion) yn ac o amgylch yr ysbyty wrth ymweld.

Yn ogystal, mae'r CIC hefyd yn ymwybodol bod ymweliadau ysbyty yn gwahaniaethu o fewn Byrddau Iechyd Cymru, a gallai hyn felly achosi rhywfaint o ddiacter a rhwystredigaeth ymhlith pobl mewn cymdeithas. Mae'n amlwg bod modd dehongli Canllawiau Llywodraeth Cymru yn wahanol, a mater i bob Bwrdd Iechyd wedyn yw penderfynu ar y broses i'w dilyn.

Ar y cyfan mae bron pob un o'r ymatebwyr wedi gofyn i'r system ymweliadau gael ei newid yn y dyfodol gyda'r gallu i ymweld yn yr ysbyty am fwy nag un dydd yr wythnos yn brif ffactor.

Rhannodd y CIC ei ganfyddiadau cychwynnol â'r Bwrdd Iechyd, ac o ganlyniad mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro wedi newid ei broses ymweld i ganiatáu dau berson ymweld am un awr y dydd. Mae'r CIC wedi croesawu'r newid hwn gan y byddai hyn yn gymorth sylweddol i wella profiad y claf mewn ysbytai ar hyn o bryd.

Gellir dod o hyd i fanylion ar sut i drefnu ymweliad ar y dudalen nesaf.

Sut i Drefnu Ymweliad

Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

Gall pob claf gael **UN** ymweliad y dydd am **UN** awr gyda **DAU** ymwelydd ar y mwyaf. **Rhaid trefnu'r ymweliadau ymlaen llaw gyda'r Ward.**



I wneud cais am ymweliad, ffoniwch y ward yn uniongyrchol



Ar gyfer yr Uned Achosion Brys a Chlinigau Allgleifion, **DEWCH AR EICH PEN EICH HUN, OS GALLWCH.**

Ond, os ydych angen **UN** person gyda chi, bydd staff yn ceisio trefnu hyn ar eich cyfer.

Bydd canllawiau gwahanol yn y Parthau Gwyrdd (Llawdriniaeth Ddewisol) a'r Uned Famolaeth



Ar gyfer gofalwyr, y bobl hynny sy'n helpu gydag adsefydlu; pobl ag anghenion addysgol neu iechyd meddwl, bydd y ward yn cytuno ar ymweliad unigol gyda chi

Ar gyfer unrhyw glaf sy'n derbyn gofal lliniarol, bydd cynllun unigol yn cael ei gytuno gyda chi.



Mae manau clinigol wedi dynodi slotiau ymweld i leihau nifer yr ymwelwyr ar safleoedd ysbytai. Cewch slot pan ffoniwch y ward.

Peidiwch â mynychu os ydych yn teimlo'n sâl mewn unrhyw



GIG
CYMRU
NHS
WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol
Caerdydd a'r Fro
Cardiff and Vale
University Health Board

Diolchiadau

Diolchwn i bawb a roddodd o'u hamser i rannu eu barn a'u profiadau â ni am eu gwasanaethau iechyd a gofal, ac am rannu eu syniadau.

Gobeithiwn y bydd yr adborth y mae pobl wedi neilltuo amser i'w rannu yn dylanwadu ar wasanaethau gofal iechyd i wybod a gwerthfawrogi'r hyn maent yn ei wneud yn dda – ac iddynt weithredu lle bo angen mor fuan ag y bo modd i wella pethau.

Adborth

Byddem wrth ein bodd clywed eich barn am y cyhoeddiad hwn a'ch awgrymiadau ar sut y gallem fod wedi gwella arno, fel y gallwn ddefnyddio hyn i wella ein gwaith yn y dyfodol.

Mae'r adroddiad hwn ar gael yn Saesneg a Chymraeg.



Manylion Cyswilt



CIC De Morgannwg / South Glamorgan CHC
Canolfan Fusnes Pro Copy (Cefn)/ Pro Copy
Business Centre (Rear)
Parc Tŷ Glas
Llanisien / Llanishen
Caerdydd / Cardiff
CF14 5DU



02920 750112



SouthGlam.chiefficer@waleschc.org.uk



www.southglamorganchc.wales



www.facebook.com/SouthGlamCHC



www.twitter.com/SouthGlamCHC

Os byddwch yn ysgrifennu atom yn Gymraeg,
byddwn yn ateb yn Gymraeg. Fydd hyn ddim yn
arwain at oedi wrth ymateb i'ch gohebiaeth.

Rydym yn croesawu galwadau ffôn yn Gymraeg.

Cyngor Iechyd Cymuned De Morgannwg