



**Cefnogi pobl ag anableddau dysgu i
gadw'n iach**

Ym mis Chwefror a mis Mawrth 2025 ymwelon ni â grwpiau Pobl yn Gyntaf Pen-y-bont ar Ogwr a Chwm Taf i ddarganfod sut mae pobl ag anableddau dysgu yn cael profiad o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

18 o bobl ag anableddau dysgu rhan mewn gweithdai rhyngweithiol



Beth wnaethom ni?

Gwnaethom archwilio'r ymddygiadau defnyddiol ac anfuddiol yr oeddent wedi'u profi wrth ddefnyddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol

Trafodwyd a oedd aelodau'r grŵp yn gwybod beth i'w wneud os oeddent yn teimlo'n sâl neu os oedd angen cymorth

Gwnaethom chwarae rôl senarios i ddangos y gwahanol fathau o gyfathrebu y mae pobl ag anableddau dysgu yn eu profi wrth siarad â meddygon.

85%

o aelodau'r grŵp yn gwybod sut i gadw eu hunain yn iach ond nid oedd pob un o'r cyfranogwyr yn deall beth i'w wneud os ydynt yn sâl, ond roeddent yn gwybod at bwy i ofyn am help.

90%

o'r cyfranogwyr fod gweithwyr meddygol proffesiynol yn eu helpu i ddeall yr hyn y maent yn ei ddweud wrthynt yn ystod apwyntiadau ond roedd pob un ohonynt (100%) wedi profi sefyllfaoedd lle defnyddiwyd iaith ddryslyd a jargon

100%

o'r cyfranogwyr yn gwybod y dylent gael gwiriad iechyd blynyddol gyda'u meddyg teulu ond nid oedd 60% wedi cael gwiriad iechyd blynyddol o fewn y 12 mis diwethaf.

100%

o'r cyfranogwyr wedi profi sefyllfa lle'r oedd gweithiwr meddygol proffesiynol wedi siarad â'r person oedd gyda nhw (aelod o'r teulu/gweithiwr cymdeithasol/gofalwr/ffrind) yn hytrach na siarad â nhw'n uniongyrchol yn ystod apwyntiadau.



100%

o'r cyfranogwyr sy'n defnyddio gofal cymdeithasol eu bod yn gwybod pwy yw eu gweithiwr cymdeithasol a'u bod yn defnyddio iaith syml wrth gyfathrebu, er bod 1 cyfranogwr nad oedd wedi clywed gan ei weithiwr cymdeithasol ers dros 2 flynedd ac nad oedd yn siŵr a oedd yn dal i gael mynediad at gymorth gan yr awdurdod lleol.

100%

o'r cyfranogwyr y dylai fod mwy o gyfleoedd i bobl ag anableddau dysgu gymryd rhan mewn gweithgareddau yn y gymuned.



Ymddygiadau defnyddiol:



Cyfathrebu llafar clir gan ddefnyddio iaith syml nid jargon



Cyswllt llygaid ac iaith corff agored



Siarad yn uniongyrchol â'r claf nid ei weithiwr cymorth/aelodau o'r teulu



Ailadrodd esboniadau a gwirio dealltwriaeth yn enwedig wrth siarad am feddyginiaethau a gweithdrefnau meddygol



Mewn sefyllfa ysbyty lle mae profion neu bigiadau i'w rhoi, y peth gorau yw esbonio beth sy'n mynd i ddigwydd gam wrth gam fel bod y claf yn gwybod beth i'w ddisgwyl



Caredigrwydd ac amynedd



Cydnabod addasiadau a dewisiadau rhesymol



Parhad gofal lle bo modd fel bod y claf yn dod i adnabod ymarferwr meddygol/gweithiwr cymdeithasol a'i fod yn deall ei anghenion

Ymddygiadau di-fudd



Defnyddio jargon a therminoleg arbenigol heb esboniad



Peidio â rhoi'r amser ychwanegol y gallai fod ei angen ar gleifion i gyfathrebu a deall



Rhuthro cleifion



**Diffyg cyfathrebu parhaus – beth sy'n digwydd nesaf?
Beth i'w ddisgwyl.**



Heb baratoi - pan nad yw ymarferwyr wedi darllen yr hanes meddygol i ddeall yr addasiadau rhesymol sydd eu hangen



Gadael cleifion i aros am amser hir heb esbonio pam a pheidio â gwirio arnyn nhw



Disgwyl i bobl ag anableddau dysgu allu eistedd yn llonydd am gyfnodau hir o amser

Proffil iechyd

Mae proffil iechyd yn ddogfen hawdd ei darllen sy'n rhoi gwybodaeth feddygol hanfodol i nyrsys a chlinigwyr am glaf ag anableddau dysgu. Mae'n annog staff i wneud unrhyw addasiadau rhesymol i wneud ymweliadau meddygol yn brofiad gwell.



Gallwch ddarganfod mwy yn <https://paulriddfoundation.org/health-profile/>



Eglurodd Pobl yn Gyntaf Cwm Taf wrthym eu bod wedi bod yn codi ymwybyddiaeth o bwysigrwydd defnyddio Proffil Iechyd ac wedi mynychu Ysbyty Brenhinol Morgannwg i siarad am eu defnydd.

Pryderon

Diffyg lleoedd a gweithgareddau i bobl ag anableddau dysgu ddod at ei gilydd

Effaith toriadau awdurdodau lleol ar wasanaethau i bobl ag anableddau dysgu

Anhawster teithio i gael gofal ac i fynychu gweithgareddau

Profiadau negyddol wrth fynychu'r Adran Achosion Brys yn Ysbyty Brenhinol Morgannwg

Roedd diffyg ymwybyddiaeth o addasiadau rhesymol gan rai ymarferwyr meddygol yn gadael cleifion ag anableddau dysgu yn teimlo'n rhwystredig, yn embaras ac yn ddryslyd.

Awgrymiadau ar gyfer gwelliannau

Sicrhau bod cleifion ag anableddau dysgu yn cael apwyntiadau hirach fel bod ganddynt amser i egluro eu problemau a deall yr hyn y mae meddygon yn ei ddweud wrthynt

Os bydd yn rhaid i glaf ag anableddau dysgu aros am amser hir, sicrhewch fod y staff yn eu gwirio ac yn esbonio pam eu bod yn aros a pha mor hir y bydd angen iddynt fod yno

Defnyddiwch iaith corff agored a chyswllt llygaid

Hyrwyddo'r defnydd o Broffiliau Iechyd a dealltwriaeth o addasiadau rhesymol

Gwneud ardaloedd aros yn fwy cyfeillgar i gleifion ag anableddau dysgu a chyflyrau niwroamrywiol (e.e. darparu rhywbeth i ganolbwyntio arno a thynnu sylw cleifion fel teganau fidget, cerddoriaeth, deunyddiau darllen).

Beth sy'n digwydd nesaf?

Mae Llais yn cefnogi Pobl yn Gyntaf i godi ymwybyddiaeth o broffiliau iechyd - mae ein gwasanaeth eiriolaeth wedi bod yn annog cleientiaid ag anableddau dysgu i siarad â'u hymarferwyr am sefydlu proffil, a byddwn hefyd yn gwneud cynrychiolaeth i Fwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg i sicrhau bod y bwrdd iechyd yn ymwybodol o fanteision proffiliau iechyd.

Bydd pryderon a godwyd yn cael eu rhannu â Bwrdd Iechyd Prifysgol CTM ac awdurdodau lleol i gael adborth.

Mae aelodau'r grŵp a oedd am rannu eu profiadau wedi paratoi straeon cleifion sydd wedi'u recordio ac a fydd yn cael eu rhannu â'r bwrdd iechyd ac awdurdodau lleol.

Diolch

Diolch i grwpiau Pobl yn Gyntaf Cwm Taf a Phen-y-bont ar Ogwr am rannu eich profiadau gyda ni.