LLAIS
Eich llais mewn iechyd a gofal cymdeithasol | Your voice in health and social care

YR HYN A DDYWEDOCH WRTHYM

MEDDYGFA PADARN

CYFLWYNIAD

Ym mis Gorffennaf 2026, treuliodd Llais Gorllewin Cymru bythefnos ym Mhenparcau yn siarad â phobl leol am eu profiadau o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Fel rhan o'n hymweliad, fe wnaethom gyfarfod â chleifion ym **Meddygfa Padarn** a grwpiau cymunedol eraill, i wrando ar eu barn a chasglu adborth.

Mae pob sgwrs yn ein helpu i greu darlun cliriach o'r hyn sy'n bwysig i bobl sy'n defnyddio gwasanaethau lleol. Drwy wrando ar brofiadau pobl, gallwn helpu i sicrhau bod eu lleisiau yn llywio ac yn dylanwadu ar ddyfodol iechyd a gofal cymdeithasol yn y gymuned.



Gorffennaf 2026

YR HYN A GLYWSOM

Roeddwn yn falch iawn o'r ffordd y cefais fy nhrin mewn apwyntiad Lles gyda nyrs y practis

Dydw i ddim yn hoffi defnyddio cyfrifiaduron, apiau, beth bynnag ydyn nhw, mae'n llawer gwell gen i siarad â rhywun, wyneb yn wyneb neu dros y ffôn

Profiad da gyda phob un o'r gwasanaethau yn y Feddygfa. Mae'r Derbynyddion yn hyfryd iawn.

Rydw i ar dabledi sy'n fy ngwneud yn gysglyd. Rwy'n ei chael hi'n anodd codi'n gynnar i geisio ffonio'r Feddygfa am 08:00

Rwy'n hapus gyda'r Feddygfa. Gallaf weld Meddyg o fewn 2 neu 3 diwrnod. Ond, os ydw i eisiau gweld Meddyg penodol, efallai y bydd yn rhaid i mi aros wythnos.

Rwy'n rhoi 9/10 i'r Feddygfa, ni welaf i ddim o'i le arni. Rwy'n cael gweld fy hoff Feddyg bob amser.
Weithiau, mae oedi cyn cael fy mhresgripsiynau o fy Fferyllfa.

Byth yn cael problem parcio

YR HYN A GLYWSOM HEFYD

AMSEROEDD AROS GOFAL SYLFAENOL / CLINIGAU DYDD

Roedd y rhan fwyaf o bobl yn hapus gyda'r system apwyntiadau Meddyg Teulu a chlinigau dydd. Er bod rhai yn teimlo bod oedi wrth drafod canlyniadau profion gwaed, esboniodd y practis fod Meddygon yn cysylltu â chleifion yn syth os oes angen cymryd unrhyw gamau pellach. Ar gyfer canlyniadau normal, mae cleifion yn cael eu hysbysu gan staff y dderbynfa, a bydd unrhyw apwyntiad dilynol yn cael ei drefnu fel apwyntiad arferol, nad yw'n frys, a all gymryd hyd at dair wythnos.

PRYDERON ERAILL AM Y GIG

Rhannodd nifer o bobl bryderon am amseroedd aros y GIG. Dywedodd un unigolyn wrthym ei fod wedi talu £3,000 am bâr o gymhorthion clyw, oherwydd bod rhestr aros o ddwy flynedd am wasanaethau cymhorthion clyw'r GIG.
Mynegodd rhai pobl bryderon hefyd am wasanaethau'n cael eu trosglwyddo o Ysbyty Bronglais i Ysbyty Glangwili. Roedd mynediad at wasanaethau deintyddol y GIG yn fater arall a godwyd, gyda nifer o bobl yn tynnu sylw at anhawster wrth ddod o hyd i ddeintydd GIG.

CLUDIANT I'R YSBYTY AC APWYNTIADAU MEDDYG TEULU

Roedd rhai pobl yn pryderu am y diffyg cludiant cyhoeddus a'r nifer cyfyngedig o geir cefn gwlad.
I gleifion heb gar, yn aml, roedd cyrraedd apwyntiadau Meddyg Teulu ac Ysbyty yn golygu dibynnu ar dacsis preifat.

FE WNAETHOCH OFYN I

LLAIS Eich llais mewn iechyd a gofal cymdeithasol | Your voice in health and social care

AM

Sut i gofrestru ar gyfer Deintydd GIG

Mae'r Porth Mynediad Deintyddol yn system ganolog sy'n helpu Byrddau Iechyd ledled Cymru i gynnig lleoedd ar gyfer triniaeth ddeintyddol arferol y GIG:

📞 **: 0300 303 8322**

📧 **E-bost :DentalServicesTeam.HywelDdaHealthBoard@wales.nhs.uk**

🌐 **http://hduhb.nhs.wales/healthcare/services-and-teams/dental/**

Gwasanaeth Cymorth Rhestr Aros (GCRA)

Os ydych chi'n aros am driniaeth — neu'n cynorthwyo rhywun sy'n aros - mae GCRA yno i helpu.
Gallant fod yn bwynt cyswllt unigol i chi ar gyfer cyngor a chefnogaeth.
Siarad am yr hyn sy'n bwysig i chi a'ch cysylltu â gwasanaethau lleol
Adolygu eich sefyllfa a helpu i wella eich lles a'ch annibyniaeth
Cynnig arweiniad os bydd eich symptomau'n gwaethygu

📞 **0300 303 8322 (opsiwn 3)**
📧 **ask.hdd@wales.nhs.uk**

GIG 111 Cymru – Pwyso 2 (Cymorth Iechyd Meddwl)

Ar gael 24/7, mae'r gwasanaeth hwn yn cynnig cymorth iechyd meddwl brys i bobl yn Sir Gaerfyrddin, Ceredigion, a Sir Benfro.

Beth sydd angen i chi wybod:

📞 **Ffoniwch 111 a phwyswch 2**
💬 **Siaradwch â gweithiwr iechyd meddwl proffesiynol**
🕒 Ar agor drwy'r dydd, bob dydd 👫 Ar gyfer pob oed 💷 Mae'r alwad am ddim, hyd yn oed os nad oes gennych gredyd ar eich ffôn

Beth mae'n ei wneud:

Rhoi cymorth a chyngor ar unwaith
Helpu i asesu eich sefyllfa ac arwain y camau nesaf

PWY YW LLAIS?

Llais yw'r corff cenedlaethol, annibynnol, a sefydlwyd gan Lywodraeth Cymru i roi llais cryfach i drigolion Cymru yn eu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.
Mae gennym 3 prif rôl:

1.Ymgysylltu â chi a gwrando ar eich profiadau o wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol
2. Mynegi eich barn i'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau ym maes iechyd a gofal cymdeithasol
3. Darparu gwasanaeth eiriolaeth cwynion ar gyfer cwynion yn erbyn gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol

Diolch i bawb a rannodd eu barn a'u profiadau gyda ni – rydym yn gwerthfawrogi eich amser yn fawr.

Rydym yn ddiolchgar iawn hefyd i'r staff a'r gwirfoddolwyr yn y grwpiau / clinigau a'r adrannau y gwnaethom ymweld â nhw am roi croeso mor gynnes i ni.

Gallwch ddarganfod mwy am rôl Llais wrth eich cynrychioli chi ym maes iechyd a gofal cymdeithasol ar ein gwefan https://www.llaiswales.org

LLAIS
Eich llais mewn iechyd a gofal cymdeithasol | Your voice in health and social care



LLAIS GORLLEWIN CYMRU

Yn cwmpasu gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ar gyfer pobl sy'n byw yn:

- Sir Gaerfyrddin
- Ceredigion
- Sir Benfro

westwalesenquiries@llaiscymru.org

01646 697 610

@LlaisWestWales