

## 1. ASTUDIAETH ACHOS - Doris

### Yr hyn sy'n bwysig i Doris

- Hoffwn gael cymorth i gael cawod.
- Rwy'n byw ar fy mhen fy hun.
- Cefais strôc 17 mlynedd yn ôl, mae fy ochr chwith yn wan.
- Rwyf wedi clywed ddoe bod fy nghanser wedi lledaenu.

Mae Doris yn 67 oed ac mae wedi cael diagnosis o ganser. Mae'n byw ar ei phen ei hun ond dywedodd fod ei mab iau "bron â bod" wedi symud i mewn ati. Cafodd ei hatgyfeirio gan Ganolfan Driniaeth Canser Gogledd Cymru i Un Pwynt Mynediad am becyn gofal i gael help i gael cawod. Cyflwynodd UPM achos Doris i Ymarferydd Arweiniol a gysylltodd â Doris a threfnu diwrnod ac amser cyfleus i ymweld â hi.

Ar ôl ymweld â Doris cysylltodd yr Ymarferydd Arweiniol â thîm y Nyrsys Ardal ar ôl i Doris ddweud wrthi fod ei chanser yn ddifrifol, roedd yn cael anhawster bwyta ac roedd ei meysydd pwysau yn dechrau troi'n friwiau.

Trefnodd y Nyrs Ardal fod Gweithwyr Cefnogi Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn cefnogi Doris â phob agwedd ar ei gofal personol gan gynnwys ymolchi mewn cawod a rhoi eli presgripsiwn ar ei briwiau.

Ymwelodd y Gweithwyr Cefnogi bob dydd ond roedd lefel y gefnogaeth a'r amseroedd yn amrywio yn dibynnu ar sut oedd Doris yn teimlo. Roeddent yn annog Doris i fwyta ac yfed yn aml ac yn paratoi bwyd a diodydd o'i dewis iddi. Wrth i iechyd Doris ddirywio addaswyd ei chefnogaeth ac roeddent mewn cysylltiad â'r Ymarferydd Arweiniol a'r Nyrs Ardal yn aml i gael cyngor a chyfarwyddyd ynglŷn â'r ffordd orau o gefnogi iechyd a lles Doris wrth iddynt ddirywio. Trefnwyd mewnbyn gan Therapydd Galwedigaethol i weld a oedd unrhyw offer ar gael i'w chynorthwyo i symud mwy. Trwy gydol y cyfnod anodd hwn darparodd y Gweithwyr Cefnogi Iechyd a Gofal Cymdeithasol gyngor a chefnogaeth i deulu Doris.

Symudwyd Doris i'r Gwasanaeth Gofal Uwch pan waethygodd ei hanghenion iechyd.

### **Manteision UPM a Gweithwyr Cefnogi Iechyd a Gofal Cymdeithasol**

#### **I Doris**

- Roedd ei dymuniadau a'i hanghenion yn ganolog – gyda dull gweithio a oedd yn canolbwyntio ar ganlyniadau
- Gallai un Gweithiwr Cefnogi ddiwallu ei hanghenion iechyd a gofal cymdeithasol
- Roedd ei theulu yn cael eu cefnogi
- Cafodd Doris aros yn ei chartref ei hun

#### **I'r Gwasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol**

- Ymateb cydgysylltiedig ac effeithlon a gwasanaethau di-dor
- Hwyluswyd cefnogaeth yn syth a lleihawyd yr angen i fynd i mewn i ysbyty
- Defnyddiwyd adnoddau partneriaid yn effeithio

## 2. ASTUDIAETH ACHOS – Glenys

### Yr hyn sy'n bwysig i Glenys

- Symudedd
- Rwy'n poeni am fethu â siopa a choginio fel yr arferwn wneud
- Rwyf eisiau bod yn annibynnol a dal i ofalu am fy ngŵr
- Rwy'n cael help gan fy ffrind ond nid wyf eisiau bod yn ormod o drafferth iddi
- Rwy'n hoffi cael tŷ glan

### **Penderfynodd Glenys ffonio UPM oherwydd ei bod wedi torri ei ffêr a'i choes, roedd mewn plaster ac roedd yn poeni sut y byddai'n ymdopi wrth ofalu am ei gŵr, Roy.**

Mae Glenys yn 78 oed ac yn gofalu am ei gŵr Roy sy'n 84 oed. Mae Roy yn ddall, mae ganddo ganser a phroblemau â'i galon. Cafodd Roy ei ryddhau o'r ysbyty yn ddiweddar ond gwrthododd ef a Glenys becyn gofal. Mae ganddynt rwydwaith cymdeithasol da, yn arbennig cymdoges ofalgar o'r enw Beryl. Maent wedi ymdopi yn y gorffennol gyda 'help' gan Beryl. Holodd Glenys y Gweithredwr UPM ynglŷn â chael cadair olwyn fel ei bod "yn gallu symud o leiaf". Gall Roy ymdopi â'i ofal personol pan gaiff ei atgoffa ac mae Beryl yn helpu i wneud ychydig o siopa a choginio. Dywed Glenys fod ei ffrind yn barod i helpu ond mae ganddi "broblemau iechyd ei hun" ac nid yw Glenys eisiau "bod yn drafferth iddi".

Dywedodd y Gweithredwr UPM wrth Glenys am gysylltu â'i meddyg teulu ynglŷn â chael cadair olwyn, gan y byddai raid iddynt atgyfeirio ar gyfer hyn. Aeth y gweithredwr hefyd i chwilio am gefnogaeth arall ar wefan DEWIS tra ei bod mewn plaster. Gyda'i chaniatâd trosglwyddwyd ei manylion i'r Sefydliad Cefnogi Gofalwyr a gytunodd i gysylltu â hi'n uniongyrchol i drefnu Asesiad Gofalwyr.

Chwiliodd y Gweithredwr UPM am gyngor gan y Cydgysylltydd Lles hefyd, a chysylltodd â Glenys. Gyda'i chaniatâd cafodd Glenys ei hatgyfeirio i'r Gwasanaeth Gartref o'r Ysbyty. Roedd hyn er mwyn gofyn a fyddent yn cymryd yr atgyfeiriad ac ymweld â hi i weld pa nwyddau yr oedd eu hangen arni o'r siop ac yna mynd i siopa iddi. Mae'r gwasanaeth yn cynnig cefnogaeth a chymorth i ddinasyddion am gyfnod o bythefnos ar ôl iddynt gael eu rhyddhau o'r ysbyty. Cymerodd hyn bwysau oddi ar Beryl a oedd yn gallu parhau i baratoi prydau bwyd.

Darparwyd gwybodaeth hefyd am amrywiaeth o asiantaethau glanhau. Cymerodd Glenys fanylion yr asiantaethau lleol gan ei bod hi a Roy yn gallu talu am hyn eu hunain.

### **Manteision Un Pwynt Mynediad**

#### **I Glenys**

- Parhau i ofalu am Roy yn y cartref heb lawer o gefnogaeth ac ymwthiad gan wasanaethau gofal ffurfiol
- Cyswllt cyntaf cydgysylltiedig ac ymateb cywir
- Cyflawnwyd ei chanlyniadau dymunol (yr hyn a oedd yn wirioneddol bwysig).

**I'r Gwasanaethau Iechyd a Gofal Cymdeithasol**

- Roedd y wybodaeth a'r cyngor yn gymesur, drwy roi Glenys a Roy mewn cysylltiad â gwasanaethau'r trydydd sector a allai ddiwallu eu hanghenion.
- Roedd Glenys yn gallu parhau i ofalu am Roy yn y cartref gan osgoi'r angen am becyn gofal mwy ffurfiol neu arhosiad preswyl.
- Defnyddio adnoddau'r partneriaid yn effeithlon ac effeithiol