Astudiaeth Achos – Mrs B

Cysylltodd Mrs B ag Un Pwynt Mynediad yn wreiddiol gyda chais am help gan Therapydd Galwedigaethol i asesu a darparu cyngor ynghylch addasu ei hystafell ymolchi.

Anawsterau Ymarferol:

Mae Mrs B yn 46 oed ac mae'n dioddef o Sglerosis Ymledol cynyddol eilradd a ddiagnoswyd yn wreiddiol tua pedair blynedd ar ddeg yn ôl.
Mae ei symudedd yn amrywio o ddydd i ddydd – rhai dyddiau mae'n gallu cerdded o amgylch ei fflat trwy ddal ei gafael mewn dodrefn a waliau am gefnogaeth, ond ar ddiwrnodau gwael mae'n cael sbasmau cyhyrol difrifol ac yn gorfod cropian neu aros yn y gwely.
Mae Mrs B hefyd yn dueddol o syrthio ac mae ei chydbwysedd yn anrhagweladwy iawn.
Mae gan Mrs B gadair olwyn a chadair lithro ond gan nad oes llawer o le mae'n dewis peidio â defnyddio'r eitemau hyn, sy'n gwaethygu ei risg o syrthio.
Mae Mrs B yn cael anhawster gwneud tasgau byw bob dydd ond mae'n ymdrechu i fod mor annibynnol ag sy'n bosibl ac mae bob amser yn ceisio rheoli gweithgareddau hunanofal ar ei phen ei hun. Mae Mrs B yn teimlo fod pethau wedi dechrau dirywio oherwydd ei sefyllfa ac mae'n methu â chyflawni ei chanlyniadau lles a'r hyn sy'n bwysig iddi hi.

Sefyllfa gymdeithasol:

Ar ddechrau'r asesiad, roedd Mrs B yn byw gyda'i gŵr mewn fflat anghenion cyffredinol a rentwyd gan gymdeithas dai leol. Nid oes ganddynt blant na theulu agos. Roedd Mrs B yn arfer gweithio mewn Awdurdod Lleol ond bu raid iddi roi'r gorau i'w swydd oherwydd salwch. Mae Mr B yn ofalwr i'w wraig, ond mae'n gweithio'n llawn amser i Awdurdod Lleol. Roedd Mrs B wedi llwyddo i ofalu amdani ei hun gyda chefnogaeth ei gŵr, ond roedd hyn yn mynd yn anoddach, yn arbennig gan fod raid i Mr B weithio i ffwrdd am chwe diwrnod ar wahân bob mis, gan gynnwys aros dros nos.
Yn ystod y cyfnodau hyn o absenoldeb, mae Mrs B ar ei phen ei hun ac nid yw'n cael unrhyw gefnogaeth gan deulu na ffrindiau. Mae rhieni Mrs B a thad Mr B wedi marw ac nid yw mam Mr B yn gefnogol.

Anawsterau amgylcheddol:

Ar ddechrau'r asesiad, roedd Mrs B yn cael anhawster ymdopi â'r chwe gris i fyny at ddrws ffrynt yr adeilad a'r rhodfa gul yn y cefn. Nid oedd unrhyw un o'r mynedfeydd yn hygyrch i gadair olwyn ac roedd bron â bod yn gaeth i'w chartref.
Roedd y tu mewn i fflat Mrs B yn fach ac nid oedd llawer o le yn unrhyw un o'r ystafelloedd, felly roedd lle i storio unrhyw offer angenrheidiol yn eithriadol o brin.
Roedd lleoedd i droi yn gyfyngedig iawn ac roedd diffyg lle ym mhob un o'r ystafelloedd i gylchdroi a storio offer anabledd hanfodol.
Roedd gardd deras fach y tu allan i ffenestr Mrs B. Yn y gorffennol roedd yr ardal hon wedi dod â llawer iawn o bleser, pwrpas a darparu lle i ymlacio i Mrs B, ond yn anffodus dros y blynyddoedd diwethaf roedd wedi cael anhawster mynd i fyny'r grisiau sy'n arwain at yr ardd.

Beth sy'n bwysig:
Yn yr asesiad gwreiddiol dywedodd Mrs B mai ei phrif ganlyniad oedd mynd i mewn i'r bath yn ddiogel, ond yn dilyn asesiad a thrafodaethau pellach, roedd yn amlwg fod Mrs B yn cael anhawster byw yn ei llety presennol ac roedd am allu mwynhau'r awyr iach a chael gardd fach. Roedd mynediad i gadair olwyn yn gyfyngedig iawn ac roedd addasiadau sylweddol yn angenrheidiol yn y cartref, gan gynnwys lefel y fynedfa, drysau lletach ac addasaiadau i'r ystafell ymolchi.

Ar ôl archwilio dichonoldeb y gwaith newid i'r llety presennol teimlwyd nad oedd y llety yn addas oherwydd cynnydd tebygol yn ei hanabledd ac roedd Mrs B yn cytuno na allai hi aros yn ei llety presennol yn y tymor hir. Roedd Mrs B yn awyddus i aros yn yr un dref yr oedd yn byw ynddi a thrafodwyd atgyfeiriad i Grŵp Tai Arbenigol Sir Ddinbych am eiddo mwy addas. Trafodwyd beth oedd yn bwysig ac eglurodd Mrs B yr hoffai symud i fflat ar y llawr gwaelod lle gallai gael mynediad at ran fach o ardd ac ychydig o welyau blodau uchel.

Ar ôl cael ambell i gynnig o letyau anaddas, yn y pen draw cafodd Mr a Mrs B eu hystyried ar gyfer datblygiad newydd sbon o chwe fflat yn y dref yr oeddent yn byw ynddi. Roedd yr eiddo a awgrymwyd yn cael ei adeiladu ar y pryd ac yn y broses o gael eu codi. Nid oedd y llety yn cyrraedd safon cadair olwyn, ond roedd ar y llawr gwaelod ac roedd lefel y fynedfa yn wastad. Aethom i edrych ar yr eiddo i benderfynu a oedd yn addas a llwyddom i ddylanwadu ar raglen o addasiadau bach, gan gynnwys lledu rhai drysau, creu agoriad ychwanegol rhwng ystafell wely a'r lolfa, addasiadau yn yr ystafell ymolchi a thoiled arbenigol.
Yn bwysicaf oll, llwyddom i ofyn am fynedfa balmantog i ran fach o ardd breifat gyda borderi uchel a chwrb gostyngedig i'r maes parcio. Roedd hwn yn ganlyniad hanfodol er mwyn cynnal iechyd a lles Mrs B.

Canlyniad terfynol
Cyn symud, roedd Mrs B yn cael anawsterau mawr â'i chyflwr a hynny'n gorfforol ac yn feddyliol. Roeddem wedi cyrraedd pwynt lle'r oeddem yn ystyried opsiynau gofal a'r posibilrwydd o daliadau uniongyrchol i ariannu cefnogaeth, yn arbennig yn ystod y dydd a thros nos pan fyddai ei gŵr yn gweithio i ffwrdd.
Ond, ers symud, mae Mrs B wedi cael egni newydd. Mae'n gallu cael mynediad at bob ran o'i fflat newydd, y tu mewn a'r tu allan, gan ddefnyddio sgwter trydan bach (a brynwyd yn breifat).
Mae hi hyd yn oed yn gallu rhoi dillad allan ar lein ddillad isel ac yn bwysicaf oll mae'n gallu gwneud ychydig o arddio yn y gwelyau blodau uchel wrth eistedd yn ei sgwter.
Mae digon o le i symud o gwmpas a gwneud y pethau sy'n bwysig iddi. Ar hyn o bryd nid oes angen ystyried cefnogaeth gofal ar ei chyfer gan fod ganddi fwy o egni i ymdopi yn annibynnol.

Dywed Mrs B fod "Help yn dod pan fydd ei angen arnoch fwyaf!" a'n bod "wedi newid ei bywyd mewn meysydd yr oedd wedi rhoi'r gorau iddynt".....