

# RHYDDHAU CLEIFION O'R YSBYTY

## TAFLEN WYBODAETH I GLEIFION

**Dyddiad disgwyliedig rhyddhau'r claf:**

---

**Y Meddyg Ymgynghorol sy'n gyfrifol am eich gofal yw:**

---

**Enw Rheolwr eich Ward yw:**

---

**Rhif ffôn uniongyrchol y ward yw:**

---

Lluniwyd gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr mewn partneriaeth ag:

- Awdurdod Lleol Ynys Môn
- Awdurdod Lleol Gwynedd
- Awdurdod Lleol Conwy
- Awdurdod Lleol Sir Ddinbych
- Awdurdod Lleol Sir y Fflint
- Awdurdod Lleol Wrecsam

Mae'r wybodaeth hon wedi'i hategu a'i chefnogi'n llawn gan eich ysbytai lleol, eich Awdurdod Lleol, eich comisiynwyr gofal a'ch timau cyfreithiol.

Os ydych yn rhagweld unrhyw broblemau ynglyn â chael eich rhyddau unrhyw adeg yn ystod eich arhosiad yn yr ysbyty, siaradwch â'r nyrs sy'n gofalu am eich gofal.

Yn y daflen hon rydym yn anelu at roi'r holl fanylion i chi am y broses o gynllunio ar gyfer eich rhyddhau yn ddiogel o'r ysbyty. Mae hefyd yn rhestru opsiynau posibl a fydd yn cael eu hystyried gan y tîm sy'n gofalu amdanoch wrth eich rhyddhau.

## **Cyflwyniad**

Croeso i Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr.

Bydd hyd yr amser y byddwch yn ei dreulio yn yr ysbyty'n dibynnu ar eich cyflwr clinigol. Yn fuan ar ôl i chi gael eich derbyn i'r ysbyty, cewch Dyddiad Rhyddhau Disgwyliedig.

Tra byddwch yn glaf yn yr ysbyty, cewch eich asesu gan weithwyr proffesiynol amrywiol a chaiff eich barn a'ch amcanion eu cofnodi.

Bydd tîm amlddisgyblaethol sy'n cynnwys prif nyrs y ward, meddyg ymgynghorol neu feddyg teulu a nyrsys y ward yn dechrau cynllunio eich trosglwyddo o'r ysbyty cyn gynted ag y cewch eich derbyn yno. Gan ddibynnu ar eich amgylchiadau unigol, gallai'r tîm hwn gynnwys Gweithwyr Gofal Cymdeithasol, Nyrsys Cymunedol, Therapyddion Galwedigaethol a Ffisiotherapyddion hefyd.

## **Gadael yr Ysbyty**

Byddwch yn cael eich trosglwyddo o'r ysbyty pan fydd meddyg ymgynghorol/Meddyg Teulu yn penderfynu eich bod yn barod yn glinigol i adael yr ysbyty ac nad ydych angen gwely ysbyty mwyach.

Bydd y rhan fwyaf o gleifion yn mynd adref yn syth o'r ysbyty; fodd bynnag, mewn rhai achosion, gallai fod angen cymorth ychwanegol arnynt i'w galluogi i adennill eu hannibyniaeth neu i'w chadw, efallai bydd hyn yn cynnwys cyfnod o adsefydlu mewn ysbyty cymunedol neu leoliad arall.

Bydd eich trosglwyddiad diogel ac amserol yn galluogi i gleifion newydd sydd angen triniaeth ysbyty llym gael eu derbyn heb oedi.

## **Mae'ch trosglwyddo o'r ysbyty ar yr adeg gywir yn bwysig am y rhesymau canlynol:**

- Mae'n cynnig y cyfle gorau i chi adennill eich annibyniaeth
- Mae rhai unigolion yn gweld hi'n fwy anodd i dychwelyd adref yr hiraf maent yn aros yn yr ysbyty.
- Mae risg o gael heintiau yn yr ysbyty. Mae gadael yr ysbyty cyn gynted â'ch bod yn ffit yn feddygol yn golygu bod hyn yn llai tebygol ac yn lleihau'r risg o unrhyw gymhlethdodau.

## **Ein Hymrwymiad i Chi**

- Byddwch yn cael y driniaeth gywir yn y lle cywir a gan y gweithiwr proffesiynol cywir.
- Byddwn yn sicrhau bod eich arhosiad mewn gwely ysbyt yn cael ei gadw cyn fyred â phosibl drwy gynnal asesiadau parhaus i gynllunio ar gyfer eich rhyddhad.
- Unwaith bydd eich tîm Ymgynghori yn asesu eich bod yn ffit yn feddygol ar gyfer rhyddhau/trosglwyddo byddwn yn anelu at eich trosglwyddo chi o'r ysbyty.
- Ein bwriad bob amser yw y byddwch yn dychwelyd i'ch cartref eich hun.
- Os nad yw dychwelyd gartref yn bosibl byddwch yn cael eich trosglwyddo i'r gwasanaeth a'r cyfleusterau mwyaf addas a sydd ar gael.
- Byddwn yn anelu at eich trosglwyddo o'r ysbyty cyn gynted â phosibl ar ddiwrnod eich trosglwyddiad
- Mewn partneriaeth â ni, mae ein Partneriaid Awdurdod Lleol, Sector Gwirfoddol a Sector Annibynnol wedi ymrwymo i sicrhau eich bod yn cael mynediad at gefnogaeth addas wrth gael eich rhyddhau.
- Mewn rhai amgylchiadau bydd y ward yn gwneud trefniadau ar gyfer eich cludo wrth eich rhyddhau/ trosglwyddo. Enghreifftiau o pan mae hyn yn addas yw lle mae gennych anghenion Gofal Iechyd Parhaus wrth gael eich rhyddhau neu angen cael eich trosglwyddo i Ysbyty Cymunedol neu Gartref Gofal.

## **Gweithio â Ni**

Helpwch ni i ddod o hyd i'r gofal a'r gefnogaeth orau i chi a chytuno arnynt drwy:  
Rhannu gwybodaeth ac ymgysylltu â holl aelodau staff iechyd a gwasanaethau  
cymdeithasol

Cymryd rhan wrth gynllunio eich gofal yn y dyfodol

Mynychu Cyfarfodydd Tîm Aml-ddisgyblaethol (gweithwyr proffesiynol sy'n rhan o'ch  
gofal) gyda'ch teulu a bod yn hyblyg o ran pryd mae'r rhain yn digwydd

Trefnu eich cludiant eich hun adref

Darllenwch y wybodaeth hon yn llawn a chefnogi ein hamcanion cyffredinol

## **Meddyginiaeth**

Rydym yn annog cleifion i ddod â meddyginiaethau o gartref i'r ysbyty fel y gallwn  
wirio'n union beth oeddech yn ei gymryd cyn i chi gael eich derbyn i'r ysbyty. Efallai  
byddwn yn rhoi Bag Meddyginiaethau Gwyrdd i chi wrth eich rhyddhau i gadw eich  
meddyginiaethau ynddo.

Byddwn yn dychwelyd eich meddyginiaethau i chi wrth eich rhyddhau ynghyd ag  
unrhyw feddyginiaeth sydd wedi'i ragnodi o'r newydd. Rhowch wybod i'r fferylllydd os  
oes gennych gyflenwad gartref.

Byddwn yn egluro eich meddyginiaethau cyn eich rhyddhau. Mae cyfarwyddiadau  
ysgrifenedig ar y pecyn a thaflen gwneuthurwyr y tu mewn.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os ydych angen cymorth am eich  
meddyginiaethau pan rydych yn mynd adref bydd staff y fferyllfa yn hapus i'ch helpu a  
gellir cysylltu â nhw ar y rhif canlynol

**Llinell Gymorth Meddyginiaethau 01248 384492**

### **Pan ydych yn gadael yr Ysbyty**

Os nad ydych angen gofal ysbyty mwyach a bod oedi cyn dechrau eich pecyn neu leoliad cymunedol sydd orau gennyh ni allwch ddewis aros mewn gwely ysbyty.

Er mwyn sicrhau bod asesiad o'ch anghenion gofal yn gywir ac yn briodol, efallai bydd yn cael ei gynnal mewn amgylchedd mwy addas megis gwely cymunedol sydd y tu allan i'r amgylchedd ysbyty llym.

Isod mae enghreifftiau o wasanaethau byddwch eu hangen efallai pan fyddwch yn gadael yr ysbyty.

### **Gofal Canolraddol yn y Cartref**

Efallai y bydd eich timau therapi yn yr ysbyty a'ch Gweithiwr Gofal Cymdeithasol yn asesu bod angen cyfnod o adsefydlu yn eich cartref eich hun pan na fydd angen gwely ysbyty arnoch mwyach. Caiff hyn ei gyfuno â phe cyn gofal weithiau.

### **Gwelyau Cymunedol Canolraddol**

Efallai bydd tîm yr ysbyty yn awgrymu eich bod yn cael eich rhyddhau i gyfleuster Gofal Canolraddol i gefnogi cyfnod o adferiad yn y gwely neu apwyntiad dilynol clinigol. Efallai byddwch yn cael eich trosglwyddo i gyfleuster yn y gymuned megis cartref preswyl neu gartref nyrsio ar gyfer adsefydlu pellach ac asesiad o'ch anghenion hir dymor.

### **Pecyn Gofal (POC)**

Pan fyddwch yn dychwelyd gartref efallai byddwch angen ychydig o gymorth gyda'ch gofal personol a thasgau bob dydd. Os felly, efallai byddwch yn cael eich trosglwyddo at y Gweithiwr Gofal Cymdeithasol o'ch ardal a fydd yn ymweld â chi ar y ward ac yn cwblhau asesiad o'r anghenion. Bydd eich Gweithiwr Gofal Cymdeithasol penodol yn ystyried yr adolygiad a wnaed gan y staff meddygol, nyrsio a therapi. Bydd gan eich pecyn gofal ddull ailalluogi i alluogi bod rhyddhad adref yn gefnogol, wrth eich annog i gynyddu/cynnal eich lefel o annibyniaeth.

## **Cartref Gofal**

Os yw'n cael ei ddynodi eich bod angen gofal pellach mewn cartref gofal, bydd gofyn i chi ddewis 3 cartref gofal o'ch dewis, dylai un ohonynt fod ar gael o fewn y pythefnos nesaf a dylech rhoi gwybod i'r gweithiwr proffesiynol gofal iechyd sy'n gyfrifol am eich gofal am eich dewisiadau. Gweler y daflen "*Symud o'r Ysbyty i Gartref Gofal: Eich Dewisiadau*". Mae hwn yn unol â Phrotocol Rhyddhau'r Bwrdd Iechyd.

## **Beth mae'n ei olygu i chi**

Rydym yn deall pan yn gadael yr ysbyty byddwch chi, eich teulu, neu ofalwyr weithiau angen amser i wneud penderfyniadau a all newid bywyd. Mae eich ysbyty'n gweithio mewn partneriaeth gyda'r Awdurdod Lleol i ddarparu gwasanaethau sy'n rhoi'r amser i'ch helpu chi wneud y penderfyniadau hyn mewn amgylchedd sy'n fwy addas.

Nid yw aros mewn gwely ysbyty pan nad ydych angen y lefel hwn o ofal mwyach yn opsiwn a byddwch yn cael eich trosglwyddo o'r ysbyty pan mae eich meddyg ymgynghorol/ Meddyg Teulu yn asesu eich bod yn ffit yn feddygol ac yn barod i adael yr ysbyty. Byddwn yn anelu at eich trosglwyddo chi o'r ysbyty i amgylchedd mwy addas.

**Sylwer:** y byddwn bob amser yn ceisio gwneud ein gorau i gynnwys aelodau enwebedig o'ch teulu neu eich ffrinidau yn eich gofal i'r dyfodol. Nid yw absenoldeb aelodau'r teulu oherwydd gwyliau, ymrwymadau gwaith ayyb yn golygu y bydd penderfyniadau ynglyn â'ch trosglwyddiad o'r ysbyty yn gallu cael ei atal neu'n cael ei atal nes bod eich teulu ar gael. Os bydd angen eiriolwr i'ch cefnogi gyda darpariaeth gofal i'r dyfodol bydd eich ysbyty yn trefnu hyn i chi.

Gallwch fod yn dawel eich meddwl mae ein bwriad yw darparu'r gofal mwyaf addas ar gyfer ein holl gleifion yn yr amgylchedd mwyaf addas.

## A oes angen gofal arnoch **chi**?



### Hunanofal

Gofalu am eich hun.

- Peswch
- Trwyn sy'n rhedeg
- Briw ar y pen-glin
- Mân broblemau eraill
- Llwnc tost



### Gwasanaethau Lleol y GIG

Gan gynnwys

- Meddygfeydd
- Ymwelwyr Iechyd
- Fferyllfeydd
- Bydwragedd
- Optometryddion
- Uned Mân
- Deintyddion
- Anafiadau

#### Meddygfeydd neu Wasanaethau y Tu Allan i Oriau

- Chwydu'n barhaus
- Symptomau nad ydynt yn gwella
- Pigyn clust
- Peswch poenus

#### Fferyllfeydd

- Dolur rhydd
- Poen yn y bol
- Pen tost / Cur pen

#### Uned Mân Anafiadau

- Briwiau
- Brathiadau
- Troi troed
- Mân salwch neu anaf



### Yr Adran Achosion Brys

Ar gyfer salwch neu anaf difrifol.

Ffoniwch **999** ar gyfer cyflyrau brys sy'n peryglu bywydau ac sydd angen sylw meddygol ar frys.

- Tagu
- Colli llawer o waed
- Poen difrifol yn y frest
- Anaf difrifol
- Llewygu
- Amau strôc

Yn dal i fod yn ansicr? Cysylltwch â  
**Galw Iechyd Cymru**  
**0845 46 47**

[www.nhsdirect.wales.nhs.uk](http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk)



Lawrlwythwch eich ap dewis doeth



@DewisDoethCymru