

Proffil Iechyd

Nodiadau Canllawiau ar gyfer Teuluoedd a Gofalwyr

Cefndir

Mae'r Proffil Iechyd wedi'i ddatblygu i gefnogi pobl ag anableddau dysgu pan fyddant yn cyrchu gofal iechyd ac i gynorthwyo staff gofal iechyd i ddarparu gofal diogel ac amserol iddyn nhw.

Cadwyd y Proffil Iechyd yn gryno i annog gweithwyr iechyd proffesiynol i gymryd yr amser i ddarllen y wybodaeth sydd ynddo. Yr adborth a gawsom o bobl pan gwnaethom ofyn iddyn nhw pa mor hir dylai fod, oedd dim mwy na pedwar tudalen. Mae hefyd wedi'i strwythuro fel y byddant yn gwybod yn union ble i edrych yn y ddogfen i ddod o hyd i wybodaeth allweddol. Er enghraifft, gellir dod o hyd i wybodaeth feddygol allweddol ar tudalen 2. Mae set arwahân o nodiadau canllaw wedi'u datblygu i'w cynorthwyo i ddeall pwysigrwydd y ddogfen a sut y gall eu galluogi i ddarparu gofal gwell. Yn ogystal a hyn, mae nodiadau canllaw wedi'u datblygu ar gyfer pobl ag anableddau dysgu a allai fod eisiau cwblhau eu Proffil Iechyd eu hunain neu sydd eisiau gweithio gyda chefnogaeth i wneud hyn.

Mae anghenion ponodol unigolion yn amrywio – er enghraifft gall rhai fwyta heb unrhyw gefnogaeth, efallai y bydd angen lefelau uchel o gefnogaeth ar eraill a/neu fod o mewn perygl o dagu. Yn ur un modd, gall fod gan rai unigolion ofynion penodol o ran cefnogi eu cyfathrebu, mae eraill yn gallu cyfathrebu ar lafar a deall eraill yn dda. Am y rheswm hwn mae'r ddogfen yn cynnwys penawdau bras i'ch galluogi i gynnwys yr hyn sydd yn bwysicaf i'r unigolyn rydych chi'n ei gefnogi wrth gwblhau'r ddogfen a chynigir y wybodaeth ganlynl fel arweiniad ynghylch yr hyn yr hoffech ei gynnwys yn yr adrannau gwahanol gan dderbyn bod hyn yn amrywio yn ôl anghenion unigol.

Cyngor Cyffredinol

Mae angen i'r Proffil Iechyd ddarparu gwybodaeth gywir a chyfoes i staff gofal iechyd. Mae'n bwysig, felly, ei fod yn cael ei adolygu a'i ddiweddarau'n rheolaidd.

- Dylid cael ei adolygu o leiaf unwaith y flwyddyn.
- **Mae'n rhaid cael ei diweddarau pryd bynnag y bydd newid mewn meddyginiaeth oherwydd gallai gwybodaeth anghywir yn yr adran hon o'r ffurflen arwain at roi meddyginiaeth anghywir i'r unigolyn.**

- Bob tro y byddwch chi'n cwblhau fersiwn newydd o'r Proffil Iechyd, dinistriwch yr un blaenorol neu (os ydych chi am ei gadw ar gyfer eich cofnodion) ysgrifennwch groes fawr dros bob tudalen o'r hen fersiwn. Bydd hyn yn helpu i sicrhau eich bod yn ddefnyddio'r fersiwn fwyaf diweddar bob tro.
- Ceisiwch fod mor glir a chryno a sy'n bosib – bydd hyn yn helpu gweithwyr iechyd proffesiynol (yn arbennig mewn sefyllfa argyfwng) i brosesu gwybodaeth yn gyflym ac yn gywir.
- Efallai yr hoffech chi, er enghraifft, restru pwyntiau allweddol fel cyfres o bwyntiau bwled i'w gwneud yn haws i'w darllen.

Y Dudalen Gyntaf

Ar y dudalen gyntaf gofynnir i chi ddarparu'r wybodaeth allweddol am yr unigolyn rydych chi'n ei gefnogi. Mae lle hefyd wedi'i ddarparu ar gyfer ffotograff o'r unigolyn (os yw'n hapus iddo gael ei gynnwys) fel mesur diogelwch pellach i sicrhau mai hwn yw'r Proffil Iechyd cywir i'r unigolyn.

Ar y dudalen flaen mae lle hefyd i gofnodi'r dyddiad y cwblhawyd y Proffil Iechyd am y rhesymau a nodi'r uchod.

Am Fy Iechyd

Dylai'r adran hon gynnwys wybodaeth allweddol sy'n ymwneud a iechyd yr unigolyn a fydd yn galluogi staff gofal iechyd i ddarparu gofal diogel ac effeithiol yn enwedig mewn lleoliad brys. Mae gan yr adran hon is-benawdau penodol i sicrhau bod gwybodaeth hanfodol yn cael ei darparu.

Fy anghenion iechyd (hanes meddygol):

Yn yr adran hon dylech gwynnwys y wybodaeth ganlynol:

- Unrhyw gyflyrau meddygol/iechyd sydd gan yr unigolyn (er enghraifft epilepsi, dementia, neu ddiabetes).
- Unrhyw broblemau iechyd y maent yn dueddol o/mewn berygl ohonynt. Er enghraifft, gallai fod gan yr unigolyn heintiau ar y frest yn rheolaidd.
- Dylid restru manylion o unrhyw lawdriniaethau mawr.

Pethau mae gen i alergedd i:

Dylai hyn gynnwys (er enghraifft):

- Alergedd i feddyginiaethau penodol fel penisilin.
- Unrhyw alergeddau eraill fel alergedd i gnau neu latecs.

Tabledi neu feddyginiaethau rwy'n eu cymryd:

Dylai hyn restru:

- Pob meddyginiaeth, tabled a phigiad y mae'r person yn eu cymryd ar hyn o bryd.
- Gwybodaeth am y **dos**, y **llwybr** y cymerir y feddyginiaeth (er enghraifft trwy bigiad, trwy'r geg neu trwy PEG), **pryd** y cymerir y feddyginiaeth a **pha mor aml** ei cymherir.
- **Os yw'r feddyginiaeth y mae unigolyn yn newid dylid cwblhau Proffil Iechyd newydd.**

Y gefnogaeth sydd ei hangen arnaf i gymryd fy tabledi neu feddyginiaeth:

Yma dylech roi:

- Gwybodaeth am sut mae'r unigolyn yn cymryd ei feddyginiaeth a'r gefnogaeth sydd ei hangen arno. Er enghraifft, os rhoddir eu meddyginiaeth iddynt a allant ei gymryd heb gymorth, a oes angen eu hatgoffa neu oes angen rhywun arall arnynt i roi eu meddyginiaeth iddynt.

Sut y byddaf yn dangos neu'n dweud wrthyfch fy mod mewn poen neu'n sâl:

Gall rhai unigolion ddweud wrth eraill eu bod yn teimlo'n sâl trwy ddefnyddio geiriau on efallai na fydd eraill yn gallu cyfathrebu ar lafar. Efallai y bydd rhai yn cyfleu poen trwy newidiadau eraill yn eu hymddygiad. Mae'n bwysig eich bod yn cynnwys gwybodaeth yma am:

- Sut mae'r berson rydych chi'n ei gefnogi fel arfer yn cyfathrebu ei fod yn sâl neu mewn poen.
- Beth all y staff gofal iechyd ei wneud i'w cefnogi (er enghraifft defnyddio teclyn asesu arbennig fel y DisDat, Graddfa Poen Abbey, neu ofyn i'r unigolyn dynnu sylw at ble maen nhw'n teimlo poen).

Sut rydw i angen i chi fy nghefnogi (gan gynnwys unrhyw addasiadau rhesymol y bydd angen):

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn gosod dyletswydd gyfreithiol ar wasanaethau i wneud addasiadau rhesymol i'r ffordd y darperir gwasanaethau er mwyn sicrhau bod pobl anabl yn derbyn gofal iechyd sy'n benodol i'w anghenion. Gall enghreifftiau gynnwys pethau fel amseroedd apwyntiadau hirach, darparu gwybodaeth hawdd ei darllen neu ddarparu lle tawel i bobl sy'n profi gorlwytho synhwyraidd. Yn yr adran hon dylech restru unrhyw addasiadau rhesymol sy'n ofynnol er mwyn sicrhau bod yr unigolyn yn derbyn gofal a chefnogaeth briodol.

Mae anghenion pobl, a'r gefnogaeth sydd ei hangen arnynt, yn unigol iawn yn yr adran hon, dylech gynnwys:

- Gwybodaeth sy'n mynd i gynorthwyo'r staff gofal iechyd yn darparu cefnogaeth effeithiol ac amserol. Mae rhai enghreifftiau o feysydd y mae angen i chi hystyried yn cynnwys unrhyw gefnogaeth sudd ei hangen gyda bwyta ac yfed, rhoi sylw i'w hanghenion ymataliaeth, symudedd, gofal personol, iechyd eu ceg ac unrhyw anhwesterau a allai fod ganddynt gyda'u cof. Efallai yr hoffech gynnwys gwybodaeth am eu patrwm cysgu arferol.

- Dylech hefyd nodi unrhyw bryderon diogelwch penodol y mae'n rhaid i staff fod yn ymwybodol ohonynt wrth gefnogi'r unigolyn. Gallai enghreifftiau o bryderon gynnwys risg o gwmpo, risg o dagu, risg o grwydro i ffwrdd neu risgiau sy'n codi o drawiadau. Pan nodir y risgiau dylech hefyd nodu sut y gall eu rheoli fel arfer (gall hyn fod naill ai yn yr adran hon neu mewn cynllun rheoli risg manylach y gellir ei nodi yma a'i atodi i'r ddogfen hon).

Y ffordd orau i ni gyfathrebu:

Mae'r adran hon wedi cael ei adael yn eang ar gyfer chi i ddarparu gwybodaeth yn eich barn chi sydd yn fwyaf pwysig mewn pethynas â'r person yr ydych yn eu gefnogi. Fodd bynnag, fan hyn mae'n bwysig eich bod yn ystyried sut maent yn cyfathrebu, sut maent yn deall y cyfathrebu pobl eraill a sut y gall fod angen i bobl eraill addasu eu cygfathrebu.

Dylech nodi pethau fel:

- Unrhyw nam ar ei clywed neu ei olwg, a oes angen unrhyw fathau penodol o gymorth cyfathrebu ar yr unigolyn (er enghraifft defnyddio Makaton), a oes angen amser ychwanegol arno i brosesu gwybodaeth, a sut y maent fel arfer yn cyfleu eu hanghenion.
- Yr angen i wirio am dealltwriaeth ac ailadrodd / aralleirio os oes angen, os yw'n debygol y bydd yn ymddangos bod yr unigolyn wedi deall yr hyn a ddywedir wrthynt pan na fydd yn ddeall.
- Gwybodaeth ynghylch a yw anghenion cyfathrebu'r unigolyn yn newid os ydynt yn mynd yn bryderus neu wedi cynhyrfu a beth y gellir ei wneud i'w gefnogi. Er enghraifft, efallai y bydd rhai pobl yn dechrau gweiddi os ydyn nhw'n bryderus, ond gall sicrwydd neu dynnu sylw yn helpu i'w dawelu.
- Os oes rhai geiriau neu ymadroddion a all achosi i'r unigolyn gynhyrfu, yna dylid nodi'r rhain hefyd.

Pethau pwysig eraill rydw i eisiau i chi eu gwybod:

Mae'r adran hon wedi'i chynnwys i'ch galluogi y gynnwys yr hyn rydych chi'n teimlo sy'n wybodaeth allweddol nad yw wedi'i chynnwys mewn adrannau eraill. Gallai enghreifftiau gynnwys:

- Gwybodaeth am gredoau crefyddol lle mae'r rhain yn bwysig i'r unigolyn.
- Os oes llwybr gofal diwedd oes yn ei le.

Mae hefyd yn darparu gofod y gellir ei ddefnyddio i gyfeirio'r darlennydd at unrhyw wybodaeth arall sy'n cyd-fynd â'r ddogfen hon fel:

- Cynllun cymorth ymddygiad.
- Cynllun rheoli epilepsi.
- Asesiad risg penodol.

Yn olaf, gellir ei ddefnyddio i ddarparu manylion cyswllt unrhyw unigolion allweddol fel arbenigwyr iechyd sy'n gweithio'n rheolaidd gyda'd unigolyn, aelodau allweddol o'r teulu neu weithwyr cymorth allweddol.

Defnyddio'r Proffil Iechyd

Ar ôl cwblhau'r Proffil Iechyd mae'n bwysig ei fod yn cael ei ddefnyddio i gynorthwyo unigolion i gael gfael ar ofal iechyd diogel ac effeithiol. **Felly mae angen iddo fynd gyda'r unigolyn pan fydd yn mynychu unrhyw wasanaeth gofal iechyd ac mae angen i staff yn y gwasanaeth hwnnw fod yn ymwybodol ohono a sut y gall eu helpu i ddarparu gwell gofal a chefnogaeth.**

Fel y soniwyd uchod, datblygwyd canllawiau ar wahân ar gyfer staff gofal iechyd a gwnaed gwaith i sicrhau eu bod yn ymwybodol o'r Proffil Iechyd a sut y gall eu cynorthwyo. Fodd bynnag, os nad ydynt yn gofyn am gael gweld y Proffil Iechyd gwnewch yn siŵr eich bod yn dweud wrthyn nhw, rhoi'r Proffil Iechyd iddyn nhw a rhoi straen ar sut y gall eu helpu.