

# Proffil Iechyd

## Nodiadau Arweiniad ar gyfer Gweithwyr Iechyd Proffesiynol

### Cefndir

Mae'r Proffil Iechyd hwn wedi'i ddatblygu i ddarparu gwybodaeth allweddol sydd ei hangen arnoch chi i'ch helpu ddarparu gofal iechyd sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn i bobl o grwpiau bregus, fel y rhai ag anabledd dysgu, awtistiaeth neu ddementia. Mae pobl ag anableddau dysgu eu hunain, eu teuluoedd, a'u gofalmwyr ac amrywiaeth eang o weithwyr iechyd proffesiynol wedi bod yn rhan o'i ddatblygiad ac wedi llywio'r cynnwys a'r fformat.

Un o'r negeseuon allweddol o'r cam datblygu oedd bod angen i'r Proffil Iechyd fod yn gryno fel bod gweithwyr iechyd proffesiynol yn gally cyrchu gwybodaeth yn gyflym, yn enwedig mewn sefyllfaoedd brys. Am y rheswm hwn, fe'i cadwyd i bedair tudalen. Fodd bynnag, mae'n bosibl y bydd angen i chi wybod gwybodaeth ychwanegol felly edrychwch yn ofalus ar y dudalen olaf, ddylai eich cyfeirio at wybodaeth o'r fath a/neu at bobl sy'n gallu darparu y wybodaeth hon.

### Defnyddio'r Proffil Iechyd

Yn ddelfrydol, dylai pobl ag anableddau dysgu a/neu'r rhai sy'n eu cefnogi ddod â'u Proffil Iechyd gyda nhw pryd bynnag y maent yn cyrchu gofal iechyd a dylent gynnig hyn i'r staff gofal iechyd sy'n gweithio gyda nhw. Os na chynigir y Proffil Iechyd, yna gofynnwch i'r unigolyn a'r rhai sy'n dod gyda nhw a oedd ganddyn nhw un.

Os nad oes gan yr unigolyn Broffil Iechyd yna lawrlwythwch un ar **[improvement.nhs.wales/learningdisability](https://improvement.nhs.wales/learningdisability)** a chwblhewch gymaint ohono ag y gallwch gyda nhw. Yna byddhyn yn eich cynorthwyo chi, yr unigolyn a'ch cydweithwyr os (er enghraifft) eu bod yn cael eu trosglwyddo i ardal neu adran wahanol.

Dyluniwyd y Proffil Iechyd fel bod gwybodaeth allweddol yn cael ei grwpio gyda'i gilydd ar bob tudalen a bod gwybodaeth bellach wedi'i ddarparu yn yr adrannau isod ynghylch a'r hyn y byddech chi'n disgwyl ei ddarganfod yma. Y gobaith yw y bydd hyn yn eich cynorthwyo i allu dod o hyd i wybodaeth allweddol yn gyflym yn hytrach na gorfod chwilio trwy ddogfen fawr. Wrth ddarllen y Proffil Iechyd, **gwiriwch y dyddiad y cafodd ei gwblhau (tudalen gyntaf) ac mai hon yw'r fersiwn ddiweddaraf.**

Os gwelch yn dda:

- Defnyddiwch y wybodaeth yn y Proffil Iechyd i'ch cynorthwyo i ddarparu gofal o ansawdd uchel i'r bobl hynny ag anableddau dysgu rydych chi'n gweithio gyda. Gall wneud gwahaniaeth enfawr nid yn unig i'ch gallu i ddarparu gofal o'r fath ond, yn bwysicaf oll, gall hefyd eich cynorthwyo i sicrhau eu diogelwch, eu hiechyd ac eu lles ac i wella eu profiad o ofal iechyd.
- Sicrhewch fod eich cydweithwyr yn ymwybodol o'r wybodaeth sydd wedi'i chynnwys yn y Proffil Iechyd a hefyd os yw unigolyn yn cael ei drosglwyddo naill ai dros dro neu'n barhaol i adran neu ardal arall rydych chi'n sicrhau bod y Proffil Iechyd yn mynd gyda nhw a'ch bod chi'n gwneud y staff sy'n eu dderbyn yn ymwybodol ohoni ei fodolaeth a'i bwysigrwydd.
- Os gwnaed unrhyw newidiadau tra bo'r unigolyn gyda chi (er enghraifft mewn perthynas â'r feddyginiaeth wedi ei ragnodi iddynt) yna dylai nodi hyn ar y Proffil Iechyd ynghyd â llythrennau cyntaf a dyddiad y newid.

## Y Dudalen Gyntaf

Mae'r dudalen hon yn rhoi gwybodaeth bersonol allweddol i chi am yr unigolyn – ei enw, yr hyn y mae'n well ganddo gael ei alw, ei dyddiad geni a phwy yw ei gyswllt.

- Gall y person cywswllt hwn fynd gyda'r unigolyn pan fydd yn mynychu lleoliadau iechyd, on efallai nad yw hyn yn digwydd pob tro. Er enghraifft, gall gweithwyr cymorth fynd gydag unigolyn, ond efallai mai'r cyswllt allweddol yw'r unigolyn sy'n rheoli'r lleoliad byw â chymorth y mae'r unigolyn yn byw ynddo.
- Fel arall, gall unigolyn ag anableddau dysgu ysgafn fynychu ar ei ben ei hun heb gefnogaeth.
- Dylai'r cyswllt allweddol fod yn rhywun sy'n gallu darparu gwybodaeth ychwanegol i chi.

Mae lle hefyd ar y dudalen gyntaf gynnwys ffotograff o'r unigolyn. Mae hyn wedi'i gynnwys am resymau diogelwch – yn benodol i'ch cynorthwyo i sicrhau bod gennych y wybodaeth gywir ar gyfer yr unigolyn iawn.

Yn olaf, ar y dudalen gyntaf mae **lle i'r dyddiad y cwblhawyd y Proffil Iechyd gael ei nodi. Gwiriwch hyn yn ofalus** – cynghorwyd unigolion a'u teuluoedd i ddiweddarau'r Proffil Iechyd yn flynyddol o leiaf. **Felly dylech wirio bod gennych y fersiwn ddiweddaraf.**

## Am Fy Iechyd

Dyluniwyd y dudalen hon i ddarparu gwybodaeth allweddol i chi am iechyd yr unigolyn, ac yn benodol, i roi'r wybodaeth allweddol sydd ei hangen arnoch pan nad yw unigolyn yn gallu darparu gwybodaeth o'r fath ei hun. Fodd bynnag, dylid cofio bod gan rai pobl ag anableddau dysgu anghenion iechyd cymleth iawn ac felly efallai y bydd angen i chi gael gafael ar wybodaeth bellach. Dylai adran olaf y Proffil Iechyd felly eich cyfeirio at wybodaeth o'r fath.

## Fy anghenion iechyd (hanes meddygol):

Yn yr adran hon dylech ddod o hyd i:

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

## Pethau mae gen i alergedd iddyn nhw:

Dylai hyn gynnwys meddyginiaethau penodol fel alergedd i benisilin. Dylai hefyd gynnwys unrhyw alergeddau eraill fel alergedd i gnau neu latecs.

## Tabledi neu feddyginiaethau rwy'n eu cymryd:

Dylai hyn restru:

- Pob meddyginiaeth, tabledi neu 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, tryw'r geg neu gan PEG), pryd y cymerir y feddyginiaeth a pha mor aml y mae'n cael ei chymryd).
- **Os yw unigolyn yn newid meddyginiaeth yn aml, atodwch y siart meddyginiaeth / presgripsiwn mwyaf diweddar.**

Wrth drafod meddyginiaeth gydag unigolyn, efallai byddai'n ddefnyddiol i chi gyfeirio at 'tabledi', 'feddyginiaethau' 'pigiadau' yn hytrach na chyfeirio at 'feddyginiaeth' yn unig oherwydd gallai hyn gael ei gamddechongli fel rhywbeth sy'n golygu 'meddyginiaeth' yn unig ac felly efallai nad fydd gwybodaeth allweddol a roddir.

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

Yma dylech weld 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 hymryd heb gymorth, as oes angen eu hatgoffa neu a oes angen rhywun arall arnynt i roi eu meddyginiaeth iddynt?

Efallai y bydd rhai pobl ag anableddau dysgu yn gallu cymryd meddyginiaeth yn annibynnol ond bydd angen cefnogaeth ar eraill – mae'n bwysig peidio â gwneud rhagbydiaethau.

## 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 ond efallai na fydd eraill yn gallu cyfathrebu ar lafar. Efallai bydd rhai yn cyfleu poen trwy newidiadau eraill yn eu hymddygiad. Yn yr adran hon dylech ddod o hyd i wybodaeth am:

- Sut mae'r unigolyn fel arfer yn cyfathrebu ei fod yn sâl neu mewn poen.
- Beth all staff gofal iechyd ei wneud i'w cefnogi (er enghraifft defnyddio teclyn asesu arbennig fel y DisDat neu Raddfa Poen Abbey [rhan o'r Offeryn Asesu Poen Cymru Gyfan], 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 gallai fod eu hangen arnaf):

Mae'r Ddeddf Cydraddoldeb 2010 yn gosod gwasanaethau dyletswydd gyfreithiol i wneud addasiadau rhesymol i'r ffordd y darperir gwasanaethau o'r fath er mwyn sicrhau bod pobl anabl yn derbyn gofal iechyd sy'n benodol i'w hanghenion. Gall enghreifftiau gynnwys pethau fel amseroedd apwyntiadau hirach, darparu gwybodaeth hawdd ei ddarllen neu ddarparu lle tawel i bobl sy'n profi gorlwytho synhwyrdd. Felly yn yr adran hon, dylech weld manylion unrhyw addasiadau rhesymol sy'n ofynnol er mwyn sicrhau bod yr unigolyn yn derbyn gofal a chefnogaeth briodol.

Mae anghenion cymorth pobl yn unigol iawn ac felly yn yr adran hon gofynnwyd i'r rhai sy'n llenwi'r ffurflen gynwys gwybodaeth a fydd yn cynorthwyo staff gofal iechyd i ddarparu cefnogaeth effeithiol, ddiogel, ac amserol. Gallai hyn gynnwys:

- Unrhyw gefnogaeth sydd ei hangen gyda bwyta ac yfed, diwallu eu hanghenion ymataliaeth, symudedd, gofal personol, iechyd y geg ag unrhyw anawsterau a allai fod ganddynt gyda'u cof. Os yw'n berthnasol i'r wybodaeth unigol gellir cynnwys gwybodaeth am eu patrymau cysgu arferol.
- Unrhyw bryderon diogelwch penodol y mae'n rhaid i chi fod yn ymwybodol ohonynt wrth gefnogi'r unigolyn. Gallai enghreifftiau o bryderon o'r fath gynnwys risg o gwmpo, risg o dagu, risg o gwydro i ffwrdd neu risgiau sy'n codi o drawiadau.
- Gwybodaeth ynghylch sut y rheolir pryderon / risgiau o'r fath (gall hyn fod 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'n hanfodol ein bod yn cofio bod cyfathrebu yn broses ddwy ffordd ac er mwyn iddi fod yn effeithiol efallai y bydd angen i weithwyr gofal iechyd proffesiynol addasu'r ffordd y maent yn cyfathrebu er mwyn adnabod a nodi anghenion pobl ag anabledau dysgu yn effeithiol.

Bydd anghenion cyfathrebu unigol yn amrywio'n fawr ac felly mae'r adran hon wedi'i gadael yn eang i alluogi adlewyrchu anghenion o'r fath yn gywir. Gofynnwyd i'r rhai sy'n llenwi'r ffurflen ddarparu'r wybodaeth ganlynol lle bo hynny'n berthnasol i'r unigolyn:

- Sut mae'r unigolyn yn cyfathrebu fel arfer, sut mae'n deall cyfathrebu eraill a sut y gallai fod angen i bobl eraill addasu eu cyfathrebu.
- Unrhyw nam ar y clyw neu'r golwg ac a oes angen unrhyw fathau penodol o gymorth cyfathrebu ar unigolyn (er enghraifft defnyddio Makaton).
- A oes angen amser uchwanegol arnynt i brosesu gwybodaeth, a sut y maent fel arfer yn cyfleu eu hanghenion.
- A oes angen gwirio am ddealltwriaeth ac ailadrodd / aralleirio yn ôl yr angen (cofiwch mae'n ymddangos bod unigolyn yn deall ond efallai na fydd yn hyn yn wir).

- A yw anghenion cyfathrebu'r unigolyn yn newid os yw'n mynd yn bryderus neu'n ofidus a beth ellir 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 helpu i'w tawelu.
- Os oes rhai geiriau neu ymadroddion a all beri 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 ddarparu gwybodaeth allweddol nad yw wedi'i chynnwys mewn adrannau eraill. Gallai enghreifftiau gynnwys gwybodaeth am:

- Credoau crefyddol lle mae'r rhain yn bwysig i'r unigolyn
- A oes llwybr gofal diwedd oes yn ei le.
- Gwybodaeth arall sy'n cyd-fynd â'r ddogfen hon (er enghraifft cynllun cymorth ymddygiad, cynllun cymorth ymddygiad, cynllun rheoli epilepsi neu asesiad risg penodol).

Manylion cyswllt unrhyw unigolion allweddol fel arbenigwyr iechyd sy'n gweithio'n rheolaidd gyda'r unigolyn, aelodau allweddol o'r teulu neu weithwyr cymorth allweddol.