

Clwstwr Gofal Sylfaenol 2019



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

RHAGAIR



Vaughan Gething

Mae’n bleser gennyf gyflwyno’r Blwyddlyfr hwn, a baratowyd ar gyfer y 4edd Gynhadledd Genedlaethol Gofal Sylfaenol, ‘Clystyrau: y Gorffennol y Presennol a’r Dyfodol’. Mae’r crynodeb hwn yn dangos yr ystod eang o waith da sy’n cael ei wneud yn lleol gan glystyrau, sy’n arwain at effaith gadarnhaol ar gleifion ledled Cymru.

Mae darparu ystod eang o ofal a chymorth mewn cymunedau lleol, a chysylltu pobl â hynny, yn hanfodol er mwyn diwallu anghenion iechyd a lles pobl Cymru. Mae cydweithredu ar lefel gymunedol drwy’r clystyrau i gynllunio a darparu’r gofal a’r cymorth yn hanfodol i drawsnewid ein system iechyd a gofal a chyflawni’r weledigaeth a amlinellir yn Cymru Iachach.

Gyda’i gilydd, mae’r cyflwyniadau gan bob clwstwr yn dangos sut mae clystyrau wedi datblygu ers cyhoeddi’r Cynllun Cenedlaethol ar gyfer Gwasanaethau Gofal Sylfaenol i Gymru yn 2014 a’r cyd-ymrwymiad parhaus i Fodel Gofal Sylfaenol Cymru. Mae’r enghreifftiau nodedig o waith mewn clystyrau penodol ledled Cymru, ynghyd â brwdfrydedd ac ymrwymiad y staff sy’n gweithio gyda chlystyrau ac o’u mewn, yn glir wrth ddarllen y crynodeb hwn.

Rhaid i ni yn awr fyfyrio ar y cynnydd hyd yma a pharhau i wneud rhagor o welliannau. O’m rhan i, byddaf yn parhau i annog clystyrau i esblygu ac aeddfedu er mwyn ymateb i heriau lleol i wella iechyd a lles y boblogaeth y maent yn ei gwasanaethu.

Vaughan Gething AC
Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol

Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Rhagair



Jill Paterson

**Cyfarwyddwr Gofal Sylfaenol, Gofal Cymunedol a Gofal
Hirdymor**

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda yn hynod falch o lwyddiannau'r saith Clwstwr o fewn Hywel Dda, yn enwedig o ystyried y cefndir o newid sydd wedi herio cynaliadwyedd Ymarfer Cyffredinol dros y blynyddoedd diwethaf. Mae nifer o'r datblygiadau newydd hyn wedi cael eu hystyried ar gyfer gwobrau cenedlaethol:

Cyrhaeddodd Prosiect Presgripsiynu Cymdeithasol Clwstwr Llanelli rownd derfynol Gwobrau Cenedlaethol Presgripsiynu Cymdeithasol 2019 am y Prosiect Lleol Gorau;

Enwebwyd Prosiect Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw yng Ngogledd Sir Benfro ar gyfer Gwobr GIG;

Enwebwyd rhaglen Therapydd Galwedigaethol De Sir Benfro ar gyfer Gwobr GIG Cymru yng nghategori Darparu Gwasanaethau mewn Partneriaeth ledled Cymru 2019.

Yn lleol mae'r holl Arweinyddion Clwstwr yn cymryd rhan weithredol ac yn arwain newid sy'n cyfrannu at weledigaeth strategol y Bwrdd Iechyd ar gyfer darparu gwasanaethau yn y dyfodol fel y nodir yn y ddogfen Strategaeth, Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach. Mae gwasanaethau Gofal Sylfaenol a Chymdeithasol cadarn yn greiddiol i werthoedd y Bwrdd Iechyd o ran darparu Gofal i gleifion yn agosach at eu cartref mewn ardal sydd â heriau daearyddol sylweddol. Clystyrau sydd felly yn y sefyllfa orau i herio modelau traddodiadol o ddarparu gofal, ac i ysgogi'r newid sydd ei angen i gyflawni'r gwahanol ffyrdd o weithio a fydd yn defnyddio sgiliau'r Tîm aml-broffesiynol cyfan.

Yn sicr mae awydd am newid ac i weithio ar y cyd ag Asiantaethau Partner i ddatblygu llwybrau a Gwasanaethau i gleifion, ac mae'r Bwrdd Iechyd yn awyddus i'w meithrin a'u cefnogi. Rydym yn cydnabod bod gwir angen gwerthuso newidiadau arloesol y Clwstwr a bod angen ystyried yr hyn a ddysgwyd o ran beth 'sy'n gweithio'n dda' ar lefel strategol i gefnogi esblygiad a datblygiad y Clwstwr.

Rydym yn parhau i adolygu trefniadau llywodraethu sy'n darparu'r fframwaith ar gyfer cyfarfodydd Clwstwr, gweithio ar y cyd a gwneud penderfyniadau er mwyn sicrhau ein bod yn cefnogi eu gallu i esblygu, datblygu ac aeddfedu yn unol â pholisi a chyfeiriad cenedlaethol.

Rwy'n cymeradwyo diweddariadau blwyddlyfr saith Clwstwr Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda i chi.

CEFNDIR Y CLWSTWR

: Mae Clwstwr Aman Gwendraeth yn gasgliad amrywiol iawn o gymunedau mewn lleoliadau trefol, lled-wledig a gwledig. Mae rhai cymunedau yn yr Ardal yn dioddef problemau sylweddol o ran amddifadedd cymharol o ran iechyd, addysg a chyflogaeth, tra bod proffil cymunedau eraill yn fwy cyson â chyfartaledd y Sir. Mae Rhwydwaith y Clwstwr yn gwasanaethu poblogaeth o 59,967 ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Mae dau Bractis a reolir gan y Bwrdd Iechyd yn y Clwstwr.



PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Ffurfiwyd Clwstwr Aman Gwendraeth saith mlynedd yn ôl ac mae'n cynnwys cynrychiolwyr o wyth Practis Meddyg Teulu.

- Partneriaeth Aman Tawe
- Meddygfa Brynteg
- Meddygfa Margaret Street
- Meddygfa Pen-y-groes
- Meddygfa'r Tymbl
- Meddygfa Coalbrook
- Meddygfa'r Sarn
- Meddygfa Minafon

Mae'r Clwstwr hefyd yn cynnwys cynrychiolwyr o'r Bwrdd Iechyd a Fferylliaeth Gymunedol. Rydym yn parhau i ymdrechu i gael ystod ehangach o bartneriaid i ymuno â'r Clwstwr.



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

- Mae'r Clwstwr wedi cyflogi dau Fferylllydd Clwstwr sy'n gweithio ar draws yr wyth Practis Meddyg Teulu yn adolygu meddyginiaethau, yn gweld cleifion wyneb yn wyneb ac yn cynorthwyo Meddygon Teulu â'r baich gwaith gyda'r bwriad o helpu cynaliadwyedd.
- Datblygwyd gwasanaeth poen sy'n cynnwys defnyddio ffisiotherapydd, fferylllydd ac ymarferydd iechyd meddwl mewn meddygfeydd i adnabod cyflyrau, ymgynghori a chynnig triniaeth gan ddefnyddio rhaglen rheoli poen ESCAPE ar gyfer poen yn y glun a'r pen-glin gan ddefnyddio therapi ymddygiad gwybyddol a therapi ymarfer corff Mae'r Gwasanaeth yn gwella mynediad at wasanaethau arbenigol ac yn gwella canlyniadau i gleifion gan leihau atgyfeiriadau at wasanaethau gofal eilaidd, lleihau amseroedd aros i gleifion a lleihau presgripsiynu meddyginiaethau lleddfu poen.
- Nodwyd bod nifer fawr o achosion o ordewdra ymhlith poblogaeth practisau Aman Gwendraeth ac felly aeth y Clwstwr ati i roi rhaglen ffordd o fyw ar waith. Mae'r rhaglen yn cynnwys Meddyg Teulu, Dietegydd a hyfforddwr ffitrwydd ac mae ar gael i gleifion rhwng 18 a 65 oed gyda BMI rhwng 25-35, nad ydynt yn derbyn Gofal Eilaidd ar gyfer unrhyw gyflyrau iechyd cysylltiedig ac yn bwysicaf oll a chanddynt gymhellant i newid. Mewn un grŵp o 10 o gleifion a adolygwyd i roi adborth, nodwyd bod presenoldeb ar y rhaglen yn 100% a cholodd y cyfranogwyr gyfanswm o 47kg (roedd chwech o'r cleifion wedi colli >5% o bwysau'r corff ac roedd un wedi colli 9%); roedd dau o'r cleifion wedi lleihau eu HCA1c o 20 a bellach nid ydynt yn cael eu hystyried yn ddiabetig.
- Mae'r Clwstwr wrthi'n gweithio ar gynlluniau i ddatblygu Hyb Cymunedol a fydd yn gartref i wasanaethau yn y Clwstwr. Rhagwelir y bydd y gwaith ar y datblygiad hwn yn dod i ben tua diwedd 2019/20.
- Mae'r Clwstwr wedi ariannu clinig dementia yn Neuadd Gymunedol Llandybie, sef'siop un stop' ddwywaith y mis ar gyfer cleifion â dementia a'u Gofalwyr.
- Mae'r Clwstwr wedi cefnogi profion gwaed yn y gymuned i alluogi mwy o gleifion i gael prawf gwaed ym Mhractis eu Meddyg Teulu yn hytrach na gorfod teithio i ysbyty ar gyfer prawf.
- Rydym yn ffodus bod gennym Feddyg Teulu â diddordeb arbennig mewn dermatoleg yn y Clwstwr. Mae'r Clwstwr wedi buddsoddi mewn sesiynau dermatoleg fel bod modd gweld cleifion yn gyflym ac yn fwy lleol. Mae hyn wedi gwella ansawdd gofal i gleifion y Clwstwr ac wedi lleihau'r rhestr aros ar gyfer apwyntiadau dermatoleg Gofal Eilaidd.

BETH NESAF?

Ein nod yw datblygu presgripsiynu cymdeithasol yng Nghlwtwr Aman Gwendraeth. Mae gan y Clwstwr Gytundeb Lefel Gwasanaeth gyda Chyngor Sir Caerfyrddin sydd wedi cyflogi tri Presgripsiynydd Cymdeithasol i weithio ar draws yr wyth Practis Meddyg Teulu. Bydd Presgripsiynwyr Cymdeithasol yn cefnogi cleifion, ac yn sicrhau eu bod yn ymgysylltu â'u cymunedau lleol ac yn gweithio gyda chleifion i wella iechyd a lles. Bydd Clwstwr Aman Gwendraeth yn gweithio mewn partneriaeth â'r Ardal i sicrhau bod y cynnig i drawsnewid y Sir - Sir Gaerfyrddin lachach - yn cael ei gyflawni.

CEFNDIR
Y CLWSTWR

Mae Llanelli yn gymysgedd amrywiol iawn o gymunedau mewn lleoliadau trefol, lled wledig a gwledig. Mae rhai cymunedau yn yr Ardal yn dioddef problemau sylweddol o ran amddifadedd cymharol yn ymwneud ag iechyd, addysg a chyflogaeth, tra bod eraill yn cyfateb i broffil sy'n fwy cyson â chyfartaledd y Sir. Mae ffiniau daearyddol yr Ardal yn wahanol i'r proffil gofal sylfaenol, sydd heb ffiniau daearyddol penodol, gan nad yw cleifion yn cofrestru o reidrwydd â Phractis Meddyg Teulu lle maen nhw'n byw. Mae Rhwydwaith Clwstwr Llanelli yn gwasanaethu poblogaeth o 61,755, sef yr ail glwstwr mwyaf ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Ffurfiwyd Clwstwr Llanelli saith mlynedd yn ôl ac yn wreiddiol roedd yn cynnwys naw Practis. Dros y blynyddoedd, mae dau Bractis wedi rhoi'r gorau i'w contractau, un o ganlyniad i ymddeoliad a arweiniodd at wasgaru cleifion i Bractisau cyfagos, ac mae'r Practis arall yn cael ei reoli bellach gan y Bwrdd Iechyd.

Mae'r Clwstwr yn cynnwys cynrychiolwyr o saith Practis Meddyg Teulu, yr Awdurdod Lleol, Iechyd Cyhoeddus Cymru, y Bwrdd Iechyd, Fferylliaeth Gymunedol ac Optometreg.

Ein nod yng Nghlwtwr Llanelli yw sefydlu partneriaeth sy'n cefnogi pobl i gael gwell iechyd a lles gydol eu hoes.

Mae saith practis yn gweithredu yn ardal Clwstwr Llanelli:

- Ash Grove Medical Centre
- Avenue Villa Surgery
- Fairfield Surgery
- The Surgery Llanelli
- Meddygfa Tywyn Bach
- Ty Elli Group Practice
- Llwynhendy Health Centre



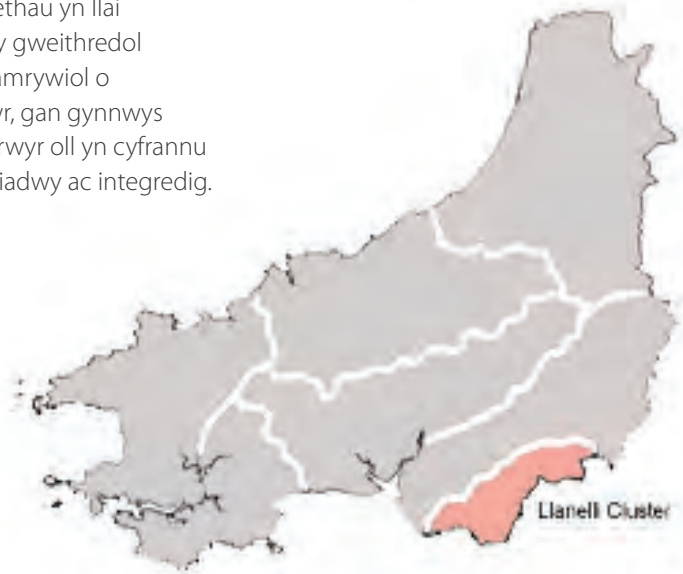
YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF
LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

- Rôl Fferylllydd y Clwstwr yw cynnal Adolygiadau Meddyginiaeth mewn Cartrefi Gofal, gweithgaredd monitro DOAC yn y Clwstwr a chreu dogfennaeth a phrosesau unffurf i'r Clwstwr ar gyfer pob un o'r saith Practis. Mae'r rôl wedi bod yn allweddol o ran ymgysylltu â Chartrefi Gofal Lleol a chryfhau'r gwaith da sydd eisoes yn cael ei gyflawni gyda phobl eiddil. Dyma ddolen i'n ffilm am Ofal Diwedd Oes : www.medic.video/h-endoflifecare
- Presgripsiynu Cymdeithasol - Clwstwr Llanelli yw'r Clwstwr Meddygon Teulu cyntaf yn y DU i ariannu menter bresgripsiynu cymdeithasol sy'n defnyddio Credydau Amser. Mae'r gwasanaeth yn gyfle unigryw ac yn gam gwirioneddol arloesol i Ofal Sylfaenol gyflwyno dull gwahanol o gefnogi cleifion ac mae wedi'i gynllunio nid yn unig i wella iechyd a lles cleifion drwy ragor o gyfranogiad cymdeithasol, ond mae hefyd yn eu cynnwys yn y broses gynllunio drwy gydlynhychu'r cynllun presgripsiwn cymdeithasol. Cyflogwyd dau Bresgripsiynydd Cymdeithasol i weithio ar draws y saith Practis Meddyg Teulu yn ardal Llanelli gyda'r nod cyffredinol o wella iechyd a lles cleifion sydd wedi cael eu hynysu ac sydd wedi ymddieithrio o'r gefnogaeth naturiol y gall rhwydweithiau yn y gymuned leol eu darparu. Llwyddodd y gwasanaeth i gyrraedd rownd derfynol Gwobrau Presgripsiynu Cymdeithasol 2019 ar gyfer y Prosiect Lleol Gorau. Dyma ddolen i'n ffilm am Bresgripsiynu Cymdeithasol: <http://www.medic.video/h-social?clkmtc=1>
- Mae gan Glwtwr Llanelli gyfraddau arbennig o uchel o smygu a Chlefyd Anadlol ac mae'r Clwstwr wedi sicrhau Nyrs Arbenigol - Anadlu i gefnogi Practisau gyda chodio, data, hyfforddiant ac addysg. Mae'r rôl yn gweithio'n agos gyda phob Practis i sicrhau bod eu gwasanaethau asthma a chlefyd rhwystrol cronig yr ysgyfaint (COPD) yn cydymffurfio.

Mae'r tair blaenoriaeth yn cael eu llywio tuag at helpu'r boblogaeth i fod yn fwy cydnerth ac yn canolbwyntio ar wella iechyd a lles pobl. Y nod yn y pen draw fydd poblogaeth sy'n mynd ati i gael mynediad at wasanaethau yn llai aml, sy'n ymgysylltu mwy â'u cymunedau ac yn cymryd rhan fwy gweithredol yn eu hanghenion iechyd a lles eu hunain. Mae'r ystod eang ac amrywiol o weithwyr proffesiynol sy'n gweithio'n agos â phrosiectau Clwstwr, gan gynnwys Presgripsiynwyr Cymdeithasol, Nyrsys, Therapyddion a Chynghorwyr oll yn cyfrannu ar hyn o bryd tuag at wneud Gofal Sylfaenol yn fodel mwy cynaliadwy ac integredig.

BETH NESAF?

Ein nod eleni yw cyflwyno Gwasanaeth Cydnerthedd i Bobl Ifanc sy'n cynnig mentora a strategaethau cydnerthedd i fynd i'r afael â gorbryder. Bydd Clwstwr Llanelli yn dilyn Rhaglen y Bwrdd Iechyd "Gorllewin a Chanolbarth Cymru Iachach" i gynnwys y tri chfnod cydgysylltiedig ar draws cwrs bywyd; Dechrau a datblygu'n dda, Byw a gweithio'n dda a Heneiddio'n dda, gan sicrhau bod yr holl boblogaeth yn cael ei chefnogi. Bydd y Clwstwr yn parhau i ddatblygu Gwasanaeth Cynghori gyda Mind Llanelli sy'n gweithio'n agos ac yn cysylltu â'r Presgripsiynwyr Cymdeithasol i sicrhau ein bod yn cynnig dull sydd o fudd i'r holl boblogaeth. Bydd Clwstwr Llanelli yn gweithio mewn partneriaeth â'r Ardal i sicrhau bod cynnig Trawsnewid y Sir - "Sir Gaerfyrddin Iachach" – yn cael ei gyflawni.



CEFNDIR Y CLWSTWR

Mae Clwstwr Gogledd Ceredigion yn ddaearyddol wledig ac yn gwasanaethu poblogaeth o 46,413. Mae poblogaeth fawr o fyfyrwyr yn nhref Aberystwyth ac mae hefyd yn ardal dwristaidd sy'n golygu bod y boblogaeth yn cynyddu yn ystod y tymhorau gwyliau. Mae saith Practis Meddyg Teulu yn yr Ardal gyda phoblogaethau Practisau yn amrywio o 2,660 i 11,430.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

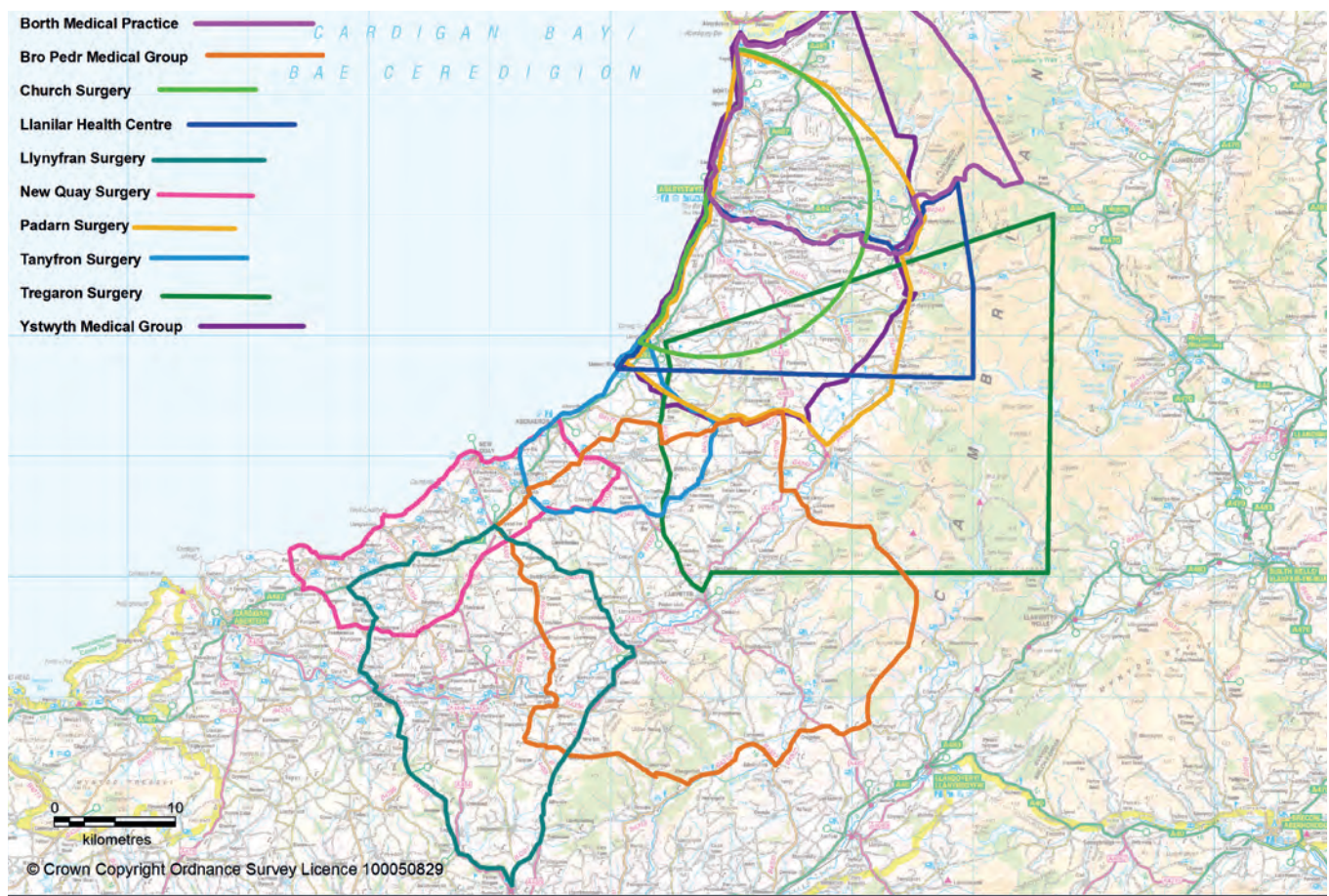
Ffurfiwyd Clwstwr Gogledd Ceredigion yn 2012 ac mae'n cynnwys saith Practis Meddyg Teulu yn ogystal â chynrychiolwyr o Fferylliaeth Gymunedol, Optometreg, Deintyddol, yr Awdurdod Lleol, timau Ardal a'r Trydydd Sector.

Ym mis Mai 2018 ffurfiwyd Ffederasiwn Cambria fel cwmni cyfyngedig; mae pedwar o'r saith Practis Meddyg Teulu gwreiddiol yn parhau i fod yn rhan o'r Ffederasiwn.

Mae'r Clwstwr yn cydweithio i ddatblygu cynlluniau lleol yn seiliedig ar asesiad o angen lleol ac yn gweithio â chydweithwyr i ddatblygu dealltwriaeth ar y cyd o'r blaenoriaethau ar draws y maes lechyd a Gofal Cymdeithasol.

Mae saith practis yn gweithredu yn ardal Clwstwr Gogledd Ceredigion:

- Borth Surgery
- Llanilar Health Centre
- Church Surgery
- Padarn Surgery
- Tanyfron Surgery
- Tregaron Surgery
- Ystwyth Primary Care Centre



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

Cyn-diabetes

Mae'r Practisau yng Ngogledd Ceredigion yn parhau i ddarparu'r gwasanaeth Cyn-diabetes i leihau'r risg y bydd cleifion ym mhoblogaeth y Clwstwr yn datblygu diabetes math 2 drwy nodi, monitro a chyfeirio cleifion yn rhagweithiol at wasanaethau cymorth ar gyfer ffordd iach o fyw. Mae cleifion rhwng 18 a 75 oed yn cael asesiad wyneb yn wyneb, trafodaeth/ymriad byr ynghylch deiet a gweithgarwch presennol. Mae pob un o'r cleifion yn cael eu hasesu ar gyfer pwysedd gwaed, hanes o ddiabetes yn y teulu a/neu glefyd Cardiofasgiwlaidd, pwysau, Mynegai Màs y Corff, HbA1c (o fewn y 3 mis diwethaf), cylchedd y wasg a risg Cardiofasgiwlaidd, yn cael eu hatgyfeirio at y rhaglen Bwyd Doeth ac, os yw'r claf yn fodlon, yn cael eu cyfeirio at ddosbarth gweithgarwch lleol neu eu hatgyfeirio at Gynllun Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff.

Nyrs Eiddilwch

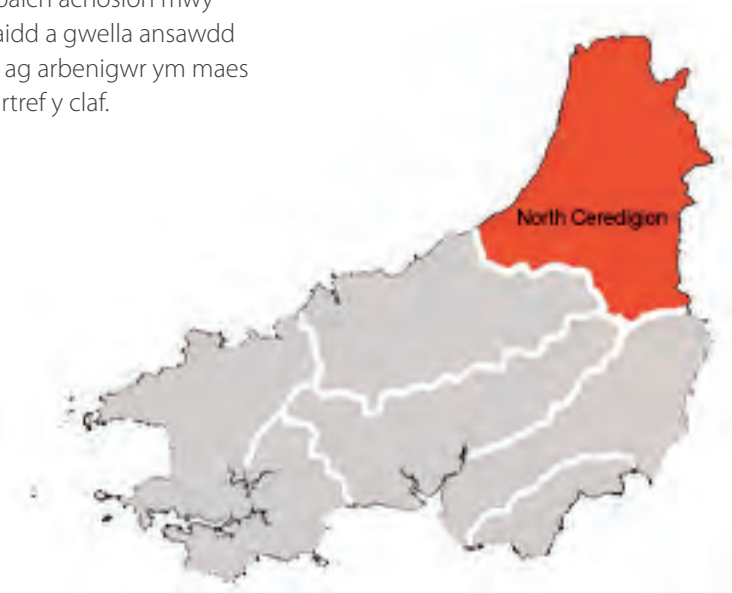
Mae'r Clwstwr wedi cyflogi Nyrs Eiddilwch a'i rôl yw atgyfeirio cleifion eiddil ag anghenion cymhleth yn y gymuned i gael asesiadau amlddogyblaethol ac i gynllunio eu gofal.

Ffisiotherapydd mewn Meddygfa

Mae'r Clwstwr wedi ariannu un swydd Ffisiotherapydd llawn amser gyda staff wedi'u secondio o'r Bwrdd Iechyd i weithio ar draws y saith Practis Meddyg Teulu yng Ngogledd Ceredigion. Mae'r Uwch Ymarferydd Ffisiotherapi yn darparu gwasanaeth cyhyrsgerbydol arbenigol i'r boblogaeth sy'n caniatáu i gleifion gael eu gweld mewn Ymarfer Cyffredinol fel dewis arall yn lle gweld Meddyg Teulu. Mae rôl yr Uwch Ymarferydd Ffisiotherapi yn cynnwys tasgau a fyddai wedi cael eu cyflawni'n flaenorol gan y proffesiwn meddygol megis asesu a rheoli cyswllt cyntaf, pigladau ar y cyd, gwneud cais am ddiagnosteg a rhagnodi annibynnol. Nod y prosiect yw cynyddu gallu Meddygon Teulu i ymgymryd â baich achosion mwy meddygol, lleihau atgyfeiriadau cyhyrsgerbydol at Ofal Eilaidd a gwella ansawdd gofal i gleifion drwy roi mwy o amser ymgynghori i gleifion ag arbenigwr ym maes cyhyrsgerbydol mewn lleoliad Gofal Sylfaenol yn nes at gartref y claf.

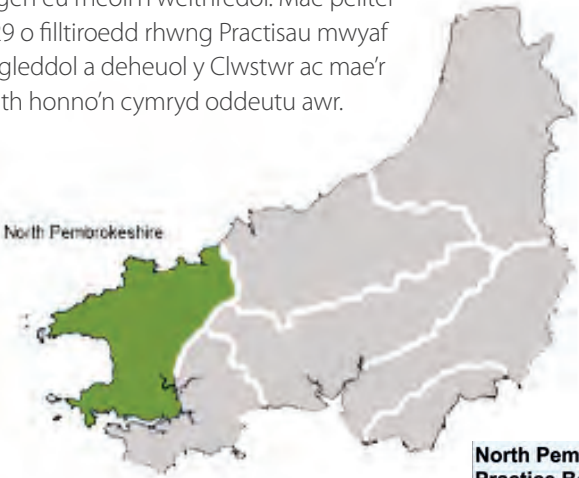
BETH NESAF?

Mae'r Clwstwr yn gweithio gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru ar brosiect "prawf cysyniad" ffurfiannol. Bydd y prosiect yn canolbwyntio ar Bwysedd Gwaed, Gorbwysedd a monitro Ffibriliad Atriaidd drwy osod offer monitro Pwysedd Gwaed yn ystafelloedd aros Practisau Meddygon Teulu, ac yn adrodd ar ganlyniadau i Grŵp Gweithredu ar Strôc y Bwrdd Iechyd. Bydd y Clwstwr yn parhau â'i brosiectau cyfredol sy'n cynnwys Nyrs Eiddilwch, Ffisiotherapydd mewn Meddygfa a sgrinio Cyn-diabetes.



CEFNDIR Y CLWSTWR

Mae Clwstwr Gogledd Sir Benfro yn Glwstwr gwledig sy'n gwasanaethu poblogaeth o 65,470. Mae'n ardal dwristaidd sy'n golygu bod y boblogaeth yn cynyddu'n sylweddol yn ystod tymhorau gwyliau. Mae wyth Practis Meddyg Teulu yn y Clwstwr gyda phoblogaethau Practisau yn amrywio o 2,458 i 14,500. Mae'r Clwstwr yn gwasanaethu poblogaeth sy'n hŷn na chfartaledd Cymru; y cynnydd o flwyddyn i flwyddyn sydd o bosibl yn cael yr effaith fwyaf ar Ofal Sylfaenol o ganlyniad i fwy o glefydau cronig sydd angen eu rheoli'n weithredol. Mae pellter o 29 o filltiroedd rhwng Practisau mwyaf gogleddol a deheuol y Clwstwr ac mae'r daith honno'n cymryd oddeutu awr.



PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Ffurfiwyd Clwstwr Gogledd Sir Benfro yn 2012 ac mae'n cynnwys wyth Practis Meddyg Teulu a chynrychiolwyr o'r Timau Iechyd Meddwl, Timau Ardal, Tu Allan i Oriau, Fferylliaeth Gymunedol, Optometryddion, Deintyddion, yr Awdurdod Lleol, y Trydydd Sector, Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwlans Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Yn hanesyddol roedd naw Practis Meddyg Teulu yng Ngogledd Sir Benfro. Roedd Meddygfa Wdig yn Bractis wedi'i Reoli rhwng 2015 a 2019 ond yn ddiweddar cyfunodd â Meddygfa gyfagos Abergwaun.

Mae'r Clwstwr yn gweithio i ddod â phob gwasanaeth lleol sy'n ymwneud ag Iechyd a Gofal ynghyd i sicrhau bod gofal wedi'i gydgyssylltu'n well ac i hybu lles unigolion a chymunedau.

Mae naw practis yn gweithredu yn ardal Clwstwr Gogledd Sir Benfro:

- Barlow House Surgery
- Meddygfa Wdig
- Newport Surgery
- St David's Surgery
- St Thomas Surgery
- The Health Centre (Fishguard)
- The Robert Street Practice
- The Surgery Solva
- Winch Lane Surgery



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

Gwasanaeth Ymweliadau Cartref

Mae'r Clwstwr wedi llwyddo i recriwtio Uwch Ymarferydd Parafeddygol sy'n gweithio ar draws y Clwstwr i ddarparu gwasanaeth ymweld â'r cartref aciwt ar y diwrnod i'r Practisau Meddygon Teulu dri diwrnod yr wythnos. Roedd hyn o ganlyniad i beilot llwyddiannus yn 2017/18 a ddangosodd allu gweithwyr proffesiynol Gofal Iechyd eraill i gynnal ymweliadau cartref. Cychwynnodd deiliad newydd y swydd ym mis Mawrth 2019 am dymor penodol o ddwy flynedd.

Fferyllwyr Clwstwr

Mae'r Clwstwr yn cyflogi 1.8 Fferylllydd cyfwerth ag amser llawn a gafodd, yn ystod 2018/19, 9,400 o gysylltiadau â chleifion gan gynnwys ail-awdurdodi presgripsiynau, ceisiadau am feddyginiaeth aciwt, cysoni meddyginiaethau o Ofal Eilaidd ac apwyntiadau wyneb yn wyneb.

Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw

Parhad o brosiect Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw Paul Sartori i gynorthwyo Practisau i nodi lle y gall Cynlluniau Gofal Ymlaen Llaw fod yn berthnasol a lle mae'r brys mwyaf, a gweithio gyda'r cleifion hynny i gwblhau Cynlluniau Gofal Ymlaen Llaw. Nod y prosiect hwn yw sicrhau bod cleifion yn cadw eu hurddas a'u hymreolaeth tra'n cael cynnig cymorth â'r gofal yn unol â dymuniadau'r claf. Bydd y gwaith hwn yn parhau ac yn canolbwyntio ar addysg, ac yn 2019/20 caiff ei ariannu ar y cyd â Chlwstwr De Sir Benfro a'r Bwrdd Iechyd. Mae tystiolaeth dda yn deillio o straeon Cleifion sy'n dangos y gall Cynllun Gofal Ymlaen Llaw effeithio'n sylweddol ar reoli gofal diwedd oes a chynorthwyo cleifion i aros yn eu cartrefi eu hunain.

Gweithiwr Cymdeithasol mewn Practis

Mae'r Clwstwr yn treialu defnyddio Gweithiwr Cymdeithasol mewn Practis yn un o'r Practisau yn yr Ardal i weithio fel rhan o'r Tîm Amlddisgyblaeth Gofal Sylfaenol. Ariennir y Gweithiwr Cymdeithasol ar y cyd gan y Clwstwr a'r Awdurdod Lleol ac mae wedi cael ei seondio o'r Awdurdod Lleol. Bydd y prosiect yn cael ei werthuso'n llawn ond mae'r manteision disgwyledig yn cynnwys gwell cyfathrebu o weithio ar y cyd â Gwasanaethau Cymdeithasol, gwell profiad i gleifion, lleihad mewn derbyniadau, datblygu Gweithwyr Cymdeithasol fel rhan o'r Tîm Amlddisgyblaeth a fydd yn arbed amser Meddygon Teulu ac yn cysylltu â phrosiectau Clwstwr cyfredol a newydd megis prosiectau Paul Sartori, Cynghori a'r Fferyllwyr Clwstwr.

Gweithiwr Iechyd Meddwl mewn Practis

Mae'r Clwstwr yn gweithio gyda'r Tîm Trawsnewid Iechyd Meddwl i dreialu'r defnydd o rolau Nyrsys Seiciatrig Cymunedol mewn Practis. Mae'r ffordd hon o weithio wedi'i sefydlu yng Nghaerdydd ond nid yw wedi'i phrofi mewn ardal wledig. Cychwynnodd deiliad y swydd ym mis Gorffennaf 2019 ac mae'n gweithio ar draws dau Bractis.

Hwylusydd Tîm Amlddisgyblaeth Gofal Cymunedol a Sylfaenol

Llwyddodd Practisau yn y Clwstwr i gael cyllid Pennu Cyfeiriad ar gyfer Hwylusydd Tîm Amlddisgyblaeth, am dymor penodol o ddeuddeg mis. Cychwynnodd deiliad y swydd ym mis Ionawr 2019 â'r brif swyddogaeth o gynorthwyo Practisau â'r cam cychwynnol o sefydlu, cydlynw a hwyluso Timau Amlddisgyblaeth yn eu hardal. Cyflwynwyd gweithio mewn Timau Amlddisgyblaeth ar draws yr Ardal gan sicrhau bod cleifion yn cael yr ymyriad priodol sydd ei angen arnynt er mwyn cadw eu hannibyniaeth yn eu cartref eu hunain cyhyd ag y bo modd.

BETH NESAF?

Mae'r Clwstwr wrthi'n gweithio â'r Adran Cleifion Allanol i sefydlu Clinigau Skype i gleifion sydd fel arfer yn mynychu apwyntiadau ysbyty o bosibl i gael canlyniadau heb archwiliad clinigol. Gan fod Gogledd Sir Benfro mor wledig mae rhai cleifion yn gwneud taith gron o dros 100 o filltiroedd ar gyfer apwyntiad pum munud yng Nghaerfyrddin. Yn ychwanegol at hynny, bydd y Clwstwr yn parhau â'i brosiectau cyfredol sy'n cynnwys y Gwasanaeth Ymweliadau Cartref Acíwt, Fferyllwyr Clwstwr, Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw a'r Gwasanaeth Cynghori. Bydd hefyd yn gweithio ar y cyd â'r Ardal i gyflawni "Sir Benfro Iachach" sy'n rhan o Strategaeth "Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach".

CEFNDIR Y CLWSTWR

Mae Clwstwr De Ceredigion yn gwasanaethu poblogaeth o 47,462 mewn amgylchedd gwledig o amgylch Dyffryn Teifi isaf ac arfordir De Ceredigion. Mae canran uchaf poblogaeth y Practis ymysg y rhai dros 65 oed (27.8%) a thros 85 oed (3.4%) a De Ceredigion yw'r mwyaf gwledig o ran ei natur o'r holl Glystyrau ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Mae'r ardal, yn enwedig yr ardal arfordirol, yn lleoliad twristaidd sy'n golygu bod nifer fawr o gleifion dros dro yn ystod y tymor gwyliau.

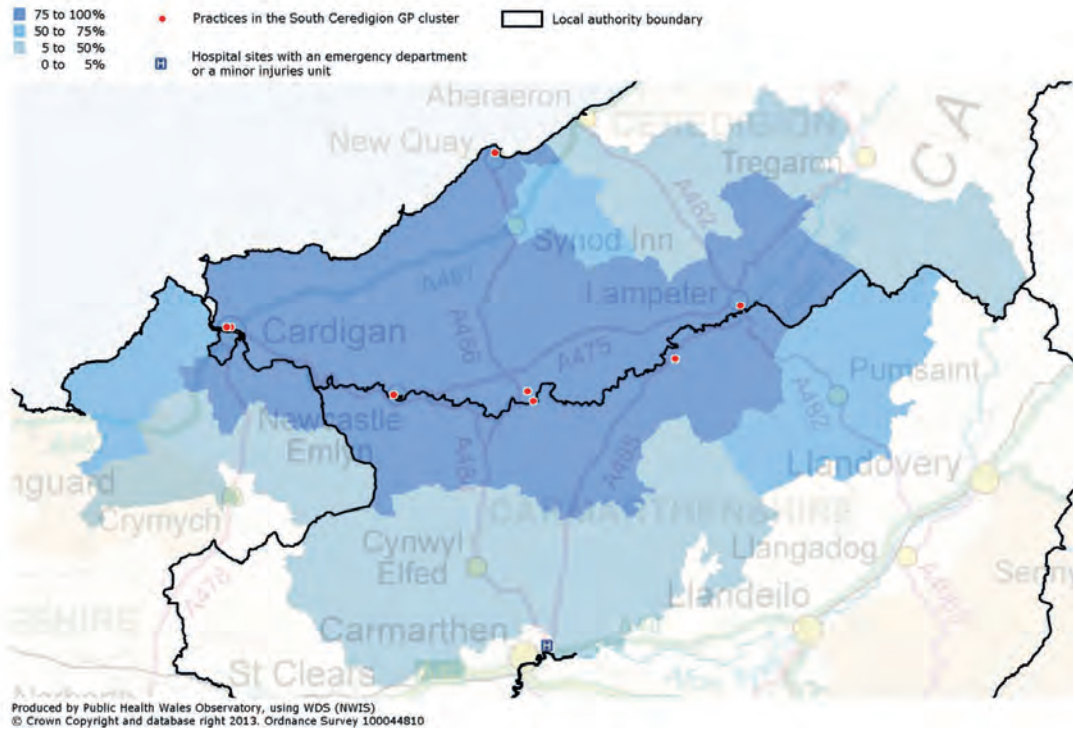
Mae'r Clwstwr hefyd yn gorgyffwrdd â thri Awdurdod Lleol, sy'n gallu bod yn her o ran cydlynu gwasanaethau. Mae pocedi bach o amddifadedd cymharol, mewn ardaloedd yn Aberteifi gan fwyaf; fodd bynnag, mae rhan helaeth o Ddyffryn Teifi isaf yn dioddef o dlodi gwledig sy'n anoddach ei fesur ynghyd â mynediad gwael at wasanaethau a chysylltiadau trafnidiaeth gwael.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Ffurfiwyd Clwstwr De Ceredigion saith mlynedd yn ôl ac yn wreiddiol roedd yn cynnwys wyth Practis. Yn 2014 unodd Meddygfa Brynmeddyg, Llanybydder â Meddygfa Llanbedr Pont Steffan i greu Grŵp Meddygol Bro Pedr gyda Meddygfa Llanybydder yn parhau fel meddygfa gangen. Yn gynnar yn 2019, daeth dau Bractis yn y Clwstwr â'u contractau i ben gyda chleifion yn cael eu gwasgaru o ganlyniad. Mae'r Clwstwr bellach yn cynnwys pum Practis Meddyg Teulu, wedi'u lleoli yn Aberteifi, Llanbedr Pont Steffan, Llandysul, Castellnewydd Emlyn a Chei Newydd.

Mae saith phractis yn gweithredu yn ardal Clwstwr De Ceredigion a Dyffryn Teifi:

- Ashleigh Surgery
- Cardigan Health Centre
- Bro Pedr Medical Group
- Llynnyfran Surgery
- Meddygfa Emlyn
- Meddygfa Teifi Surgery
- The Surgery (New Quay)



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

Mae'r Clwstwr wedi datblygu Tîm Eiddilwch yn cynnwys dwy Nyrs Cyflyrau Cronig ac Eiddilwch a Fferylllydd Eiddilwch. Mae'r tîm yn defnyddio dull gweithredu amlddisgyblaethol o ran gofal cleifion, ac yn derbyn atgyfeiriadau'n uniongyrchol gan Dimau Amlddisgyblaethol. Mae'r tîm yn ymweld ag unigolion eiddil neu'r rhai â chyflyrau cronig yn eu cartrefi ac yn cynnal asesiad eiddilwch cynhwysfawr. Mae'r asesiad eiddilwch hwn yn cwmpasu dull cyfannol o ddarparu gofal i gleifion ac mae'n cynnwys adolygiad corfforol, seicolegol, meddygol a chymdeithasol. Mae hefyd yn cynnwys adolygiad meddyginiaeth llawn NOTEARS ac yn mynd i'r afael â materion cydymffurfiaeth, gweinyddiaeth ac amlgyffuriaeth ac yn sicrhau bod meddyginiaethau yn cael eu hoptimeiddio a'u rhesymoli yn unol â chanllawiau lleol a chenedlaethol cyfredol ac ymarfer sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Mae'r tîm yn hybu gofal rhagweithiol er mwyn galluogi unigolion i reoli eu hanghenion gofal iechyd eu hunain yn unol ag egwyddorion gofal iechyd darbodus. Cytunir ar gynllun gweithredu ag unigolion a Gofalwyr i wella lefel eu hannibyniaeth neu i ddelio â symptomau sy'n gwaethygu. Nod y tîm yw atal argyfyngau a derbyniadau diangen i'r ysbyty. Rhoddir cefnogaeth addysgol hefyd a gwybodaeth i unigolion, teuluoedd, staff gofal a gwirfoddolwyr ynglŷn â rheoli pryderon yn ymwneud ag eiddilwch a chyflyrau cronig arall. Mae'r tîm hefyd yn chwarae rhan weithredol o ran asesu a rhoi cyngor ar atal cwmpadau i weithwyr proffesiynol gofal iechyd eraill a'r Tîm Amlddisgyblaethol ehangach. Un o'r prif nodau yw sicrhau bod egwyddorion gofal iechyd darbodus yn cael eu dilyn, gan ryddhau amser Meddygon Teulu i reoli unigolion sydd â chyflyrau mwy difrifol a chymhleth.

Cyflwynodd y tîm ei waith yng nghynhadledd Gofal Sylfaenol Hywel Dda lle y gwelwyd diddordeb mawr yn y gwaith. Darparwyd "hyfforddiant ymyriadau byr" ar atal cwmpadau gan y tîm i weithwyr gofal iechyd proffesiynol yn Ysbyty Aberteifi fel rhan o "Wythnos Atal Cwmpadau" eleni, yn ogystal â mynychu sioeau amaethyddol lleol gydol y flwyddyn gan gynnig profion pwysedd gwael am ddim fel rhan o fenter hybu iechyd. Yn ogystal â hynny gyflwyniad ar ei gwaith yn y Gynhadledd Geltaidd Ryngwyl.

BETH NESAF?

Mae cynlluniau'r Clwstwr ar gyfer y flwyddyn nesaf yn cynnwys pwyslais cynyddol ar atal iechyd gwael a mireinio rôl y Tîm Eiddilwch ymhellach o ran gwella iechyd yr eiddil a'r henoed a dull cynyddol amlddisgyblaethol o ddarparu gofal iechyd. Bydd hyn yn golygu cynyddu cysylltiadau ag Iechyd Cyhoeddus, Fferyllwyr Cymunedol, y Trydydd Sector ac Awdurdodau Lleol. Y gobaith yw y bydd y Clwstwr yn cyflogi Ymgynghorydd Lles a fydd yn ddolen gyswllt rhwng y Practisau a gwasanaethau eraill er mwyn galluogi cleifion i wella eu hiechyd a chael cymorth pan fydd ei angen.



CEFNDIR Y CLWSTWR

Mae Rhwydwaith Clwstwr De Sir Benfro yn gwasanaethu poblogaeth o oddeutu 54,000 mewn amgylchedd gwledig gan fwyaf gyda 99.1% o boblogaeth y Clwstwr yn byw mewn ardal a nodir fel ardal wledig, ag amddifadedd uchel mewn un ardal drefol (Doc Penfro). Mae'r Ardal yn gyrchfan brysus i dwristiaid sy'n golygu bod y gall poblogaeth rhai trefi ddyblu o ran maint yn ystod cyfnodau gwyliau a cheir mewnlfriad cyson o ymwelwyr gydol y flwyddyn hefyd. Mae'r ardal yn lleoliad poblogaidd ar gyfer ymddeol, sy'n cyfrannu at nifer fwy na'r cyfartaledd o bobl dros 65 ac 85 oed. Mae'r Ardal yn cynnal amryw o ddigwyddiadau chwaraeon poblogaidd gydol y flwyddyn e.e. Iron Man, ac mae'r Sir yn gartref i Barc Cenedlaethol Arfordir Penfro.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Ffurfiwyd Clwstwr De Sir Benfro saith mlynedd yn ôl ac yn wreiddiol roedd yn cynnwys chwe phractis, ond pump sydd yma bellach. Yn 2016 unodd dau Bractis Arberth a'i gilydd, ac mae un Practis yn cael ei reoli gan y Bwrdd Iechyd (Meddygfa Dinbych-y-pysgod). Mae'r Clwstwr yn cynnwys cynrychiolwyr o'r pum Practis Meddyg Teulu, yr Awdurdod Lleol, Iechyd Cyhoeddus Cymru, y Bwrdd Iechyd, y trydydd sector, Ymddiriedolaeth Gwasanaethau Ambiwlans Cymru, Fferylliaeth Gymunedol, Optometreg a Deintyddol.

Mae pum practis yn gweithredu yn ardal Clwstwr De Sir Benfro:

- Argyle Medical Group
- Neyland & Johnson Health Centre
- Narberth Practice
- Saundersfoot Medical Centre
- Tenby Surgery

YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

Therapyddion Galwedigaethol Clwstwr

Mae'r Clwstwr wedi buddsoddi mewn 2 Therapydd Galwedigaethol cyfwerth ag amser llawn ers 2016. Mae'r Therapyddion Galwedigaethol hyn wedi teilwra darpariaeth mewn ymateb i anghenion poblogaeth y Clwstwr ac yn defnyddio agweddau ar ddull Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw, proses a gynlluniwyd i gefnogi unigolion sy'n byw â chyflwr cronig hirdymor, i helpu i gynllunio ar gyfer newid yn eu cyflwr a ddisgwylir yn y dyfodol. Mae cleifion yn cael 'asesiad un stop' amserol yn y cartref, ynghyd ag ymyriad cynnar rhagweithiol i gefnogi hunanreolaeth a gwneud atgyfeiriadau ar gyfer adsefydlu parhaus gyda'r Tîm Cymunedol lle y bo'n briodol. Mae cleifion a theuluoedd, a aseswyd yn flaenorol gan y Therapyddion Galwedigaethol, yn gofyn yn briodol am apwyntiad dilynol gyda Therapydd Galwedigaethol, yn hytrach na Meddyg Teulu. Enwebwyd y prosiect ar gyfer Gwobr GIG Cymru 2019 a chafodd ei chyflwyno yn Nigwyddiad Cenedlaethol Gofal Sylfaenol. Y cam nesaf yw ymestyn y prosiect i Glwstwr Gogledd Sir Benfro fel rhan o raglen Trawsnewid Gwasanaethau Clinigol Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, sydd eisoes wedi'i gytuno.

Prosiect Nodyn Ffitrwydd Therapi Galwedigaethol

Mae'r defnydd llwyddiannus o Therapyddion Galwedigaethol yn yr Ardal wedi bod yn ffactor wrth ddewis Clwstwr Meddygon Teulu De Sir Benfro ar gyfer prosiect ymchwil proffil uchel i'r Adran Gwaith a Phensiynau mewn partneriaeth â Choleg Brenhinol y Therapyddion Galwedigaethol a Phrifysgol Nottingham. Bydd y prosiect hwn yn ymchwilio i effeithiolrwydd clinig galwedigaethol Therapi Galwedigaethol mewn lleoliad Gofal Sylfaenol (OTVoc) i gefnogi pobl i ddychwelyd i'r gwaith ac aros mewn gwaith a gwella iechyd a lles.

Nyrs Allgymorth i'r Henoed

Nod y prosiect hwn yn adnabod y cleifion hynny mewn cartrefi gofal ac yn y gymuned sydd yn y perygl mwyaf o gael eu derbyn i'r ystyby pan nad yw'n briodol neu lle y gellir osgoi hynny, gan ddefnyddio archwiliadau iechyd llinell sylfaen yn y cartref a ddarperir gan ymarferydd nyrsio. Mae'r rôl wedi bod yn allweddol o ran ymgysylltu â chartrefi gofal a'r gymuned. Mae'r Nyrs Allgymorth i'r Henoed yn cysylltu â'r gwaith amlddisgyblaeth, ac mae wedi'i hyfforddi i ddarparu brechiadau rhag y fflw, Cynlluniau Gofal Ymlaen Llaw a Pheidio â Dechrau Adfywio'r Galon a'r Ysgyfaint (DNACPR).

Ymgynghorydd Ffordd Iac o Fyw

Rôl yr Ymgynghorydd Ffordd Iac o Fyw yw rheoli baich achosion cleientiaid sydd angen cymorth i wneud newidiadau i'w ffordd o fyw er mwyn gwella eu hiechyd. Mae'r Ymgynghorwyr Ffordd Iac o Fyw wedi targedu lleoliadau cymunedol, megis busnesau a staff mewn ysgolion. Mae'r prosiect wedi cael ei groesawu ac wedi rhoi grym i gleientiaid. Mae'r Ymgynghorwyr Ffordd Iac o Fyw wedi bod yn cysylltu â chleientiaid a'u cyfeirio at sefydliadau'r Trydydd Sector a Chysylltwyr Cymunedol.

Arweinydd Meddygon Teulu
Rheolwr Datblygu
Ardal – Gofal Sylfaenol

Dr Martin Mackintosh
Lucie-Jane Whelan

Martin.Mackintosh@wales.nhs.uk
Lucie-Jane.Whelan@wales.nhs.uk

Gweithiwr Cymdeithasol

Prosiect ar y cyd â'r Awdurdod Lleol yw hwn ac fe'i ariennir ar sail 50/50 rhwng Clwstwr De Sir Benfro a Chyngor Sir Penfro. Mae Gweithiwr Cymdeithasol mewn Practis yn ymgysylltu â gwaith y Tîm Amlddisgyblaeth ac yn gweithio ar y cyd â Therapydd Galwedigaethol y Clwstwr. Mae'r prosiect wedi cael croeso hyd yn hyn ac mae'n rhan o'r weledigaeth i Drawsnewid Gwasanaethau Clinigol ar draws Sir Benfro gyfan.

Cynllunio Gofal Ymlaen Llaw

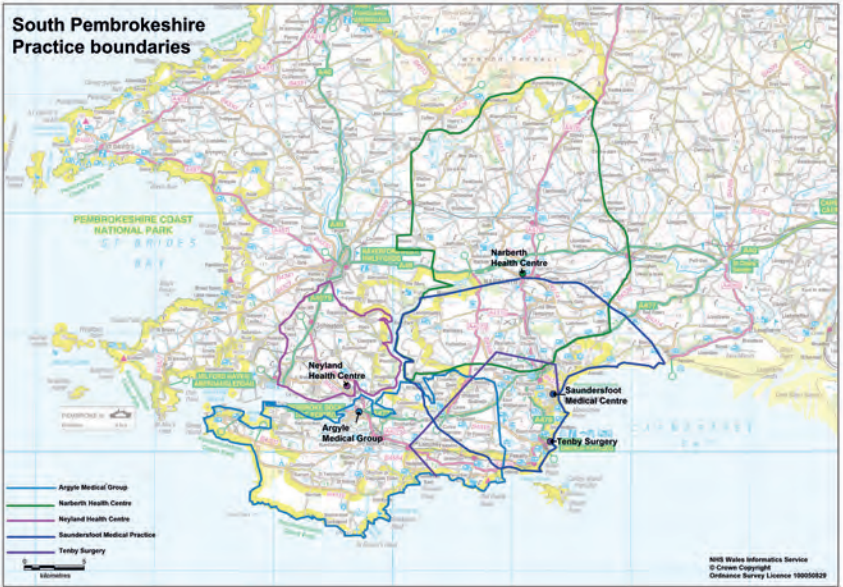
Mae'r Clwstwr wedi parhau i ariannu Cynlluniau Gofal Ymlaen Llaw drwy Sefydliad Paul Sartori. Yn 2019/2020 ariannwyd y prosiect hwn ar y cyd fel dull Ardal gyfan gan Glystyrau Gogledd a De Sir Benfro, Tîm Sirol y Bwrdd Iechyd a Gofal Eilaidd.

Gwasanaeth Cynghori Sir Benfro

Bydd y gwasanaeth hwn yn darparu cyngor cyfrinachol un-i-un byr dymor (chwe sesiwn) i oedolion, 16 oed a throsodd, â materion iechyd meddwl ysgafn i gymedrol. Mae Gwasanaeth Cynghori Sir Benfro yn wasanaeth ymyrraeth gynnar ac ataliol.

Ffisiotherapydd Clwstwr

Mae'r Clwstwr yn buddsoddi mewn Ffisiotherapydd Cyhyrsgerberbydol, sydd i fod i gychwyn ar ei swydd ym mis Medi 2019. Bydd y ffisiotherapydd yn gweithio ochr yn ochr â'r Meddyg Teulu fel ymarferydd cyswllt pwynt cyntaf ar gyfer cleifion cyhyrsgerberbydol. Mae gwerth ac effaith posibl ymestyn y dull hwn o gyflwyno gwasanaeth yn sylweddol. Mae'r ffaith y bydd ffisiotherapyddion yn gweld cleifion yn gynharach ac wrth i'r cleifion gyflwyno'r broblem am y tro cyntaf, yn galluogi triniaeth brydlon i'r claf. Dyma'r cam nesaf i'r Ardal, gyda dull tîm amlddisgyblaeth ar draws y pum Practis.



BETH NESAF?

Mae'r Clwstwr yn ystyried nifer o brosiectau, yn cynnwys

- Gwasanaeth Clwstwr i Gefnogi Plant a'r Glasoed – yn gweithio ag Iechyd Meddwl.
- Mae Clwstwr De Sir Benfro yn gweithio â Rhaglen Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda, "Canolbarth a Gorllewin Cymru Iachach" ac yn gweithio mewn partneriaeth â'r Ardal i gyflawni cynnig Trawsnewidiol y Sir.

CEFNDIR Y CLWSTWR

Mae gan Glwstwr Tywi/Taf (2T) boblogaeth gofrestredig o 58,649. Er ei bod yn ymddangos mai yn Nhywi/Taf mae'r mynegeion amddifadedd lleiaf yn Sir Gaerfyrddin, ni ellir dadansoddi hyn ar wahân i ffactorau eraill. Mae nifer sylweddol uwch o'r boblogaeth dros 65 oed, sef 24% yn Nhywi/Taf o'i gymharu â chyfartaledd Cymru, sef 18.7%, ac mae'r ffigur hwn wedi bod yn cynyddu'n gyson ers 2012. Gall hyn, ynghyd â'r heriau daearyddol a wynebir yn y Clwstwr, gael effaith sylweddol o ran cael mynediad at wasanaethau a darparu gwasanaethau. Ystyrir bod 70.2% o gleifion y Clwstwr yn byw mewn ardal wledig sy'n sylweddol uwch na chyfartaledd Cymru, sef 33.9%. Mae'r ardal ddaearyddol a wasanaethir gan y Clwstwr yn 19,385km², sy'n gyfystyr ag 81% o gyfanswm tirfas Sir Gaerfyrddin. Mae rhan helaeth o'r boblogaeth ar wasgar gyda chyfartaledd o ddim ond 36 person fesul km², sy'n arwain at broblemau ynysu gwledig. Ynghyd â'r amgylchedd gwledig hwn, mae'r rhwydwaith trafnidiaeth yn wael o ran yr amser sydd ei angen i deithio rhwng lleoliadau; mewn rhan helaeth o'r ardal i'r gogledd o Gaerfyrddin mae angen o leiaf ugain munud a mwy na deng munud ar hugain mewn rhai achosion i deithio i'r Feddygfa neu'r Ganolfan Iechyd agosaf.

PWY YDYM NI AC O BLE Y DAETHOM?

Rydym yn Glwstwr o wyth Practis Meddyg Teulu gydag wyth prif feddygfa a dwy feddygfa cangen sy'n ymestyn o Hendy-gwyn ar Daf yng ngorllewin Sir Gaerfyrddin i Lanymddyfri yn y gogledd-ddwyrain. Mae chwe Phractis yn cymryd rhan mewn hyfforddiant. Tywi/Taf yw'r pedwerydd mwyaf o'r saith grŵp Clwstwr ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda. Mae'r Clwstwr yn cynnwys cynrychiolwyr o'r Awdurdod Lleol, Iechyd Cyhoeddus Cymru, y Bwrdd Iechyd, Fferylliaeth Gymunedol a Deintyddol.

Mae wyth practis yn gweithredu yn ardal Clwstwr Tywi/Taf:

- Coach & Horses Surgery
- Furnace House Surgery
- Llanfair Surgery (Llandovery)
- Meddygfa Taf
- Meddygfa Teilo
- Meddygfa Tywi
- Morfa Lane Surgery
- St Peter's Surgery



YR HYN RYDYM WEDI'I WNEUD. EIN PRIF LWYDDIANNAU. PAM EIN BOD NI'N WYCH?

- Ein gwaith cyfredol â'n poblogaeth eiddil ac oedrannus gan gynnwys cefnogaeth barhaus i weithio'n amlddisgyblaethol a chyfarfodydd timau amlddisgyblaethol o lefel uwch mewn Meddygfeydd. Rydym yn cyflogi Technegydd Cyffredinol i reoli cleifion yn fwy effeithiol ac yn rhagweithiol yn eu cartrefi, er mwyn gwella eu profiad o ofal a gwella canlyniadau. Mae'r rôl yn canolbwyntio ar atal derbyniadau drwy ddarparu gwasanaeth cyflym gan y tîm amlddisgyblaethol mewn ymateb i atgyfeiriadau uniongyrchol gan Feddyg Teulu i bobl y nodwyd eu bod mewn perygl o gwmpo neu sy'n eiddil ac sydd angen asesiad lefel isel ac ymyriad cynnar i gadw eu symudedd a'u hannibyniaeth. Ymdrinnir â 93% o gleifion a atgyfeirir yn llygad y ffynnon gyda dim ond 7% yn cael eu hatgyfeirio at dimau unigol.
- Mae'r Nyrs Eiddilwch, sy'n asesu eiddilwch cleifion a nodwyd, wedi sefydlu rhwydwaith gofal a gynlluniwyd ar draws Practisau a gwasanaethau. Y nod yn y pen draw yw darparu cymorth yn gynnar i atal problemau mwy a hirdymor rhag datblygu a chael gafael ar bobl cyn iddynt waethygu a bod angen gofal mwy cymhleth arnynt, gan leihau'r baich ar wasanaethau sylfaenol a statudol.
- Rydym yn cyflogi dau Bresgripsiynydd Cymdeithasol/Ymgynghorydd Lles sy'n gweithio'n agos â chleifion y nodwyd bod angen cymorth arnynt gan Feddygon Teulu i gysylltu â'u cymunedau er mwyn hybu hunanwerth ac integreiddio. Mae'r Presgripsiynwyr Cymdeithasol wrthi'n datblygu grwpiau cymunedol ar y cyd â'r trydydd sector e.e. clwb paned yn nhref Caerfyrddin a Hendy-gwyn ar Daf, a Grŵp Cloncan yn Lanymddyfri a Llandeilo. Daeth gwerthusiad diweddar o'r gwasanaeth i'r casgliad bod 95% o'r rhai a ymatebodd yn teimlo bod presgripsiynu cymdeithasol yn dod â manteision i les cleifion, gan nodi bod y Gwasanaeth yn rhoi ymdeimlad o obaith, yn enwedig i'r rhai sydd wedi'u hynysu.
- Mae'r Nyrs Resbiradol yn canolbwyntio ar reoli gofal asthma, ac yn darparu addysg a hyfforddiant i Nyrsys Practis i safoni gofal asthma a gwella ansawdd. Hyd yn hyn mae ffigurau ar gyfer cleifion sydd wedi cael mwy na 12 mewnanadlydd Ventolin mewn blwyddyn yn lleihau. Mae'r Nyrs Resbiradol wedi'i hintegreiddio â gwasanaethau Gofal Eilaidd ac yn gweithio un diwrnod yr wythnos o fewn y gwasanaeth; mae'n trafod achosion asthma anodd yn wythnosol gyda'r Ymgynghorydd Arweiniol ar asthma a chaiff y rhain eu hadolygu yn y clinig asthma Gofal Eilaidd.
- Mae'r Clwstwr yn gweithio'n agos â'r tîm adnoddau cymunedol yn yr Ardal ehangach ac wedi datblygu gwefan i arddangos sut rydym yn gweithio mewn modd integredig - <https://tywitaftogether.gpwales.com>. Rydym hefyd wedi moderneiddio gwefannau ein Practisau sydd ar gael yn ddwyieithog.

BETH NESAF?

Ein Gweledigaeth yw datblygu system gofal sylfaenol, cymunedol a chymdeithasol integredig. Bydd cleifion yn gallu symud drwy'r sectorau yn ôl yr angen yn ystod eu taith yn seiliedig ar lwybrau ar gyfer cyflyrau gwahanol. Ein nod yw cefnogi ein poblogaeth leol i aros yn eu cartrefi; gyda phwyslais ar les y boblogaeth a chysylltiad cymunedol drwy sefydlu mwy o gysylltiadau â gwasanaethau partner.



**Diolch i'r Byrddau Iechyd ac Arweinwyr y Cystyrau
am eu help wrth ddatblygu'r blwyddlyfr hwn.**



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Public Health Wales
2 Capital Quarter, Tyndall Street,
Cardiff, CF10 4BZ
Telephone: 029 2022 7744
Email: general.enquiries@wales.nhs.uk