

Model Gofal Sylfaenol i Gymru

Newidiadau i'r Gwasanaethau Iechyd a Lles Lleol yng Nghymru

Mae'r gwasanaethau sy'n gofalu am iechyd a lles yng Nghymru'n newid. Bydd model newydd yn darparu'r gwasanaethau presennol ac yn sicrhau y bydd y gwahanol wasanaethau'n gweithio'n llyfn gyda'i gilydd i wella'r ymateb i anghenion lleol.

Mae gwasanaethau gofal sylfaenol yn cynnwys y gwasanaethau sy'n cael eu darparu gan feddygfeydd meddygon teulu lleol, fferyllwyr, deintyddion ac optegwyr. Maen nhw hefyd yn cynnwys y tîm cymunedol ehangach megis nyrsys ardal, ymwelwyr iechyd a ffisiotherapyddion.

Yng Nghymru, rydym wedi cyflwyno'r Model Gofal Sylfaenol i Gymru ac mae'r papur hwn yn disgrifio sut y bydd gofal yn cael ei ddarparu'n lleol, ar hyn o bryd ac yn y dyfodol.

1. Egwyddorion y Model Gofal Sylfaenol i Gymru

Fel sy'n cael ei ddangos yng nghynllun Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru: "Cymru Iachach", bydd gosod yr hyn sy'n bwysig i bobl wrth graidd y model hwn yn sicrhau fod y gofal iawn ar gael, ar yr adeg iawn, o'r ffynhonnell iawn, yn y cartref neu gerllaw. Mae'r model yn canolbwyntio ar:

- Ddatblygu gwasanaethau wedi'u seilio ar ofyn; bydd cynllunio a thrawsnewid yn cael eu harwain gan dimau gofal wedi'u cydlynw'n lleol.
- Hyrwyddo byw'n iach wrth wneud lles yn llai o rywbeth meddygol.
- Cynllunio a darparu gwasanaethau ar draws cymunedau lleol
- System fwy ataliol, rhagweithiol a chydlynedig o ofal sy'n cynnwys meddygfeydd teulu ac amrywiaeth o wasanaethau ar gyfer cymunedau.
- Datblygu system gyfan sy'n integreiddio iechyd, awdurdodau lleol a gwasanaethau'r sector gwirfoddol ac sy'n cael ei hyrwyddo drwy gydweithredu ac ymgynghori
- Gofal am bobl sy'n ymgorffori lles corfforol, meddyliol ac emosiynol ac sy'n gysylltiedig â dewisiadau ffordd o fyw iach
- Gofal integredig ac effeithiol ddydd a nos, gyda blaenoriaeth i'r bobl waelaf yn ystod y cyfnod allan o oriau.
- Creu cymunedau cryfach drwy nerthu pobl a thrwy wahanol asedau, yn amrwyio o gyngor ar ddyledion a llety i bresgripsiwn cymdeithasol ar gyfer clybiau garddio a chanolfannau hamdden.
- Cyngor a chefnogaeth i helpu pobl i aros yn iach, a bod gwasanaethau gofal lleol ar gael yn hawdd pan fydd eu hangen.
- Arweinyddiaeth gref a phroffesiynol ar draws sectorau ac asiantaethau er mwyn dal ati i wella ansawdd
- Datrysiadau technolegol i'w gwneud yn haws i gael gwybodaeth, cyngor a gofal ac i gefnogi hunan-ofal.

2. Cyhoedd Gwybodus

Mae'n hanfodol darparu templed ar gyfer gwasanaeth da ac egluro'i fanteision yn llwyddiannus gan fod hynny'n gallu addysgu a nerthu pobl i gymryd perchnogaeth o'u hiechyd eu hunain. Mae gofyn i strategaethau cyfathrebu ganolbwyntio'n gadarn ar ofal er mwyn hyrwyddo modelau newydd a datblygu gwasanaethau i'r cyhoedd ac i bobl proffesiynol.

Efallai y bydd gwahaniaethau diwylliannol rhwng ardaloedd daearyddol yn gofyn am amrywiaeth o ddulliau i gael newid mewn ymddygiad. Mae pobl broffesiynol gofal iechyd yn defnyddio ymyriadau byr ac fe ddylen nhw fanteisio ar bob cyfle i roi cyngor i helpu pobl i wneud dewisiadau ffordd o fyw positif. Pan fydd pobl yn deall pwysigrwydd hunan-gyfrifoldeb, maen nhw'n debycach o fabwysiadu arferion sydd orau ar gyfer eu hiechyd a'u lles.

3. Cymunedau wedi'u Nerthu

Anogir pobl i wneud dewisiadau gwybodus gyda chymorth eu tîm gofal iechyd a thrwy eu cynnwys wrth ddylunio eu gwasanaethau lleol a defnyddio adborth ar brofiadau defnyddwyr. Mae hyrwyddwyr lleol yn gallu rhannu'u profiadau positif o iechyd a gofal cymunedol ac fel arfer mae technegau cyfweld ac hyfforddi yn effeithiol wrth ysgogi pobl i newid eu harferion.

4. Cefnogaeth ar gyfer lles, ataliaeth ac hunan-ofal

Pan fydd pobl a gofalwyr yn gallu cymryd penderfyniadau ynghylch eu triniaeth, maen nhw'n debycach o ymarfer hunan-ofal a chymryd cyfrifoldeb dros eu hiechyd. Mae yna amrywiaeth o adnoddau lleol ar gael i hyrwyddo hunan-ofal ac hunan-gyfeirio a gall technoleg helpu gyda monitro, hunan-ofal a chyfathrebu.

5. Gwasanaethau Lleol

Mae pobl broffesiynol gofal iechyd erbyn hyn yn gallu cyfeirio at fwy o amrywiaeth o wasanaethau sy'n gallu cynnig yr wybodaeth a'r cyngor diweddaraf ar iechyd a lles. Mae'n rhaid i'r gwasanaethau lleol fod ar gael yn hawdd, yn hawdd i'w cynnal ac yn cyfarfod ag anghenion y gymuned.

Bydd pobl yn gallu siarad gyda'u timoedd iechyd mewn nifer o ffyrdd – dros y ffôn, e-bost neu alwad fideo – i'w helpu i benderfynu ar y driniaeth orau ar eu cyfer nhw.

Mae'r model yn sicrhau fod y gwasanaethau iechyd lleol yn sefydlog ac yn gallu ymateb i ofynion y dyfodol, ac y gall cefnogaeth gan y byrddau iechyd helpu meddygfeydd meddygon teulu bregus.

6. Gweithio'n Llyfn

Pan fydd staff yn gweithio ar draws gwahanol adrannau, mae hynny'n gwella effeithlonrwydd ac yn sicrhau fod cymunedau lleol yn gallu cael mynediad at

arbenigedd clinigol, cymdeithasol a rheolaethol. Mae timoedd cydlynedig yn cynnwys pobl broffesiynol megis fferyllwyr, ffisiotherapyddion, gweithwyr cymdeithasol, parafeddygon, cymdeithion meddygol, therapyddion galwedigaethol, cwnselwyr iechyd meddwl, dietegwyr, gweithwyr y trydydd sector a staff eraill awdurdodau lleol, sy'n gallu rheoli anghenion dyddiol y boblogaeth leol.

Mae timoedd cydlynedig yn cael gwared ar rwystrau mewn systemau iechyd a gofal cymdeithasol lleol ac mae hynny'n hyrwyddo gweithio'n llyfn a newid diwylliant, sydd o fudd i'r gymuned.

Yn ogystal, mae yna gontractau ar y cyd, rhannu gofodau gweithio a sesiynau dysgu a chyfluoedd i bobl broffesiynol symud rhwng y gwahanol sectorau. Mae yna lawer o fodelau sy'n hyrwyddo cydweithio megis ffederasiynau a mentrau cymdeithasol.

7. Systemau Ffôn Effeithiol

Mae systemau ffôn diogel ac effeithiol wedi'u dylunio i gyfeirio pobl at y person proffesiynol neu'r gwasanaeth mwyaf priodol. Mae cyngor dros y ffôn yn briodol ar gyfer llawer o anghenion pobl ac, os yw'n cael ei roi gan berson proffesiynol, profiadol, addas, mae'n gallu lleihau'n ddiogel ac yn effeithiol nifer yr ymgynghoriadau wyneb yn wyneb. Mae'r model hwn, dros y ffôn, sy'n asesu brys yr alwad, yn gallu cyfeirio pobl at y gwasanaeth sydd orau iddyn nhw.

Er enghraifft, gallai'r system ffôn gyfeirio pobl at:

- Bobl broffesiynol glinigol, gan gynnwys pobl broffesiynol optometreg a deintyddol, sy'n gallu rheoli problemau llygaid, dannedd ac iechyd y geg; fferyllwyr cymunedol sy'n gallu trin anhwylderau cyffredin a thrin problemau cysylltiedig â meddyginiaeth; a ffisiotherapyddion sy'n gallu rheoli problemau'r cyhyrau a'r esgyrn;
- Gwasanaethau anghlinigol lleol, os yn addas, gyda gweithwyr neu dimoedd cyswllt sy'n darparu cefnogaeth anfeddygol yn helpu gyda chyfeiriadau.

8. Gofal o Ansawdd Allan o Oriau

Mae'r gwasanaeth 111 ar ôl ei ail ddylunio'n rheoli pobl gydag anghenion brys yn ystod y cyfnod allan o oriau. Diolch i systemau cyfathrebu da, mae timoedd proffesiynol yn gallu gweld y cofnodion clinigol mwyaf diweddar, sy'n hanfodol os yw pobl i dderbyn y gofal priodol, yn enwedig y rhai gyda chyflyrau cymhleth a/neu ar ddiwedd oes.

Mae'r gwasanaeth 111 yn cael ei gefnogi gan gyfeirlyfr rhithwir cenedlaethol o wasanaethau ac mae hefyd yn cyfeirio pobl at wasanaethau lleol a ffynonellau o gymorth ar unrhyw adeg o'r dydd. Ar hyn o bryd, mae ar gael i drigolion mewn rhai ardaloedd a bydd yn cael ei gyflwyno'n raddol i weddill Cymru. Mae gwybodaeth bellach ar: <https://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/contactus>

9. Gwasanaethau gyda mynediad uniongyrchol

Bydd pobl yn gallu cael manteisio ar amrywiaeth o wasanaethau iechyd lleol a allai gynnwys: fferyllwyr cymunedol i gael gyngor a thriniaeth ynghylch nifer o anhwylderau cyffredin; optometryddion i gael cyngor a thriniaeth ynghylch problemau

arferol a brys gyda llygaid; deintyddion ar gyfer y ddanodd ac iechyd y geg; ffisiotherapyddion ar gyfer problemau cymalau ac esgyrn; a chlywedegwyr ar gyfer problemau clyw. Nid yw pob un o'r gwasanaethau hyn ar gael ym mhob man, ond bydd y rhain yn cael eu datblygu'n raddol a bydd gwasanaethau lleol yn gyfrifol am roi gwybod pa rai sydd ar gael yn eu hardaloedd.

10. Gofal Integredig ar gyfer Pobl gydag Anghenion Gofal Lluosog

Mae gweithio'n effeithiol yn golygu y bydd gan feddygon teulu ac uwch ymarferwyr fwy o amser i ofalu am bobl gydag anghenion lluosog, pobl sydd, yn aml, yn oedrannus a gyda mwy nag un salwch, yn eu cartref neu yn y gymuned. O ganlyniad, maen nhw angen cyfnodau ymgynghori llawer hirach er mwyn asesu, cynllunio a chydlynu'r gofal a ragwelir.

Mae timoedd adnoddau cymunedol a thimoedd integredig iechyd lleol a gofal eraill yn gallu cynnig gofal di-dor i bobl gydag anghenion iechyd ac anghenion gofal cymdeithasol.

Gellir rheoli problemau lles, llety a chyflogaeth yn well trwy system gyfan, sawl proffesiwn. Mae timoedd wedi'u cydlynu hefyd yn gallu gofalu am bobl sy'n ddifrifol wael y gellir eu trin yn eu cartrefi ac mewn canolfannau cymunedol. Mae'r timoedd cymunedol hyn hefyd yn gallu ei gwneud yn haws i bob adael yr ysbyty ynghynt.

Mae'r model llyfn hwn yn cynnig agwedd fwy rhagweithiol ac ataliol at ofal a phan mae pobl yn cael eu trin ynghynt, maen nhw'n ymateb yn well i gyngor a chefnogaeth ynghylch hunan ofal, sy'n arwain at well canlyniadau a phrofiadau i bobl a gofalwyr.

Gallai'r model gynnig amrywiaeth ehangach o ofal wedi'i gynllunio ar gyfer y gymuned, gan gynnwys apwyntiadau a thriniaethau cleifion allanol a phrofion diagnostig. Gallai hefyd leihau cyfeiriadau ac apwyntiadau heb eu cynllunio, gan alluogi staff ysbytai i ganolbwyntio adnoddau ar y rhai sydd angen gofal ysbyty ac ar ofal arbenigol wedi'i gynllunio.

11. Sut i Gefnogi Trawsnewid

Mae'r Model Gofal Sylfaenol i Gymru angen cefnogaeth drwy seilwaith effeithiol wedi'i ddylunio i wella gweithio'n aml broffesiynol. Mae'n rhaid i adnoddau iechyd lleol a systemau data fod yn hyblyg ac yn ymatebol i newidiadau yn y dyfodol a chefnogi gweithio aml broffesiynol a hefyd systemau ffôn. Dylid annog pobl i ddefnyddio'r opsiynau digidol i chwilio am, a derbyn, gofal, tra'n rhoi mynediad uniongyrchol at adrannau gyda wasanaethau yn y gymuned sy'n gallu darparu gofal o ansawdd yn agosach at adref.

12. Y Canlyniadau a Ragwelir

Mae ymchwil a thystiolaeth genedlaethol a rhyngwladol yn dangos y gallai manteision y Model Gofal Sylfaenol i Gymru gynnwys:

- Gwell iechyd a lles
- Cymunedau cryfach

- Gwellu morâl, ysgogiad a lles pobl broffesiynol gofal iechyd
- Recriwtio a chadw mwy o staff
- Modelau o ofal sy'n parhau'n hirach