



CYSWLLT Y PRIF WEITHREDWR

10/11/2021

Fel Bwrdd Iechyd rydym yn dal i fyw gyda COVID i raddau helaeth, ac yn ogystal â bod yn 'barod ar gyfer COVID' rydym yn delio â rhai problemau sylweddol sy'n wynebu ein system iechyd.

Gofal heb ei drefnu a phwysau gweithredol yw'r ddwy broblem sylweddol sydd wedi effeithio ar les ein gweithlu, yn enwedig staff y rheng flaen fel ein nyrsys a'n bydwagedd.

Mae'n bwysig iawn bod ein staff ehangach a'n cymuned yn deall faint o waith caled sy'n cael ei wneud i reoli effaith y materion hyn mewn amgylchedd heriol iawn.

O ran sut y byddwn yn parhau i adfer gwasanaethau a darparu gofal heb ei drefnu, mae'r pwysau a deimlir ar hyn o bryd ar draws y meysydd gofal heb ei drefnu, gofal sylfaenol, iechyd meddwl, clinigau a diagnosteg yn enfawr. Fel Bwrdd Iechyd mae gennym raglenni manwl ar draws yr holl feysydd hyn i sicrhau ein bod yn gwneud popeth a allwn i ddarparu'r gofal a'r gwasanaethau iechyd gorau posibl i gleifion.

Cafwyd rhywfaint o waith trawsnewidiol rhagorol eisoes gan ein timau clinigol a'n cydweithwyr anghlinigol i datblygu rhaglen gofal heb ei drefnu, yn canolbwyntio ar ddod â holl elfennau allweddol adfer, dylunio a

Er ei bod yn hawdd barnu iechyd yn seiliedig ar eich profiad personol chi o bosib, hoffwn ailadrodd pa mor galed yr ydym yn parhau i weithio, nid yn unig o fewn ein sefydliad ein hunain, ond gyda'n partneriaid ar draws gofal cymdeithasol a Gwasanaeth Ambiwlans Cymru, a'n meddygon teulu yr ydym yn aml yn ymddiried ynddynt fel rheng flaen y system iechyd. Mae eraill hefyd sydd i gyd yn cyfrannu at ein system gofal iechyd.

Y gaeaf hwn rydym yn wynebu cyfres unigryw o amgylchiadau ac o bosib yr her fwyaf eto, gyda gweithlu llawer llai. Byddwn yn gofyn i bobl ddefnyddio ein gwasanaethau iechyd yn ddarbodus, ac ystyried i ble y byddant yn mynd i gael gofal. Edrychwch ar ein gwefan a'n sianeli cyfryngau cymdeithasol, lle cewch lawer o wybodaeth ddefnyddiol.

Byddwn hefyd yn eich annog i gael eich brechlyn rhag y fflw cyn gynted â phosib, yn ogystal â'ch dos atgyfnerthu COVID pan gewch eich apwyntiad.

(Parhad)

Gyda thristwch mawr rydym yn rhannu'r newyddion ynghylch marwolaeth cydweithiwr arall yn y digwyddiad padlfyrddio yn ddiweddar. Roedd Andrea Powell yn aelod o'n Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol ac roedd hefyd wedi gweithio mewn amryw bractisau deintyddol yn Ne Cymru.

Mae ei theulu wedi dweud wrthym fod Andrea ar y gofrestr rhoi organau, ac yn dilyn ei marwolaeth drist fore dydd Gwener, erbyn dydd Sadwrn roedd ei chalon, afu, pancreas a'i harennau oll wedi cael eu paru â rhoddwyr. Hedfanwyd ei chalon ar awyren a'i thrawsblannu'n llwyddiannus ar fore dydd Sul, felly mae wedi achub 4 o fywydau.

Roedd Andrea yn bobydd brwd, yn mwynhau coginio a gwneud ymarfer corff, a chymerodd ran mewn amryw ddigwyddiadau chwaraeon, yn ogystal â chwblhau sawl 1/2 marathon. Hoffai fynd â'r ci am dro, darllen llyfrau a threulio amser gyda'i theulu.

Rydym yn meddwl am deulu, ffrindiau a chydweithwyr Andrea ar yr adeg hynod anodd hon.



Professor Stuart Walker Prif Weithredwr Dros Dro

Diweddariad ar y brechiad rhag y fflw

Y gaeaf hwn efallai y byddwn yn gweld y fflw a COVID-19 yn cylchdroi'r un pryd. Gall y fflw a COVID-19 fygwth bywyd, a chael eich brechu yw'r amddiffyniad gorau rhag salwch difrifol o hyd.

Mae ein rhaglen y fflw yn mynd rhagddi'n dda ac rydym yn gweithio gyda phractisau meddygon teulu, Fferyllfeydd Cymunedol ac Arweinwyr Fflw ymhlith ein staff i sicrhau bod y rhai sydd heb gael eu brechiad rhag y fflw y tymor hwn yn cael cynnig y brechiad dros yr wythnosau nesaf.

Wrth i ni baratoi ar gyfer lefelau uwch posibl o'r fflw y gaeaf hwn, rydym wedi bod yn cyflwyno ein hymgyrch brechiad rhag y fflw ymhlith y staff, ac mae dros 6,000 aelod o staff wedi cael eu brechu erbyn hyn. Rydym ar y trywydd iawn i gyrraedd targed y Prif Swyddog Meddygol o 80% ar gyfer yr holl staff iechyd a gofal cymdeithasol sy'n cael cyswllt uniongyrchol â chleifion, ond mae gennym lawer o waith i'w wneud o hyd.

Os ydych yn weithiwr iechyd a gofal cymdeithasol sy'n gweithio i BIP Caerdydd a'r Fro, ac nad ydych wedi cael eich brechiad rhag y fflw eto, mae llawer o ffyrdd y gallwch gael eich brechiad rhag y fflw am ddim:

- Clinig Galw Heibio Iechyd Galwedigaethol ar gyfer y Fflw - Tŷ Dinbych, YAC bob dydd Gwener o 9am - 12pm
- Mae Hyrwyddwyr y Fflw wedi'u lleoli ym mhob bwrdd clinigol ac yn y rhan fwyaf o feysydd clinigol, gofynnwch i'ch Rheolwr Llinell roi gwybod i chi pwy yw eich Hyrwyddwr Fflw penodedig.
- Meddygon Teulu a Fferyllfeydd Cymunedol - gall staff sy'n wynebu risg ac sy'n perthyn i gategori blaenoriaeth y fflw gael eu brechiad rhag y fflw yn eu practis meddyg teulu neu Fferyllfa Gymunedol.
- Ar gyfer y rhai sydd wedi'u lleoli yn Nhŷ Coetir neu'n agos ato - cynhelir clinig dros dro ddydd lau 11 Tachwedd a bydd mwy o fanylion i ddilyn.

Anogir staff sydd wedi cael eu brechiad rhag y fflw yn eu practis meddyg teulu neu Fferyllfa Gymunedol i gwblhau'r ffurflen electronig [Had Elsewhere](#) er mwyn gallu diweddarau'r cofnodion iechyd galwedigaethol. Byddem hefyd yn hapus i glywed am y rhesymau pam mae staff yn gwrthod y brechiad rhag y fflw - gellir nodi'r rhain yn ddienw drwy gwblhau'r ffurflen electronig [Decliners](#).

Byddwn yn eich annog yn gryf i cael eich brechu dros yr wythnosau nesaf, i helpu i atgyfnerthu eich imiwnedd y gaeaf hwn. Os ydych yn gymwys ac y cewch gynnig eich brechiad rhag y fflw neu'ch dos atgyfnerthu COVID-19, peidiwch ag oedi, rhowch flaenoriaeth i'ch apwyntiad.

Mae hefyd yn bwysig ein bod ni i gyd yn parhau i ddilyn canllawiau'r llywodraeth. Mae golchi dwylo, cadw pellter cymdeithasol a gwisgo masg oll yn ffyrdd profedig o leihau lledaeniad feirysau fel y fflw a COVID-19. P'un a ydych yn aelod o staff, yn glaf neu'n ymwelydd â'n lleoliadau gofal iechyd, parhewch i lynu at y canllawiau cenedlaethol hyn er mwyn diogelu eich hun a'r rhai o'ch amgylch.



Gwobr genedlaethol driphlyg ar gyfer y tîm gofal llygaid

Mae BIP Caerdydd a'r Fro wedi dathlu ennill tair gwobr yng Ngwobrau Building Better Healthcare y DU am eu gwaith yn datblygu gwasanaeth ar gyfer gofal llygaid, a fydd nawr yn cael ei gyflwyno ledled Cymru ym maes gofal sylfaenol, gwasanaethau optometreg a gwasanaethau gofal llygaid ysbyty. Roedd y gwobrau'n cynnwys Defnydd Gorau o Dechnoleg - Gofal Cymunedol Sylfaenol, Defnydd Gorau o Dechnoleg - Gofal Acíwt a Gwobr Dewis Cleifion ar gyfer gwaith y tîm yn datblygu system cofnodion cleifion electronig a fydd yn sicrhau gofal di-dor ar draws yr holl wasanaethau gofal llygaid, gan ganiatáu i gleifion gael eu trin yn nes at gartref.

Dywedodd Dr Fiona Jenkins: "Ni fyddai hyn wedi digwydd heb arweiniad gwych gan yr adran optometreg gofal sylfaenol, Sharon Beatty, a'r arbenigedd technegol a ddarparwyd gan Gareth Bulpin. Rydym wrth ein bodd i ennill y gwobrau hyn, ond yr un mor hapus y bydd y model gofal hwn ar gael ledled Cymru wrth i ni gyflwyno'r cofnod llygaid digidol a datblygu ein gwasanaethau gofal sylfaenol."



Rhowch eich barn a helpwch ni i lunio gwasanaethau iechyd meddwl

Mae Gweithredu dros Iechyd Meddwl Caerdydd a'r Fro yn cynnal sesiwn agored ar gyfer defnyddwyr gwasanaethau, pobl sydd wedi defnyddio gwasanaethau a gofalwyr, i roi adborth ar eu profiadau o wasanaethau iechyd meddwl yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg. Mae croeso i staff sydd â diddordeb mewn cynllunio gwasanaethau fynychu hefyd.

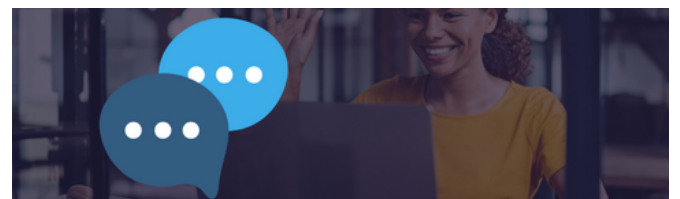
Hoffai Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro wybod beth rydym yn ei wneud yn iawn, beth allwn ni ei wneud yn well, a beth ddylai fod ein blaenoriaethau dros y tair blynedd nesaf yn eich barn chi. Byddwn yn annog pobl i fynychu a chyfrannu at y sesiwn hon.

Mae cydgyhychu yn rhan hanfodol o'r broses o ddatblygu ein gwasanaethau.

Mae dwy sesiwn ar gael:

- Dydd Mercher 10 Tachwedd 2021, 11:30am
- Dydd Llun, 22 Tachwedd 2021, 12:30pm

Mae'r manylion ymuno yma.



Diweddariad ar Adfer ac Ailgynllunio - Tîm Triniaeth Cleifion Allanol Arbenigol ar Anhwylderau Bwyta

InYn BIP Caerdydd a'r Fro rydym wedi gweld cynnydd yn nifer yr achosion o anhwylderau bwyta o ganlyniad i'r pandemig COVID-19, wrth i unigolion ei chael yn anodd ymdopi â straen y pandemig a'r ynysu cymdeithasol cysylltiedig. Mae Tîm Triniaeth Cleifion Allanol Arbenigol ar Anhwylderau Bwyta (EDSOTT) y Bwrdd Iechyd wedi gweld cynnydd uchel felly yn nifer yr atgyfeiriadau at y gwasanaeth, a arweiniodd at gynydd mewn amseroedd aros i gael gafael ar y cymorth priodol.

Mae'r EDSOTT yn gweithio gyda meddygon teulu ledled Caerdydd a Bro Morgannwg a'n timau Iechyd Meddwl Cymunedol i ddarparu triniaethau seicolegol, deietegol a thriniaethau eraill i unigolion sydd ag anhwylderau bwyta. Er mwyn galluogi'r gwasanaeth i ymateb i'r galw, rydym yn cynyddu capasiti o fewn y gwasanaeth drwy greu nifer o swyddi therapi seicolegol a deietegol ar gyfer unigolion sydd â phrofiad arbenigol o weithio gyda phobl ag anhwylderau bwyta.

Bydd hyn yn golygu y gall y tîm asesu a chefnogi mwy o gleifion a sicrhau eu bod yn cael triniaeth briodol a phrydlon ar gyfer eu hanghenion.

Drwy recriwtio staff sydd â phrofiad arbenigol o weithio gyda phobl ag anhwylderau bwyta, bydd y rolau hyn yn cefnogi'r gwasanaeth drwy alluogi mwy o gleifion i gael eu gweld, gyda'r nod o leihau amseroedd aros y gwasanaeth EDSOTT i lefelau cyn y pandemig.

Os oes anhwylder bwyta arnoch chi neu rywun rydych chi'n ei adnabod, mae gwybodaeth, help a chymorth ar gael ar-lein ar y safleoedd canlynol:

- www.beateatingdisorders.org.uk
- www.eatingdisorderscardiff.co.uk
- www.selfhelpguides.nth.nhs.uk/cardiff/leaflets/selfhelp/Eating%20Disorders.pdf

Lleihau'r defnydd o Ocsid Nitraidd

Rydym wedi gwneud datblygiadau clinigol i leihau'r defnydd o ocsid nitraidd, nwy tŷ gwydr a ddefnyddir fel arfer mewn anesthesia. Gyda 265 gwaith yn fwy o botensial cynhesu byd-eang na CO₂, ein nod yw lleihau ein defnydd o'r nwy hwn fel rhan o'n gwaith parhaus i gyrraedd targed sector cyhoeddus Cymru o fod yn niwtral o ran carbon erbyn 2030.

Dangosodd yr Adroddiad Healthcare Without Harm fod 5.6% o allyriadau yn y DU yn dod o ofal iechyd ac mae cynllun Datgarboneiddio GIG Cymru hefyd yn cynnwys lleihau nwyon anesthetig.

Yn gynharach eleni, gwnaeth ein cydweithiwr Dr Amarantha Fennell-Wells gyflwyno yng Nghynhadledd Iechyd Gwyrdd Cymru ar brosiect a oedd yn holi ynghylch y cyflenwad o ocsid

nitraidd yn erbyn y defnydd, gan arwain at y posibilrwydd o 'ollyngiadau' neu golli'r nwy hwn o'r cyflenwad manifold.

Er mwyn datblygu'r prosiect hwn, mae grŵp wedi cael ei sefydlu i archwilio sut y gall ocsid nitraidd gael ei ddarparu drwy silindrau bach, a dileu'r defnydd o'r system manifold. Mae'r grŵp MDT yn cynnwys anesthetiddion, ODPau, nyrsio, ystadau, fferylliaeth a pheirianeg glinigol - gan sicrhau bod yr holl randdeiliaid yn cymryd rhan.

Bydd y prosiect yn arbed tua 1 miliwn litr o ocsid nitraidd y flwyddyn, sy'n cyfateb i 535 tonnall o CO₂. Mae hwn yn waith rhagorol, a'n nod yw lledaenu hyn ledled Cymru a sicrhau newid mewn arferion er mwyn osgoi'r defnydd o ocsid nitraidd.



Rhaglen y celfyddydau

Rose Drop Jewellery

Mae Rose Drop Jewellery yn cyfrannu 25% o bob gwerthiant i Raglen y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles yn ystod y cyfnod yn arwain at y Nadolig. I brynu gemwaith, ewch i: www.rosedropjewellery.com



Tyfu Blodau yn Nociau'r Barri

Roedd yn bleser gan Dîm y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles yn Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro gomisiynu prosiect celfyddydau arloesol a ddyluniwyd gan yr artist Haf Weighton a'i ddarparu'n rhithwir i ddisgyblion yn Ysgol Gyfun Gymraeg Bro Morgannwg yn y Barri eleni. [Dysgu mwy.](#)

