CYSWLLT Y PRIF WEITHREDWR

Annwyl Gydweithiwr

23/12/2021

Dyma rifyn olaf Cyswllt y Prif Weithredwr ar gyfer 2021 a dyna i chi flwyddyn a hanner. Er y bu rhai heriau sylweddol, mae angen i ni atgoffa ein hunain o'r hyn rydym wedi ei gyflawni, pa mor bell rydym wedi dod a rhai o'r pethau da sydd wedi deillio o COVID.

Dydy'r gwaith ddim ar ben eto o bell ffordd. Mae Omicron yn cynyddu'n gyflym yn ein cymuned ac fel gwasanaeth iechyd rydym yn wynebu galw digynsail. Mae cydbwyso anghenion ein poblogaeth â COVID, cynnal ymgyrch brechiad rhag y ffliw a brechlynnau dos atgyfnerthu, a chadw cymaint o wasanaethau â phosibl yn rhedeg ar draws y system gyfan wedi bod yn eithriadol o anodd.

Ond pe bai gennyf dri phrif ddymuniad gan ein cymuned, er mwyn iddynt gefnogi eu GIG dros gyfnod yr ŵyl ac yn enwedig ym mis Ionawr pan fo'r galw ar ein gwasanaethau yn draddodiadol ar ei uchaf, dyma fyddai'r rhain:

1. **Ewch i gael eich brechlyn dos atgyfnerthu** neu os mai dyma'r tro cyntaf i chi gael y brechlyn, manteisiwch ar y cyfle i'w gael nawr. Gwnewch beth allwch chi i gyrraedd eich apwyntiadau ac, os gwelwch yn dda, rhowch wên fach i'n staff sy'n gweithio trwy gydol y cyfnod hwn. Rydym bellach wedi trefnu apwyntiadau dos atgyfnerthu ar gyfer pob oedolyn cymwys sy'n 18 oed ac yn hŷn a ddylai fod wedi derbyn neges destun neu lythyr yn cadarnhau dyddiad eu hapwyntiad. Os nad ydych wedi clywed gennym, llenwch y ffurflen 'gadael neb ar ôl' ar ein gwefan a bydd aelod o'n tîm yn ffonio i drefnu apwyntiad i chi. Noder, mae'n bosibl y bydd y rhif wedi'i guddio ar rai ffonau symudol pan fyddwn yn ffonio.

2. **Defnyddiwch wasanaethau'r GIG, yn enwedig yr Uned Achosion Brys, yn briodol.** Ar yr adeg hon o'r flwyddyn, rydym yn gweld cynnydd yn nifer y bobl sydd angen triniaeth, ond nid yr Uned Achosion Brys fydd y lle gorau i bawb. Mae'n bosibl y byddai'n well i chi ddefnyddio'r opsiynau dewis sylfaenol yn y gymuned leol a chael gweld arbenigwr yn y maes. Byddwch yn amyneddgar gyda'r gwasanaethau hyn gan fod pawb yn cael trafferth gyda phrinder staff a chynnydd yn y galw am wasanaethau. Byddwch yn ofalus hefyd yn ystod yr ŵyl, oherwydd byddai'n well gennych dreulio amser gyda'ch anwyliaid na gorfod gwneud taith annisgwyl i'n Huned Achosion Brys.

3. **Ewch â'ch perthnasau adref os gallwch** - ar hyn o bryd mae gennym broblem sylweddol gyda pheidio â gallu rhyddhau

gwelyau. Mae hyn yn deillio o'r ffaith nad ydym yn gallu rhyddhau cleifion sy'n ddigon ffit yn feddygol i fynd adref heblaw bod pecyn gofal neu gymorth o ryw fath o'u cwmpas. Ystyriwch wneud hynny os ydych chi'n gallu. Po fwyaf o welyau gwag sydd gennym, y gorau y gallwn ni reoli'r cynnydd yn y galw. Ac eto, byddwch yn garedig wrth staff y GIG yn yr Uned Achosion Brys a gwasanaethau'r rheng flaen, gan gynnwys gofal sylfaenol, gofal cymdeithasol a'n gwasanaethau cymunedol a bydwreigiaeth.

Mae anawsterau'r ddwy flynedd ddiwethaf wedi arwain at ein problemau capasiti presennol, ac rydym yn deall y rhwystredigaeth y mae pobl yn ei deimlo. Mae gennym ni hefyd berthnasau ac aelodau o'r teulu a ffrindiau yn yr un sefyllfa. Fodd bynnag, rydw i'n rhyfeddu'n gyson at y ffordd y mae ein harwyr yn y GIG, unwaith eto, yn camu ymlaen. Eu parodrwydd i weithio gyda'r nos ac ar benwythnosau, eu parodrwydd i ddod i mewn am sifftiau ychwanegol, eu parodrwydd i drin cleifion o hyd er iddynt wynebu ymddygiad sarhaus.

Fel cardiolegydd sydd â dros 40 mlynedd o brofiad o weithio yn y GIG, rydw i wedi bod yn dyst i gyfnodau anodd, wedi dal dwylo cleifion wrth roi'r newyddion gwaethaf posibl iddynt ac wedi cefnogi cydweithwyr drwy ddigwyddiadau sy'n newid bywydau. Ond nid wyf erioed wedi profi cyfnod mor hir a pharhaus o bwysau dwys, galw uchel a'r angen i fod yn hyblyg a newid arferion gwaith mewn ychydig wythnosau, fel sydd wedi digwydd yn ystod y ddwy flynedd ddiwethaf.

Nid wyf erioed wedi teimlo'n fwy balch o'm cydweithwyr wrth i mi eu harwain at flwyddyn ansicr arall yn 2022.

Dyma rai o'r pethau, nad ydynt efallai'n cyrraedd y penawdau, yr wyf yn arbennig o falch ohonynt:

- Parhau i gynnal llawdriniaethau – eleni rydym wedi cynnal 16,868 o driniaethau llawfeddygol ar draws y bwrdd iechyd
- Parhau i gynnal y gwaith o roi diagnosis a gofal canser brys tra hefyd yn trin afiechydon acíwt – hyd yma eleni rydym wedi trin 1962 o gleifion ar lwybr lle amheuir canser
- Ein gwaith yn recriwtio pobl i weithio gyda ni i ddarparu gwasanaethau i'n poblogaeth – o fis Ionawr tan ddiwedd mis Tachwedd roeddem wedi recriwtio 2,403 o staff, sy'n cyfateb i 1,905 o rolau sy'n gyfwerth ag amser cyflawn ar draws y bwrdd iechyd. Mae ein hymgyrch recriwtio nyrsys yn parhau ac rydym yn parhau i lenwi swyddi ar draws gofal critigol, nyrsio plant, nyrsys theatr a nyrsio brechu torfol. Mae ein digwyddiad recriwtio nesaf ar 20 Ionawr yng Nghanolfan yr Holl Genhedloedd – gallwch gofrestru yma os ydych yn dymuno bod yn bresennol.
- Ein harloesedd clinigol – rydym wedi parhau i wneud cyfraniadau pwysig i hybu arloesedd clinigol eleni, yn y frwydr yn erbyn COVID-19 ac ar draws gofal iechyd yn ehangach. Mae hynny'n amrywio o arwain treial Ocsigen Unedau Gofal Dwys mwyaf y byd nôl ym mis Chwefror, i gyflwyno astudiaeth ComFluCOV a

gadarnhaodd y gall pobl gael y brechiadau ffliw a'r brechlynnau COVID-19 gyda'i gilydd yn ddiogel, a'r [treial PRONTO sy'n mynd rhagddo a lansiwyd gennym ym mis Gorffennaf] sy'n ceisio gwella gofal sepsis, canlyniadau cleifion a gwneud y defnydd gorau o wrthfiotigau ymhlith cleifion ag achos tybiedig o sepsis. Ar ôl agor [Swyddfa Ymchwil ar y Cyd Caerdydd] yn swyddogol ar y cyd â'n partneriaid ym Mhrifysgol Caerdydd ym mis Medi, mae'r sefydliad yn dechrau ar gyfnod newydd, cyffrous o arloesi clinigol, ac edrychaf ymlaen at wylio'r posibiliadau diddiwedd yn datblygu.

- Ein gwaith yn trawsnewid gwasanaethau i ddiwallu anghenion y boblogaeth tra'n parhau i'n cadw ni i gyd yn ddiogel o safbwynt COVID. Er enghraifft, lansio CAF24/7 ac ymgynghoriadau rhithwir yn ogystal â datblygiadau pellach ar draws gofal heb ei drefnu, gofal wedi'i gynllunio, iechyd meddwl, gofal sylfaenol a diagnosteg i'n helpu i weld cymaint o gleifion â phosibl a chadw ein system iechyd i symud.

Mae hi'n adeg o'r flwyddyn ar gyfer heddwch ac ewyllys da i bawb. Fel nifer, byddaf yn gweithio dros y Nadolig a'r Flwyddyn Newydd. I bawb, nid yn unig yn y GIG ond ym maes gofal cymdeithasol, yr heddlu, gwasanaethau tân ac achub, y llywodraeth - pawb sy'n gweithio i'n cadw ni'n ddiogel, diolch i chi gan BIP Caerdydd a'r Fro a dymunwn Nadolig Llawen a Blwyddyn Newydd iach a heddychlon i chi.

Wrth i gyfnod yr ŵyl ddechrau, dyma neges y Nadolig gen i a'n Cadeirydd, Charles (Jan) Janczewski yn myfyrio ar y flwyddyn flaenorol ac yn edrych ymlaen at 2022.

Adfer ac Ailddylunio: Gofal Brys Ar yr Un Diwrnod yn yr Uned Llawdriniaeth

Ers i Ofal Brys Ar yr Un Diwrnod (sSDEC) gael ei gyflwyno am y tro cyntaf i'n gwasanaeth Llawfeddygaeth Gyffredinol yn 2020, mae'r gofal arbenigol a ddarperir wedi bod yn rhan allweddol o wella llwybrau llawfeddygol i'n cleifion. Mae'r model gofal hwn wedi helpu i wella prydlondeb triniaethau ac atal derbyniadau diangen i'r ysbyty, wrth ddarparu asesiad, diagnosis a thriniaeth ar yr un diwrnod, lle byddai cleifion wedi cael eu derbyn i'r ysbyty yn flaenorol.

Drwy gydol y pandemig, mae'r gofal ar yr un diwrnod a ddarparwyd gennym wedi golygu bod cleifion yn cael eu gweld yn gynnar yn eu llwybr triniaeth, gyda'n timau llawdriniaethau yn gweithio'n agos gyda radioleg i wella argaeledd a chyflymder diagnosteg sydd wedi galluogi i benderfyniadau ynghylch gofal gael eu gwneud yn gynt.

At hynny, rydym wedi cyflwyno dwy sesiwn theatr bwrpasol ar gyfer llawdriniaeth ar yr un diwrnod sy'n golygu y gellir anfon cleifion adref a gofyn iddynt ddychwelyd y diwrnod canlynol ar gyfer llawdriniaethau brys, gan olygu nad oes rhaid i iddynt aros dros nos ac y gallant baratoi ac adfer gartref.

Bydd gwaith hanfodol y tîm sSDEC yn cael ei ehangu ledled ein Bwrdd Clinigol Llawfeddygaeth y flwyddyn nesaf, gydag uned asesu newydd a ward arhosiad byr yn cael eu sefydlu, a disgwylir iddynt gael eu cwblhau ar ddechrau 2022.

Bydd yr uned aml-arbenigedd newydd hon yn cynyddu capasiti llawfeddygol y Bwrdd Iechyd, gan ein galluogi i weld mwy o gleifion sy'n cynnwys atgyfeiriadau gan feddygon teulu a'n Huned Achosion Brys. Ar ôl ei hagor, bydd yr uned yn darparu cyfleuster o'r radd flaenaf i'n galluogi i fanteisio i'r eithaf ar sSDEC ar gyfer ein cleifion a'n cymunedau ehangach.

Triniaethau gwrthfeirysol a gwrthgorff COVID-19

Mae rhai cleifion y GIG sydd mewn mwy o berygl o COVID-19 difrifol bellach yn gymwys i dderbyn triniaethau gwrthfeirysol a gwrthgorff. Mae dwy ffordd y gallwch dderbyn triniaethau gwrthfeirysol:

- fel rhan o'ch gofal safonol os ydych chi'n wynebu'r risg uchaf o COVID-19 difrifol ac yn hynod fregus
- trwy astudiaeth wrthfeirysol ledled y DU o'r enw PANORAMIC

I ddarganfod a ydych chi'n gymwys i gael triniaethau COVID-19 neu gymryd rhan mewn astudiaeth wrthfeirysol ledled y DU, ewch i https://gov.wales/covid-19-treatments

Mae'r triniaethau hyn yn fesur pellach, yn ychwanegol at frechlynnau. Mae brechlynnau yn parhau i fod o'r pwys mwyaf i amddiffyn y rhai mwyaf agored i niwed yn y DU.

Gwasanaeth optometreg newydd i ddinasyddion digartref ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

Mae'n bleser gennym gyhoeddi bod y gwasanaeth optometreg cyntaf ar gyfer dinasyddion digartref wedi'i gynnal ddydd Gwener 19 Tachwedd 2021 yng Nghaerdydd. Mae'n amlygu'r cydweithio rhagorol rhwng optometryddion sy'n rhoi o'u hamser a'u harbenigedd, y cyflenwr sy'n darparu'r sbectolau, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro sy'n darparu'r offer a'r gofod clinig, Cyngor Dinas Caerdydd sy'n darparu'r safle a Thîm Ardal y De-ddwyrain sy'n darparu'r cysylltiadau cydweithredol hanfodol. Yn y llun gweler yr optometryddion Vikki Ann Baker (arweinydd y prosiect), James Tombs ac Anna Rees a ddarparodd y sesiwn glinigol gyntaf ar gyfer 11 o gleifion. Trefnir sesiynau clinigol

yn rheolaidd i ateb y galw lleol. Diolch i holl aelodau'r tîm am gefnogaeth mor wych.

Gwefan Cadw Fi'n Iach – eisiau eich barn

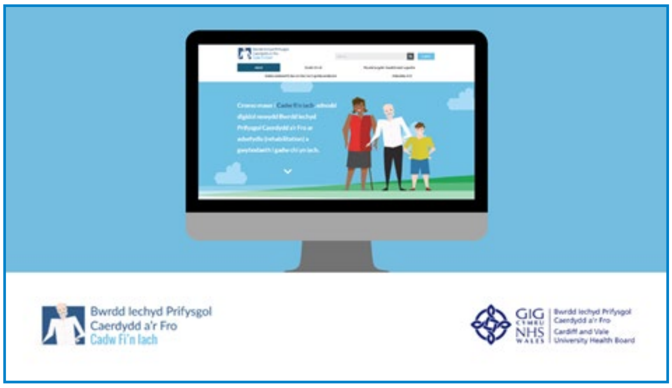
Roedd Cadw Fi'n Iach, a gafodd ei ddatblygu mewn ymateb i bandemig COVID-19, wedi'i gyflwyno fel adnodd pwrpasol gan ein Bwrdd Iechyd i gefnogi pobl sydd wedi'u heffeithio gan y pandemig.

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, mae'r platfform wedi newid i fod yn wefan sy'n benodol i therapïau, yn cynnig cyngor ar wasanaethau a sut i hunanreoli cyflyrau newydd a pharhaus gan dîm o arbenigwyr amlddisgyblaethol.

Ar hyn o bryd, mae'r wefan yn cael ei hailstrwythuro er mwyn helpu i sicrhau bod cyngor a gwybodaeth yn fwy hygyrch ac i ddarparu adnoddau ychwanegol a pherthnasol. O ganlyniad, mae'r tîm yn chwilio am adborth ar y wefan ar ei ffurf bresennol.

Mae gennym ddiddordeb mewn gwybod beth mae staff a defnyddwyr y gwasanaeth yn ei hoffi/ddim yn ei hoffi a beth yr hoffent weld ar y wefan yn y dyfodol. Mae'r tîm wedi datblygu'r ffurflen adborth fer hon i annog y boblogaeth ehangach i roi adborth a fydd yn dylanwadu ar ailddyluniad y wefan.

I rannu eich adborth, [ewch i'r ffurflen drwy glicio yma.]



Sonja Edwards, y Cynghorydd Rhoi'r Gorau i Smygu mewn Ysbyty cyntaf a ariannwyd gan y GIG, yn ymddeol ar ôl 35 mlynedd

Mae'r Timau Rhoi'r Gorau i Smygu yn Ysbyty Athrofaol Cymru, Llandochau a'r Barri wedi dymuno ymddeoliad hapus i Sonja Edwards a fydd yn dod â'i 35 mlynedd o wasanaeth i ben ar ddiwedd y mis.

Mae Sonja, o Lanilltud Fawr, wedi bod yn y swydd ers 35 mlynedd, gan weithio yn Llandochau, y Barri ac Ysbyty Athrofaol Cymru, yn cynghori cleifion mewnol, cleifion allanol a staff. Hi oedd y Cynghorydd Rhoi'r Gorau i Smygu mewn ysbyty cyntaf a ariannwyd gan y GIG i gael ei phenodi yn y DU.

Roedd Sonja yn rhan o'r gwaith o sefydlu grŵp yn y DU ar gyfer Cynghorwyr Rhoi'r Gorau i

Smygu i helpu i rannu gwybodaeth ac mae wedi cynnal a chyflwyno ymchwil mewn nifer o gyfarfodydd meddygol-wyddonol i ystod eang o weithwyr iechyd proffesiynol yn y DU a thramor.

Dywedodd Dr Ian Campbell, Meddyg Ymgynghorol Anrhydeddus yn Llandochau, y mae Sonja wedi gweithio gydag ef drwy gydol ei gyrfa, ei bod yn "berson cynnes, doniol, empathig, cyfeillgar a gweithgar, a oedd yn ddelfrydol ar gyfer y rôl o gynghori a chefnogi cleifion i roi'r gorau i smygu.

"Wrth wneud hynny am 35 mlynedd, fe wnaeth hi wella ac achub bywydau llawer o gleifion yng Nghaerdydd a'r Fro, yn ogystal â helpu i annog llawer o ysbytai eraill y GIG i benodi cynghorwyr rhoi'r gorau i smygu.

"Roedd hi'n adnabyddus ac yn boblogaidd iawn yn Llandochau ac ar draws y DU, ac yn arloeswr ysbrydoledig a helpodd i ledaenu'r neges yn genedlaethol ac yn rhyngwladol bod rhoi'r gorau i smygu yn rhan bwysig o drin llawer o glefydau, yn enwedig clefyd y galon a chlefydau'r ysgyfaint."

Cafodd ymroddiad Sonja i'w rôl a'r bobl y mae hi wedi'u cefnogi ei amlygu yn 2013 pan benderfynodd ymddeol ac yna dychwelyd i helpu'r gwasanaeth yn wirfoddol am flwyddyn. Ers 2014, mae hi wedi lleihau ei horiau gwaith ond wedi parhau i gefnogi'r rhai sydd mewn angen.

Dywedodd Sonja: "Rydw i wedi mwynhau bob dydd o fy mywyd gwaith ac mae wedi bod yn fraint gweithio ochr yn ochr â'm cydweithwyr a helpu i gefnogi pobl drwy eu taith o roi'r gorau i smygu. Rydw i'n falch bod y gwasanaeth yn parhau i ddarparu ei raglen cymorth cwnsela ymddygiadol dwys wedi'i phersonoli i safon uchel."

Dymunwn ymddeoliad hapus iawn i Sonja ac rydym yn ddiolchgar am ei chyfraniad enfawr dros y 35 mlynedd diwethaf.

Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro

Wrth i ni edrych yn ôl ar 2021, yn ystod y pandemig, mae ein codwyr arian wedi bod yn ymgymryd â heriau anhygoel fel Her y Tri Chopa, seiclo o Ogledd i Dde Cymru a cherdded 100,000 o gamau mewn diwrnod, ymhlith nifer o rai eraill.

Mae'r holl roddion rydym wedi eu derbyn eleni wedi helpu i wella cyfleusterau staff, darparu offer newydd, a threfnu digwyddiadau fel Gwiriadau Cyflwr Beiciau. Dim ond rhai enghreifftiau yw'r rhain o sut yr oeddem yn gallu helpu ein cleifion a staff gwych Bwrdd Iechyd Caerdydd a'r Fro.

Byddwn yn dechrau'r flwyddyn newydd gyda The Prynhawn yng Ngwesty'r Coal Exchange i godi arian ar gyfer Apêl Prop. Gallwch archebu eich bwrdd yma.

I gael rhagor o wybodaeth, ewch i www.healthcharity.wales / www.healthcharity.wales/cy/

Hoffem ddiolch yn fawr iawn i chi am eich cefnogaeth, a dymuno Nadolig Llawen a Blwyddyn Newydd Dda i chi!

Dymuniadau gorau gan Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro.

Y Celfyddydau:

CRI Nawr: Cyfnod mewn Amser

Mae CRI Nawr – Cyfnod mewn Amser yn arddangosfa newydd yng Nghapel CRI sy'n cynrychioli cyfnod mewn amser ac yn cynnwys portreadau o aelodau staff a oedd yn barod i gymryd rhan, yn ogystal â'u lluniau eu hunain o CRI. Mae'r ffotograffydd, Lisa-Marie yn crisialu cymeriad a mynegiant ein haelodau staff ymroddedig yn yr arddangosfa hon yn rhan o brosiect a ariennir gan Gyngor Celfyddydau Cymru, Ysbyty Brenhinol Caerdydd: Pobl, Lle, Dyfodol. https://cardiffandvale.art/2021/12/10/cri-now-a-moment-in-time/

Gemau Tecstio i Gleifion

Gyda chefnogaeth Cronfa Loteri'r Staff yn Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, mae'n bleser gan dîm y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles roi prosiect gemau cyntaf Rhaglen y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles ar waith gyda'r Dylunydd Modwlar, Jordan Draper. Os hoffech chi dderbyn rhodd o gêm ar gyfer eich adran ysbyty, cysylltwch â bex.betton@wales.nhs.uk https://cardiffandvale.art/2021/12/13/texting-games-for-patients-launches-with-modular-designer-jordan-draper/

Kyle Legall – Amrywiaeth yn y GIG

Mae tîm y Celfyddydau ar gyfer Iechyd a Lles, gyda chefnogaeth NHS Charities Together drwy Elusen Iechyd Caerdydd a'r Fro, wedi comisiynu'r artist Kyle Legall i gynhyrchu murlun y tu allan sy'n dathlu amrywiaeth a chynhwysiant yng Nghaerdydd a Bro Morgannwg a ledled Cymru. https://cardiffandvale.art/2021/12/14/kyle-legall-diversity-in-the-nhs/