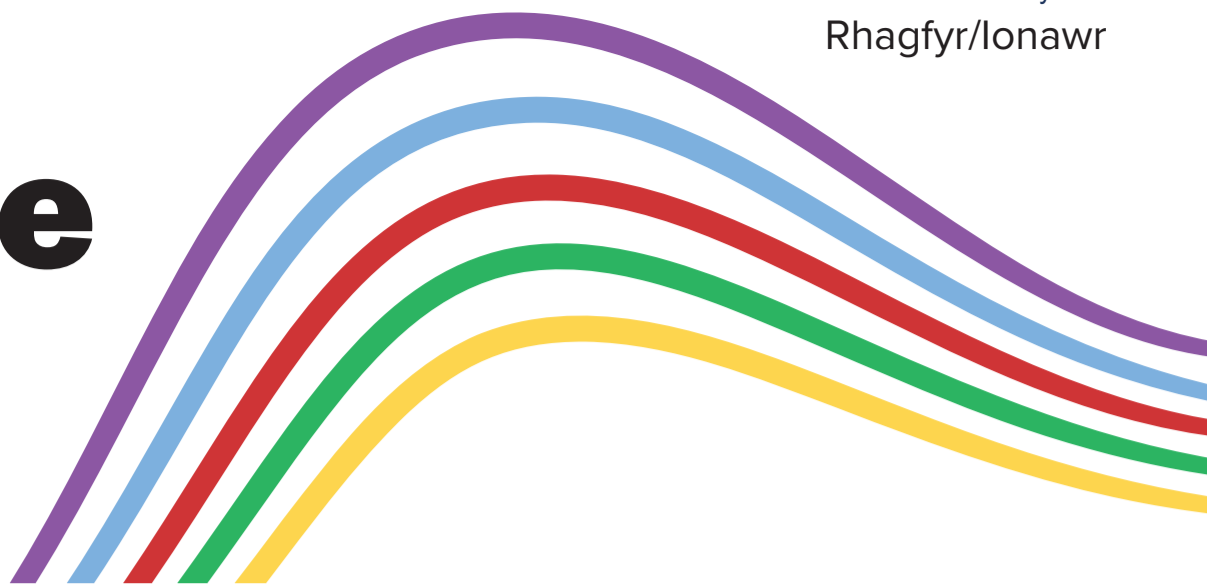


Iechyd y Bae

Papur newydd staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe



Mae'n wrth i Dreforys wrth i Siôn Corn galw am ymweliad rhithwir



Vladyslav Finkelshtein, 10 oed, yn gwenu wrth iddo gwrdd â Siôn Corn a rhai o'i gynorthwyr yn ystod ymweliad rhithwir arbennig ag Ysbyty Treforys.

Efallai ei fod hyd at ei lygaid gefeilliaid yn paratoi ar gyfer y Nadolig, ond roedd Siôn Corn yn dal i ddod o hyd i'r amser i sgwrsio â chleifion ifanc yn Ysbyty Treforys.

Roedd ychydig o hud digidol yn golygu ei fod yn gallu cael cyfarfodydd rhithiol gyda nhw o gysur ei gartref Pegwn y Gogledd. Roedd hyn i gyd diolch i'r cawr technoleg Cisco, sydd wedi dod

â'i raglen Siôn Corn Cysylltiedig i Dreforys ers sawl blwyddyn, ynghyd â gwirfoddolwyr o adran TG Cisco a Bae Abertawe.

Dywedodd Lisa Morgan, cydlynnydd chwarae'r gwasanaethau plant: "Mae'n hyfryd gweld eu hwynebaw. Maen nhw'n cael anrheg hefyd, gyda'r anrhegion a roddwyd gan Cisco, ac maen nhw i gyd yn ei fwynhau'n fawr."

COD BAR SGAN AR GYFER DETHOLIAD O STRAEON IECHYD BAE AR-LEIN



Y TU MEWN I'R RHIFYN HWN...

Mae Bae Abertawe yn chwaraewr blaenllaw mewn treial byd-eang

TUDALEN 4



Mae ein henillwyr Gwobrau Un Bae Ar y Cyd yn berffaith i'r llun!

TUDALEN 6&7

Dyfais fonitro newydd ar gyfer y galon yn lleihau amseroedd aros yn fawr



Uwch ffisiologydd cardiaidd Aled Phillips yn y llun gyda'r ddyfais

Mae dyfais fonitro fach newydd yn cael effaith enfawr ar leihau rhestrau aros gwasanaeth cardioleg Bae Abertawe.

Yn sgil datblygiadau diweddar mewn technoleg, erbyn hyn mae modd creu dyfeisiau monitro mor fach nes bod modd i ffisiolegwyr cardiaidd arbenigol eu chwistrellu dan y croen er mwyn monitro rhythm calon cleifion.

Caiff y ddyfais, sy'n llai na dwy fodfedd o hyd, ei gosod dan y croen trwy ddefnyddio chwistrell.

Mae hyn yn arwain at fanteision lu – i'r cleifion ac i'r GIG fel ei gilydd. Caiff y driniaeth ei gwneud mewn lleoliad cleifion allanol, felly caiff theatrau a meddygon eu rhyddhau ar gyfer triniaethau mwy cymhleth. Yn ogystal â lleihau costau, mae hyn yn rhyddhau gwelyau, oherwydd nid oes yn rhaid i'r

cleifion aros yn yr ysbyty. O ganlyniad i'r gwasanaeth hwn, mae'r amser rhwng atgyfeirio a thrin cleifion wedi lleihau'n sylweddol. Yn sgil hyn, gellir trin pobl yn gyflymach ar ôl eu diagnosisio – ar hyn o bryd, mae cleifion yn cael triniaeth ymhen pythefnos neu dair wythnos, yn hytrach na bron i 60 wythnos o'r blaen. Mae'r gwasanaeth yn trin oddeutu 130 o gleifion bob blwyddyn. Mae modd cadw golwg ar y dyfeisiau cardiaidd hyn a fewnblannir dan y croen o gartrefi'r cleifion. Ar ôl gosod y ddyfais fonitro dan y croen, mae'r claf yn cael dyfais arall y gallant ei defnyddio yn eu cartrefi. Mae'r ddyfais honno'n 'cyfathrebu' gyda'r ddyfais fonitro pan fo'r cleifion wrth ei hymyl, ac yna caiff y darlenniadau eu trosglwyddo i ffisiolegwyr cardiaidd Ysbyty Treforys.

Trowch i dudalen 3



Abi Harris, Prif Weithredwr Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Croeso i'n rhifyn tymhorol o lechyd y Bae, sydd fel erioed, yn arddangos y gwaith gwych a'r arloesi sydd wedi bod yn digwydd ar draws ein bwrdd iechyd.

Yn gyntaf, rwy'n gobeithio bod pawb mynd i fwynhau neu eisoes wedi mwynhau rhywfaint o amser o ansawdd gyda ffrindiau a theulu dros yr ŵyl ac yn edrych ymlaen at y misoedd i ddod wrth i ni gamu ar draws y trothwy i 2025.

Rwy'n gwerthfawrogi bod y Nadolig a'r Flwyddyn Newydd bob amser yn un o'n cyfnodau prysuraf am nifer o resymau ac ar adeg ysgrifennu hwn, rydym yn wynebu pwysau sylweddol ar draws ein system iechyd a gofal gyda galw di-ildio ar wasanaethau a gofal brys.

Fel y gwyddoch yn ddiau, rydym wedi bod yn gweithio'n galed iawn gyda'n partneriaid i liniaru rhywfaint o'r pwysau hwn, gyda phwyslais arbennig ar wella llif gleifion drwy ein system yn sylweddol.

Gwnaethom hefyd apêl uniongyrchol yn ddiweddar ar gyfer teulu a ffrindiau cleifion nad oes angen triniaeth feddygol arnynt fwyach i'n helpu i'w rhyddhau o'n hysbytai aciwt. Fel y cleifion eu hunain, lle bynnag y bo modd, rydym am eu cael yn ôl i gysur a chyneffindra eu hamgylchedd cartref oherwydd i lawer, dyna fydd y lleoliad lle byddant yn gwneud orau ac yn cael y niwed lleiaf.

Mae delio â'r pwysau wrth ein drws ffyrnt yn ymdrech tîm, sy'n cynnwys cydweithwyr o bob rhan o'r system iechyd a gofal, a nifer o'n safleoedd. Gyda'n gilydd, rydym yn canolbwyntio ar sicrhau bod ein cleifion yn cyrraedd y gwasanaeth sydd ei angen arnynt mewn modd amserol - ffocws y byddem ei eisïau ar gyfer ein teuluoedd a'n ffrindiau. Gyda'r pwysau a deimlir mewn rhannau arbennig o'r system, mae cleifion yn aros yn rhy hir - arosiadau hir am drosglwyddo o ambiwlans i ysbyty ac o ysbyty i gartref.

Gwyddom yn iawn fod llif cleifion wedi bod yn

probleml barhaus a rhwystredig i'r GIG cyfan ers cryn amser.

Byddwch hefyd yn gwybod am ein hymrwymiad i roi'r camau gweithredu a nodwyd gan 'her 50 diwrnod' Llywodraeth Cymru ar waith, sef ymgyrch genedlaethol i leihau nifer y cleifion sy'n 'sownd' mewn gwelyau ysbytai aciwt ond sy'n ddigon da i ddychwelyd i'w lleoliad cartref.

n yr un modd, gwyddom nad oes ateb 'bwled arian' i fynd i'r afael â hyn ond yn ddiamau, dyma un o'r rhwystrau mwyaf sy'n ein hwynebu o ran darparu'r gofal gorau posibl i'n cleifion.

Fodd bynnag, y newyddion da yw, mewn gwirionedd rydym wedi gweld eisoes dros yr wythnosau diwethaf beth sydd angen i ni ei wneud ac nid yw'n ddim byd newydd na chymhleth.

Cynhallom Uwchgynhadledd Gofal Brys ac Argyfwng yn gynharach ym mis Rhagfyr, i gael pawb o amgylch y bwrdd gan gynnwys ein cydweithwyr ar flaen y gad i nodi beth sydd wedi bod yn mynd o'i le ar adegau o bwysau mwyaf a'r mesurau a'r arferion sydd mewn gwirionedd yn gwneud gwahaniaeth i helpu i leddfu'r pwysau ac yn ei dro, ysgafnhau'r baich arnom ein hunain a gwella profiad y claf.

Yn fyr, yr hyn sy'n deillio ohono yw mabwysiadu dull Un Bae Ar y Cyd, lle rydym yn ystyried sut mae ein gweithredoedd yn effeithio nid yn unig ar y claf a'n cydweithwyr sydd o'n gwmpas yn uniongyrchol, ond ar ein cydweithwyr ar draws y system gyfan a'r cleifion hynny sy'n sownd ar gefn ambiwlans neu droli yn aros am fynediad.

Rydym bellach yn y broses o ffurfioli ein hymagwedd, gan sicrhau bod gennym ffocws clir fel bod y meddylfryd uchod yn dod yn ail natur ar draws ein timau. Edrychwch am fwy o fanylion am hyn ar ein mewnwydd staff a thrwy fy Neges Canol Wythnos. Gallwch hefyd ofyn i mi amdano yn un o'r sesiynau 'Ask Abi' rheolaidd rydym yn eu cynnal ar Teams. Mae hefyd yn hollbwysig ein bod yn cydnabod bod llif cleifion da 100 y cant yn gyson â gofal da i gleifion.

Os oes angen gwely ysbyty aciwt arnoch chi, yna ysbyty yw'r lle iawn i fod. Os na wneuch chi, yna gall y risg o haint, dad-gyflyru a cholli annibyniaeth gael cantyniadau negyddol difrifol.

Ni ddylai pobl y mae gwir angen eu derbyn ar frys wynebu oedi hir wrth y drws ffyrnt (neu allan yn y gymuned) oherwydd gall yr amseroedd aros hyn eu niweidio. Yn yr un modd, dylai cleifion sy'n

ffit yn feddygol i adael yr ysbyty allu gadael ar amser, neu gallant hwythau gael eu niweidio gan arhosiad hir.

Yn olaf - ac yr un mor bwysig - ni ddylai'r rhai sydd angen gofal heb ei drefnu ond nad oes angen eu derbyn oherwydd y gellir eu rheoli mewn ffordd arall - fod yn dod i'r ysbyty, fel arall gallant gael eu niweidio hefyd.

Rhaid inni hefyd ganolbwyntio'n glir ar leihau achosion o salwch a chyflyrau sy'n cynyddu i'r angen am ofal heb ei drefnu yn y lle cyntaf, gyda phwyslais ar atal ac iechyd y cyhoedd yn fwyfwy blaenllaw yn ein hymagwedd strategol.

Bydd mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd ar draws ein cymunedau yn chwarae rhan sylweddol wrth leihau nifer y bobl y mae angen eu gweld neu eu derbyn i'n hysbytai.

Gwyddom ar draws ardal y bwrdd iechyd, fod gennym lefelau amrywiol iawn o amddifadedd a phrofiadau iechyd.

Felly, sut yr ydym yn gweithio ar y cyd â chymunedau, partneriaid trydydd sector ac awdurdodau lleol i fynd i'r afael â rhai o'r anghydraddoldebau hyn a gwella iechyd a fydd yn allweddol. Gwn fod llawer o enghreifftiau eisoes lle'r ydym yn gwneud hyn, felly bydd yn fater o adeiladu ar ac ehangu rhywfaint o'r gwaith da sydd eisoes yn digwydd yn y misoedd i ddod.

Gwyddom hefyd y bydd gwella gofal wedi'i gynllunio ac arloesi digidol yn gynyddol allweddol i wella gwasanaethau ar gyfer ein cleifion. Er ei bod yn hanfodol sicrhau nad ydym yn gadael aelodau o'n cymuned ar ôl yn yr ymdrech i foderneiddio mynediad i'n gwasanaethau, mae gan ein cydweithwyr gwasanaethau digidol ym Mae Abertawe ac ar draws GIG Cymru rôl allweddol i'w chwarae wrth helpu i drawsnewid llawer o feysydd ein gwasanaethau gwaith, gan gynnwys, er enghraifft, ein strategaeth cleifion allanol, drwy symud i ffwrdd o ddull apwyntiad dilynol awtomatig i un lle gall cleifion â chyflyrau tymor byr hunanfyfeirio o fewn amserlen y cytunwyd arni, pe bai ganddynt symptomau parhaus.

Felly wrth i ni edrych ymlaen at flwyddyn arall a fydd yn anochel yn dod â'i huchafbwyntiau a'i hisafbwyntiau, hoffwn unwaith eto fynegi fy niolch diffuant am eich holl waith caled a'ch ymroddiad a thanlinellu mai dim ond drwy gydweithio y mae hi, gan amgáu ein Un Bae Ar y Cyd y byddwn yn goresgyn ein heriau.

ar gyfer gwirfoddoli. Mae'n fraint i fod yma'r prynhawn yma," meddai. "Mae gwirfoddolwyr yn chwarae rhan mor bwysig yn ein gwasanaeth iechyd, o ran profiad cleifion, o ran y pethau ychwanegol ychwanegol a'r gefnogaeth yn unigol i gleifion ac i staff. Rydym wir yn gwerthfawrogi hynny."

Mae Prif Weithredwr Bae Abertawe, Abi Harris, hefyd wedi talu teyrnged i'r gwirfoddolwyr am y gefnogaeth y maent yn ei darparu i'r bwrdd iechyd, cleifion, ymwelwyr a staff.

"Yn syml, ni allwn roi pris ar y gwerth rydych chi'n ychwanegu, ac rydym ni'n ddiolchgar iawn am eich holl help," meddai. Os oes gennych ddi-ddordeb mewn gwirfoddoli neu sut y gall gwirfoddolwyr eich helpu chi a'ch ardal, cysylltwch â'r Tim Gwirfoddoli: BIPBA. CanolfanGwirfoddoli@wales.nhs.uk

Diolch Nadolig arbennig i wirfoddolwyr gwych

Mae gwaith diflino byddin ymroddedig o wirfoddolwyr Bae Abertawe wedi cael ei gydnabod mewn dathliad arbennig cyn y Nadolig.

Daeth mwy na 100 ohonynt i'r digwyddiad (gweler y llun), gan gynrychioli'r 300 o bobl sy'n gwirfoddoli yn ysbytai'r bwrdd iechyd a chanolfannau eraill yn ardaloedd Abertawe a Chastell-nedd Port Talbot.

Yn ystod y digwyddiad yng Ngwesty'r Village Hotel yn Abertawe, cawsant gyfle i gael pryd o fwyd, perfformiad bywiog gan y Côr Roc, cwis a raffl wobwr am ddim gydag amrywiaeth o wobrau moethus a roddwyd gan fusnesau lleol. Wrth agor y dathliad, y talwyd amdano drwy rodd etifeddiaeth hael, dywedodd Rheolwr Gwasanaethau Gwirfoddolwyr Bae Abertawe, Katie Taylor: "Rydym wir yn gwerthfawrogi popeth rydych chi'n ei wneud.



"Mae'r digwyddiad heddiw yn ymwneud â chi. Mae'n ymwneud â dathlu'r gwahaniaeth y mae gwirfoddolwyr yn ei wneud bob dydd."

Mae Christine Morrell, Cyfarwyddwr Gweithredol Gweithwyr Proffesiynol Perthynol i Iechyd a Gwyddorau Iechyd, hefyd yn arweinydd gweithredol Bae Abertawe

Dyfais fonitro fach newydd yn trawsnewid rhestrau aros y gwasanaeth cardioleg

O'r dudalen flaen

Dewi Thomas, cardiolegydd ymgynghorol, sy'n gyfrifol am y datblygiad cyffrous hwn, ac yntau wedi hyfforddi'r tîm clinigau ffisioleg yn Ysbyty Treforys.

Medd Dr Thomas: "Mae'r dechnoleg hon yn monitro rhythm y galon yn y ffordd orau sydd ar gael inni, ac mae'n rhoi gwybod inni'n awtomatig os bydd rhywbeth yn mynd o'i le ar rythm calon ein cleifion.

"Yn ystod y blynyddoedd diweddar, mae'r ddyfais wedi cael ei gwella a'i gwneud mor fach nes bod modd ei chwistrellu dan y croen yn hytrach na bod angen cynnal llawdriniaeth fach yn un o'n theatrau."

"Yn rhinwedd hyn, rydym wedi gallu symud y driniaeth fewnblanu i leoliad cleifion allanol, lle mae Aled, ein huwch-ffisiolegydd, yn ei chyflawni.

"Mae nifer o fanteision posibl yn perthyn i hyn. Mae wedi lleihau'n fawr yr amser y mae'n rhaid i gleifion aros am un o'r dyfeisiau hyn - yn y gorffennol, roedd cleifion yn cael apwyntiad bob 6 mis i wirio bod y dyfeisiau monitro'n gweithio, ond nawr maen nhw i gyd yn cael eu monitro gartref, felly bydd unrhyw arhythmia yn cael ei weld o fewn 24 awr."

Yn ôl Dr Thomas, mae'r ddyfais - a elwir yn ILR neu'n recordydd dolen mewnbllanadwy - yn canfod arhythmia neu anghysondeb yn rhythm y galon, a allai arwain at lewyg, strôc a rhythmiau calon anghyson peryglus a allai roi pobl mewn perygl o ddi-ddod



marwolaeth sydyn y galon. Ychwanegodd: "Nid y ffordd o osod y ddyfais yw'r peth arloesol, mewn gwirionedd, ond y ffordd rydym wedi creu gwasanaeth dan arweiniad ffisiolegwyr o amgylch hynny."

Yn ôl Aled Phillips, uwch-ffisiolegydd cardiaidd, bu Dr Thomas yn hollbwysig o ran sicrhau bod Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe ymlith y byrddau iechyd cyntaf yng Nghymru i roi'r dull hwn ar waith.

Meddai: "Mae'r arweiniad, yr hyfforddiant a'r cymorth parhaus a gafwyd gan Dr Thomas wedi ein galluogi i roi'r gwasanaeth hwn ar waith yn llwyddiannus ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe.

Cadwodd fy ffitrwydd fi'n fyw, meddai corffluniwr

Mae corffluniwr o Abertawe - a gafodd ei goroni'n Mr Cymru 12 o weithiau - wedi rhannu sut y llwyddodd i oroesi haint ar y galon oedd yn peryglu ei fywyd oherwydd bod ei lefelau ffitrwydd mor uchel.

Nawr mae'n annog eraill i gymryd ffitrwydd o ddfif ac i gofleidio ffordd iach o fyw.

Roedd Neil Andrews mor sâl gyda'r haint ar ei galon nes iddo gael ei gynghori i roi trefn ar ei bethau a pharatoi ei hun ar gyfer y noson waethaf cyn llawdriniaeth fawr ar y galon i achub ei fywyd. Fe wnaeth hyd yn oed recordio neges fideo ar gyfer ei ferch ac ysgrifennu ewyllys.

Diolch byth, fe oroesodd y llawdriniaeth ac ers hynny mae wedi gwella'n rhyfeddol ac o golli 20kg mewn pwysau yn ystod arhosiad a barodd ddau fis a hanner yn yr ysbyty, mae wedi mynd yn ei flaen i fod yn gorffluniwr proffesiynol.

Dywed staff canolfan y galon yn Ysbyty Treforys mai ei ffitrwydd corfforol oedd y sail i'w adferiad rhyfeddol.

Penderfynodd Neil, a enillodd ei deitlau Mr Cymru fel corffluniwr amatur, rannu ei stori er mwyn diolch i staff Bae Abertawe a achubodd ei fywyd ac i dynnu sylw at bwysigrwydd cadw'n heini wrth wella o salwch.

Allwn ni i gyd ddim bod yn gorfflunwyr wrth gwrs - ond

mae'r cyngor ynglŷn â chymryd camau gweithredu cadarnhaol i gadw'n ffit ac yn iach yn gyngor i bawb. "Rydych chi'n meddi'r hyn a heuwch, yn ddyddiol. Os gofalwch chi am eich iechyd a'ch corff, bydd yn gofalu amdanoch chi," meddai Neil.

Wrth gofio ei salwch sydyn yn ôl ym mis Mawrth 2022, dywedodd y gŵr 45 oed o Abertawe: "Dihunais i ar ddydd Sul ac ro'n i'n crynu'n afreolus. Ro'n i'n meddwl mai'r fflui neu feirws oedd arna i. Gwisgais i a mynd allan gyda'r teulu ond by rhaid i mi droi'r car yn ôl gan fy mod i'n teimlo mor flinedig.

"Cefais fy nerbyn i Ysbyty Singleton. Gwnaethon nhw bob math o brofion. Ro'n nhw'n meddwl efallai mai llid yr ymennydd oedd arna i i ddechrau. Tynnon nhw hylif o'r meingefn dair gwaith a daethon nhw'n ôl yn negyddol. Anfonon nhw fi adref ond ces i alwad ffôn yn dweud wrtha i am ddod yn ôl ar unwaith, ro'n nhw wedi canfod bacteria yn fy ngwaed. Es i i'r uned gofal dwys fy lladd oethau'n raddol."

Dim ond canmoliaeth sydd ganddo i'r rhai fu'n ei helpu. Meddai: "Roedd y staff anhygoel. Alla i ddim canmol digon arny'n nhw. Gwnaethon nhw achub fy mywyd. A dweud y gwir, ar ôl deufis a hanner, do'n i ddim eisïau mynd adref. Ro'n i'n teimlo'n saff ac yn ddiogel."



O'r chwith i'r dde: Vincenzo Cianci (Uwch Gymrawd Clinigol Llawfeddygaeth y Galon), Atzar Zaidi (Llawfeddyg Cardiothoracig Ymgynghorol a Chyfarwyddwr Clinigol), Neil Andrews, Sammy Bradley (Prif Nyrs Clinig Cyn Derbyn)

"Mae'n driniaeth ddatblygedig ar gyfer ein proffesiwn.

"Nid yw'n rhywbeth a gaiff ei wneud fel mater o drefn gan ffisiolegwyr cardiaidd - fel arfer, caiff ei wneud gan feddygon.

"Dyma ddyfais fonitro y gellir ei chwistrellu dan y croen. Caiff y ddyfais ei gosod yn ei lle trwy ddefnyddio "chwistrell" ac mae'n gorwedd dan haen y croen dros y galon.

"Mae'r ddyfais ei hun oddeutu 45mm o hyd, 5mm o led a 3mm o drwch - teirgwaith yn llai na'i rhagflaenydd.

"Dyma rywbeth ychwanegol y gallwn ei wneud i helpu gydag amseroedd aros, costau a diogelwch/canlyniadau cleifion."

"Mae'r gwasanaeth hwn wedi lleihau nifer y cleifion sy'n ymweld â'r ysbyty, oherwydd caiff y gwaith monitro dilynol ei wneud o gartref y claf trwy ddefnyddio dyfais bwrpasol. Golyga hyn nad oes yn rhaid i gleifion fynd i'r ysbyty mwyach ar gyfer apwyntiadau rheolaidd."

Hefyd, mae Aled yn ategu barn Dr Thomas bod y datblygiad technolegol wedi bod o fudd i bawb.

Meddai: "Mae'n caniatáu i feddygon fynd i'r afael â thriniaethau cymhleth yn y labordy cathetr, gan symud y driniaeth hon i leoliad cleifion allanol - mae hyn yn cynyddu cydyffuriaeth ac mae'n llai brawychus i gleifion."

ymgynghorydd, Mr Zaidi. Dywedodd nad oedd yn gwybod sut ro'n i'n fyw. Dywedodd bod methiant aciwt ar fy nghalon ers pythefnos, ond gan fy mod i mor ffit ac chryf yn gorfforol, ro'n i'n dal yn fyw.

"Dywedodd bod gyda nhw wyth awr i geisio gwneud rhywbeth neu fyddwn i ddim yn gweld wyth awr arall. Cynghorodd fi i roi trefn ar fy mhethau oherwydd nad oeddwn i'n dda o gwbl."

"Recordiais i fideo ar gyfer fy merch ac ysgrifennu fy ewyllys ar fy ffôn. Aethon nhw â fi i lawr i gael llawdriniaeth fore drannoeth. Do'n i wir ddim yn meddwl y byddwn i'n goroesi."

Does dim syndod, o ystyried ei ymroddiad i'w gamp, bod Neil wedi mynd ati'n llawn brwdfrydedd i droedio'r llwybr hir tuag at adferiad.

Meddai: "Roedd llawer o uchelfannau ac iselfannau i mi. Yn gorfforol, ro'n i wedi colli 20kg (dros 3 stôn) o bwysau. Roedd rhaid i mi ddyysgu cerdded eto.

"Ymadfer oedd popeth wedi hynny. Dechreuais i drwy gerdded i ben draw'r ward. Wedyn, bues i'n cerdded i ben draw'r coridor. Wedyn byddwn i'n cerdded i'r brif dderbynfa. Wedyn byddwn i'n cerdded allan o'r ysbyty ac o amgylch y perimedr bob dydd. Bob dydd, fe welodd pethau'n raddol."

Dim ond canmoliaeth sydd ganddo i'r rhai fu'n ei helpu. Meddai: "Roedd y staff anhygoel. Alla i ddim canmol digon arny'n nhw. Gwnaethon nhw achub fy mywyd. A dweud y gwir, ar ôl deufis a hanner, do'n i ddim eisïau mynd adref. Ro'n i'n teimlo'n saff ac yn ddiogel."

Bae Abertawe yn chwaraewr blaenllaw mewn treial byd-eang sy'n newid y gêm

Mae treial byd-eang yr oedd Abertawe'n chwaraewr blaenllaw ynddo wedi newid y gêm gyda thriniaeth ar gyfer math arbennig o ganser.

Mae dadansoddiad o dreial clinigol a ddefnyddiodd gyfuniad o gyffuriau i drin melanoma metastatig, neu ganser y croen oedd wedi lledaenu o amgylch y corff, yn dangos bod bron i hanner y cleifion yn goroesi am 10 mlynedd neu fwy.

Mae hynny'n cymharu â 2011 pan mai chwe mis a hanner yn unig oedd y cyfnod goroesi.

Roedd y Sefydliad Canser yn Ysbyty Singleton yn un o'r safleoedd o gwmpas y byd fu'n cymryd rhan yn y treial, o'r enw CheckMate 067, yn 2013-14.

Roedd yn golygu defnyddio dau gyffur imiwntherapi yn hytrach na chemotherapi, ac fe gafwyd canlyniadau anhygoel.

I'r oncolegydd meddygol Yr Athro John Wagstaff, sydd wedi ymdddeol o'r Sefydliad Canser erbyn hyn, mae'r canlyniadau'n golygu ei fod wedi diweddau ei yrfa ar uchafbwynt.

"10-15 mlynedd yn ôl, roedden ni'n defnyddio cemotherapi i drin melanoma metastatig a doedd hynny ddim yn driniaeth dda iawn o gwbl mewn gwirionedd," meddai.

"Dim ond tuag un o bob pump o bobl fyddai'n gweld y melanoma'n lleihau. Y cyfnod goroesi ar gyfartaledd oedd tua wyth neu naw mis a doedd fawr neb yn goroesi am fwy na dwy flynedd. Roedd yn afiechyd gwirioneddol wael i'w gael.

"Rydym yn gwybod ers 30 mlynedd bod y system imiwnedd yn ceisio cadw'r melanoma dan reolaeth. Ond dyw'r system ddim yn dda iawn am wneud hynny ei hun.

"Dechreuodd y cwmnïau cyffuriau ddatblygu meddyginiaethau newydd sy'n gweithio drwy hybu system imiwnedd y corff.

"Yn y bôn, cafodd dau brif gyffur eu datblygu. Un o'r rheiny oedd cyffur o'r enw Ipilimumab, a gafodd ei brofi mewn treialon clinigol.

"Cynhaliwyd dadansoddiad o'r holl dreialon clinigol oedd wedi'u cynnal, oedd â bron i 5,000 o gleifion yn fyd-eang.

"Dangosodd hynny y byddai'r cyffur hwnnw ar ei ben ei hun yn cael rheolaeth o'r melanoma hyd at 10 mlynedd mewn tuag 20 y cant o gleifion.

"Dyna oedd y tro cyntaf mewn gwirionedd y dangoswyd y gallai cyffur sy'n gweithio drwy'r system imiwnedd roi manteision o ran goroesi hirdymor i gleifion."

Y cyffur nesaf i gael ei ddatblygu oedd un o'r enw Nivolumab. Bryd hynny, 10 mlynedd yn ôl, nid oedd unrhyw ganlyniadau hirdymor gan y cyffur hwnnw ar ei ben ei hun.

Yn y treial 067, cafodd y cleifion eu rhannu'n dri grŵp. Derbyniodd un grŵp Ipilimumab, a oedd yn driniaeth safonol ar y pryd. Cafodd ail grŵp Nivolumab ar ei ben ei hun a chafodd trydydd grŵp y ddau gyffur gyda'i gilydd.

Yr Athro John Wagstaff, yn y llun gyda Maria Johnstone, yr unig nyrs ymchwil yn y Sefydliad Canser fu'n gweithio ar y treial clinigol o'r dechrau i'r diwedd



"Roedd ychydig llai na 1,000 o gleifion yn y treial hwnnw, yn fyd-eang," meddai'r Athro Wagstaff.

"Roedd pum canolfan yn y Deyrnas Unedig yn cymryd rhan. Gwnaethon ni recriwtio 17 o gleifion o bob rhan o Gymru, ac un o Loegr. Ni oedd y pumed neu'r chweched ganolfan o ran niferoedd a gafodd yr recriwtio yn y byd ac rydw i'n gydaudur ar yr holl gyhoeddiadau sydd wedi'u cyhoeddi am y treial.

"Roedd yn dreial a recriwtiodd yn eithriadol o gyflym yn fyd-eang, ac roedd y canlyniadau'n eithaf trawiadol. Gyda'r driniaeth gyfunol, roedd y cyfraddau crebachu i fyny i tua 65 y cant.

"Ac wedyn, wrth i amser fynd heibio, daeth yn amlwg bod y seibiau yn yr afiechyd roedden ni'n eu gweld gyda'r triniaethau hyn yn llawer gwell na'r hyn roedden ni'n ei weld cyn hynny.

Bum mlynedd ar ôl y treial, dangosodd dadansoddiad bod 53 y cant o'r cleifion a dderbyniodd y cyfuniad o gyffuriau yn dal yn fwy. Gydag Ipilimumab yn unig, tua 23 y cant oedd y ffigwr.

Bum mlynedd ar ôl y treial, dangosodd dadansoddiad bod 53 y cant o'r cleifion a dderbyniodd y cyfuniad o gyffuriau yn dal yn fwy. Gydag Ipilimumab yn unig, tua 23 y cant oedd y ffigwr.

Yn gynharach eleni, dangosodd y dadansoddiad 10-mlynedd bod 43 y cant o'r cleifion gafodd y driniaeth gyfunol yn dal yn fwy. "Un o'r pethau eraill pwysicaf ynglŷn â'r treial hwn ydy ein bod ni wedi

edrych ar yr holl gleifion oedd yn rhydd o'r afiechyd dair blynedd wedi iddyn nhw ddechrau'r driniaeth ac edrych ar beth oedd wedi digwydd iddyn nhw wedi 10 mlynedd," meddai'r Athro Wagstaff.

"A dim ond tri y cant o'r cleifion oedd wedi gwella wedi tair blynedd fu farw o felanoma erbyn 10 mlynedd. Felly does neb fwy neu lai wedi gweld eu melanoma'n ailgydio rhwng tair blynedd a deng mlynedd. Mae hyn yn awgrymu bod y bobl hyn wedi cael gwellhad llwyr

o'u melanoma metastatig. Felly, rydyn ni wedi mynd o sefyllfa ble roedd gyda chi ganser oedd yn weddol gyson farwol i un ble rydyn ni'n gwella ychydig llai na hanner y cleifion."

Mae'r adroddiad i'r canlyniadau wedi 10 mlynedd wedi'i gyflwyno mewn cynhadledd cancer Ewropeaidd fawr yn Barcelona a'r canlyniadau wedi'u cyhoeddi yn y New England Journal of Medicine.

Disgrifiodd yr Athro Wagstaff hyn fel newyddion rhagorol i gleifion, oedd wedi newid y driniaeth ar gyfer melanoma yn fyd-eang.

"Mae'n debyg rywsut i gleifion gyda chanser y ceilliau yn y 1980au neu'r 1990au pan ddechreuon ni drin y cleifion hynny gyda chemotherapi'n seiliedig ar blatinwm am y tro cyntaf," meddai.

"Roedd canser y ceilliau yn arfer bod, eto, yn afiechyd yr oedd pobl yn marw ohono yn gyflym iawn, iawn unwaith yr oedden nhw wedi cael diagnosis o afiechyd metastatig. Gyda chemotherapi sy'n seiliedig ar blatinwm, rydych chi'n gwella 80 y cant o'r cleifion. Dyna'r math o newid sylfaenol rydyn ni'n ei weld gyda'r driniaeth hon. Y peth diddorol ydy, melanoma oedd y canser cyntaf i'r triniaethau hyn gael eu profi arno ond ers hynny, mae treialon clinigol wedi bod gyda chanser yr ysgyfaint o fath celloedd mwy, gyda chanser yr arenau, ystod eithaf eang o ganserau, ac mae'r driniaeth hon yn effeithiol mewn amrywiaeth eang o ganserau eraill hefyd.

"Buon ni'n rhan o dreial gyda chanser metastatig yr arenau yn defnyddio'r un driniaeth. Dydy'r driniaeth ddim yn gweithio i'r un graddau'n union gyda chanser yr arenau ond rydych chi'n cael goroesi hirdymor mewn tua thraean o'r cleifion."

Cafodd y Sefydliad Canser ei adeiladu yn dilyn apêl elusenol £1 miliwn a gynhaliwyd ar y cyd â'r South Wales Evening Post, gan arwain at agor Canolfan Ganser De Orllewin Cymru yn 2004.

Mae'r Ganolfan yn darparu'r seilwaith ar gyfer tîm cyflawni ymchwil y Sefydliad, ynghyd â chlinigwyr canser a haematoleg, er mwyn cynnal amryw o dreialon ar lefelau'r Deyrnas Unedig a byd-eang. Yn gynharach eleni, symudodd y Sefydliad i'w gartref newydd a adeiladwyd yn bwrpasol ar ei gyfer, canolfan benodol ar gyfer treialon clinigol ochr yn ochr â'r Uned Dydd Cemotherapi ar Ward 9 yn Ysbyty Singleton. Mae cyllid gan Lywodraeth Cymru, drwy Rwydwaith

Mynd y Filtir Ychwanegol ar gyfer Canser... dyma rai o'r cyfraniadau anhygoel rydym wedi'u derbyn hyd yma



Y chwiriwyd Emma Phillips a Rachel Bennett gyda'u sicr i'r Uned Dydd Cemotherapi.



Y chwiriwyd Clare Hanley ac Alison Davies, eu llysfam Carol Catley a rheolwr yr UDC Sue Rowland.



Mrs Mrs Diamond gyda'r ymchwilydd radiotherapi Jonathan Helbrow a'r ymgynghorydd oncoleg clinigol Dr Sarah Gwynne.



Yn y llun o'r chwith: Arwyn Taylor, Andrea Jones, ymgynghorydd radiograffeg dan hyfforddiant Rebecca Lloyd, Peter Guy ac Alison Sandy.



Yn y llun o'r chwith i'r dde: Richard Diplock, Brianna Maier, Therapydd Galwedigaethol (ThG), Jo Parry, Ffisiiotherapydd, Leanne Thomas, Therapydd Galwedigaethol Arweiniol Tim Macmillan, Rhodri Johnson, Ffisiiotherapydd Arbenigol, Kimi Esley, Ffisiiotherapydd, Wendy Taylor, myfyrwr ThG, Sophie Kirby, Ffisiiotherapydd Arweiniol Tim Macmillan, Alison Parkins, Technegydd ThG, Rachel Cusano, Technegydd ThG, Victoria Edwards.



Yn y llun o'r chwith: Sue McCauley, Lynda Jenkins, Menna Hughes a rheolwr yr Uned Dydd Cemotherapi Sue Rowland.

Ers ei lansio ym mis Medi, mae ein hapêl codi arian Mynd y Filtir Ychwanegol ar gyfer Canser wedi gweld straeon anhygoel am ein cymunedau lleol yn rhoi rhywbeth yn ôl am y gofal a'r tosturi a ddangoswyd gan staff Bae Abertawe.

Cafodd yr apêl ei lansio er mwyn codi £200,000 i Ganolfan Ganser De Orllewin Cymru a leolir yn Ysbyty Singleton, sy'n darparu gofal o'r radd flaenaf i filoedd o gleifion o ardaloedd byrddau ieuchyd Bae Abertawe a Hywel Dda. Mae'n cyd-fynd ag ugeinfed pen-blwydd y ganolfan ac yn cael ei chynnal gan Elusen Iechyd Bae Abertawe.

Ac mae'r apêl yn sicr wedi cydio yng nghalonau llawer o bobl ar draws ein rhanbarth wrth i unigolion a theuluoedd fwrw ati i godi arian, a hynny'n aml er cof am rywun annwyl a oedd wedi derbyn triniaeth yn y ganolfan, drwy ymgymryd ag amrywiaeth eang o heriau a gweithgareddau.

Mae lluniau o rai o'r straeon codi arian hyn uchod, ac mae'r apêl wedi hedfan o'r cychwyn. Yn y llun uchaf ar y chwith, mae'r chwiriwyd Emma Phillips a Rachel Bennett, a gododd £5,000 i ddiolch i staff y ganolfan wedi i Emma gael diagnosis o ganser y fron y llynedd. Aeth y ddwy chwaer ddeinamig i'r afael

ag amrywiaeth eang o weithgareddau codi arian, o gasglu arian mewn bwceid mewn archfarchnad i werthu pâr o esgidiau a chrys rygbi a gyfrannwyd gan arwr Cymru, Leigh Halfpenny.

Bu pâr arall o chwiriwyd, Alison Davies a Clare Hanley, yn cerdded 300,000 o gamau yr un mewn mis i godi £1,400 i Uned Dydd Cemotherapi'r ganolfan er cof am eu tad, David Catley, a fu'n derbyn triniaeth am ganser y bledren yn y ganolfan.

Yn y llun uchaf ar y dde wedyn, mae cyfraniad arall o £1,400 a wnaed gan gyn-chwaraewr rygbi Cymru, Richard Diplock a'i deulu er cof am ei fam annwyl, Ann.

Aeth Ann yn wael yr adeg yma'r llynedd a chafodd ei derbyn i ward 12 yn Singleton. Bydd yr arian a godwyd gan deulu rhyfeddol Diplock yn talu am gyfarpar adsefydlu i'w ddefnyddio ar y ward.

Ac yna yn y gwaelod ar y chwith, mae'r cwpl o Abertawe, June a John Diamond, a gododd £2,000 i'r ganolfan wedi i John dderbyn triniaeth am ganser yr oesoffagws. Mae'r cwpl wedi gofyn am i'r arian a

godwyd fynd tuag at dalu am ymchwil yn y ganolfan, y bydd cleifion a'u teuluoedd yn elwa ohono ryw ddydd. Yn y canol yn y gwaelod, mae cyfraniad o £1,000 gan drefnwyr Carnifal Waunarlwydd, a ddaeth yn rhannol oherwydd i un o aelodau pwyllogr y carnifal, Peter Guy dderbyn triniaeth lwyddiannus gan y ganolfan. Ac yn ôl, yn y gwaelod ar y dde, rhoddodd garddwy'r hael o Fro Gŵyr gyfraniad

o £6,000 er cof am un ohonyn nhw. Bob blwyddyn, bydd rhai o drigolion Llanmadog a Cheriton yn agor eu gerddi i ymwelwyr er mwyn codi arian i achosion da amrywiol.

Yn eu plith roedd Roger a Menna Hughes, a oedd â chysylltiadau agos hefyd â chôr cymysg Cantorion Llanmadog.

Yn dref iawn, bu farw Roger ym mis Gorffennaf, flwyddyn wedi iddo gael diagnosis o ganser y pancreas. Felly drwy ymdrech lew, bu'r garddwy'r, y côr a galarwyr yn angladd Roger yn codi arian i Ganolfan Ganser De Orllewin Cymru.

I gael gwybod popeth y mae angen i chi ei wybod am ein hymgyrch Mynd y Filtir Ychwanegol a threfnu eich digwyddiad neu her codi arian eich hun efallai, sganiwch y cod QR uchod.



cyflawni ymchwil y Sefydliad, ynghyd â chlinigwyr canser a haematoleg, er mwyn cynnal amryw o dreialon ar lefelau'r Deyrnas Unedig a byd-eang. Yn gynharach eleni, symudodd y Sefydliad i'w gartref newydd a adeiladwyd yn bwrpasol ar ei gyfer, canolfan benodol ar gyfer treialon clinigol ochr yn ochr â'r Uned Dydd Cemotherapi ar Ward 9 yn Ysbyty Singleton. Mae cyllid gan Lywodraeth Cymru, drwy Rwydwaith

Ymchwil Canser Cymru i ddechrau, ac erbyn hyn gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, wedi cefnogi twf ymchwil cancer yn y bwrdd ieuchyd. Gall fod 30 treial ar y gweill ar yr un pryd. Mae llawer ohonynt wedi arwain at gamau enfawr ymlaen gyda thriniaethau canser, gyda llwyddiant Abertawe yn recriwtio cleifion yn golygu ei bod yn un o brif safleoedd y Deyrnas Unedig. Cyrhaeddodd Yr Athro

Wagstaff Abertawe yn 2003 fel rhan o ddatblygiad Ysgol Feddygol Abertawe. "Pan ddles i yma gyntaf, doedd fawr ddim yn digwydd o gwbl o safbwynt treialon clinigol," meddai. "Nawr rydyn ni'n cael ein hystyried, yn sicr o ran melanoma a chanser yr arenau, yn un o brif ganolfannau'r Deyrnas Unedig a hefyd yn cael ein cydnabod yn rhyngwladol."

Pob un yn enillydd... dangoswch eich



Enillydd, Gwobr Gwella Bob Amser: Datblygu system i sicrhau gwelliannau parhaus mewn gwasanaethau i deutoedd ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe - Y Tim Therapi Galwedigaethol Pediatrig.



Enillydd, Gwobr Gofalu am ein Gilydd: Iechyd Galwedigaethol a Lles Staff - sesynau Camau at Les.



Enillydd, Gwobr Cyweithio: Gweithio ar draws ffiniau i wella lles i blant a Phobl Ifanc.



Enillydd, Gwobr Ymroddiad i Ymchwil a Datblygu: Datblygu offer i gefnogi cleifion a staff yn y maes Radioleg.



Enillydd, Clinigdydd y Ffwrddyn: Angharad Ladd, Ymarferydd Ffisiotherapi Uwch.



Enillydd, Gwobr Datblygu ein Compact Partnership: Y Tim Amlddysgyblaethol Therapi Gwrthficrobaidd Parentrol Allanol.

Cafodd gwobrau staff Bae Abertawe eu hailwampio eleni – brand newydd ar gyfer 2024 a fformat gwahanol i ddisodli ein noson draddodiadol o ddathlu.

Cafodd y Gwobrau Byw ein Gwerthoedd eu troi'n Wobrau Staff Un Bae ar y Cyd; ac oherwydd pwysau ariannol, yn anffodus bu'n rhaid canslo'r achlysur gwobrwyo mawr eleni.

Ond er gwaethaf y siomedigaeth na fu modd cynnwys unrhyw ddathliad yn ein calendr, llwyddodd ein Gwobrau Staff Un Bae ar y Cyd i ennyn brwdfrydedd mawr. Yn wir, cafwyd mwy na 6,800 o bleidleisiau gan gydweithwyr ledled ein sefydliad, gan ein helpu i bennu'r enillywyr.

Mae'r gwobrau'n cydnabod llu o brosiectau, syniadau, datblygiadau arwain a gwelliannau gwyach sydd wedi ategu gofal ein cleifion dros y 12 mis diwethaf.

Bob blwyddyn, mae'r gwobrau'n arddangos ymroddiad a gwaith gwyach o bob cwr o Fae Abertawe, gan dynnu sylw at ein hangerdd cyffredin i ddarparu gofal a chymorth o'r radd flaenaf i'n cleifion a'n cymunedau lleol. Gan na chynhaliwyd achlysur arbennig i ddathlu llwyddiant ein henillywyr, bu Gwobrau Staff Un Bae ar y Cyd ar gwrwydr.

Ymwelodd ein tîm uwch-reolwyr â'n prif safleoedd er mwyn cyflwyno gwobrau a diolchiadau twymgalon i enillywyr mewn 15 o gategoriâu.

Mae'r lluniau ar y tudalennau hyn yn cynnwys yr holl staff y cyflwynwyd eu gwobrau iddynt wyneb yn wyneb. Bydd Omobola Akinade (cyd-enillydd y Wobr Rhagoriaeth mewn Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Pherthyn) a Hannah Thomas (cyd-enillydd y Wobr Iaith Gymraeg) yn cael eu gwobrau ar wahân. Llonyfarchiadau i bawb!

gwerthfawrogiad i Wobrau Un Bae Ar y Cyd



Cyd-enillywyr, Gwobr Rhagoriaeth mewn Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Pherthyn (gydag Omobola Akinade, nad oedd ar gael): Cyflogi Nyrsys BAME mewn swyddi bandiau uwch, cadw staff rhyngwladol sydd newydd eu recriwtio.



Enillydd Anrhydedd Pen-blwydd y Brenin: Dr Nistor Becla MBE.



Enillydd, Arweinyddiaeth sy'n Byw ein Gwerthoedd: Jayne Shevlin.



Enillydd, Gwobr Starad yn Docturiai: Lorraine O'Leary, gwella mynediad at wasanaethau Iechyd rhywiol ar gyfer poblogaethau agored i niwed.



Enillydd, Gwobr Cynaliadwyedd mewn Gofal Iechyd: Amaethyddiaeth a Gefnogr gan y Gmuned Cae Felin.



Enillydd, Gwobr y Celfyddydau mewn Iechyd: Prosiect Llŷfregi y Pethau.



Enillydd, Gwobr Pobl Hanfodol (staff anghifnogi): Julie Mock.



Enillydd, Gwobr Gwirfoddolwr y Ffwrddyn: Sharon Harvey-Lewis.



Cyd-enillywyr, Gwobr Iaith Gymraeg: Yngorffori'r Gymraeg yn y Gwasanaeth Syndrom Coluddyn Llidus Deletig a Hannah Thomas (nid yw Hannah yn y tîm).

Bydd eich barn yn helpu i lywio ansawdd gwasanaethau mamolaeth a newyddenedigol ym Mae Abertawe

Caiff staff a theuluoedd sydd wedi defnyddio gwasanaethau mamolaeth y Bwrdd eu hannog i ddweud eu dweud er mwyn helpu i lywio ansawdd gwasanaethau mamolaeth a newyddenedigol yn ardal Abertawe.

Fel aelod staff, efallai eich bod chi neu aelod o'ch teulu wedi defnyddio'r gwasanaeth. Mae'r Adolygiad Annibynnol o Wasanaethau Mamolaeth a Newyddenedigol yn galw ar fenywod a'u teuluoedd i rannu eu profiadau. Fel rhan o'r Adolygiad, a lansiwyd fis Rhagfyr diwethaf, mae aelodau'r tîm ymgysylltu wedi bod hwnt ac yma yn y gymuned yn gwahodd menywod a theuluoedd i siarad gyda nhw. Y mis diwethaf, cynhaliwyd y seminar ar-lein gyntaf o blith tair.

Felly, gallwch gysylltu â'r tîm yn uniongyrchol neu gallwch gofrestru i gymryd rhan mewn gweminar ar-lein 45 munud a gynhelir ym 13 Ionawr, yn unswydd ar gyfer staff.

Yn ystod y seminar hon, bydd aelodau'r tîm yn esbonio proses yr Adolygiad tra'n trafod sut y gallwch rannu hanesion a chyflwyno gwybodaeth werthfawr – rhywbeth sy'n



hollbwysig o ran helpu i lywio dyfodol gofal mamolaeth a newyddenedigol ledled y rhanbarth. Hefyd, ceir cyfle i ofyn cwestiynau, yn gyhoeddus ac yn breifat.

Cynhelir y seminar staff ddydd Mawrth 14 Ionawr, 12.30 – 1.15pm.

I gofrestru ar gyfer y digwyddiadau, sganiwch y cod QR neu ewch i: www.nicheconsult.co.uk/swansea-maternity-and-neonatal-review/#latest-news

Medd Ken Sutton o'r Adolygiad Annibynnol o Wasanaethau Mamolaeth a Newyddenedigol:

“Byddem yn annog ein cydweithwyr yn y Bwrdd Iechyd i ymuno â'r seminar ar-lein bwrpasol hon, lle cynigir cyfle anffurfiol i ddyddu am yr Adolygiad. Ein gobaith yw y bydd hefyd yn eich hannog i rannu gwybodaeth, er mwyn galluogi rhagor o fenywod a theuluoedd sydd wedi defnyddio'r gwasanaeth i rannu eu profiadau.

“Deallwn y bydd yn well gan rai menywod gael sgwrs gyfrinachol ac rydym i'w hannog i anfon e-bost atom i'w cyfeiriad hwn: swanseamaternityreview@nicheconsult.co.uk.”

Comisiynwyd yr Adolygiad er mwyn sicrhau bod gan y cyhoedd hyder yn y gofal a ddarperir gan wasanaethau mamolaeth a newyddenedigol y Bwrdd Iechyd. Mae'r Adolygiad yn parhau i weithio gyda phobl sydd wedi defnyddio gwasanaethau mamolaeth a newyddenedigol Bae Abertawe yn ddiweddar, ynghyd â staff a rhanddeiliaid eraill, a chaffib pob un ohonynt eu gwahodd i rannu eu profiadau. Disgwylir y bydd adroddiad yr Adolygiad yn cael ei gyhoeddi yn ystod haf 2025. Mae'r Adolygiad yn ystyried tri maes hollbwysig, sef: canlyniadau clinigol, profiad cleifion a staff, a dulliau arwain a llywodraethu.



Tim Cymorth Rheoli Mynediad i Gleifion Bae Abertawe, o'r chwith: Tom Phillips, Rheolwr Ansawdd Data Mynediad i Gleifion, Rachel Griffiths, Dirprwy Bennaeth Perfformiad a Thrawsnewid, Marnie Lake, Pennaeth Perfformiad a Thrawsnewid a Michael Newell, Rheolwr Mynediad i Gleifion.

Potensial PAMS i wella mynediad cleifion at ofal

Bob blwyddyn, rydym yn darparu gofal wedi'i gynllunio i filoedd o gleifion ym Mae Abertawe a thu hwnt. Ar hyn o bryd, mae mwy nag 89,000 o gleifion yn aros am driniaeth, ac mae bron i 150,000 o gleifion ar ein rhestrau aros ar gyfer apwyntiadau dilynol.

Y tu ôl i'r holl apwyntiadau hyn ceir cyfres gymhleth o gamau a phrosesau. Er bod pethau'n mynd rhagddynt yn ddidrafferth gan amlaf, gyda chleifion yn cael eu gweld ar amser, gall oedi neu anffawd ddod i ran y trefniadau hefyd. Yn ogystal ag arafu siwrnai cleifion ar hyd eu llwybr gofal, gan arwain at ganlyniadau gwaeth yn aml, mae digwyddiadau o'r fath hefyd yn gwastraffu adnoddau prin y GIG.

Hanfod mynediad effeithiol at ofal yw canfod y ffyrdd mwyaf effeithlon a threfnus o sicrhau bod cleifion yn cael y gofal da y maent ei angen, pan fônt ei angen – o'r adeg y caiff y claf ei atgyfeirio, hyd at fod yn glaf allanol, cael triniaeth, ac wedyn, gofal parhaus os bydd angen.

Mae mynediad cleifion at ofal yn cwmpasu materion eang, yn cynnwys prosesau a gweithdrefnau gweinyddol, rheoli amseroedd aros, y ffordd orau o ddefnyddio ein systemau digidol a'r modd rydym yn cyfathrebu gyda chleifion a gweithwyr proffesiynol gofal iechyd.

Caiff y materion hyn eu llywodraethu gan reolau a elwir yn amseroedd aros Rhwng Atgyfeirio a Thriniaeth, ynghyd â pholisïau a thargedau cysylltiedig eraill a all gael eu gosod gan y bwrdd iechyd neu ar lefel genedlaethol. Caiff pob bwrdd iechyd ei bwysu a'i fesur o ran pa mor dda y mae'n bodloni'r rheolau hyn.

Beth yw'r Tim Cymorth Rheoli Mynediad Cleifion – neu PAMS?

Fel gweithwyr proffesiynol gofal iechyd, rydym yn ymfalchio yn y gofal a roddwn i'n cleifion.

Mae sicrhau bod cleifion yn cael mynediad di-dor a threfnus at ofal yn rhan hanfodol o ddarparu gofal o'r radd flaenaf.

Sefydlwyd PAMS yn benodol i gynorthwyo ein staff i wella mynediad cleifion at ofal.

Byddwn yn gynorthwyo timau i droi eu cefn ar arferion hen ffasiwn, llai effeithlon, gan eu helpu i ddyddu sgiliau newydd a ffyrdd newydd o weithio.

Gyda'n gilydd, byddwn yn gwella mynediad cleifion at ofal trwy wella'r canlynol:

- Polisiâu: Sicrhau bod prosesau pob tîm yn cyd-fynd â'r rheolau Rhwng Atgyfeirio a Thriniaeth
- Hyfforddiant: Sicrhau bod staff ledled y Bwrdd Iechyd yn deall y rheolau Rhwng Atgyfeirio a Thriniaeth a sut i'w rhoi ar waith yn eu rolau beunyddiol
- Data: Sicrhau bod iechyd ein sefydliad yn amlwg i bawb, er mwyn i dimau allu cael gafeal ar yr wybodaeth y byddant ei hangen i ddeall sut y mae cleifion yn cael mynediad at eu gwasanaethau
- Perfformiad: Cynorthwyo timau i ddefnyddio'r wybodaeth honno i wella mynediad cleifion at ein gwasanaethau

Mae'r gwaith hwn ar droed ym mhob un o'r meysydd hyn, felly byddwch yn clywed mwy o lawer gan PAMS yn 2025.

Academi newydd i helpu staff gofal sylfaenol i wella sgiliau

Mae tîm newydd fydd yn helpu i ddatblygu a chefnogi staff sy'n gweithio mewn gofal sylfaenol wedi'i lansio ym Mae Abertawe.

Mae'r Academi Gofal Sylfaenol a Chymunedol yn gallu darparu neu gyfeirio staff gofal sylfaenol tuag at amrywiaeth o gyfleoedd addysg a hyfforddiant i'w galluogi i wella eu sgiliau.

Nod yr Academi ydy helpu i ddatblygu'r gweithlu mewn gofal sylfaenol, gan gynnwys meddygon teulu, fferyllwyr, optometryddion, deintyddion, nyrsys, gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd (AHPs) a mwy.

Y gobaith, o wneud hynny, yw y bydd y staff yn cael eu cynorthwyo i ddarparu ystod ehangach o wasanaethau ac ymyriadau yn y gymuned.

Mae'r Academi yn un o saith a sefydlwyd mewn byrddau iechyd ledled Cymru, drwy weithio gydag Addysg a Gwella Iechyd Cymru (AaGIC).

Wrth iddi barhau i ddatblygu, y weledigaeth yw y daw'n ganolfan ragoriaeth ar gyfer addysg a hyfforddiant i staff.

Bydd yn rhoi sylw hefyd i ddenu, datblygu a chefnogi staff gofal sylfaenol drwy ymgorffori rolau rhyngddisgyblaethol newydd ac annog cynllunio'r gweithlu.

Sharon Miller, Cyfarwyddwr Cysylltiol Grŵp Gwasanaethau gofal sylfaenol a chymunedol, sydd wedi arwain y gwaith o sefydlu'r Academi ym Mae Abertawe.

Dywedodd hi: “Rydym ni'n hynod falch o fod wedi sefydlu'r academi newydd hon yn y bwrdd iechyd mewn partneriaeth ag AaGIC.



Jessica Beer, swyddog datblygu addysg a hyfforddiant gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned yn yr Academi, Sharon Miller, Cyfarwyddwr Cysylltiol Grŵp Gwasanaethau gofal sylfaenol a chymunedol, a Rhian Jones, rheolwr yr Academi

“Amcangyfrifir bod gofal sylfaenol yn delio â 90 y cant o gysylltiadau â chleifion yn y GIG ac mae'n bwysig bod y gweithlu'n cael cefnogaeth. Rydym wedi darparu hyfforddiant i dros 200 o gydweithwyr yn y fwyddyn gyntaf ac rydym ar y ffordd tuag at ddyblu hyn eleni.”

Dywedodd Rhian Jones, Rheolwr Academi Gofal Sylfaenol a Chymunedol y bwrdd iechyd: “Nod yr Academi yw cynyddu'r cyfleoedd ar gyfer addysg a hyfforddiant i'r gweithlu gofal sylfaenol a chymunedol.

“Rydym yn canolbwyntio ar fodloni anghenion staff ym Mae Abertawe a'r gobaith yw y bydd yn helpu i gadw staff, yn ogystal ag uwchsgilio.”

Gall meddygyfeydd a thimau gysylltu â'r Academi yn unigol i drafod cyfleoedd i gael addysg a hyfforddiant. Dywedodd Jessica Beer, Swyddog Datblygu Addysg a Hyfforddiant Gofal Sylfaenol a Chymunedol yn yr Academi: “Rydym wedi defnyddio cyllid y grŵp gwasanaethau sylfaenol, cymunedol a therapiâu ac AaGIC i gefnogi a darparu'r addysg a hyfforddiant i staff.

“Ymhlith y pynciau sydd wedi cael sylw, mae gordewdra a rheoli pwysau, anawsterau dysgu, iechyd menywod a diweddariadau i feddygon teulu.”

I gael rhagor o wybodaeth am y cyfleoedd addysg a hyfforddi sydd ar gael, cysylltwch â sbu. pccacademy@wales.nhs.uk

Prawf newydd yn golygu y gallai fferylllydd ddatrys eich gwddf tost

Mae cynllun lle gall fferyllwyr helpu i benderfynu a oes angen triniaeth ar wddf tost ai peidio yn helpu pobl yn y gymuned.

Mae'r Cynllun Profi a Thrin Gwddf Tost yn galluogi fferyllwyr cymunedol i asesu cleifion dros chwech oed sydd â gwddf tost.

Yn ystod yr asesiad, bydd y fferylllydd yn penderfynu a yw'n briodol swabio gwddf y claf.

Os oes angen prawf, bydd y canlyniad yn pennu a yw'r gwddf tost yn ganlyniad i haint bacteriol.

Wedi cael y canlyniad, gall y fferylllydd ddarparu triniaeth i'r claf os oes angen neu gynnig cyngor hunan-ofal.

Mae'r cynllun ar gael mewn nifer o fferyllfeydd cymunedol ledled Bae Abertawe, ac fe gynghorir pobl i gysylltu â'u fferyllfya leol i gael gwybod a yw ar gael iddyn nhw.

Dywedodd Kelly Jones-Lewis, Dirprwy Bennaeth Gofal Sylfaenol Bae Abertawe: “Mae'r gwasanaeth yn

galluogi'r fferylllydd i asesu symptomau cleifion a, lle bo hynny'n briodol, i swabio eu gwddf.

“Bydd y fferylllydd yn holi am eu hanes meddygol, symptomau ac unrhyw feddyginiaeth y maent wedi'i

chymryd a bydd yn cynnal asesiad clinigol er mwyn penderfynu a yw'r prawf swab gwddf yn briodol.

“Os bydd atebion y claf yn awgrymu bod eu gwddf tost yn debygol o fod yn haint feirws, efallai na fydd angen gwneud y prawf.

“Os oes angen clinigol am y prawf, bydd yn dangos i'r fferylllydd wedyn a yw'r haint yn debygol o fod yn un

bacteriol.”

Unwaith y bydd y prawf swab gwddf wedi'i gyflawni, dim ond ychydig funudau y bydd rhaid i gleifion aros cyn derbyn y canlyniad. Yn ddibynnol ar y canlyniad a symptomau'r claf, gallai'r fferylllydd gynnig triniaeth, heb orfod cael presgripsiwn gan feddyg teulu.

Mae Dr Charlotte Jones yn feddyg teulu sy'n bartner



Christopher Perrington, fferylllydd cymunedol yn Fferyllfa Sandfields, gyda'r prawf swab

ym Meddygfa'r Mwmbwls a hi yw arweinydd clinigol y bwrdd iechyd ar gyfer stiwardiaeth gwrthficrobaidd, rôl sy'n helpu i addysgu a chynorthwyo staff i ddilyn canllawiau sy'n seiliedig ar dystiolaeth wrth roi presgripsiynau.

“Os byddan nhw'n cael canlyniad positif, mae'n golygu mai achos mwyaf tebygol y gwddf tost ydy haint bacteriol,” meddai Dr Jones.

“Yn seiliedig ar symptomau'r claf, gallai'r fferylllydd ddarparu gwrthfotigau neu bydd yn eu cynghori i reoli'r cyflwr gyda hunan-ofal os yw hynny'n addas. Er bod y gwasanaeth ar gael i gleifion, ein cyngor i gleifion sy'n gallu darparu hunan-ofal gartref fyddai iddyn nhw wneud hynny gan y bydd gwddf tost, yn y rhan fwyaf o achosion, yn gwella ohono i hun.

Cyflwynodd Fferyllfa Sandfields, ym Mhort Talbot, y gwasanaeth y llynedd a dywedodd y fferylllydd cymunedol Christopher Perrington ei fod wedi cael croeso da.

“Mae gallu cael gafeal ar driniaeth yn hawdd, heb oedi, pan fo angen wedi bod yn llesol iawn i bobl,” meddai.

“Mae cleifion yn gallu cael diagnosis, sgwrs a meddyginiaeth i gyd yn yr un lle, sydd yn gyfleus iawn.”

Ein hagenda werdd

Newyddion yn BRIFF



Nigel Stevenson, pictured with his wife and daughter

Nigel y cyn-beldroediwr gyda'r Elyrch yn bwrw'r targed gyda Gwobr EFFAITH

Mae'r cyn-seren gyda Chlwb Pêl-droed Abertawe, Nigel Stevenson wedi ennill Gwobr EFFAITH y Cyfarwyddwr Gweithredol Profesiynau Perthynol i Iechyd a Gwyddor Iechyd a ddyfarnwyd gan y Cyfarwyddwr Gweithredol Christine Morrell yn Ysbyty Cefn Coed. Cafodd Nigel, sy'n Dechnegydd Ffisiotherapi mewn Iechyd Meddwl, ei wobrwyo am ei gyfraniad hir ac eithriadol i'r GIG.

Mae Nigel yn fedrus iawn yn cynnal grwpiau gweithgareddau dementia ar y wardiau, ac yn gwneud i waith anodd ymddangos yn hawdd.

Dywedodd Christine Morrell: "Mae effaith Nigel ar gydweithwyr a chleifion dros y blynyddoedd wedi bod yn gwbl anhygoel.

"Mae ei allu naturiol i wneud cyswllt â phobl, yn enwedig rhai sydd â dementia, wedi gadael argraff ddofn. "Pan fydd yn arwain grwpiau gweithgareddau neu'n tynnu ar ei gyfoeth o wybodaeth leol a'i gefndir ym myd pêl-droed, mae e wastad wedi canfod ffyrdd o ysbrydoli a chodi ysbryd y rhai sydd o'i gwmpas."

Atal diabetes yn mynd o nerth i nerth

Mae rhaglen atal sydd â'r nod o helpu pobl i osgoi datblygu diabetes math 2 yn mynd o nerth i nerth ym Mae Abertawe.

Mae Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan, a lanswyd yn 2022, yn targedu pobl y canfyddir eu bod â'r cyflwr cyn-ddiabetes, neu sydd dan risg uchel o fynd yn ddiabetig, ac yn eu helpu i wneud y newidiadau angenrheidiol i'w ffordd o fyw er mwyn osgoi datblygu'r afiechyd.

Yn ôl yr hyn a ddengys ffigyrau diweddar, o blith bron i 3,400 o bobl a gafodd benodiad cychwynnol gyda'r rhaglen wedi iddynt gael eu hatgyfeirio gan feddyg teulu, nid oedd gan 30 y cant y cyflwr cyn-ddiabetes 12 mis yn ddiweddarach. Mae'r rhaglen yn cynnig ymgynghoriad 30-munud i gleifion gyda gweithiwr cymorth deietegol sydd wedi'i hyfforddi'n arbennig. Mae'r ymgynghoriad yn canolbwyntio ar feysydd megis gweithgaredd corfforol, bwyta'n iach ac yn hyrwyddo newidiadau eraill i ffordd o fyw megis rhoi'r gorau i ysmegu a lleihau alcohol. Mae'r rhaglen ar gael nawr ym mhob un o wyth clwstrw gofal sylfaenol Bae Abertawe.

Cyfraniad er cof am Ann

Mae teulu a chyfeillion cyn-weithiwr cymorth gofal iechyd annwyl iawn wedi cyfrannu £1,400 i Dîm Therapyddion Galwedigaethol Macmillan a wnaeth eu gorau i'w chefnogi hi. Roedd Ann Diplock yn adnabyddus i gymaint o bobl drwy ei gwaith ar ward un yn Ysbyty Cyffredinol Castell-nedd, ac yn ddiweddarach yn ei gyrfa, yn Uned Dydd Dermatoleg Ysbyty Castell-nedd Port Talbot, lle bu'n parhau i weithio pan oedd yn ei 70au.

Syniad 'sticeri arbed ynni' Aditi yn taro deuddeg



(O'r chwith) Nia Bryant, nyrs staff; Sue West-Jones, ymgynghorydd yr Adran Argyfwng; Cerys Parry, nyrs staff; Aditi Kolli; Gabby Wilcox, prif nyrs yn yr Uned Argyfwng Plant; Mari Higginson, Nyrs Diogelu Plant; a Kinaan Khalid, arsylywr clinigol.

Mae syniad gwych merch ifanc yn ei harddegau wedi ysbrydoli arferion 'gywrddach' yn un o wasanaethau prysuraf Ysbyty Treforys.

Erbyn hyn, mae'r Uned Argyfwng Plant yn rhoi dull mwy cynaliadwy ar waith wrth ddefnyddio offer, a hefyd mae'n addysgu cleifion ifanc – yn ogystal ag oedolion a staff – ynglŷn â newid hinsawdd.

Mae hyn i gyd wedi deillio o syniad gwych gan Aditi Kolli, 15 oed. Mae tad Aditi yn gweithio fel Ymgynghorydd Meddygaeth Adsefydlu yn yr ysbyty. Meddyliodd Aditi am syniad ar gyfer prosiect diddorol a chreadigol i gleifion pediatrig – sef cystadleuaeth sticeri – lle caiff plant eu gwahodd i greu sticeri sy'n annog pobl i arbed ynni trwy wneud pethau fel diffodd

goleuadau a chyfrifiaduron pan na fyddant yn cael eu defnyddio.

Roedd Sue West-Jones, sef ymgynghorydd yn yr Adran Argyfwng ac un o blith tri o Arweinwyr Clinigol Cynaliadwy ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe, wrth ei bodd â syniad Aditi. Meddai: "Mae'r gystadleuaeth sticeri wedi bod yn boblogaidd iawn ymhlith y plant sy'n mynychu'r Uned Argyfwng Plant – ffordd berffaith o'u cadw'n brysur wrth iddyn nhw aros am eu hapwyntiad a meddwl ar yr un pryd sut all pob un ohonon ni fod yn fwy ymwybodol o'r ynni a ddefnyddiwn."

"Arsylwadau Aditi a ysgogodd y syniad gwirioneddol wych hwn."

Rolau newydd yn rhoi sylw i ddyfodol cynaliadwy

Mae'r Anaesthetegydd Ymgynghorol Elana Owen yn chwarae rôl arweiniol yn helpu theatrau Bae Abertawe i ddod yn fwy cynaliadwy – ac mae'r diolch i ddysgl ffoil.

Mae Elana'n un o dri aelod staff sydd wedi'u henwi yn arweinwyr clinigol ar gynaliadwyedd o fewn Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe. Y lleill yw Rheolwr yr Uned Dydd Niwroleg Alex Strong a'r ymgynghorydd Damweiniau ac Achosion Brys Sue West-Jones. Mae'r rôl yn ychwanegol at gyfrifoldebau dydd-i-ddydd y tair ohonynt, ac mae Elana, Alex a Sue yn bwriadu ymgorffori ymarferion cynaliadwy ar draws y bwrdd iechyd er mwyn cyflawni amcanion newid hinsawdd.

Roedd Elana Owen wrthi eisoes yn hyrwyddo nifer o brosiectau cynaliadwy mewn theatrau ond mae hi bellach wedi camu i mewn i rôl swyddogol – y cyntaf o'i math yn y bwrdd iechyd. Mae hynny'n golygu felly y bydd hi'n gweithio'n agos gyda chydweithwyr a grwpiau staff i annog, hyrwyddo a datblygu syniadau fydd yn helpu i ddarparu gofal iechyd mwy cynaliadwy a, ble bo modd, arbed arian i'r bwrdd iechyd.

Dywedodd Elana: "Mae diddordeb gyda fi mewn ymarferion cynaliadwy a newid hinsawdd ers blynyddoedd lawer. Rwyf wedi dod yn fwy ymwybodol o effaith negyddol gofal iechyd ar yr amgylchedd, ac effaith anaesthesia a llawfeddygaeth yn benodol.

"Dechreuodd y cyfan gyda dysgl ffoil! Bob tro y byddwn

i'n paratoi'r meddyginiaethau ar gyfer claf, byddai gyda fi nifer o ddysglau ffoil – rhai tebyg i gynwysyddion prydau parod - i osod nodwyddau ynddyn nhw. Ar ôl pob claf, roedden ni'n taflu'r cynwysyddion hyn.

"Fe sylweddolais i bryd hynny y gallen ni newid hyn a bod yn fwy deallus ac yn fwy caredig i'r amgylchedd. Fe awgrymais i y dylen ni ddefnyddio dysglau plastig ailddefnyddadwy, ac aeth pethau fel pelen eira o hynny ymlaen. Gwelon ni mai dim ond 13 o weithiau roedd angen i ni ddefnyddio'r dysglau plastig er mwyn talu ffordd, heb gyfaddawdu ar hylendid na diogelwch cleifion.

"Dyna wnaeth ysgogi pethau i mi. Wedi hynny, roedd yn fater o feddwl beth arall allwn ni ei wneud?"

Mae Elana'n darparu gofal i gleifion sy'n cael llawdriniaeth frys a llawdriniaeth ddewisol. Mae'r fantais gyda hi o weithio gyda llawer o arbenigeddau ac adranau gwahanol, ac mae hi'n gobethio y bydd hynny'n gallu ei helpu i gysylltu prosiectau cynaliadwyedd ar draws y meysydd hyn.

Dywedodd Elana: "Mae cyflwyno ymarferion gofal iechyd mwy cynaliadwy yn gallu bod yn heriol iawn weithiau. Ond un peth mae'r pandemig wedi'i ddangos i ni ydy y gallwn ni newid ein ffyrdd o weithio."

I ymuno â Grŵp Gwyrdd Bae Abertawe, neu i gael rhagor o wybodaeth, e-bostiwch sbu.greengroup@wales.nhs.uk

Arwain y ffordd



Mae Dean Fyfield, sy'n gweithio yn adran Ffiseg Radiotherapi Bae Abertawe, wedi ennill cofrestriad gyda'r Gofrestr o Dechnolegwyr Clinigol – y cyntaf o'i fath yn y DU

Dean yn gosod y safon gyda'r cofrestriad technolegol cyntaf o'i fath yn y DU

Mae sicrhau bod ein peiriannau trin canser yn gweithio'n iawn yn waith eithriadol o bwysig – yn wir, mae'r gwaith hwn wedi sicrhau mai Bae Abertawe yw'r bwrdd iechyd cyntaf yn y DU i ennill cofrestriad pwysig.

Dean Fyfield, rheolwr systemau cynorthwyl yn Ysbyty Singleton, yw'r technolegydd cyfrifiadura clinigol cyntaf i gofrestru gyda'r Gofrestr o Dechnolegwyr Clinigol (neu'r RCT).

Mae'r sefydliad cenedlaethol hwn yn anelu at ddiogelu'r cyhoedd trwy hyrwyddo rheoleiddio profesiynol statudol ar gyfer technolegwyr clinigol.

Bu'n rhaid i Dean, sy'n gweithio yn yr adran Ffiseg Radiotherapi, gwblhau portffolio trylwyr i ddangos ei gymhwysedd a'i ymrwymiad i arferion clinigol diogel. Roedd hyn yn cynnwys pob mathau o bethau – o asesiadau risg i gynnal profion PAT ar offer trydanol. "Mae'r ffaith mai fi yw'r technolegydd cyfrifiadura clinigol cofrestredig cyntaf yn garreg filltir fawr," meddai.

"Nid yn unig i mi, ond i'r maes cyfrifiadura clinigol cyfan yn y sector gofal iechyd."

Mae technolegwyr clinigol yn gweithio mewn amryfal leoliadau gofal iechyd. Maent yn cymhwyso ffiseg, cyfrifiadura, peirianneg a thechnoleg at ofal iechyd, gan gyfrannu at ddiagnosis, trin ac atal clefydau. Mae rôl technolegwyr cyfrifiadura clinigol yn hollbwysig o ran rheoli a chynnal-a-chadw dyfeisiau meddygol meddalwedd a'u seilwaith caledwedd.

Os caiff y dyfeisiau hyn eu rheoli'n amhriodol, gallant roi diogelwch cleifion yn y fantol, felly mae hyfforddiant

arbenigol a chofrestriad gyda'r RCT yn hanfodol. Trwy ennill cofrestriad o'r fath, gellir dangos bod yr unigolyn yn meddu ar y sgiliau a'r cymwyseddau angenrheidiol a'i fod yn dilyn arferion diogelwch sy'n angenrheidiol i weithio gyda dyfeisiau meddygol. Mae Adran Ffiseg Radioleg Ysbyty Singleton yn cydnabod bod gweithwyr â hyfforddiant TG sylfaenol angen gwell profiad ac ymwybyddiaeth glinigol pan fyddant yn gweithio gyda dyfeisiau meddygol.

Arweiniodd hyn at ddatblygu rhaglen hyfforddi fewnol ar gyfer technolegwyr cyfrifiadura clinigol, ar y cyd â'r RCT a'r Sefydliad Ffiseg a Pheirianneg mewn Meddygaeth (IPEM).

Mae Dean yn rhan o dîm sy'n mynd ati i gynnal-a-chadw a rheoli amryfal systemau cyfrifiadurol sy'n gyfrifol am redeg y cyflymyddion llinellol sy'n darparu radiotherapi, sganwyr CT, cronfeydd data cleifion, cynlluniau triniaeth, a mwy.

"Wrth i dechnoleg ddatblygu, tueddir i ddefnyddio cyfrifiaduron i wneud llawer o'r gwaith caled er mwyn cadw popeth i redeg," meddai.

"Rhywbeth y mae'n rhaid inni fod yn ystyriol ohono yw'r ffaith na allwch ddiffodd ac aildanio systemau. Fe allai pob system effeithio ar ryw driniaeth.

"Dyna yw pwrpas cofrestru fel technolegydd clinigol – dangos eich bod yn meddu ar y gallu i ddeall mai systemau clinigol yw'r rhain."

Nawr, mae Dean yn anelu at barhau â'i ddatblygiad profesiynol. Ei nod yn y pen draw yw bod yn wyddonydd clinigol cofrestredig.

Newyddion yn BRIFF

Janet yn ymdeol wedi bron i 40 mlynedd o wasanaeth i'r GIG

Ymdeolodd Janet Williams, Cyfarwyddwr y Grŵp Gwasanaethau Iechyd Meddwl ac Anableddau Dysgu ddechrau mis Rhagfyr wedi bron i 40 mlynedd yn y GIG.



Janet Williams, sy'n ymdeol wedi bron i 40 mlynedd gyda'r GIG

Dechreuodd Janet ei gyrfa waith yn 1985 fel Rheolwr Graddedig Dan Hyfforddiant gyda GIG Cymru a dechreuodd weithio yn Ysbyty Cyffredinol Castell-nedd, fel Rheolwr Gwasanaethau Cefnogol Meddygol.

Gwnaeth Janet gynnydd drwy gydol ei gyrfa, gan weithio mewn amryw o swyddi gweithredol ar draws safleoedd gwahanol. Bu'n gweithio yn Ysbyty Singleton, fel Pennaeth Datblygu Busnes, Pennaeth Gweithrediadau a Rheolwr Cyffredinol yr Ysbyty, cyn dod yn Gyfarwyddwr Gwasanaethau Cysylltliol i'r Grŵp Gwasanaethau Meddygol yn Nhreforys a Singleton, gan reoli amheuaeth brys o ganser a meddygaeth, yn ogystal ag yn Ddirprwy Gyfarwyddwr Ardau, yn gyfrifol am Ofal Sylfaenol a Gwasanaethau Cymunedol.

Dros yr wyth mlynedd diwethaf, bu Janet yn gweithio fel Cyfarwyddwr Gwasanaethau Cysylltliol a Chyfarwyddwr Gwasanaethau Iechyd Meddwl ac Anableddau Dysgu, gan gynnig profiad a gwybodaeth eang sydd wedi gwneud gwir argraff ar staff a chleifion.

Sut i barhau'n annibynnol ac aros gartref yn hirach...

I nodi Wythnos Therapi Galwedigaethol 2024, gosododd Gwasanaeth Therapi Galwedigaethol Iechyd Meddwl Pobl Hŷn (OPMHS) Bae Abertawe stondin wybodaeth yng Nghanolfan Adnoddau Port Talbot er mwyn tynnu sylw at y gefnogaeth sydd ar gael i helpu defnyddwyr y gwasanaeth i barhau'n annibynnol ac aros gartref yn hirach.

Yn dilyn atgyfeiriad ar yr OPMHS, mae'r Gwasanaeth Therapi Galwedigaethol yn cynnig amrywiaeth eang o gamau cefnogi ac ymyriadau sydd yn gallu gwneud gwahaniaeth enfawr i ansawdd bywyd rhywun sy'n defnyddio'r gwasanaeth.

Roedd y stondin wybodaeth yn boblogaidd ac yn ddefnyddiol i ymwelwyr â Chanolfan Adnoddau Port Talbot ac mae arbenigwyr Therapi Galwedigaethol mewn iechyd meddwl a dementia yn awyddus i ledaenu'r neges ynglŷn â sut y gall y tîm helpu. I gael rhagor o wybodaeth a chefnogaeth, ewch i'r wefan ganlynol: www.dementiafriendlywales.org/

Dyfaru Cymrodoriaeth i Ailsa

Yn ddiweddar, dyfarnwyd Cymrodoriaeth y Gymdeithas Ecocardiograffeg Brydeinig i Ailsa Wallis – Pennaeth Ffisioleg Glinigol.

Dyma'r anrhydedd fwyaf y gall y gymdeithas ei chyflwyno, ac mae'n cydnabod y cyfraniad aruthrol y mae Ailsa wedi'i wneud i faes ecocardiograffeg.

Dechreuodd ei thaith i faes ecocardiograffeg yn 1995 pan ddechreuodd ddysgu'r sgiliau cymhleth roedd eu hangen i sefydlu'r gwasanaeth ecocardiograffeg yn Ysbyty Treforys, swydd ble bu ei hangerdd dros addysgu ecocardiograffeg yn fodd i lu o gydweithwyr elwa o'r arbenigedd a'i haddysgu.

Beth sydd ar y Gweill

Dyddiadau i'ch dyddiadur



18 Rhagfyr

Addasiadau teilwredig i reolwyr
1-2pm, dros Teams.

Sesiwn awr o hyd i Reolwyr lle ystyrir adran Addasiadau Teilwredig y Polisi Rheoli Presenoldeb yn y Gwaith a sut i gynorthwyo gweithwyr ag Addasiadau Teilwredig er mwyn lleihau absenoldeb salwch a helpu gweithwyr yn eu gweithle. I gael rhagor o fanylion, anfonwch e-bost i'r cyfeiriad BIPBA.lechydGalwedigaethol@wales.nhs.uk.

23 Rhagfyr

lechyd Meddwl REACT – Sut i gael sgysiaau cefnogol a seicolegol graff gyda chydweithwyr

11.30am-1pm

Datblygwyr yr adnodd REACTMH@ gan arbenigwyr March on Stress. Ei nod yw eich helpu i gael sgysiaau cefnogol a seicolegol graff gyda chydweithwyr ynglŷn â'u hiechyd meddwl.

I drefnu lle, defnyddiwch y ddolen hon:

<https://outlook.office365.com/book/SBUPeerVaccinators@wales.nhs.uk/s/nd7qX97RW0arzBQ0m8TXrA2>

13 Ionawr

Diogelu Pobl Lefel 3

9.30am, Pencadlys y Bwrdd

lechyd (Baglan), Dinas a Brombil

17 Ionawr

Camau at lesiant – delio â gorfflinder

9.30-10.30

Mae'r gwasanaeth lechyd Galwedigaethol a Llesiant Staff wedi datblygu cyfres o sesiynau ar eich cyfer. Mae'r sesiynau hyn ar gael i staff, myfyrwyr a gwirfoddolwyr.

Bwriad y sesiwn hon yw cynnig cyfle rhyngweithiol, byr i fyfyrto ar orflinder ac ystyried ffyrdd o'i reoli.

Os oes gennych gwestiynau, anfonwch e-bost i'r cyfeiriad BIPBA.lechydGalwedigaethol@wales.nhs.uk.

23 Ionawr

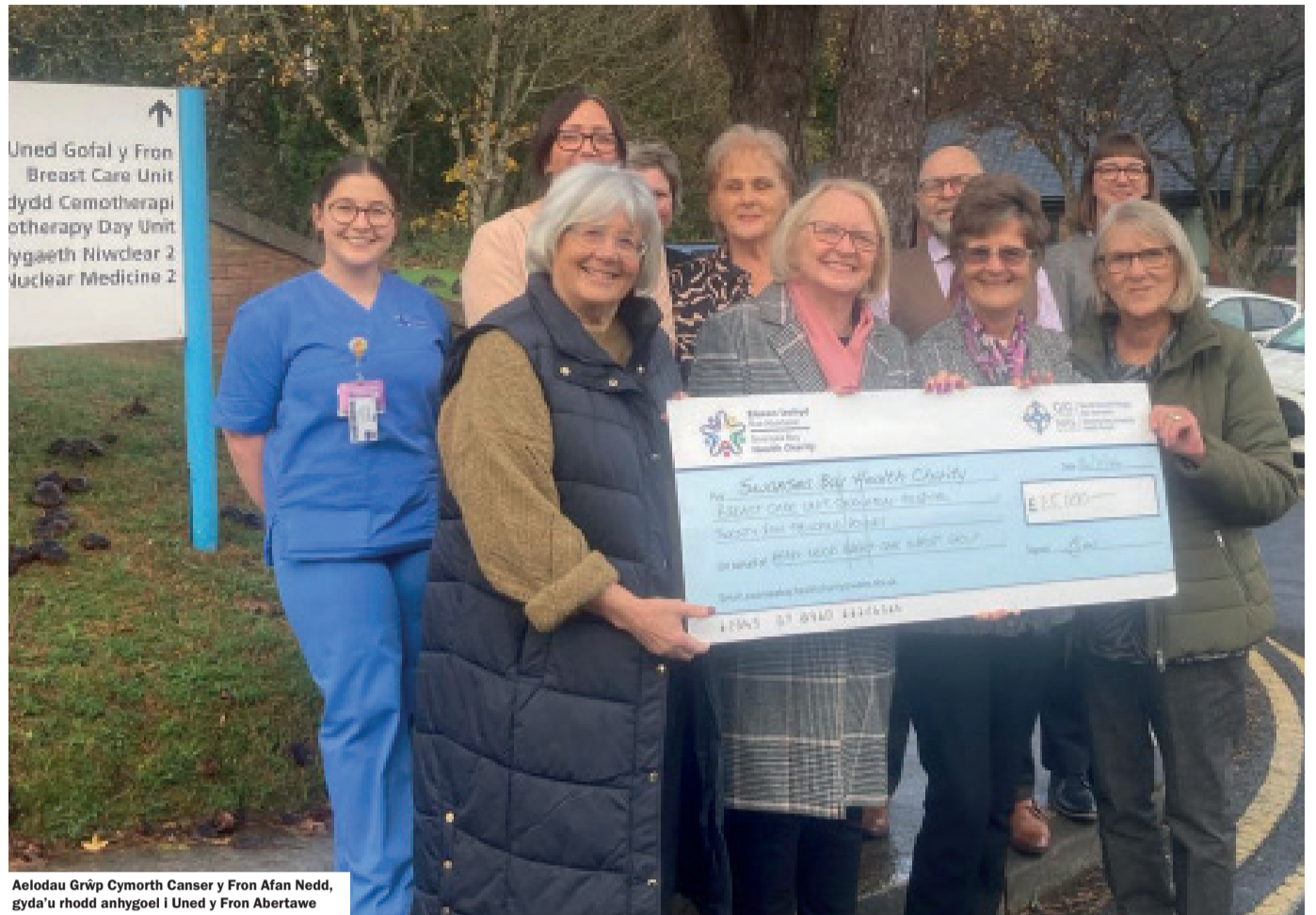
Atgyfeiriadau lechyd Galwedigaethol / Cymorth Llesiant – Hyfforddiant i Reolwyr
10am-12pm

Caiff y sesiwn ei hanelu at reolwyr a goruchwylwyr sy'n rheoli absenoldeb salwch/presenoldeb yn unol â'r Polisi Rheoli Presenoldeb yn y Gwaith (2018), ac sy'n atgyfeirio staff at yr adran lechyd Galwedigaethol fel rhan o'r broses honno.

Defnyddiwch y ddolen hon i gofrestru:

https://outlook.office365.com/book/SBUPeerVaccinators@wales.nhs.uk/s/3amP045askaf_YybTAGyfw2

Elusen a digwyddiadau



Aelodau Grŵp Cymorth Canser y Fron Afan Nedd, gyda'u rhodd anhygoel i Uned y Fron Abertawe

Rhodd ffarfwel o £25k gan grŵp cymorth diwyd

Mae grŵp cymorth, sydd wedi helpu cannoedd o bobl sy'n dioddef o ganser y fron, wedi cyfrannu miloedd o bunnoedd at Uned y Fron Abertawe wrth iddo ddirwyn i ben ar ôl mwy na 30 mlynedd.

Lansiwyd Grŵp Cymorth Canser y Fron Afan Nedd ym mis Rhagfyr 1992 er mwyn cynnig cyfeillgarwch, cymorth a chynghor ymarferol i bobl, yn ogystal â chodi arian ar gyfer gwasanaethau canser y fron.

Ar ei anterth, roedd gan y grŵp 35 o aelodau. Ond gan mai chwe aelod yn unig sydd ar ôl erbyn hyn, mae'r tîm wedi penderfynu dirwyn y grŵp i ben a chyfrannu'r arian sy'n weddill – sef £25,000 – at Uned y Fron yr ysbyty. N Medd Betty Jones, y Trysorydd: “Mae pob un ohonon ni wedi elwa ar driniaeth canser y fron ar ryw adeg ac rydym wedi codi arian ar gyfer Maggie's ac ati. “Mae'r mwyafrif ohonon ni yn ein hwythdegau nawr ac nid ydym mor egniol ag o'r blaen!

“Nid ydym yn gallu gwneud y pethau roeddem yn arfer eu gwneud yn y gorffennol. Felly, yn anffodus, rydym wedi dod i'r casgliad bod ein dyddiau 'codi arian' wedi dod i ben.

“Dyma ddiwedd cyfnod, yn ddi-os. Nawr, rydym am drefnu ein cinio Nadolig a chynnig llwncdestun i ni ein hunain. Ciniawa a chymdeithasu fydd ein hanes o hyn ymlaen!”

Cafodd y grŵp ei sefydlu gan Ann Baker, nyrs gofal canser, a phump o aelodau eraill. Arferai'r aelodau gyfarfod bob mis yn Ysbyty Cyffredinol Castell-nedd, a thros y blynyddoedd estynnwyd croeso i lu o siaradwyr.

Hefyd, arferai'r grŵp drefnu triapiau a phrydau allan. Cynhaliwyd sioe ffasiwn, hyd yn oed, gan godi £1,300. Defnyddiwyd yr arian i gynorthwyo'r uned i brynu cyfarpar na chaiff ei ariannu gan y GIG. Y peth cyntaf a brynwyd gyda'r arian oedd Gwn Biopsi Trucut, a lwyddodd i leihau'r amser roedd yn rhaid i bobl aros am ganlyniadau biopsi, o wythnos i ddiwrnod.

Yna, ym 1997, prynwyd peiriant mamogram digidol newydd – ar y pryd, dim ond tri pheiriant mamogram arall o'r fath a oedd ar gael drwy'r byd. Cafwyd rhodd hael o £175,000 gan Fuji i gynorthwyo i brynu'r peiriant hwn, a oedd yn costio cyfanswm o £250,000.

Mae eitemau a phrosiectau eraill a ariannwyd gan y grŵp yn cynnwys dodrefnu ac addurno ystafell i deuluoedd, yn ogystal â phrynu cadair mamogram, llawes gywasgu, troliâu, cadeiriau olwyn, gynau, bagiau, a phethau ymolchi. Hefyd, aeth y grŵp ati i greu patrymau mosaig i sirioli coridorau uned canser y fron. Yn ôl Marilyn Cardy, un o aelodau'r grŵp: “Profiad gwych fu cael gwneud y pethau hyn gyda'n gilydd a chynorthwyo'r naill a'r llall. Ond mae'r amser wedi dod i ddirwyn y grŵp i ben.”

Medd Sam Jenkins, Rheolwr y Gyfarwyddiaeth Arbenigeddau Llawfeddygol: “Rydym yn ddiolchgar dros ben i Grŵp Cymorth Canser y Fron Afan Nedd am y rhoddion hael a hoffem ddiolch i aelodau'r Grŵp am eu haelioni dros y blynyddoedd. Fel ffordd o ddiolch i'r Grŵp, bydd plac yn cael ei greu a'i arddangos yn Uned y Fron Ysbyty Singleton.”

Cyflawni triathlon fel arwydd o ddiolch

Penderfynodd mam ddiolchgar ddiodeff anghysur mawr er mwyn i rieni eraill allu mwynhau rhywfaint o seibiant tra mae eu babanod newydd-anedig yn yr ysbyty.

Er mwyn codi arian ar gyfer uned gofal dwys newyddenedigol Ysbyty Singleton, penderfynodd Bethany Carnegie gymryd rhan yn nhriathlon ROC Lloegr – sef cystadleuaeth sy'n profi gwytnwch corfforol i'r eithaf, a gynhelir yn Ardal y Llynnoedd. Roedd y digwyddiad yn cynnwys nofio 1.5km yn Llyn Winder, beicio 45.5km at fynydd uchaf Lloegr, sef Scarfell Pike, ac yna rhedeg 8.75km i'r copa, cyn rhedeg 8.75km yn ôl i lawr, beicio 45.5km yn ôl at y llyn a rhedeg 1km i gwblhau'r cwrs.

Cwblhaodd Bethany yr her mewn oddeutu naw awr. Cafodd ei chefnogi gan ei phartner, James Cutler, sy'n gweithio fel meddyg yn Adran Argyfwng Ysbyty Treforys. Llwyddodd Bethany i godi £355 tuag at helpu i ailwampio'r ystafell rieni yn yr uned gofal dwys newyddenedigol.

Mae'r achos hwn yn agos iawn at galonau'r ddau gan fod eu merch, Delilah, wedi treulio bron i wythnos yn yr uned gofal dwys newyddenedigol fis Rhagfyr diwethaf ar ôl cael anawsterau anadlu'n fuan ar ôl ei genedigaeth.

Medd Bethany: “Cafodd Delilah ei geni yn ward esgor Ysbyty Singleton ym mis Rhagfyr 2023. Ond ar ôl ychydig ddyddiau, cafodd ei symud i'r uned gofal dwys newyddenedigol. Bu'r staff yn wirioneddol wych. Hoffem ddiolch o galon iddyn nhw.”



A oes gennych chi syniad i gefnogi staff a chleifion ym Mae Abertawe?

Cysylltwch ag elusen Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe ar ein gwefan: <https://elusenlechydbaeabertawe.com> (Rhif elusen gofrestrdig 1122805)

Iechyd y Bae



Papur newydd staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Cysylltwch â'r tîm golygyddol: communications.department@wales.nhs.uk