Profiad Defnyddwyr Gwasanaethau Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan

Catherine Washbrook-Davies a Amrita Jesurasa

Tachwedd 2024

Canolfan Datblygu ac Arloesi Gofal Sylfaenol a Chymunedol
Datblygu Gofal Sylfaenol yng Nghymru
Primary and Community Care Development and Innovation Hub
Developing Primary Care in Wales

Cynnwys

Cefndir **3**

Datblygu Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan (AWDPP) 3

Beth mae'r ymyriad AWDPP yn ei olygu? 3

Cwmpas y Dadansoddiad o Brofiad Defnyddwyr Gwasanaethau 4

Methodoleg **5**

Y Dull a Ddefnyddiwyd a'r Sail Resymegol 5

Recriwtio a Samplu 5

Dulliau o Weithredu'r Rhaglen 5

Casglu data 5

Canlyniad **7**

Nodweddion Defnyddwyr Gwasanaethau 7

Tabl 1: nodweddion Defnyddwyr Gwasanaethau'r AWDPP. 7

Cwestiynau ac Ymatebion yr holiadur PREM 8

Uchafbwyntiau Ymateb Defnyddwyr y Gwasanaethau 12

..... 13

Cyfyngiadau **13**

Casgliadau **13**

Cyfeiriadau **14**

Atodiadau **16**

Cefndir

Mae dros 200,000 o bobl yng Nghymru, sef oddeutu 8% o'r boblogaeth sy'n oedolion, yn byw gyda diabetes, ac mae gan tua 90% ohonynt ddiabetes math 2 (Cynllunio a Chyflawni Ariannol, 2024). Bu cynnydd o 40% yn nifer y bobl sy'n byw gyda diabetes yng Nghymru dros y 10 mlynedd diwethaf, sef cynnydd o 60,000 o bobl (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2023). Mae diabetes math 2 yn gyflwr difrifol sydd weithiau'n gyflwr gydol oes a dyma'r prif achos dros golli golwg ac mae'n cyfrannu at fethiant yr arennau, trawiad ar y galon a strôc. Mae'r dystiolaeth yn awgrymu, drwy gefnogi pobl i wneud newidiadau i'w ffordd o fyw, gan gynnwys bwyta'n iach a bod yn gorfforol egnïol, y gellid atal dros hanner yr achosion o ddiabetes math 2 (NICE, 2017).

Datblygu Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan (AWDPP)

Dangosodd data o ddau gynllun peilot llwyddiannus a gynhaliwyd ac a werthuswyd yng nghlystyrau gofal sylfaenol Gogledd Ceredigion a Chwmafan addewid o'u heffeithiolrwydd o ran lleihau datblygiad diabetes math 2 (Thatcher & Gregory, 2022). Cyflwynodd y defnydd o'r math hwn o ymyriad gyfle i wella'r dull o atal diabetes math 2 yn genedlaethol ac wedi hynny yn 2021 darparodd rhaglen Pwysau Iach, Cymru Iach Llywodraeth Cymru gyllid ar gyfer ei gyflwyno'n genedlaethol gyda gwerthusiad yn rhan annatod ohono. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru'n arwain y gwaith o ddatblygu, gweithredu a gwerthuso Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan (AWDPP).

Beth mae'r ymyriad AWDPP yn ei olygu?

Mae'r rhaglen yn defnyddio prawf gwaed o'r enw HbA1c i adnabod pobl y mae risg uchel iddynt ddatblygu diabetes math 2 (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2023). Cynigir apwyntiad gyda gweithiwr cymorth gofal iechyd sydd wedi'i hyfforddi'n arbennig i'r rhai sy'n gymwys ar gyfer y rhaglen, sy'n cael ei oruchwylio gan Ddeietegwyr ac y mae ei ansawdd wedi'i sicrhau ganddynt. Mae'r ymgynghoriad yn cynnwys risg/risgiau'r unigolyn o ddatblygu diabetes math 2 a beth y gallant ei wneud i leihau hynny. Mae'n bosibl y bydd unigolion yn cael eu cyfeirio at ffynonellau ychwanegol o gymorth i'w helpu i wneud newidiadau i'w deiet ac i ddod yn fwy egnïol yn gorfforol. Bydd apwyntiad dilynol yn cael ei gynnal flwyddyn yn ddiweddarach i adolygu eu cynnydd.

Mae’r Canllaw Gwella Ansawdd (1000 o Fywydau - Gwasanaeth Gwella, 2014) yn nodi, er mwyn sicrhau gofal sy’n canolbwyntio ar yr unigolyn, bod angen yr hyn a ganlyn:

- Gwneud penderfyniadau ar y cyd – mae unigolion yn gallu chwarae rôl weithredol mewn penderfyniadau am driniaethau
- Darparu gofal sy’n cadw urddas pobl – gall unigolion bennu eu nodau eu hunain.
- Mae’r cyfathrebu’n effeithiol – mae jargon meddygol yn cael ei osgoi a defnyddir dulliau cyfathrebu yn effeithiol. .
- Datblygir storïau ar gyfer gwella - mae’r rhain yn rhoi mewnwelediad ac yn dangos bod pob profiad yn cael ei werthfawrogi i’r un graddau.

Mae arweinwyr deietegol yr AWDPP yn ymdrechu i sicrhau bod yr holl bwyntiau uchod yn cael eu cyflawni yn ystod apwyntiadau ymgynghori’r rhaglen. Cydnabu bod angen mewnwelediad dyfnach i brofiad defnyddwyr gwasanaethau o’r AWDPP, i alluogi dadansoddiad o brofiadau bywyd go iawn ac i bennu anghenion unigolion ac a yw eu disgwyliadau’n cael eu cyflawni gan y rhaglen. Bydd y defnydd o Fesur Profiad a Adroddir gan Glaf (PREM) yn darparu safbwynt y defnyddiwr.

Mae’r angen i wella profiad y claf, a sut y mae hyn yn cysylltu â chanlyniadau iechyd gwell, wedi’i gynnwys yn rhan 4 ‘Ensuring that people have a positive experience of care’, fframwaith canlyniadau’r GIG (Adran Iechyd y DU, 2012). Mae angen i staff allu ystyried y gwasanaethau a ddarperir drwy lygaid eu cleifion/defnyddwyr eu gwasanaethau.

Cwmpas y Dadansoddiad o Brofiad Defnyddwyr Gwasanaethau

Mae gwerthusiad proses a gwerthusiad o ganlyniadau’r AWDPP yn rhan annatod o gyflwyno’r rhaglen. Fodd bynnag, er bod y gwerthusiad o’r canlyniadau yn mynd rhagddo ar hyn o bryd, cynhaliwyd y gwerthusiad cyntaf o’r broses yng nghamau cychwynnol y gwaith o roi’r AWDPP ar waith, ac felly roedd angen o hyd i ddeall profiad defnyddwyr y gwasanaethau o ymyriad y rhaglen yn well. Mae data meintiol ar ffurf Mesurau Canlyniad a Adroddir gan Glaf (PROM) yn cael eu casglu ar wahân fel rhan o’r gwerthusiad o’r canlyniadau.

Mae’r dadansoddiad hwn yn darparu disgrifiad o un elfen o’r rhaglen sy’n cynnwys Holiadur Mesur Profiad a Adroddir gan Glaf (PREM). Mae’r defnydd o’r mesur yn cynnig ffordd ddibynadwy, ddilys ac ymarferol o gasglu gwybodaeth gan ddefnyddwyr y gwasanaethau am eu profiad o’r rhaglen.

Methodoleg

Y Dull a Ddefnyddiwyd a'r Sail Resymegol

Mae'r adroddiad hwn yn cwmpasu'r ymatebion a ddaeth i law dros 4 mis cyntaf y defnydd o Fesur Profiad a Adroddir gan Glaf (PROM) y AWDPP.

Recriwtio a Samplu

I recriwtio unigolion, gweithredwyd techneg samplu bwrpasol drwy nodi'r holl ddynion a menywod a fynychodd ymgynghoriad AWDPP ar draws saith bwrdd iechyd Cymru rhwng y 1af o Ragfyr 2023 a'r 31ain o Fawrth 2024.

Dulliau o Weithredu'r Rhaglen

Er mwyn darparu dadansoddiad mwy cynhwysfawr o brofiadau'r rhai a gymerodd ran yn yr AWDPP, roedd angen cyfuno'r data meintiol ac ansoddol. Casglwyd y ddau fath o ddata ar yr un pryd drwy'r defnydd o un holiadur a oedd yn cynnwys cwestiynau caeedig ac agored h.y. yr holiadur PREM (ewch i Atodiad 1).

Fe wnaeth yr agwedd ansoddol ar yr holiadur ganiatáu mwy o hyblygrwydd, gyda'r nod o gael dealltwriaeth fwy cyfannol o'r maes dan sylw. Nid oes gan y fethodoleg ymchwil ansoddol strwythur cymharol fel arfer, ond os yw patrymau'n ymddangos yn y data, mae'n bosibl y bydd gwneud cymariaethau'n berthnasol.

Casglu data

Roedd y dull casglu data a ddefnyddiwyd yn offeryn hunanadrodd strwythuredig. Roedd hwn ar ffurf holiadur Mesur Profiad a Adroddir gan Glaf (PREM) wedi'i hunanweinyddu. Mae'r holiadur PREM yn offeryn a gynhyrchir i fesur profiad y claf ar draws y gwahanol fyrddau iechyd yng Nghymru, sy'n cynnwys nifer o themâu cyffredin. Cyflwynwyd y Fframwaith ar gyfer Sicrhau Profiad Defnyddwyr Gwasanaethau i ddechrau yn 2013 ac fe'i diweddarwyd yn 2015. Argymhellodd y dylid cynnwys nifer o gwestiynau ar brofiad defnyddwyr craidd y gwasanaethau mewn holiaduron cenedlaethol (Llywodraeth Cymru, 2018) ac awgrymodd y dylid defnyddio amrywiaeth o ddulliau i gael adborth y defnyddwyr er mwyn cael darlun cyflawn.

Dechreuodd y cyfnod casglu data ar y 1af o Ragfyr 2023. Lluniwyd yr holiadur PREM gan ddefnyddio Microsoft Forms ac fe'i darparwyd i ddefnyddwyr y gwasanaethau ar ffurf nifer o opsiynau, naill ai ar ddiwedd yr ymgynghoriad neu anfonwyd e-bost ar ôl yr ymgynghoriad, i gefnogi mynediad teg, gan gynnwys: fersiwn wedi'i hargraffu, neu fersiwn ddigidol sy'n hygyrch drwy ddefnyddio cod QR neu ddolen HRL (ewch i atodiad 1). Roedd yr holl holiaduron yn ddienw.

Anhysbysrwydd a chyfrinachedd

Cafodd yr holl ddata electronig eu cadw ar gyfrifiadur wedi'i ddiogelu gan gyfrinair a chafodd y dogfennau papur eu cloi mewn cabinet yn un o swyddfeydd y bwrdd iechyd, yn unol â Deddf Diogelu Data 1998, drwy gydol cyfnod y prosiect.

Canlyniad

Nodweddion Defnyddwyr Gwasanaethau

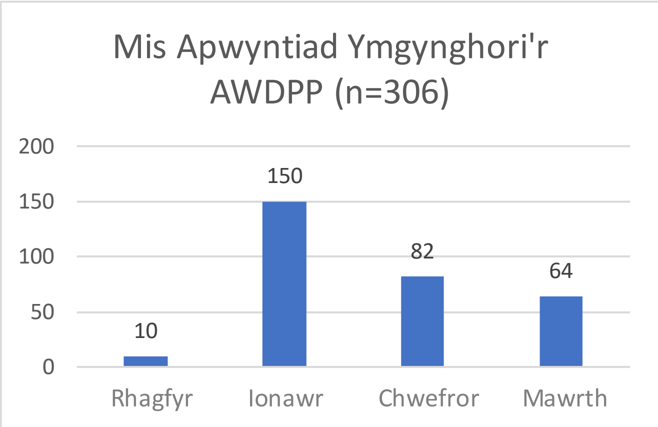
Mae Tabl 1 yn nodi manylion nodweddion y cyfranogwyr a fynychodd apwyntiad ymgynghori'r AWDPP a gynhaliwyd yn ystod mis Rhagfyr 2023 – Mawrth 2024 ac a gwblhaodd yr holiadur PREM. Daeth cyfanswm o 367 o ymatebion i law yn ystod y cyfnod hwn. Ychwanegwyd cwestiwn ynghylch y dull casglu tua diwedd mis Rhagfyr i gasglu data i fod yn sail i werthusiad o'r gwasanaeth yn y dyfodol. Erbyn diwedd mis Mawrth, casglwyd n=166 ar ffurf papur (46%) a n=191 yn ddigidol gan ddefnyddio ffôn/dyfais symudol (54%).

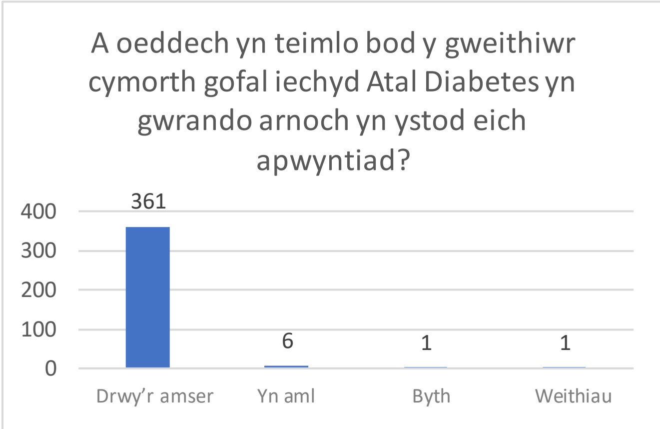
Tabl 1: nodweddion Defnyddwyr Gwasanaethau'r AWDPP.

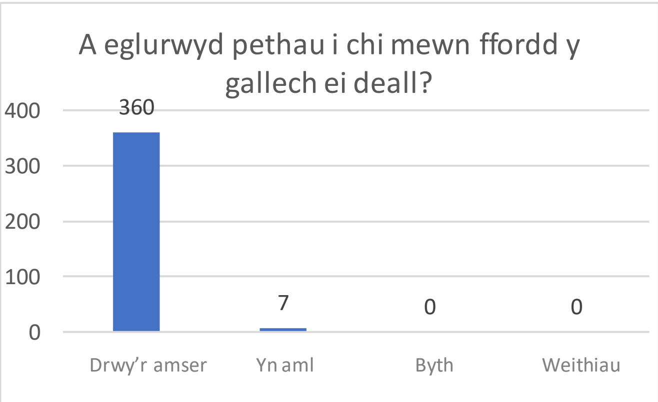
Nodwedd	Cyfanswm (n=367)	N=	%
Rhyw	Gwryw	185	52%
	Benyw	173	48%
Oedran (blynyddoedd)	18-24	0	0
	25-34	0	0
	35-44	13	3.5%
	45-54	30	8%
	55-64	104	28.6%
	65-74	151	41.5%
	75+	65	17.9%
	Byddai'n well gennyf beidio â dweud	1	0.5%
Grŵp Ethnig	Gwyn-Prydeinig/Saesnig/Gwyddelig o Ogledd	348	96%
	Iwerddon/Albanaidd/Cymreig	1	0.3%
	Gwyn-Gwyddelig	6	1.7%
	Gwyn - Arall	1	0.3%
	Grŵp ethnig cymysg/lluosog – Affricanaidd Gwyn a Du	1	0.3%
	Asiaidd/Asiaidd Prydeinig-Tsieineaidd		
	Du/Affricanaidd/Caribïaidd/Du Prydeinig - Affricanaidd	2	0.6%
	Du/Affricanaidd/Caribïaidd/Du Prydeinig – Du Prydeinig	1	0.3%
	Byddai'n well gennyf beidio â dweud	3	0.8%
Dull cwblhau'r holiadur	Digidol ar eich ffôn/dyfais symudol	191	54%
	Ar bapur	166	46%

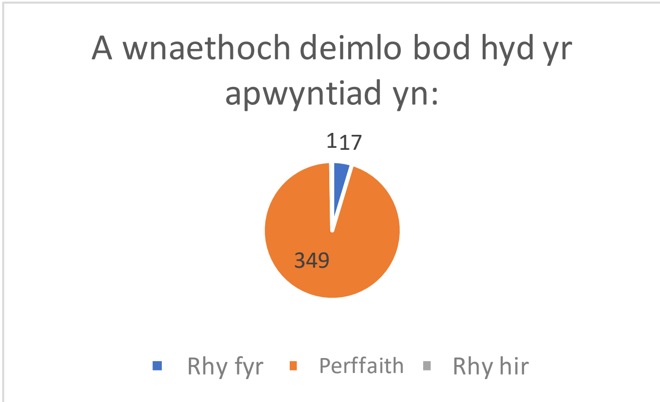
Cwestiynau ac Ymatebion yr holiadur PREM

Fe wnaeth 87% (n=321) o bobl fynychu apwyntiad atal diabetes cyntaf a mynychodd 12% (n= 46) apwyntiad dilynol/12 mis ac roedd dau berson yn ansicr.









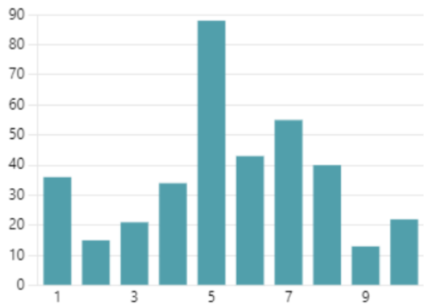
Gofynnwyd i ddefnyddwyr y gwasanaethau**:**

Cyn yr apwyntiad, sut y byddech wedi disgrifio eich gwybodaeth am y ffactorau risg ar gyfer datblygu Diabetes Math 2?

(Ar raddfa o 1=Ychydig iawn o wybodaeth, 5=Ychydig o wybodaeth, 10=Gwybodaeth dda iawn)

5.46

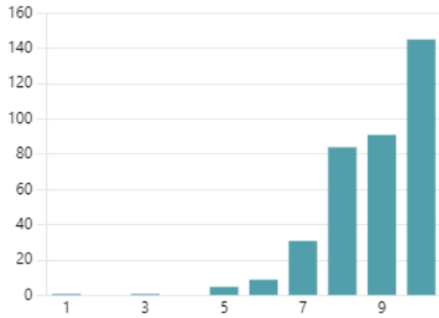
Cyfradd Gyfartalog



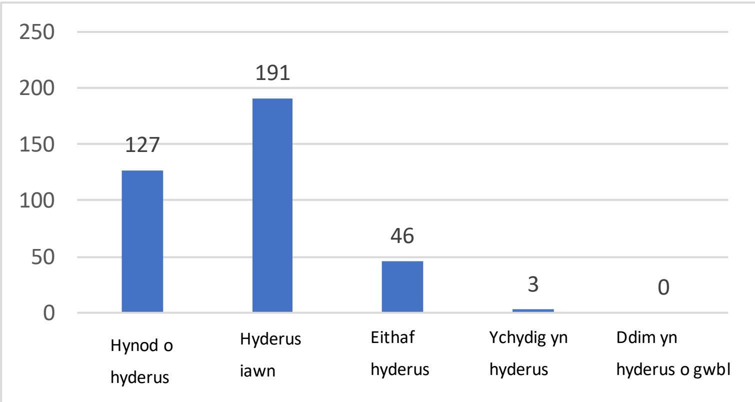
Ar ôl yr apwyntiad, sut y byddech yn disgrifio eich gwybodaeth am y ffactorau risg ar gyfer datblygu Diabetes Math 2?

8.83

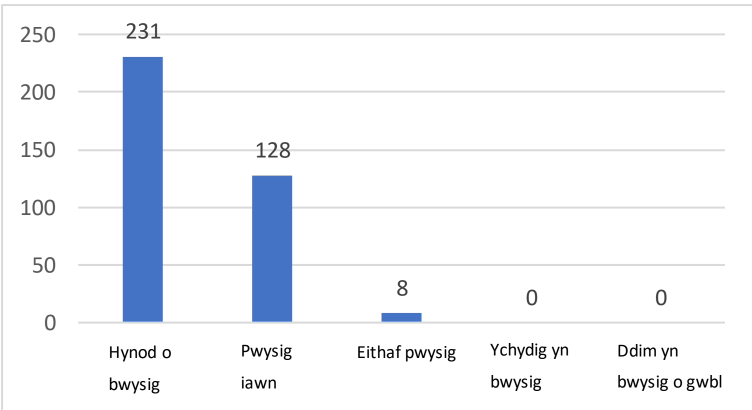
Cyfradd Gyfartalog



Ar ôl yr apwyntiad, pa mor hyderus ydych chi'n teimlo bellach ynghylch gwneud newidiadau i'ch ffordd o fyw i leihau eich risg o ddatblygu Diabetes Math 2?
Adroddodd 87% eu bod yn teimlo'n 'Hynod o hyderus/Hyderus iawn'



Pa mor bwysig yw hi i wneud newidiadau i'ch ffordd o fyw er mwyn lleihau eich risg o ddatblygu Diabetes Math 2?
Adroddodd 98% ei bod yn 'Hynod o bwysig/pwysig iawn' gwneud newidiadau i'ch ffordd o fyw



Gofynnwyd i ddefnyddwyr y gwasanaethau a gynigwyd cymorth pellach iddynt ac i ddarparu manylion amdano. Adroddodd 53% (n=151) eu bod yn bwriadu derbyn y cynigion o gymorth pellach a ddarparwyd, dywedodd 29% (n=81) y byddent 'o bosibl' yn gwneud hynny a dywedodd 18% (n=52) na fyddent yn derbyn y cynnig o gymorth. Mae'r tabl isod yn dangos yr opsiynau y gwnaethant eu dewis.

Math o gymorth	Nifer yr ymatebion
Ymarfer Corff/Gweithgaredd Corfforol/ Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff	112
Bwyd Doeth am Oes	23
Rheoli pwysau	83
Slimming World	5
Deiet/Bwyd	19
Dolenni i'r rhyngrwyd	26
Deietegwyr	3
Let's Prevent Diabetes	12
Taflenni	2
Meddyg Teulu	1
Apwyntiad dilynol	5
Helpa Fi i Stopio	4
CYFANSWM	**295**

Gofynnwyd i ddefnyddwyr y gwasanaethau:

Gan feddwl am eich apwyntiad Atal Diabetes, yn gyffredinol, sut oedd eich profiad o'n gwasanaeth? Dywedodd 86.5% (n=315) bod eu profiad yn 'Dda iawn', dywedodd 13% (n=48) ei fod yn 'Dda', dywedodd n=1 ei fod 'Ddim yn dda nac yn wael' ac ni wnaeth unrhyw un nodi ei fod yn 'Wael' neu 'Wael iawn'

Uchafbwyntiau Ymateb Defnyddwyr y Gwasanaethau

"Roedd yn teimlo fel profiad dysgu positif ac nid yn ymarfer gorfodol."

"Roedd natur ragweithiol y gwasanaeth h.y. beth am beidio â gadael i hyn ddigwydd, wedi creu argraff arnaf."

"Roeddwn i'n hapus iawn gyda'r apwyntiad lle y dangoswyd i mi sut i newid ond fe wnaethant hefyd wrando ar fy mhrofiadau a fy mhroblemau personol."

"Rwy'n falch iawn ei fod ar gael, mae'r siwgr yn fy ngwaed yn normal eto felly rwy'n hynod o hapus."

"Roedd cymaint o wybodaeth bwysig wedi'i rhoi i mi nad oeddwn yn ymwybodol ohoni."

"Daliwch ati, gyda'r pwysau ar y GIG mae'n amlwg bod atal yn well na gwella."

"Cyn i mi ddod i'r apwyntiad, roeddwn yn pryderu'n fawr am ddatblygu diabetes. Helpodd [y gweithiwr cymorth gofal iechyd] fi i ystyried rhai o fy nghamsyniadau, ac ar ôl llawer o ddagrau, roeddwn wedi gallu symud ymlaen a meddwl am beth y gallwn ei wneud i ostwng lefelau'r siwgr yn fy ngwaed ….

"Roeddwn yn bryderus iawn ynghylch yr apwyntiad hwn, ond rwyf wedi dod oddi yno gyda'r wybodaeth y gallaf wneud newidiadau bach er mwyn gwneud gwahaniaeth i fy iechyd. Nid oeddwn yn teimlo fy mod yn cael fy meirniadu ynghylch unrhyw ran o fy mywyd ac roeddwn yn teimlo eu bod wedi gwrando arnaf."

"Byddwn yn awgrymu y dylai apwyntiad dilynol fod ar gael ar ôl 6 mis i gefnogi pobl i wneud newidiadau i'w ffordd o fyw a gwirio lefelau'r siwgr yn fy ngwaed i weld a wnaed unrhyw gynnydd"

Cyfyngiadau

Fel gyda phob arolwg, mae'r wybodaeth hon wedi'i chyfyngu i'r rhai a ymatebodd i'r holiadur ac nid yw'n casglu barn y rhai na wnaeth ei ateb. O ganlyniad, ni allwn hepgor y risg o duedd ymatebwyr, o ran demograffeg a nodweddion eraill allai fod wedi ysgogi'r rhai a ymatebodd i ymateb fel y gwnaethant. Nid oes gennym fynediad chwaith at y data ar gyfanswm nifer yr arolygon PREM a ddarparwyd er mwyn gwybod pa ganran o'r ymatebion a ddaeth i law, neu sut y mae demograffeg y rhai a ymatebodd yn wahanol i ddemograffeg y rhai a wahoddwyd i ymateb. Felly, mae angen deall y wybodaeth a ddeilliodd o'r ymarfer hwn yng nghyd-destun y cyfyngiadau hyn.

Casgliadau

Mae'r dadansoddiad hwn o brofiad defnyddwyr gwasanaethau'r AWDPP wedi dangos bod defnyddwyr y gwasanaethau a ymatebodd i'r holiadur PREM yn gwerthfawrogi'r gefnogaeth y mae apwyntiadau ymgynghori'r AWDPP yn ei darparu. Mae'r apwyntiadau'n 30-45 munud o hyd ac adroddodd 95% o ddefnyddwyr y gwasanaethau fod hyn yn 'berffaith', a dim ond un unigolyn a oedd yn teimlo bod hyn yn rhy hir. Roedd defnyddwyr y gwasanaethau'n gwerthfawrogi amseroldeb yr apwyntiad ac roedd nifer yn cydnabod '*natur ragweithiol y gwasanaeth*' a bod '*atal yn well na gwella'*.

Cydnabu 98% bwysigrwydd gwneud newidiadau i'w hymddygiadau iechyd, ac y bydd y wybodaeth a ddarparwyd a'u cyfeirio at wasanaethau eraill yn ddefnyddiol i gefnogi'r newidiadau hyn. Cydnabuwyd a gwerthfawrogwyd ymagwedd heb feirniadaeth y gweithwyr cymorth gofal iechyd y gwnaethant siarad â nhw: '*Nid oeddwn yn teimlo fy mod yn cael fy meirniadu ynghylch unrhyw ran o fy mywyd ac roeddwn yn teimlo eu bod wedi gwrando arnaf'*. Y gobaith yw bod yr adborth hwn yn adlewyrchu'r ffaith bod Cyfweld Ysgogiadol wedi'i ymwreiddio'n llwyddiannus o fewn yr AWDPP, oherwydd amlygwyd hyn yn ystod y cam datblygu fel elfen hanfodol o raglen hyfforddi'r AWDPP. Mae Cyfweld Ysgogiadol yn seiliedig ar bedwar gwerth sylfaenol: Ansawdd, Didwylledd, Haelioni a Pharch (Rollnick, Miller, a Butler, 2013).

Fodd bynnag, ceir cydnabyddiaeth o’r angen i ailadrodd yr ymarfer hwn gyda system casglu data well, sy’n gallu darparu dealltwriaeth o’r gyfradd ymateb yn ogystal ag unrhyw fewnwelediadau i helpu i ddeall pwy na ymatebodd a pham.

Cyfeiriadau

1000 o Fywydau - Gwasanaeth Gwella. (2014). *The Quality Improvement Guide: The Improving Quality Together Edition.* Caerdydd.

Adran Iechyd y DU. (2012). *The NHS Outcomes Framework 2013/14.* Yr Adran Iechyd, Llundain. Adferwyd o https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/213055/121109-NHS-Outcomes-Framework-2013-14.pdf

Cynllunio a Chyflawni Ariannol. (2024, Medi). *Diabetes Insight & Variation Atlas*. Adferwyd o https://app.powerbi.com/groups/me/reports/39ba2ecf-c9ff-4f07-af45-f7307d06c8a1/ReportSection8cdba7ec16060738837e?experience=power-bi

Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2023, Tachwedd 14). *48,000 additonal people with diabetes in Wales by 2035-new analysis*. Adferwyd o https://icc.gig.cymru/newyddion1/bydd-48000-o-bobl-ychwanegol-a-diabetes-yng-nghymru-erbyn-2035-dadansoddiad-newydd/

Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2023). *Protocol Ymyriadau Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan.* Caerdydd: Tachwedd. Adferwyd o https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/yr-is-adran-gofal-sylfaenol/rhaglen-atal-diabetes-cymru-gyfan/protocol-ymyriadau-rhaglen-atal-diabetes-cymru-gyfan/

Llywodraeth Cymru. (2018). *Cylchlythyr Iechyd Cymru.* Llywodraeth Cymru. Adferwyd o https://www.llyw.cymru/sites/default/files/publications/2019-07/cwestiynau-craidd-a-ddilyswyd-ar-gyfer-defnyddwyr-gwasanaeth-ar-fframwaith-ar-gyfer-sicrhau-profiad-defnyddwyr-gwasanaeth-sydd-wedi-ei-ddiweddaru_0.pdf

NICE. (2017, Medi 15). *Type 2 diabetes: prevention in people at high risk*. Adferwyd o https://www.nice.org.uk/guidance/ph38/chapter/Recommendations#risk-identification-stage-1

Rollnick, S., Miller, W., a Butler, C. (2013). *Motivational Interviewing: Helping People to Change (3ydd Argraffiad).* Efrog Newydd: The Guilford Press.

Thatcher, R., a Gregory, N. e. (2022, Mawrth). Brief lifestyle interventions fro prediabetes in primary care: a service evaluation. *BMC Primary Care, 23*(45). doi:doi: 10.1186/s12875-022-01658-2.

Atodiadau

Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan (AWDPP) – Holiadur i Gleifion

Hoffai'r tîm AWDPP ac Iechyd Cyhoeddus Cymru glywed am eich profiad o gymryd rhan yn Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan. Datblygwyd y rhaglen hon i helpu pobl i wneud newidiadau a allai atal neu oedi datblygiad Diabetes Math 2. Mae'r rhaglen yn newydd ac rydym am wybod pa mor dda mae'n gweithio a sut y gellir ei gwella i helpu eraill sy'n wynebu'r risg o gael diabetes. Bydd eich barn yn helpu gweithwyr iechyd proffesiynol i ddylunio rhaglenni mwy effeithiol yn y dyfodol.

Cyn i chi lenwi'r holiadur, mae'n bwysig eich bod yn deall yr hyn sydd dan sylw, a pham mae'n cael ei wneud. Cymerwch amser i ddarllen a deall y wybodaeth hon.

Beth yw diben yr holiadur i gleifion?
Rhoi cyfle i chi rannu eich profiad o'r rhaglen. Gallwn eich sicrhau nad oes unrhyw atebion cywir neu anghywir i'r cwestiynau. Mae pob ateb yn werthfawr!

Pam rydym yn gofyn i chi lenwi'r holiadur hwn?
Rydych wedi mynychu apwyntiad Atal Diabetes gyda gweithiwr cymorth Gofal Iechyd. **Hoffem ddeall eich profiad o fynychu'r apwyntiad hwn.**

A oes rhaid i chi gymryd rhan?
Nac oes, mae gan bawb yr hawl i optio allan.

Beth yw manteision cymryd rhan?

Bydd y wybodaeth y byddwch yn ei chyflwyno yn cael ei defnyddio i helpu i wella gwasanaethau ac i feithrin dealltwriaeth well o'r hyn sy'n gweithio orau a pha welliannau y gellir eu gwneud.

O bryd i'w gilydd, mae'n bosibl y byddwn yn rhannu gwybodaeth ystadegol gyda sefydliadau allanol at ddibenion gwaith ymchwil, datblygu a gwella iechyd a gofal iechyd.

A fydd y ffaith fy mod wedi cymryd rhan yn cael ei gadw'n gyfrinachol?
Bydd, mae'r holl ddata a ddaw i law yn cael eu cadw'n gyfrinachol. Bydd y wybodaeth a ddarparwch yn cael ei chadw mewn ffeil ddiogel yn GIG Cymru, lle y bydd ymatebion gan ddefnyddwyr gwasanaethau eraill o ardaloedd eraill yn cael eu casglu hefyd.

Ydy'r holiadur yn ddienw?
Ydi, yn gyfan gwbl. Nid ydym yn casglu unrhyw ddata lle y gellir adnabod unigolion o gwbl, ac rydym yn gofyn i chi beidio â datgelu pwy ydych chi nac unrhyw un arall yn eich ymatebion ysgrifenedig.

1. Dewiswch eich Bwrdd Iechyd *

- Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
- Bwrdd Iechyd Cwm Taf Morgannwg
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda
- Bwrdd Iechyd Addysgu Powys
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

2. Nodwch enw eich Meddygfa*

3. Cyn i rywun gysylltu â chi ynghylch Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan, oeddech chi'n gwybod eich bod mewn perygl o ddatblygu Diabetes Math 2? *

- Oeddwn
- Nac oeddwn
- Arall

Eich Apwyntiad Atal Diabetes Cymru Gyfan

4. Ym mha fis oedd eich apwyntiad: *

5. Pa apwyntiad atal diabetes wnaethoch chi ei fynychu?

- Apwyntiad atal diabetes cyntaf
- Apwyntiad atal diabetes dilynol
- Ddim yn siŵr

6. Pa fath o apwyntiad wnaethoch chi ei fynychu? *

- Wyneb yn wyneb yn eich meddygfa
- Wyneb yn wyneb mewn lleoliad arall
- Drwy fideo gan ddefnyddio cyfrifiadur/dyfais llechen/ffôn clyfar
- Dros y ffôn

7. Oeddech chi'n teimlo bod y gweithiwr cymorth gofal iechyd Atal Diabetes yn gwrando arnoch chi yn ystod eich apwyntiad? *

- Bob amser
- Yn aml
- Weithiau
- Byth

8. A gafodd pethau eu hegluro i chi mewn ffordd y gallech ei deall? *

- Bob amser
- Yn aml
- Weithiau
- Byth

9. Oeddech chi'n teimlo bod hyd yr apwyntiad yn:- *

- Rhy fyr
- Perffaith
- Rhy hir
-

Eich ymwybyddiaeth o beryglon diabetes math 2

10. **Cyn** yr apwyntiad, sut y byddech wedi disgrifio eich gwybodaeth am y ffactorau risg ar gyfer datblygu Diabetes Math 2?

(Ar raddfa o 1= Ychydig iawn o wybodaeth, 5=Ychydig o wybodaeth, 10= Gwybodaeth dda iawn) *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

11. **Ar ôl** yr apwyntiad, sut y byddech yn disgrifio eich gwybodaeth am y ffactorau risg ar gyfer datblygu Diabetes Math 2?

(Ar raddfa o 1= Ychydig iawn o wybodaeth, 5=Ychydig o wybodaeth, 10= Gwybodaeth dda iawn) *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

12. **Ar ôl** yr apwyntiad, pa mor hyderus ydych chi'n teimlo am wneud newidiadau i'ch ffordd o fyw er mwyn lleihau eich risg o ddatblygu Diabetes Math 2? *

- Hynod o hyderus
- Hyderus iawn
- Eithaf hyderus
- Ychydig yn hyderus
- Ddim yn hyderus o gwbl

13. Pa mor bwysig yw hi i wneud newidiadau i'ch ffordd o fyw er mwyn lleihau eich risg o ddatblygu Diabetes Math 2? *

- Hynod o bwysig
- Pwysig iawn
- Eithaf pwysig
- Ychydig yn bwysig
- Ddim yn bwysig o gwbl

Cymorth ychwanegol i'ch helpu i leihau eich risg o ddatblygu diabetes math 2

14. A gawsoch gynnig rhagor o gymorth yn yr apwyntiad? (e.e. atgyfeiriad i wasanaeth arall fel rhaglen rheoli pwysau, rhaglen gweithgaredd corfforol neu eich cyfeirio at ddolenni'r rhyngrwyd?) *

- Do
- Naddo
- Ddim yn cofio

15. Os cawsoch gynnig rhagor o gymorth, nodwch fanylion y cymorth hwnnw.

16. Ydych chi'n bwriadu derbyn unrhyw rai o'r cynigion hyn am ragor o gymorth? *

- Ydw
- Efallai
- Nac ydw

17. A roddwyd unrhyw daflenni ysgrifenedig i chi yn ystod eich apwyntiad Atal Diabetes?

- Do
- Naddo
- Ni allaf gofio

18. Os rhoddwyd taflenni ysgrifenedig i chi, a oedd y rhain yn ddefnyddiol/addysgiadol?

- Oedden
- Nac oedden
- Arall

19. A oes unrhyw ffordd y gellid gwella'r apwyntiad? *

20. Gan feddwl am eich apwyntiad Atal Diabetes, yn gyffredinol, beth oedd eich profiad o'n gwasanaeth? *

- Da iawn
- Da
- Ddim yn dda nac yn wael
- Gwael
- Gwael iawn
- Ddim yn gwybod

21. A oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ddweud wrthym am eich profiad o Raglen Atal Diabetes Cymru Gyfan.

Monitro Cydraddoldeb
Yn olaf, dyma rai cwestiynau amdanoch chi i'n helpu i sicrhau ein bod yn trin pawb yn deg a chyda pharch.

22. Beth yw eich oedran?

- 18-24
- 25-34
- 35-44
- 45-54
- 55-64
- 65-74
- 75+
- Byddai'n well gennyf beidio â dweud

23. Beth yw eich rhyw?

- Gwryw
- Benyw
- Byddai'n well gennyf beidio â dweud

24. Pan gawsoch eich geni, a gawsoch eich disgrifio fel:

- Gwryw
- Benyw
- Arall
- Byddai'n well gennyf beidio â dweud

25. Pa un o'r opsiynau a ganlyn sy'n eich disgrifio orau?

- Heterorywiol neu syth
- Deurywiol
- Hoyw neu Lesbiad
- Arall
- Byddai'n well gennyf beidio â dweud

26. Beth yw eich grŵp ethnig?

- Gwyn – Prydeinig/Saesnig/Gwyddelig o Ogledd Iwerddon/Albanaidd/Cymreig
- Gwyn – Sipsi neu Deithiwr Gwyddelig
- Gwyn - Gwyddelig
- Gwyn - Arall
- Grŵp ethnig cymysg / lluosog – Gwyn a Du Caribïaidd
- Grŵp ethnig cymysg / lluosog – Gwyn a Du Affricanaidd
- Grŵp ethnig cymysg / lluosog – Gwyn ac Asiaidd
- Grŵp ethnig cymysg / lluosog - Arall
- Asiaidd/Asiaidd Prydeinig - Indiaidd
- Asiaidd/Asiaidd Prydeinig - Pacistanaidd
- Asiaidd/Asiaidd Prydeinig - Bangladeshaidd
- Asiaidd/Asiaidd Prydeinig - Tsieineaidd
- Asiaidd/Asiaidd Prydeinig - Arall
- Du/Affricanaidd/Caribïaidd/Du Prydeinig – Affricanaidd
- Du/Affricanaidd/Caribïaidd/Du Prydeinig - Caribïaidd
- Du/Affricanaidd/Caribïaidd/Du Prydeinig – Du Prydeinig
- Du/Affricanaidd/Caribïaidd/Du - Arall

27. A ydych wedi llenwi'r holiadur hwn:

- Yn ddigidol ar eich ffôn/dyfais symudol
- Ar bapur