

Buddsoddi yn y Genhedlaeth Nesaf



Beth sydd angen ei newid ar gyfer
pobl sydd â seicosis cynnar sy'n
byw yng Nghymru



Grŵp Llywio Cenedlaethol Ymyrraeth
Gynnar mewn Seicosis - Papur Sefyllfa



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis

Mae gwasanaethau Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis (EIP) yn helpu pobl ifanc sy'n cael pwl cyntaf o seicosis (FEP) i wella ac i gael ansawdd bywyd da. Mae'r gwasanaethau'n cefnogi mwy na 10,000 o bobl ifanc bob blwyddyn yn y DU (1). Mae pwl cyntaf yn digwydd gan amlaf rhwng diwedd yr arddegau a diwedd yr ugeiniau, a mwy na thri chwarter o ddynion a dwy ran o dair o fenywod yn cael eu pwl cyntaf o seicosis cyn eu bod yn 35 oed (2). O fewn gwasanaethau oedolion, plant a phobl ifanc, mae EIP yn cynnig dull sy'n canolbwyntio ar y teulu o gyflawni canlyniadau drwy gynnig ymyriadau sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Rhaid i gynllunio lleol felly ystyried nifer yr achosion ar draws y rhychwant oes ac ystyried anghenion rhwydwaith cymorth person ifanc.

Mae gofal EIP yn gwella rhagolygon person o wella o seicosis yn sylweddol. Mae hefyd yn ei gwneud yn llai tebygol y bydd yn ailwaelu neu'n cael ei gadw o dan y Ddeddf Iechyd Meddwl (1983), gan arbed £44 miliwn y flwyddyn o bosib i'r GIG yn y DU drwy ddefnyddio llai o welyau ysbyty (17).

Cafodd gwasanaethau EIP yng Nghymru arian cychwynnol i helpu i ddatblygu model gwasanaeth. Mae angen adnoddau ac arloesi yn y dyfodol er mwyn datblygu a sefydlu'r modelau hynny ymhellach a darparu cydraddoldeb gyda gwasanaethau EIP ledled y DU ac yn rhyngwladol.

Yng Nghymru, mae angen cynnig y lefel ofynnol o ofal a darparu ymyriadau ar sail tystiolaeth gyda dyfodol pendant gan bob gwasanaeth EIP. Mewn rhai ardaloedd o Gymru, mae gwasanaethau EIP yn y cyfnod datblygu o hyd ac mewn rhai eraill, lle mae gwasanaethau yn weithredol, gall fod oedi cyn cael at driniaeth neu'r ystod lawn o ymyriadau gofynnol. Mae peidio â darparu'r gwasanaethau hyn yn effeithio'n sylweddol ar siawns unigolyn o wella ac yn cynyddu'r tebygolrwydd y bydd yn datblygu salwch gydol oes. Mae'n hanfodol felly bod pobl sydd, o gael y cymorth cywir, yn cael cyfle i sicrhau ansawdd bywyd da a chwarae rhan ystyrlon mewn cymdeithas.

Mae'r ddogfen hon yn cyflwyno tystiolaeth gan wasanaethau ledled Cymru, effaith gadarnhaol gwasanaethau EIP ar y bobl ifanc y maent yn eu cefnogi ac yn tynnu sylw at yr hyn y gellir ei gyflawni os caiff gwasanaethau eu datblygu a'u trawsnewid. Bydd y ddogfen yn cael ei hadolygu ym mis Rhagfyr 2023 er mwyn sicrhau bod data, meysydd gwella allweddol a chynlluniau'n cael eu diweddarau.

Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis



Mae 35% o bobl ifanc mewn gwasanaethau EIP/FEP mewn cyflogaeth o'u cymharu â 12% sy'n cael gofal arferol



Mae gwell iechyd corfforol yn lleihau'r galw am wasanaethau eraill



Gwell rhagolygon addysg

Yn ystod y tair blynedd nesaf mae Cymru wedi ymrwymo i'r canlynol:

- Pobl ifanc sy'n cael profiad o seicosis yn cael mynediad sicr at gymorth EIP
- Gwasanaethau EIP yn cael eu hystyried yn flaenoriaeth allweddol gyda mwy o gyllid pellach yn ôl yr angen
- Cyflawni'r ymyriadau cydnabyddedig ar gyfer gwasanaethau EIP gydag ymrwymiad i gyflawni Safonau Cenedlaethol
- Gwasanaethau EIP sy'n darparu gwasanaethau ar gyfer ystod oedran 14-65 oed
- Gwasanaethau EIP sydd â staff penodedig, gan gynnwys seiciatryddion, seicolegwyr, nyrsys, therapyddion galwedigaethol, cymorth cyflogaeth arbenigol, cymorth gan gymheiriaid a chymorth gofal iechyd corfforol
- Datblygu gwasanaethau diogel, sy'n cael eu cyd-gynhyrchu a'u hysbysu gan drawma
- Datblygu timau EIP mewn cydweithrediad ac yn integredig â'r trydydd sector a phobl â phrofiad byw
- Datblygu rhaglenni gwaith pwrpasol, gan gynnwys rhaglen sgrinio ac ymyrraeth iechyd corfforol Cymru gyfan a llawlyfr addysg a chymorth i ofalwyr
- Rhaglen dysgu a datblygu genedlaethol sy'n gweithio gydag Addysg a Gwellu Iechyd Cymru (AaGIC) i gefnogi cyflawni gweithlu EIP medrus
- Defnyddio adnoddau naturiol Cymru i ddarparu dulliau newydd wedi'u teilwra fel rhaglenni therapi antur.

Mae pobl sydd â seicosis yn parhau i farw ar gyfartaledd 15-20 mlynedd yn iau na'r rhai yn y boblogaeth gyffredinol; un o achosion mwyaf cyffredin marwolaeth yw clefyd cardiofasgwlaidd

Dangoswyd bod therapïau seicolegol ar gyfer trin pobl â seicosis yn fuddiol, ond mae gweithredu mewn gwasanaethau arferol yn dal i fod yn wael er gwaethaf cynnwys y therapïau hyn mewn canllawiau clinigol

Mae pobl sy'n cael cymorth EIP dros 20% yn llai tebygol o gael eu cadw'n gyfreithiol yn yr ysbyty o dan y Ddeddf Iechyd Meddwl (1983) yn ystod dau fis cyntaf eu salwch (3)



Mae gwasanaethau EIP yn cynnig arbedion cost i'r GLG yn y meysydd canlynol:

- Llai o hunanladdiad a dynladdiad
- Defnyddio llai o wasanaethau argyfwng a chleifion mewnol
- Gwell iechyd corfforol, gan leihau'r galw ar wasanaethau eraill
- Gwell rhagolygon cyflogaeth ac addysg
- Gwell profiadau gofal

Amcangyfrifir arbedion cost net o £7,972 y pen ar ôl y pedair blynedd gyntaf a £6,780 y pen yn y pedair i 10 mlynedd nesaf os darperir y ddarpariaeth EIP lawn (4).

Dros gyfnod o 10 mlynedd, byddai hyn yn arwain at arbed £15 o gostau ar gyfer pob £1 a fuddsoddir mewn gwasanaethau EIP.





Profiadau Pobl

Safbwynt defnyddiwr gwasanaeth:

'Rydych wedi rhoi'r hyder i mi adael y tŷ a chael fy mywyd yn ôl ar y trywydd iawn. Wnaethon nhw ddim anobeithio amdana i pan o'n i ddim yn barod i siarad efo neb. Roedd mynd yn ôl i'r gwaith y tu hwnt i'm cyrraedd i'n llwyr, ond yna fe gwrddais â Dave (gweithiwr) ac rydyn ni wedi gwneud iddo ddigwydd gyda'n gilydd, fe helpodd fi i weld y gallwn ei wneud fesul tipyn. Mae gwneud y gweithgareddau yn fy nghael yn ôl i ffordd o fyw a oedd gennyf o'r blaen. Fe wnaeth EIP fy helpu i ganfod beth oedd fy niddordebau. Roeddwn i'n gallu ymuno â chysiau cymunedol ar gelf a chreffft a gwersi cerddoriaeth a nawr mae fy hunanhyder wedi cynyddu cymaint mwy.'



Yn seiliedig ar ganllawiau NICE, cydrannau allweddol gwasanaeth EIP o safon o safbwynt defnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr / teuluoedd yw:

- Lleihau hyd seicosis heb ei drin, gan gynnwys cymorth i bobl sydd â chyflwr meddyliol mewn perygl ac i rai, atal trawsnewid i seicosis
- Llunio canlyniadau effeithiol o ran cyfraddau gwella ac ailwaelu
- Darparu asesiad cyflym drwy bwynt cyswllt hawdd cael ato gan ymarferydd sy'n gymwys i adnabod pwl cyntaf o seicosis
- Cymorth gan staff sy'n magu ymddiriedaeth a hyder
- Darparu gwybodaeth dda i'w helpu i ddeall opsiynau seicosis a thriniaeth
- Cydlynnydd gofal a fydd yn eu cefnogi drwy gydol eu hamser yn y gwasanaeth, gan gynnwys eu helpu gyda sgiliau hunanreoli, materion gofal cymdeithasol fel tai a rheoli dyled a gwaith atal ailwaelu
- Dewis o ymyriadau seicolegol a ffarmacolegol
- Cymorth, gwybodaeth a chynghor i deuluoedd a gofalwyr, gan gynnwys asesiadau gofalwyr lle bo gofyn
- Cymorth gyda chyfflogaeth, hyfforddiant a / neu addysg – Cymorth Lleoliad Unigol (IPS)
- Archwiliadau iechyd corfforol rheolaidd, monitro a thriniaeth briodol gyda chymorth a / neu addysg
- Monitro risg yn rheolaidd
- Monitro'n rheolaidd cyflyrau eraill sy'n cydfodoli, gan gynnwys iselder, gorbryder a defnyddio sylweddau, yn enwedig yn ystod dyddiau cynnar y driniaeth
- Cynllun argyfwng ac ymateb gwasanaeth prydlon i'w helpu i ymdopi pan fydd argyfwng.

EIP yng Nghymru: Y sefyllfa ar hyn o bryd

Gall unigolion sy'n dioddef o symptomau cynnar seicosis ei chael hi'n anodd ymgysylltu a gall fod angen cymorth gyda heriau ymarferol arnynt fel cael gofal meddygol, rheoli arian a llety ymhlith agweddau eraill ar fywyd. Mae'r model gofal yn gofyn am hyblygrwydd, creadigrwydd a chymysgedd sgiliau cynhwysfawr i ddiwallu'r anghenion hyn. Yng Nghymru, mae gan bob un o'r saith bwrdd iechyd wasanaeth EIP dynodedig bellach, ond mae amrywioldeb rhwng gwasanaethau yn yr hyn y maent yn gallu ei gynnig o ran capasiti, cymysgedd sgiliau, adnoddau ac ystod oedran.

Mae gwasanaethau iechyd yng Nghymru a gofal ymyrraeth gynnar yn cael eu darparu'n lleol mewn partneriaeth â sefydliadau yn y trydydd sector.

Yn unol â Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) (2015), mae gwasanaethau EIP yn hanfodol i'r genhedlaeth nesaf yng Nghymru. Mae gwasanaethau'n hyrwyddo cynwysoldeb gan geisio gwneud y mwyaf o botensial a lles unigolion drwy asesu a thrin angen yn gyflym. Mae dull EIP yn canolbwyntio ar hyrwyddo ffyrdd iach o fyw a chymryd rhan mewn gweithgareddau ystyrlon (gan gynnwys addysg a chyflogaeth) i gefnogi unigolyn i wella. Dylid ystyried bod gwasanaethau EIP yn flaenoriaeth ar lefel genedlaethol a lleol.

Mae gwasanaethau yng Nghymru yn gweithio tuag at gyflawni safonau a nodwyd gan Rwydwaith EIP Coleg Brenhinol Seiciatreg (EIPN) a'r Archwiliad Clinigol Cenedlaethol o Seicosis (NCAP) sy'n benodol i EIP. Mae'r ddau yn gosod y safonau ar gyfer darparwyr a chomisiynwyr gwasanaethau iechyd meddwl gan ganolbwyntio ar swyddogaeth ac ethos model EIP.

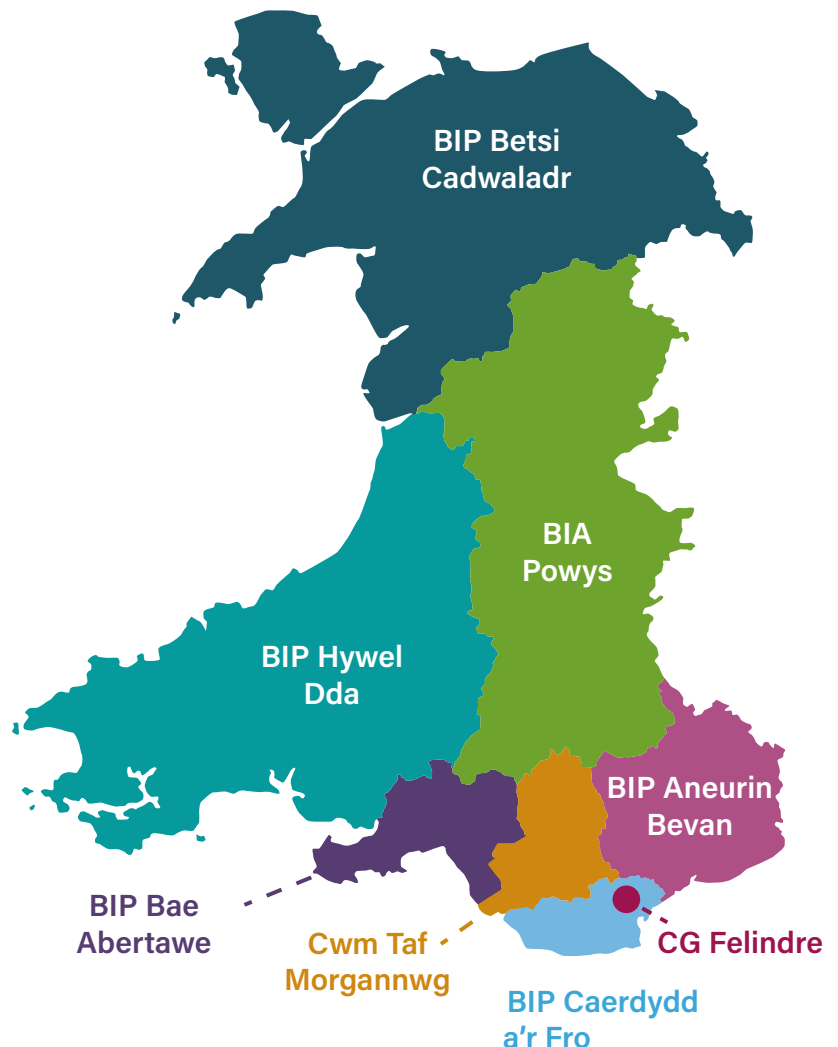
Mae gofynion NCAP yn amlygu dangosyddion perfformiad yn y meysydd canlynol:

- Mynediad amserol (atgyfeirio am driniaeth)
- Manteisio ar therapïau seicolegol (Therapi Ymddygiad Gwybyddol ar gyfer Seicosis (CBTp) ac Ymyrraeth Deuluol)
- Rhoi presgripsiynau
- Rhaglenni addysg a chyflogaeth â chymorth
- Monitro ac ymyriadau iechyd corfforol
- Addysg a chymorth sy'n canolbwyntio ar y gofalwr
- Mesur canlyniadau clinigol.



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Yng Nghymru mae hunaniaeth gref ymhlith gweithlu EIP, gyda chymorth Gwelliant Cymru, Grŵp Llywio Cenedlaethol a rhaglen ffrwd waith sy'n canolbwyntio ar feysydd gwella allweddol. Mae targedau gwella cenedlaethol a rhanbarthol allweddol wedi eu gosod ar gyfer y cyfnod 2022- 2023 er mwyn llywio ar gyfeiriad y dyfodol a darparu sylfaen ar gyfer targedau yn ystod 2023-2025.

Bu Grŵp Llywio Cenedlaethol EIP yn gweithio i benderfynu ar waelodlin yn erbyn y safonau cenedlaethol. Prin yw'r cyllid wedi'i ddyrannu i EIP / Pwl Cyntaf o Seicosis (FEP) ym mwyaf y byrddau iechyd yng Nghymru - lle mae cyllid cenedlaethol wedi'i ddefnyddio, ar hyn o bryd nid yw'n bodloni'r gofynion i sicrhau effaith ystyrlon i wellhad a lles yr unigolion yn y dyfodol.

Amlinellodd Cynllun Cyflawni Law yn Llaw at Iechyd Meddwl (T4MH) 2020 yn flaenorol fod byrddau iechyd yn cynyddu darpariaeth therapiau ac ymyriadau seicolegol sy'n cydymffurfio a'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) i bobl sydd â seicosis cynnar neu bwl cyntaf o seicosis.

Nodweddir gwasanaethau EIP gan ethos cryf o obaith ac ymrwymiad tîm cyfan i alluogi gwellhad. Mae gwasanaeth EIP o ansawdd uchel yn cynnwys model annibynnol sy'n cynnwys dull amlddisgyblaethol ac sy'n darparu ystod lawn o ymyriadau ffarmacolegol, seicolegol, cymdeithasol, galwedigaethol, ac addysgol. Mae'r gwasanaethau'n sicrhau yr ystyriar anghenion emosiynol a lles teuluoedd a gofawyr hefyd ac yr eir i'r afael â nhw.

Nod craidd gwasanaeth EIP yw lleihau hyd seicosis heb ei drin (DUP) drwy gynnig asesiad mewn pryd a chynhyrchu canlyniadau effeithiol o ran cyfraddau gwella ac ailwaelu.

PP

'Mae'r gwasanaeth o help mawr i mi, mae gen i bobl i estyn allan iddynt er mwyn i mi allu trafod sut dw i'n teimlo a fy nyfodol.'

'Dw i'n gweld fy ngweithiwr ar y naill ysgwydd a fy ngweithiwr arall ar y llall ac yn dweud wrth fy hun eu bod yno i fy nghefnogi i.'

'Bu'n newid bywyd mewn un ffordd, a llawer mwy o ffyrdd, am fy mod wedi dod o hyd imi fy hun am y tro cyntaf mewn 5 mlynedd.'

'Rwy'n teimlo bod y staff bob amser wedi fy nhrin â thosturi, urddas a pharch. Gwrandawyd arnaf a chefais fy nilysu, heb deimlo o gwbl fy mod wedi fy nifrio.'

99

Beth sy'n gyraeddadwy i Gymru?

- Bod **100% o'r bobl** sy'n cyflwyno achos o'r newydd ac y tybir bod seicosis arnynt yn cael eu hasesu o fewn pythefnos ac yn cael eu cefnogi gan wasanaeth EIP sy'n cynnig ymyriadau sy'n cydymffurfio â NICE
- Bod **95% o'r bobl** sy'n cael gwasanaethau EIP yn cael cynllun gofal a thriniaeth yn unol â Mesur Iechyd Meddwl (Cymru) (2010)
- Bod **sgrinio iechyd corfforol** ym mhob un o'r 7 elfen a nodwyd sef ysmegu, alcohol, defnyddio sylweddau, Mynegai Màs y Corff (BMI), glwcos gwaed, pwysedd gwaed a lipidau gwaed yn cael ei gynnig i 100% o'r rhai sy'n cael gwasanaeth EIP
- Bod rhaglenni **ymyriad iechyd corfforol** yn cael eu cynnig i 100% o'r rhai sy'n cyrraedd trothwy am ymyriad
- Bod **addysg a chymorth i ofalwyr** yn cael eu darparu
- Bod **gwellhad yn cael ei hybu** drwy ddefnydd creadigol o adnoddau naturiol Cymru
- Bod **mesurau ansawdd bywyd** wedi'u hymgorffori i arferion clinigol arferol
- Bod **rhaglenni addysg a chyflogaeth** â chymorth hygyrch ar gael
- Bod gan **unigolion gyswllt â phrofiad byw** er mwyn cynnig cymorth gan gymheiriaid a chyfrannu at ddatblygu gwasanaethau.

Cyflawniadau a Llwyddiannau

Cafwyd cryn gymhelliant a brwdfrydedd o'r gweithlu EIP ledled Cymru i ennyn diddordeb unigolion yn greadigol.

Camau at Ddarganfod

Yn 2020 yn ystod pandemig COVID-19, cymerodd gwasanaethau EIP ran mewn Her CAMAU drwy gynnal taith gerdded rithwir o forlin y DU. Mae'r morlin yn 11,073 milltir sy'n cyfateb i 23,384,064 o gamau. Dyrannodd y timau dargedau i'w hunain, megis nifer o gamau neu ddarn o forlin i'w gerdded yn rithwir ochr yn ochr â defnyddwyr gwasanaeth, ymarferwyr, teuluoedd a gofalwyr. Mae llawer o fanteision i gerdded, yn enwedig o fewn grŵp, gan gynnwys cysylltu pobl, lleihau straen a phryder, lleihau arwahanrwydd a gwella hwyliau.



Syrffio a Phadlfyrddio

Mae gwasanaethau EIP wedi darparu profiadau syrffio a phadlfyrddio i unigolion, mewn partneriaeth â sefydliadau sy'n cynnwys Surf Tonic a Surfability. Y nod fu sicrhau bod pobl ifanc yn cael profiad o rywbeth nad allent fel arfer gael ato a hynny o fewn grŵp sy'n cefnogi ei gilydd, gan feithrin twf personol drwy gynnig gweithgareddau newydd, cyffrous a phleserus mewn amgylchoedd naturiol hardd.



Prosiectau Coetir ac Eco-therapi

Mae timau EIP yng Nghymru wedi cysylltu â phrosiectau coetir a lles lleol sy'n cynnwys Down to Earth ac Actif Woods i gynnig rhaglenni lles a gweithgareddau coetir. Cafodd y cyfranogwyr gyfle i ddysgu sgiliau newydd ynglŷn â gwaith pren, crefft, coginio tân gwersyll ac eco-ymwybyddiaeth ac ymwybyddiaeth am gynaliadwyedd. Mae'r rhai a fynychodd wedi mwynhau cysylltu ag eraill mewn lleoliad hamddenol lle mae ffocws allanol yn helpu i dynnu'r pwysau oddi ar ryngweithio ag eraill.



Mordaith Ddarganfod

Dros y blynnyddoedd diwethaf hwyluswyd mordaith hwyllo Cymru gyfan gan Ymddiriedolaeth Hwyllo Cirdan yn cynnwys pobl ifanc o wasanaethau EIP ledled Cymru. Gwahoddir cyfranogwyr i fynychu'r profiad hwyllo cenedlaethol wedi'i ledu ar draws nifer o wythnosau yn ymuno â'r fordaith mewn gwahanol leoliadau ac yn dysgu sut i hwyllo a gweithio fel tîm.

Nodwyd buddion o ran gwella hunanhyder, hunan-barch a chyfleoedd i bobl ifanc wynebu heriau personol newydd. I'r rhai sy'n cael trafferth cymryd rhan mewn therapïau mwy confensiynol wrth eistedd mewn clinig, er enghraifft, mae'r fordaith yn rhoi cyfleoedd i drafod anawsterau a phroblemau gyda'i gilydd a therapyddion yn y criw o fewn amgylchedd llai ffurfiol.



EIP yng Nghymru: Fframwaith Cenedlaethol a Rhanbarthol

Mae gwasanaethau EIP yng Nghymru wedi ymrwymo i ddatblygu gwasanaethau diogel, effeithiol, hygyrch wedi'u cyd-gynhyrchu i unigolion sydd â seicosis a'u teuluoedd a'u gofawyr. Mae'r dull hwn yn seiliedig ar gyfathrebu effeithiol, dulliau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a llwybrau cyson a gefnogir gan weithlu ymroddedig a medrus sy'n cyfrannu at ddiogelu cleifion gymaint â phosibl a darparu gofal o ansawdd uchel.

Yn 2022-23, bydd yr ymrwymiad hwn yn cael ei wireddu drwy:



Ymgrych barhaus i gyrraedd safonau yn lleol ac yn genedlaethol

Cyflawnir drwy ymgysylltu parhaus â rhaglen Adolygu Cymheiriaid EIPN a NCAP, gyda thimau'n creu ymateb a chynllun gweithredu o gael adroddiadau rhanbarthol a chenedlaethol a nodi targedau gwella. Bydd timau'n adeiladu ar Fatics Aeddfedrwydd EIP sydd eisoes wedi'i sefydlu (Atodiad A)

Codi proffil EIP yng Nghymru

Cyflawnir drwy gynhyrchu cyfres o ddogfennau sy'n arddangos rhaglen waith EIP yng Nghymru a gwelliannau wedi'u cynllunio. Bydd EIP yn cael ei hyrwyddo o fewn rhanbarth y bwrdd iechyd ar wahanol lefelau arweinyddiaeth i sicrhau ymgysylltiad a chefnogaeth barhaus

Ffocws ar amrywiaeth

Cyflawnir drwy ymgysylltu â chydweithwyr ar draws disgyblaethau i ddeall a chanolbwyntio ar anghenion poblogaeth Cymru gydag ymgais i sicrhau y darperir gwasanaethau EIP ymatebol, priodol, a diwylliannol sensitif yng Nghymru. Bydd hyn yn cynnwys cyfranogiad gwasanaeth yn y Cynllun Ardystio Cymhwysedd Diwylliannol

Ymrwymiad parhaus i ddatblygu gweithlu EIP a gwella gwasanaethau

Cyflawnir drwy ddefnyddio safonau cenedlaethol i weithio tuag at ddatblygu wyth ffrwd waith a nodwyd wedi'u cwmpasu gan themâu arweinyddiaeth, 'diwylliant' a 'chasglu data'. Mae'r ffrydiau gwaith yn hyrwyddo dull cyson o wella gwasanaethau ac ymarfer ledled Cymru (Ffigur 1). Bydd datblygu gweithlu EIP yn cynnwys mynediad at gyfleoedd megis digwyddiadau dysgu a datblygu, cynadleddau a chymorth goruchwyllo (Ffigur 2)

Cynyddu rhan unigolion â seicosis, eu teuluoedd a'u gofawyr yn y rhaglen waith genedlaethol a rhanbarthol

Cyflawnir drwy ymgysylltu ag unigolion â seicosis a'u rhwydweithiau cymorth, gan gynnwys gwahoddiadau i fynychu cyfarfodydd ffrwd waith a digwyddiadau datblygu ymarfer. Y nod fydd gweithio tuag at gyd-gynhyrchu rhaglen waith EIP yn ogystal â datblygu gwasanaethau EIP yn rhanbarthol yng Nghymru

Datblygu dogfennau, adnoddau a chynnwys ar-lein cenedlaethol

Cyflawnir drwy gynhyrchu adnoddau i gefnogi pob ffrwd waith. Bydd padletau yn hygyrch ac yn cael eu diweddarau'n rheolaidd, gwefan Seicosis Cymru a gynhelir gan y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer lechyd Meddwl yn cael ei hadolygu a fideo sy'n profilio EIP yng Nghymru yn cael ei ryddhau

Creu dangosfwrdd data cenedlaethol canolog

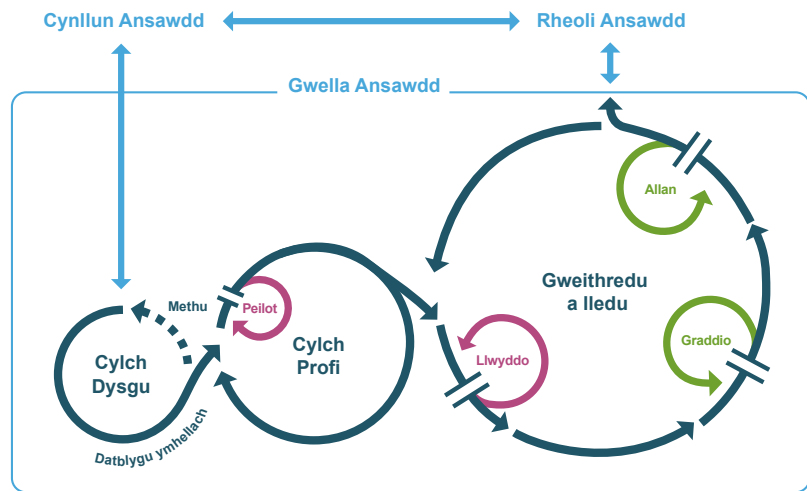
Cyflawnir drwy gydweithio â dadansoddwyr data Gwelliant Cymru i gynhyrchu dangosfwrdd sy'n crisialu data misol am atgyfeiriadau, gallu ac ymyriadau a ddarperir gan wasanaethau yng Nghymru. Bydd hyn yn creu darlun amser real ar gyfer pob rhanbarth a safbwynt cenedlaethol ar ddarparu a chyflenwi gwasanaethau

Parhau i ddathlu llwyddiannau a chyflawniadau

Cyflawnir drwy gynnal digwyddiadau rhannu ymarfer, uwchgynadleddau a mentrau cyhoeddusrwydd. Bydd gwefan Seicosis Cymru yn arddangos datblygiadau arloesol o bob rhan o Gymru

Datblygu cynlluniau rhanbarthol sy'n canolbwyntio ar symud tuag at wasanaethau EIP yn cynnwys ystod oedran 14-65

Cyflawnir drwy hyrwyddo safonau a sail dystiolaeth EIP yn barhaus ar draws byrddau iechyd. Bydd gwasanaethau EIP yn datblygu cynlluniau gweithredu gwella sy'n ystyried cyfraddau achosion a ragwelir (Atodiad B), twf gofynnol y gweithlu, a datblygu sgiliau er mwyn galluogi mwy o ddarpariaeth i ystod oedran ehangach. Er mwyn i wasanaethau yng Nghymru barhau i ehangu a darparu gofal diogel o ansawdd uchel, mae gofyn buddsoddiad parhaus i gefnogi twf pob tîm rhanbarthol

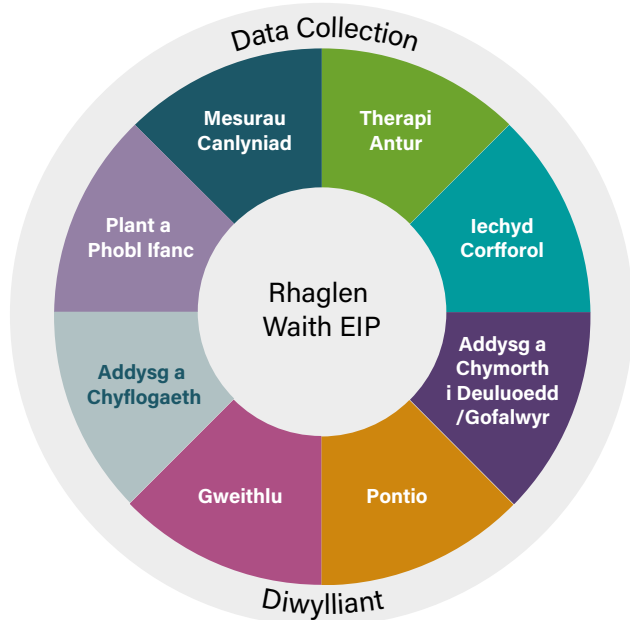


Fframwaith Cyflawni Gwelliant Cymru

Mae Fframwaith Cyflawni Gwelliant Cymru yn cynnig proses systematig, ailadroddadwy, sy'n addasu i anghenion penodol pob cyd-destun rhanbarthol ac yn darparu cyfleoedd ar gyfer dysgu, profi a rhannu syniadau. Mae'n ceisio cefnogi sefydliadau a gweithwyr iechyd a gofal proffesiynol i lywio'r camau mabwysiadu yn y cyfnodau cynnar allweddol drwy alluogi profi a chyd-gynhyrchu gwelliannau. Gall rhanbarthau ddefnyddio'r fframwaith i alluogi ffocws ar gynllunio, ymgysylltu, profi a lled a maint gwelliannau, gan geisio adeiladu gallu gwella mwy effeithiol, system gyfan sy'n integreiddio â blaenoriaethau lleol a chenedlaethol.

Bydd hyfforddiant ac adnoddau ar gael i'r gweithlu EIP i roi gwybodaeth a chymorth i dimau ddefnyddio methodolegau gwella ansawdd wrth datblygu a gwerthuso gwasanaethau EIP yng Nghymru.

Rhaglen Ffrwd Waith

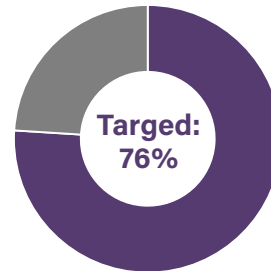


Ffigur 1: Olwyn ffrwd waith EIP



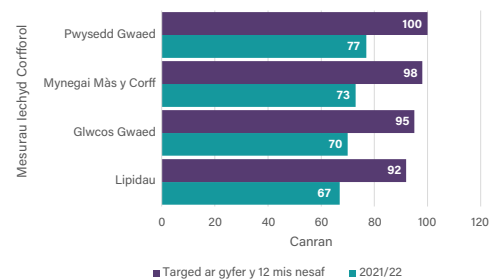
Iechyd Corfforol

Datblygu a gwella monitro iechyd corfforol EIP yn genedlaethol. Nod y grŵp yw creu rhaglen iechyd corfforol bwrpasol sydd wedi'i chynllunio o amgylch unigolion, gan gyflawni a chynnal safonau cenedlaethol ar yr un pryd. Gosodwyd targedau yn erbyn data NCAP 2021-2022.

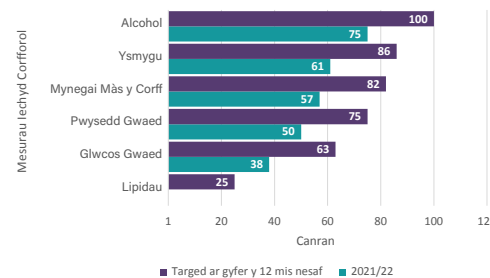


Gwelliant wedi'i dargedu: Bydd 76% o ddefnyddwyr gwasanaeth yn cael cynnig pob un o'r saith mesur sgrinio yng Nghymru yn y 12 mis nesaf [+25%]

Mesurau Sgrinio **wedi'u Cynnig** yng Nghymru



Ymyriadau **wedi'u Cynnig** yng Nghymru



Targed cenedlaethol 2022-2023 wedi'i osod: gwelliant o 25% o NCAP 2021- 2022 o ran sgrinio ac ymyrraeth (lle cyrhaeddir y trothwy) mewn meysydd blaenoriaeth.

Mesurau Canlyniadau

Gweithio tuag at bob unigolyn sy'n hysbys i wasanaeth EIP gael mesur canlyniad DIALOG+ a chwblhau Holiadur am y Broses Wella (QPR) o leiaf bob chwe mis. Cyflawnir drwy sefydlu hyfforddiant staff ac ymgorffori mesurau yn y broses cynllunio ac adolygu gofal a thrwy ddatblygu systemau cofnodi rhanbarthol i gipio data. Gosodwyd targedau yn erbyn data NCAP 2021-2022.

Targed cenedlaethol 2022-2023 wedi'i osod: gwelliant 25% o NCAP 2021-2022 (15%) yn nifer yr unigolion â 2 neu fwy o sgoriau mesur canlyniadau wedi'u cofnodi o leiaf ddwywaith



Gwelliant wedi'i dargedu: Bydd 40% o ddefnyddwyr gwasanaeth wedi cael 2 fesur canlyniadau neu fwy wedi'u cofnodi o leiaf ddwywaith [+25%]

Addysg a Chymorth i Deuluoedd a Gofalwyr

Gweithio tuag at sicrhau safonau cenedlaethol drwy ddatblygu rhaglen gyd-gysylltiedig a chyson ar gyfer cymorth ac addysg i ofalwyr yng Nghymru. Cyflenwi rhaglenni a gynigir mewn amrywiaeth o gyfryngau gydag adnoddau ar gyfer unigolion sy'n cael profiad o seicosis, eu teuluoedd a'u gofalwyr a rhoi arweiniad i ymarferwyr. Gosodwyd targedau yn erbyn data NCAP 2021-2022.

Targed cenedlaethol 2022-2023 wedi'i osod: gwelliant 25% o NCAP 2021-2022 (25%) yn nifer y teuluoedd a gofalwyr sy'n cael cymorth â ffocws



Gwelliant wedi'i dargedu: Bydd 50% o deuluoedd a gofalwyr yn cael cynnig rhaglen addysg a chymorth i ofalwyr [+25%]

Therapi Antur

Hyrwyddo defnyddio adnoddau naturiol Cymru i gefnogi gwellhad, lles corfforol a meddyliol. Gall gweithgareddau a gynhelir o fewn amgylchedd awyr agored, sy'n aml yn heriol, gefnogi datblygu hyder, caffael sgiliau, cysylltiad cymdeithasol a safbwynt newydd ar fywyd.

Ymhlith y mentrau mae cynlluniau gweithgareddau rhanbarthol a chenedlaethol a thraws-weithio rhanbarthol gan fyrdau iechyd.

Datblygu'r Gweithlu

Gweithio i hyrwyddo datblygiad proffesiynol gweithlu EIP yng Nghymru ar bob lefel, i gydnabod a nodi anghenion dysgu a datblygu a ffurfio arweinwyr y dyfodol drwy ddigwyddiadau ymgysylltu, sesiynau sgiliau a gweithdai gwella.

Pontio

Canolbwyntio ar ddatblygu llwybrau pontio clir a didrafferth rhwng gwasanaethau gydag adnoddau wedi'u datblygu i gefnogi staff yn ymarferol. Gweithio tuag at gynhyrchu dull Cymru gyfan o drosglwyddo a chydweithio rhwng timau EIP pan fydd unigolyn yn symud i ardal ar gyfer addysg uwch neu allan ohoni.

Plant a Phobl Ifanc

Canolbwyntio ar sicrhau bod anghenion penodol plant a phobl ifanc yn cael eu cydnabod. Datblygu adnoddau sy'n briodol i oedran a gwella cysylltiadau â gwasanaethau plant a phobl ifanc, cymdeithasau a sefydliadau addysgol ledled Cymru.

Addysg, Cyflogaeth a Gweithgarwch Ystyrlon

Gweithio tuag at gyrraedd safonau ynghylch Cymorth Lleoliad Unigol (IPS). Hyrwyddo dull 'lleoli a hyfforddi' i'r rhai sy'n dymuno dychwelyd i gyflogaeth neu ddechrau cyflogaeth. Hyrwyddo dewis a chydweithio ynghylch gosod nodau a datblygu adnoddau i gefnogi'r ddarpariaeth.

Themâu Cyffredinol

Casglu Data

Mae'n chwarae rhan allweddol yn yr wyth ffrwd waith i gyd a nodwyd. Mae angen deall gweithgarwch gwasanaethau EIP yng Nghymru, sut maen nhw'n cyrraedd y targedau ac ansawdd y gofal sy'n cael ei ddarparu i sicrhau cynnydd tuag at gyrraedd y safonau cenedlaethol. Mae dangosfwrdd data cenedlaethol yn cael ei greu i grisialu gweithgarwch amser real ar lefel gwasanaeth.

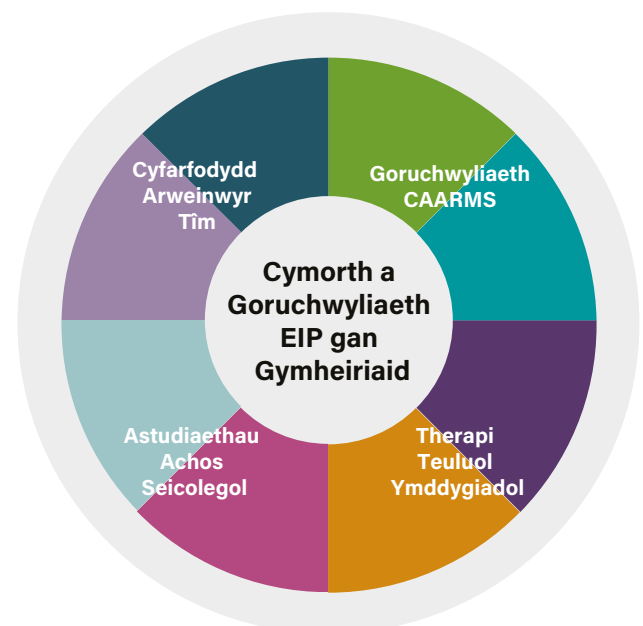
Diwylliant

Mae'r thema hon wedi'i gwreiddio o fewn yr holl ffrydiau gwaith a nodwyd. Hyrwyddir diwylliant o 'wella bob amser' drwy ddysgu ar y cyd a datblygu gyda'i gilydd fel unigolion ac fel gwasanaethau gan ganolbwyntio ar agosatrwydd tîm, cyd-gynhyrchu, arweinyddiaeth dosturiol a chynwysoldeb.

Cymorth a Goruchwyliaeth gan Gymheiriaid

Yng Nghymru, cydnabyddir pwysigrwydd cael at oruchwyliaeth a chymorth gan gymheiriaid drwy gyfres o gyfarfodydd grwpiau cymheiriaid a sesiynau myfyriol.

Mae'r sesiynau hyn yn rhoi cyfleoedd i ddatblygu'r sgiliau ymhellach fel ymarferwyr EIP a rhannu dysgu.



Figur 2: Olwyn Cymorth a Goruchwyliaeth gan Gymheiriaid EIP

Seicosis a Phobl Ifanc

Gall seicosis, a ddiffinir yn aml fel colli cyswllt â realiti, gynnwys clywed neu weld pethau nad ydynt yno neu gredu pethau anarferol. Gall ddigwydd fel pwl untro, ond pan gaiff ei adael heb ei drin gall arwain at salwch ac anabledd tymor hir.



Paentiadau a grëwyd gan un sy'n defnyddio gwasanaethau iechyd meddwl

Bydd tua 1 o bob 100 o bobl yn cael pwl seicotig yn ystod ei oes. Bydd y mwyafrif llethol (8 allan o 10) yn cael eu pwl cyntaf rhwng 15 a 30 oed (6).

Gall seicosis gael effaith wanychol ar les ac ansawdd bywyd person ifanc. Gall effeithio ar ei berthnasoedd a'i allu i gymryd rhan mewn addysg, hyfforddiant a chyflogaeth. Gall hefyd ei gwneud hi'n anodd ymdopi â thasgau pob dydd, fel talu biliau neu rent.

Gall hyn adael pobl ifanc yn agored i argyfwng iechyd meddwl difrifol, cael eu cadw dan y Ddeddf Iechyd Meddwl (1983) neu gael eu dal yn y system cyfiawnder troseddol.

Mae ymyrraeth gynnar yn gwneud gwahaniaeth sylweddol o ran helpu pobl ifanc i wella o bwl cyntaf o seicosis.

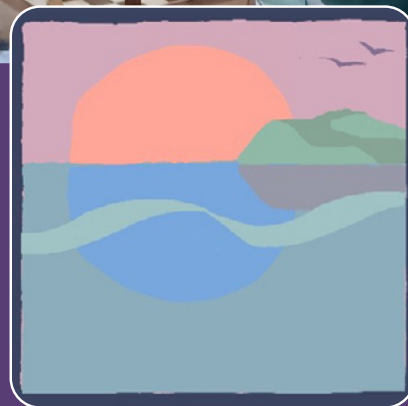
Pan fydd rhywun yn cael cymorth ymyrraeth gynnar mewn pryd, mae ei ragolygon gwella yn cael eu gwella'n sylweddol yn alwedigaethol ac yn gymdeithasol. Mae'n datblygu ac yn cyrraedd nodau gyda'r ymyriadau cywir. Mae oedi mwy na chwe mis yn lleihau ei gyfleoedd (7) yn fawr.

Mae triniaeth ac ymyriadau yn fwy effeithiol pan gânt eu darparu gan wasanaeth EIP arbenigol am eu bod yn cynnig dulliau penodol i seicosis sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Mae hyn yn cynnwys ymyriadau seicolegol a ffarmacolegol, cymorth gydag addysg a chyflogaeth, cyngor ar reoli gofal iechyd corfforol a helpu i ddatblygu rhwydweithiau cymorth.

Mae pobl fel arfer yn cael gofal EIP am o leiaf tair blynedd a phum mlynedd ar y mwyaf. Hyn sy'n sicrhau'r effaith fwyaf.

Gwasanaethau EIP yw'r model gorau ar gyfer cynnig ymyrraeth gyson i bobl ifanc sydd â seicosis.

Maent yn cynnig dull cyfannol sy'n cynnwys cymorth gan ystod eang o weithwyr iechyd proffesiynol, gan gynnwys seiciatryddion, seicolegwyr, nyrsys iechyd meddwl cymunedol, gweithwyr cymorth, therapyddion galwedigaethol a mentoriaid cymheiriaid (9). Mae hyn yn rhoi gwell cyfle i bobl ifanc gael ansawdd bywyd da.





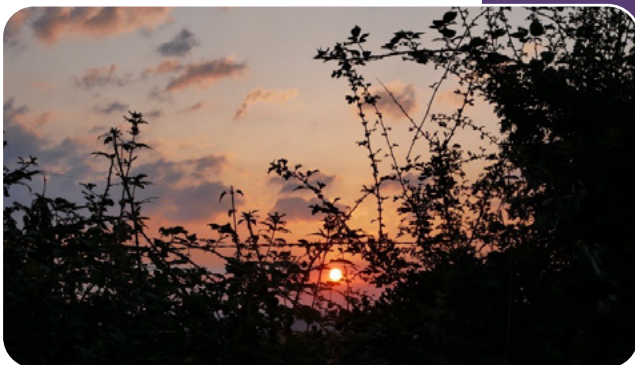
“

'Alla i ddim diolch digon i'r tîm am yr hyn maen nhw wedi'i wneud dros fy mab o ran ei wellhad. Roedden nhw mewn cyswllt cyson a dw i'n teimlo 'mod i wedi cael fy mab yn ôl.'



'Dw i'n teimlo bod pobl wedi gwrando. Mae gan y tîm agwedd bersonol iawn.'

'Dysgais sut i ddelio â bod yn sownd gyda phroblemau hyder.'



'Mae'r agwedd awyr agored yn iachusol, mae'n gwneud i mi deimlo'n fyw, dw i angen mwy yn fy mywyd!'

'Mae fy mhlentyn a minnau ill dau yn teimlo wedi'n cefnogi, ac mae 'wedi'n cefnogi' yn eiriau mawr!'

”



'Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis fu'r datblygiad mwyaf cadarnhaol mewn gwasanaethau iechyd meddwl ers dechrau gofal cymunedol.'

Y Comisiwn Sgitsoffrenia, 2012.

'Rydw i bob amser wedi teimlo wedi fy nghefnogi a heb gael fy rhuthro wrth i mi wella.'



Mae tystiolaeth yn dangos y gall gwasanaethau EIP helpu pobl i wella a chynnig arbedion sylweddol i'r GIG yn y ffyrdd canlynol:

Lleihau cyfraddau hunanladdiad a dynladdiad

Mae cymorth EIP yn lleihau'r risg y bydd person ifanc yn cymryd ei fywyd ei hun, o hyd at 15% i ddim ond 1% (10).

Bychan iawn yw'r risg y bydd rhywun sydd â seicosis heb ei drin yn cyflawni dynladdiad. Fodd bynnag, mae ymyrraeth gynnar yn lleihau'r risg honno o 0.17% i 0.011% (11).

Iechyd corfforol

Mae pobl ifanc sy'n cael eu trin am seicosis yn agored i ddatblygu sgil-ffeithiau o feddyginiaeth wrthseicotig, gan gynnwys magu pwysau a newidiadau i fetaboledd. Dros amser, gall y rhain arwain at gyflyrau fel diabetes, clefyd y galon a chanser, sy'n rhoi pobl ifanc mewn perygl sylweddol o farw 15-20 mlynedd yn iau na'r boblogaeth gyffredinol (12). Mae timau EIP yn cynnig cymorth i bobl ifanc i reoli eu hiechyd corfforol, a phrin y mae hwn ar gael gan eu meddyg teulu neu wasanaethau eraill.

Gwell rhagolygon cyflogaeth ac addysg

Y gyfradd gyflogaeth ar gyfer pobl ifanc o dan ofal EIP yw 35%, o'i chymharu â dim ond 12% ar gyfer pobl mewn gofal iechyd meddwl safonol (18).

Lleihau'r galw am wasanaethau eraill

Mae pobl sy'n cael cymorth EIP yn llai tebygol o fod angen gwasanaethau iechyd meddwl eraill, fel gofal ysbyty drud, sy'n arwain at arbedion sylweddol i'r GIG.

Drwy leihau'r ddibyniaeth ar welyau ysbyty, amcangyfrifwyd bod EIP yn arbed £5,536 y pen i'r GIG yn y flwyddyn gyntaf a £15,862 yn ystod y tair blynedd gyntaf (16). Pe bai ymyrraeth gynnar ar gael i bawb a allai elwa arni, byddai'r GIG yn arbed £44 miliwn bob blwyddyn trwy ddefnyddio llai o welyau ysbyty (17).

Gwell profiadau gofal

I bobl sydd â seicosis cynnar, mae'n ymddangos bod gan wasanaethau ymyrraeth gynnar fuddion clinigol bwysig dros ofal safonol (21).

Dywed pobl ifanc fod cymorth EIP wedi eu helpu i gael ymdeimlad cadarnhaol o hunaniaeth a datblygu perthnasoedd teuluol cryf, a helpodd eu gwellhad. Maent hefyd yn croesawu hyblygrwydd cymorth EIP, yn enwedig o ran yr amser y mae ar gael iddynt.

Rwy'n teimlo fod gwasanaeth ymyrraeth gynnar wedi fy helpu i ddychwelyd i'r brifysgol

Fe wnaeth y gwasanaeth EIP fy helpu i fynd allan sydd wedi gwella fy hyder

Rwy'n hapus gyda'r ffordd y mae'r Gwasanaeth Ymyrraeth Gynnar wedi fy helpu.

Atodiad A:

Canllawiau ar gyfer cwblhau Matrics Aeddfedrwydd EIP

Defnyddir sgôr **COCH AMBR GWYRDD** (RAG) i ddynodi'r statws cyfredol yn erbyn eitemau allweddol. Mae'r matrics aeddfedrwydd yn darparu'r manylion ategol sy'n sail i sgôr gan y gwasanaethau EIP, gan dynnu sylw at resymeg dros gydymffurfio a diffyg cydymffurfio.

Mae offeryn matrics aeddfedrwydd yn nodi themâu cyffredin ar hyd taith wella ac yn amlygu'n gryno'r pethau 'rhaid eu gwneud', gan roi sicrwydd bod y ffocws ar y blaenoriaethau cywir, ac yn taflu goleuni ar feysydd y mae angen mwy o sylw arnynt.

Mae matrics aeddfedrwydd yn helpu sefydliadau i nodi cryfderau a bylchau allweddol wrth ddarparu gwasanaethau ac yn rhoi trosolwg o gynnydd. Defnyddir matrics aeddfedrwydd ar gyfer cynllunio gwasanaethau ac mae'n ddefnyddiol wrth gyfathrebu â rhanddeiliaid.



	Islaw'r Safon	Cyrraedd y Safon yn Rhannol	Cyrraedd y Safon yn Llawn
Bodloni'r amcangyfrif poblogaeth llwyth achosion EIP ar gyfer y rhanbarth			
Niferoedd llwyth achosion yn bodloni gofyniad EIP (15 achos)			
Cymysgedd sgiliau'r gweithlu yn ateb gofynion gwasanaeth EIP			
Ystod oedran fel y'i diffinnir gan NCAP / LIC – hyd at 65			
Mae darpariaeth EIP yn wasanaeth cydlynu gofal annibynnol tîm amlddisgyblaethol llawn			
Mae EIP mewn ystafelloedd sy'n gyfeillgar i ddefnyddwyr gwasanaeth gyda hunaniaeth			
Asesiad o fewn pythefnos i atgyfeirio			
Hyd seicosis heb ei drin yn cael ei amcangyfrif a'i gofnodi ar gyfer pob person			
Gwybodaeth ac addysg yn cael eu darparu i ddefnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr			
Y gwasanaeth yn bodloni'r holl ofynion iechyd corfforol ar gyfer EIP			
Y gwasanaeth yn bodloni pob ymyrraeth seicolegol ar gyfer EIP			
Defnyddir offer canlyniadau i gefnogi gwellhad – DIALOG / QPR			
Amrywiaeth o ymyriadau adfer cymdeithasol ar gael: cyflogaeth, addysg, gweithgaredd			
Cydweithio gydag arbenigwyr drwy brofiad gan gynnwys cynllunio gwasanaethau, cyflenwi a recriwtio			
Goruchwyliaeth glinigol ar gael i alluogi ymarfer effeithiol			
Gwasanaeth EIP integredig ar draws CAMHS a gwasanaethau oedolion			
Gwasanaeth EIP yn ymwneud yn bendant â phobl am y tair blynedd a argymhellir			
Llwybr ARMS / CAARMS ar gael			

Atodiad B

Mae datblygu gwasanaeth Ymyrraeth Gynnar mewn Seicosis (EIP) yn dibynnu ar amcangyfrifon epidemiolegol o ansawdd uchel o achosion newydd o Bwl Cyntaf o Seicosis (FEP), yn sail i gynllunio gwasanaethau sydd â digon o adnoddau ac i asesu eu perfformiad wrth ganfod nifer yr achosion a ddisgwyliir.

Mae'r tablau canlynol yn dangos niferoedd yr achosion a ragwelir yn ôl bwrdd iechyd. Rhoddir ffigurau ar gyfer y boblogaeth 16-35 sy'n cael eu targedu a'u gwasanaethu gan y rhan fwyaf o wasanaethau EIP ar hyn o bryd ac ar gyfer y boblogaeth 16-65, gan fod darparu EIP ar gyfer y grŵp oedran ehangach hwn yn nod datblygiadol ar gyfer gwasanaethau yng Nghymru (ac yn arfer safonol yn Lloegr).

Tabl 1. Poblogaeth 16-35, Amcangyfrif o Gyfraddau Amledd ac Amcangyfrif o Niferoedd Achosion yn ôl Bwrdd Iechyd:

	Poblogaeth 16-35	Cyfradd Amledd Blynnyddol (fesul 100,000)	Amcangyfrif o Achosion Blynnyddol
Aneurin Bevan	133268	39.91	53.2
Betsi Cadwaladr	149548	35.99	53.8
Caerdydd a'r Fro	143935	34.59	49.8
Cwm Taf Morgannwg	103613	40.35	41.8
Hywel Dda	83679	36.47	30.5
Powys	24428	34.86	8.5
Bae Abertawe	95827	37.8	36.2
CYMRU	73,4298	37.28	273.8

Tabl 2. Poblogaeth 16-65, Amcangyfrif o Gyfraddau Amledd ac Amcangyfrif o Niferoedd Achosion yn ôl Bwrdd Iechyd:

	Poblogaeth 16-35	Cyfradd Amledd Blynnyddol (fesul 100,000)	Amcangyfrif o Achosion Blynnyddol
Aneurin Bevan	365201	25.94	94.7
Betsi Cadwaladr	426259	23.09	98.4
Caerdydd a'r Fro	317012	24.74	78.4
Cwm Taf Morgannwg	277125	26.67	73.9
Hywel Dda	235243	23.52	55.3
Powys	79837	21.15	16.9
Bae Abertawe	243939	25.50	62.2
CYMRU	1,944,616	24.67	479.8

Cyfeiriad:

Jackson., M a Saville., C. (2021) The incidence of First Episodes of Psychosis in Wales: epidemiological estimates, and workforce calculations of EIP resources required. Rhaglen Seicoleg Glinigol Gogledd Cymru, Prifysgol Bangor

Cyfeiriadau

- 1 Rethink (2013) Lost Generation Report, [lost-generation-rethink-mental-illness-report.pdf](#)
- 2 Marshall M, Lewis S, Lockwood, Drake R, Jones P, Croudace T. Association between duration of untreated psychosis and outcome in cohorts of first-episode patients: a systematic review. *Archives of General Psychiatry* 2005;62:975-83
- 3 McCrone P, Knapp M, Dhanasiri S, 2009. Economic impact of services for first-episode psychosis: a decision model approach. *Early Intervention in Psychiatry*, 3(4), 266–273.
- 4 Knapp M, Andrew A, McDaid D, Iemmi V, McCrone P, Park AL, et al. Investing in Recovery: Making the Business Case for Effective Interventions for People with Schizophrenia and Psychosis. Llundain: Ysgol Economeg a Gwyddor Wleidyddol Llundain, Canolfan Iechyd Meddwl ac Adran Iechyd; 2014
- 5 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion (2021) Quality Standards for Early Intervention in Psychosis Services (Second Edition) CCQI 373 6 6 Rethink Mental Illness, 2013. Psychosis factsheet, www.rethink.org/resources/p/psychosis
- 7 Implementing the Early Intervention in Psychosis Access and Waiting Time Standard: Guidance
- 8 Coleg Brenhinol y Seiciatryddion (2022) National Clinical Audit of Psychosis - Wales National Report for the Early Intervention in Psychosis Audit 2021/2022. Llundain: Partneriaeth Gwella Ansawdd Gofal Iechyd. Ar gael o: www.rcpsych.ac.uk/NCAP
- 9 Rhwydwaith IRIS, 2012. Canllawiau Rhwydwaith IRIS, <http://www.iris-initiative.org.uk>
- 10 Melle, I., Johannesen, J.O., Friis, S. et al, 2006. Early detection of the first episode of schizophrenia and suicidal behaviour, *American Journal of Psychiatry*, 163, 800–804.
- 11 McCrone P, Parc AL, Knapp M, 2010. Economic Evaluation of Early Intervention (EI) Services: Phase IV Report. PSSRU Discussion Paper 2475. Llundain, y DU: PSSRU, Ysgol Economeg a Gwyddor Wleidyddol Llundain
- 12 Wahlbeck K, Westman J, Nordentoft M, Gissler M, Laursen TM. Outcomes of Nordic mental health systems: life expectancy of patients with mental disorders. *The British Journal of Psychiatry*. 2011;199:453–58
- 13 Llywodraeth Cymru (2020) Cynllun Cyflawni Law yn Llaw at Iechyd Meddwl: 2019-22
- 14 NICE (2015) Psychosis and Schizophrenia in Adults. Safon Ansawdd NICE 80.
- 15 NICE (2015) Bipolar Disorder, Psychosis and Schizophrenia in Children and Young People. Safon Ansawdd NICE 102.
- 16 Andrews A, Knapp M, Parsonage M, McCrone P, 2012. Effective interventions in schizophrenia; the economic case. Ysgol Economeg a Gwyddor Wleidyddol Llundain.
- 17 Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal, 2014. Costing statement: Psychosis and schizophrenia in adults: treatment and management
- 18 Garety et al, 2006. Specialised care for early psychosis: symptoms, social functioning and patient satisfaction, *British Journal of Psychiatry*, 188, 37-45. 19 Llywodraeth Cymru (2010) Mesur Iechyd Meddwl (Cymru)
- 20 Y Comisiwn Sgitsoffrenia, 2012. 'The Abandoned Illness – A report by the Schizophrenia Commission'
- 21 Bird V, Premkumar P, Kendall T, Whittington C, Mitchell J, Kuipers E. Early intervention services, cognitive-behavioural therapy and family intervention in early psychosis: systematic review. *The British Journal of Psychiatry*. 2010;197:350–56.

Diolch i'r rhai sydd wedi cyfrannu at ddatblygu dogfen Buddsoddi yn y Genhedlaeth Nesaf ac i unigolion sydd wedi ymrwymo'n barhaus i gefnogi ymyrraeth gynnar mewn gwasanaethau seicosis ym mhob rhanbarth, gan gynnig gobaith i lawer o bobl ifanc ledled Cymru.

Cyfranwyr

Dr Jessica Woolley, Prif Seicolegydd Clinigol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan Michaela Morris, Rheolwr Gwella Gwasanaeth ar gyfer Iechyd Meddwl, Gwelliant Cymru Katie Cole, Uwch Reolwr Gwella, Gwelliant Cymru

Arweinwyr tîm EIP Cymru

Cynrychiolwyr Grŵp Llywio Cenedlaethol Cymru Gyfan o'r sefydliadau canlynol:

- Pob un o'r saith gwasanaeth EIP bwrdd Iechyd rhanbarthol, gwasanaethau Plant a Phobl Ifanc a phartneriaid ehangach.
- Adferiad
- MIND
- Barnardo's
- Diverse Cymru
- Canolfan Genedlaethol ar gyfer Iechyd Meddwl
- Prifysgol Bangor

Rhaid sôn yn arbennig am y bobl ifanc sy'n cymryd rhan yn y gweithgareddau, yr heriau a'r ymyriadau ac sy'n ein hysbrydoli'n barhaus i fod eisiau cyflawni mwy ar gyfer gwasanaethau EIP yng Nghymru.