

# Proffil Iechyd

## Canllawiau i Weithwyr Iechyd Proffesiynol

### Cefndir

Mae'r Proffil Iechyd hwn wedi'i ddatblygu i roi'r wybodaeth allweddol sydd ei hangen arnoch i'ch helpu chi i ddarparu gofal iechyd diogel sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn i blant, pobl ifanc ac oedolion o grwpiau agored i niwed, fel y rhai ag anabledd dysgu, awtistiaeth neu ddementia. Mae dau fersiwn o'r Proffil Iechyd ar gael, fersiwn ar gyfer plant a phobl ifanc a fersiwn ar gyfer oedolion.

Un o'r negeseuon allweddol o'r cam datblygu oedd bod angen i'r Proffil Iechyd fod yn fyr fel bod gweithwyr iechyd proffesiynol yn gallu cael gafael ar wybodaeth yn gyflym, yn arbennig mewn argyfwng. Am y rheswm hwn, cadwyd y proffil i bedair tudalen. Fodd bynnag, mae'n bosibl y bydd angen gwybod gwybodaeth ychwanegol arnoch, felly edrychwch ar y dudalen olaf yn ofalus. Fe ddylai eich cyfeirio at wybodaeth o'r fath a/neu bobl fydd yn gallu rhoi gwybodaeth o'r fath i chi.

### Defnyddio'r Proffil Iechyd

Yn ddelfrydol, dylai pobl o grwpiau sy'n agored i niwed/neu'r rhai sy'n eu cefnogi ddod â'u Proffil Iechyd gyda nhw pryd bynnag y byddant yn cyrchu gofal iechyd a dylent gynnig hwn i'r staff gofal iechyd sy'n gweithio gyda nhw. Os na chynigir y Proffil Iechyd, yna gofynnwch i'r unigolyn a'r rhai sy'n dod gydag ef/hi a oes un ganddo/ganddi.

Os nad oes gan yr unigolyn Broffil Iechyd, yna lawrlwythwch un o [improvementcymru.net/proffil-iechyd](https://improvementcymru.net/proffil-iechyd) a chwblhau cymaint ag y gallwch ohono gyda nhw. Bydd hyn eich galluogi chi, yr unigolyn a'ch cydweithwyr os (er enghraifft) cânt eu trosglwyddo i ardal neu adran arall.

Cynlluniwyd y Proffil Iechyd fel y caiff gwybodaeth allweddol ei grwpio at ei gilydd ar bob tudalen a rhoddwyd gwybodaeth bellach yn yr adrannau islaw i esbonio ble y gallwch ddisgwyl dod o hyd i bethau. Gobeithir y bydd hyn yn eich helpu i allu dod o hyd i wybodaeth allweddol yn gyflym, yn hytrach na gorfod chwilio drwy ddogfen faith. Wrth ddarllen y Proffil Iechyd **gwiriwch y dyddiad cwblhau (tudalen gyntaf) ac mai dyna'r fersiwn ddiweddaraf.**

Os gwelwch yn dda:

- Defnyddiwch yr wybodaeth yn y Proffil Iechyd i'ch cynorthwyo i ddarparu gofal o ansawdd uchel i'r bobl hynny ag anableddau dysgu rydych chi'n gweithio gyda nhw. Gall wneud gwahaniaeth enfawr nid yn unig i'ch gallu i ddarparu gofal o'r fath ond, yn bwysicaf oll, gall hefyd eich cynorthwyo chi i sicrhau eu diogelwch, eu hiechyd a'u llesiant ac i wella'u profiad gofal iechyd.
- Gwnewch yn siŵr bod eich cydweithwyr yn ymwybodol o'r wybodaeth sydd wedi'i chynnwys yn y Proffil Iechyd. Hefyd, os bydd unigolyn yn cael eu trosglwyddo naill ai dros dro neu'n barhaol i adran neu ardal arall, dylech sicrhau bod y Proffil Iechyd yn mynd gyda nhw a'ch bod yn gwneud y staff sy'n eu derbyn yn ymwybodol o'i fodolaeth a'i bwysigrwydd.
- Os gwnaed unrhyw newidiadau tra bo'r unigolyn gyda chi (er enghraifft mewn perthynas â'r feddyginiaeth a bresgripsiynir iddyn nhw) dylid nodi hyn ar y Proffil Iechyd ynghyd â'ch blaenlythrennau a dyddiad y newid.

## Y Dudalen Gyntaf

Mae'r dudalen hon yn rhoi gwybodaeth bersonol allweddol i chi am yr unigolyn – eu henw, yr hyn y mae'n well ganddyn nhw gael eu galw, eu dyddiad geni, eu cyswllt teulu / gofalwr.

- Efallai y bydd y person cyswllt hwn yn mynd gyda'r unigolyn pan fyddan nhw'n mynychu lleoliadau iechyd, ond efallai na fydd hyn bob amser yn wir. Er enghraifft, gallai gweithiwr cymorth fod gyda'r unigolyn, ond efallai mai'r cyswllt allweddol yw'r unigolyn sy'n rheoli'r lleoliad byw â chymorth y mae'r unigolyn yn byw ynddo. Neu gallai athro / gweithiwr cymorth gofal seibiant fynychu gyda phlentyn neu berson ifanc ac mai'r cyswllt teulu / gofalwr fyddai'r cyswllt allweddol.

- Neu, gallai unigolyn ag anableddau dysgu cymedrol fynychu ar eu pen eu hunain heb gefnogaeth.
- Dylai'r cyswllt teulu / gofalwr allweddol fod yn rhywun sy'n gallu darparu gwybodaeth ychwanegol i chi.

Mae lle hefyd ar y dudalen gyntaf i gynnwys ffotograff o'r unigolyn. Mae hyn wedi'i gynnwys am resymau diogelwch – yn benodol i'ch cynorthwyo i sicrhau bod gennych y wybodaeth gywir ar gyfer yr unigolyn iawn.

Yn olaf, ar y dudalen gyntaf mae lle i nodi'r **dyddiad y cwblhawyd y Proffil Iechyd. Gwiriwch hyn yn ofalus** – mae unigolion a'u teuluoedd wedi'u cynghori i ddiweddarau'r Proffil Iechyd yn flynyddol o leiaf. **Felly dylech wirio bod y fersiwn ddiweddaraf gennych.**

## Fy Iechyd I

Dyluniwyd y dudalen hon i roi gwybodaeth allweddol i chi am iechyd yr unigolyn ac, yn benodol, i roi'r wybodaeth allweddol sydd ei hangen arnoch pan nad yw unigolyn yn gallu darparu gwybodaeth o'r fath eu hunain. Ond dylid cofio bod gan rai pobl sydd ag anableddau dysgu anghenion iechyd cymhleth iawn ac felly efallai y bydd angen i chi gael gafael ar wybodaeth bellach. Dylai adran olaf y Proffil Iechyd felly eich cyfeirio at wybodaeth o'r fath.

### Fy anghenion iechyd (hanes meddygol):

Yn yr adran hon dylech ganfod:

- Gwybodaeth am unrhyw gyflyrau meddygol / iechyd sydd gan unigolyn (er enghraifft epilepsi, dysffagia, asthma, rhwymedd, diabetes neu ddementia).
- Gwybodaeth am unrhyw broblemau iechyd y maen nhw'n dueddol o'u cael / mewn perygl o'u cael. Er enghraifft, gallai unigolyn fod yn cael heintiau ar y frest yn rheolaidd.
- Manylion unrhyw lawdriniaethau mawr.

### Pethau mae gen i alergedd iddyn nhw:

Dylai hyn gynnwys meddyginiaethau penodol fel alergedd i benisilin. Dylai hefyd gynnwys unrhyw alergeddau eraill fel alergedd i gnau neu latecs.

### Tabledi neu feddyginiaethau rwy'n eu cymryd:

Dylai hyn restru:

- Pob meddyginiaeth, tabledi a phigiadau y mae'r person yn eu cymryd ar hyn o bryd.
- Gwybodaeth am y dos, sut y cymerir y feddyginiaeth (er enghraifft trwy bigiad, trwy'r geg neu drwy PEG), pryd y cymerir y feddyginiaeth a pha mor aml y cymerir hi.
- **Os yw'r feddyginiaeth y mae unigolyn yn ei chymryd yn newid yna dylid cwblhau Proffil Iechyd newydd.**

Wrth drafod meddyginiaeth gydag unigolyn, efallai y byddai'n ddefnyddiol i chi gyfeirio at 'dabledi', 'moddion' a 'phigiadau' yn hytrach na chyfeirio at 'feddyginiaeth' yn unig oherwydd gallai hyn gael ei gamddechongli fel rhywbeth sy'n golygu 'moddion' yn unig ac felly efallai na fydd gwybodaeth allweddol yn cael ei rhoi.

## Y gefnogaeth sydd ei hangen arnaf i gymryd fy nhabledi neu foddion:

Yma dylech weld gwybodaeth am:

- Sut mae'r unigolyn yn cymryd eu meddyginiaeth a'r gefnogaeth sydd ei hangen arnyn nhw. Er enghraifft, os rhoddir eu meddyginiaeth iddyn nhw, a ydyn nhw'n gallu ei gymryd heb gymorth, a oes angen eu hatgoffa neu a oes angen rhywun arall arnyn nhw i roi eu meddyginiaeth iddyn nhw.

Efallai y bydd rhai pobl ag anableddau dysgu yn gallu cymryd meddyginiaeth yn annibynnol ond bydd angen cefnogaeth ar rai eraill – mae'n bwysig peidio â rhagdybio.

## Sut y byddaf yn dangos neu'n dweud wrthyfch fy mod mewn poen neu'n sâl:

Gall rhai unigolion ddweud wrth bobl eraill eu bod yn teimlo'n sâl trwy ddefnyddio geiriau ond efallai na fydd eraill yn gallu cyfathrebu ar lafar. Efallai y bydd rhai yn cyfleu poen trwy newidiadau eraill yn eu hymddygiad. Yn yr adran hon dylech ddod o hyd i wybodaeth am:

- Sut mae'r unigolyn fel arfer yn cyfathrebu eu bod yn sâl neu mewn poen
- Beth all y staff gofal iechyd ei wneud i gefnogi'r unigolyn (er enghraifft defnyddio teclyn asesu arbennig fel y DisDat, Graddfa Poen Abbey [rhan o Offeryn Asesu Poen Cymru Gyfan], a graddfa mesur poen sy'n defnyddio wynebau neu ofyn i'r unigolyn bwyntio at ble mae'n teimlo poen).

## Sut rydw i angen i chi fy nghefnogi

(gan gynnwys unrhyw addasiadau rhesymol y gallai fod eu hangen arnaf):

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 yn gosod dyletswydd gyfreithiol ar wasanaethau i wneud addasiadau rhesymol i'r ffordd y darperir gwasanaethau o'r fath er mwyn sicrhau bod pobl anabl yn derbyn gofal iechyd sy'n benodol ar gyfer eu hanghenion. Gallai enghreifftiau gynnwys pethau fel apwyntiadau hirach, darparu gwybodaeth hawdd ei darllen neu ddarparu lle tawel i bobl sy'n profi gorlwytho synhwyraidd. Felly yn yr adran hon dylech restru unrhyw addasiadau rhesymol sy'n ofynnol er mwyn sicrhau bod yr unigolyn yn derbyn gofal a chefnogaeth briodol.

Mae anghenion cymorth pobl yn bersonol iawn ac felly yn yr adran hon gofynnwyd i'r rhai sy'n llenwi'r ffurflen gynnwys gwybodaeth a fydd yn cynorthwyo staff gofal iechyd i ddarparu cefnogaeth effeithiol, ddiogel ac amserol. Gallai hyn gynnwys:

- Unrhyw gefnogaeth sydd ei hangen gyda bwyta ac yfed, rhoi sylw i anghenion ymataliaeth, symudedd, gofal personol, gofal gyda'r osgo, iechyd y geg ac unrhyw anawsterau a allai fod ganddyn nhw gyda'u dealltwriaeth Os yw'n berthnasol i'r unigolyn, gellir cynnwys gwybodaeth am eu patrymau cwsg arferol.
- Unrhyw bryderon diogelwch penodol y mae'n rhaid i chi fod yn ymwybodol ohonyn nhw wrth gefnogi'r unigolyn. Gallai enghreifftiau o bryderon o'r fath gynnwys risg o gwmpo, risg o dagu, risg o grwydro neu risgiau sy'n codi o drawiad ('seizure').
- Gwybodaeth ynghylch sut y rheolir pryderon / risgiau o'r fath fel arfer (gallai hyn fod yn yr adran hon neu mewn cynllun rheoli risg manylach y gellir ei grybwyll yma a'i atodi i'r ddogfen hon).

## Y ffordd orau i ni gyfathrebu:

Mae'n hanfodol ein bod yn cofio bod cyfathrebu yn broses ddwy ffordd ac er mwyn i hynny fod yn effeithiol efallai y bydd angen i weithwyr gofal iechyd proffesiynol addasu'r ffordd y maen nhw'n cyfathrebu er mwyn adnabod a diwallu anghenion pobl ag anableddau dysgu yn effeithiol.

Bydd anghenion cyfathrebu unigol yn amrywio'n fawr ac felly mae'r adran hon yn un eang er mwyn gallu cyfleu anghenion o'r fath yn y ffordd fwyaf cywir. Gofynnwyd i'r rhai sy'n llenwi'r ffurflen ddarparu'r wybodaeth ganlynol lle bo hynny'n berthnasol i'r unigolyn:

- Sut mae'r unigolyn yn cyfathrebu fel arfer, sut maen nhw'n deall cyfathrebu pobl eraill a sut y gallai fod angen i bobl eraill addasu eu ffordd o gyfathrebu.
- Unrhyw nam ar y clyw neu'r golwg, ac a oes ar yr unigolyn angen unrhyw fathau penodol o gymorth cyfathrebu (er enghraifft defnyddio Makaton)

- P'un a oes angen amser ychwanegol ar yr unigolyn i brosesu gwybodaeth, a sut maen nhw'n cyfleu eu hanghenion fel arfer.
- P'un a oes angen gwneud yn siŵr fod yr unigolyn yn deall ac ailadrodd / aralleirio yn ôl yr angen (cofiwch efallai y gallai unigolyn ymddangos fel pe baen nhw'n deall ond nad yw hynny'n wir o bosibl).
- P'un a yw anghenion cyfathrebu'r unigolyn yn newid os ydyn nhw'n mynd yn bryderus neu'n ofidus a beth y gellir ei wneud i'w gefnogi. Er enghraifft, efallai y bydd rhai pobl yn dechrau gweiddi os ydyn nhw'n bryderus, ond gallai rhoi sicrwydd neu dynnu eu sylw helpu i'w tawelu. Os oes rhai geiriau neu ymadroddion sy'n gallu gwneud i'r unigolyn gynhyrfu, yna dylid nodi'r rhain hefyd.

## Pethau pwysig eraill rydw i eisiau i chi eu gwybod:

Mae'r adran hon wedi'i chynnwys er mwyn darparu gwybodaeth allweddol nad yw wedi'i chynnwys mewn adrannau eraill. Gallai enghreifftiau gynnwys gwybodaeth am:

- Greddau crefyddol lle mae'r rhain yn bwysig i unigolyn,
- P'un a oes llwybr gofal diwedd oes yn ei le.
- Gwybodaeth arall sy'n cyd-fynd â'r ddogfen hon (er enghraifft cynllun cefnogi ymddygiad, cynllun rheoli epilepsi, cynllun gofal gyda'r osgo neu asesiad risg penodol).

Manylion cyswllt unrhyw unigolion allweddol fel arbenigwyr iechyd sy'n gweithio'n rheolaidd gyda'r unigolyn, aelodau allweddol o'r teulu neu weithwyr cymorth allweddol.

The image shows two overlapping forms titled "Proffil Iechyd Plant a Phobl Ifanc" (Health Profile for Children and Young People). The forms are from GIG CYMRU NHS WALES. The top form is partially obscured by the bottom one. Both forms contain the following fields:

- Fy enw a'm cyfeiriad:
- Dwi'n hoffi cael fy adnabod fel:
- Dyddiad geni:
- Rhif ybyfty: Dyddiad y c...
- Cyswllt teulu / gofawr: Enw a swydd a gwblhawyd
- Fy enw i yw:
- Dwi'n hoffi cael fy adnabod fel:
- Fy dyddiad geni yw:
- Mewn argyfwng cysylltwch â:  
ENW:  
RHIF FFÔN:
- Dyddiad y cwblhawyd y ffurflen hon:
- Cellir rhoi llun ohanaf yma