GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Cyngor i weithwyr proffesiynol iechyd a gofal cymdeithasol adeg tywydd oer

Gall tywydd oer achosi peryglon difrifol i iechyd yn cynnwys hypothermia, cwympiadau ac anafiadau, trawiadau ar y galon, strôc, clefydau anadlol a'r ffliw. Mae effeithiau anuniongyrchol oerni yn cynnwys salwch meddwl megis iselder, a gwenwyn carbon monocsid o wresogyddion, offer coginio a boeleri heb eu hawyru'n ddigonol.

Y bobl fwyaf agored i niwed gan dywydd oer yw pobl hŷn, plant ifanc iawn a phobl sydd eisoes â chyflyrau meddygol, yn ogystal â phobl y mae eu hiechyd, eu tai a'u sefyllfa economaidd yn eu rhoi mewn mwy o berygl.

Cyngor

Dylai gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol gofio eu bod yn rhoi cynlluniau uwchgyfeirio perthnasol ar waith a chymryd camau priodol i sicrhau parhad busnes er mwyn sicrhau bod gwasanaethau'n gallu ymdopi cystal ag y gallant gydag unrhyw gynnydd cysylltiedig yn y galw. Rydym yn cydnabod y bydd y cyfryw gynlluniau a chamau gweithredu yn amrywio ar draws Cymru, ac yn cael eu teilwra i'r boblogaeth leol, i'r ddaearyddiaeth a'r strwythurau gwasanaeth. Fodd bynnag, dylai pawb o bosibl roi sylw i'r materion canlynol:

Staff

- Cymryd camau i sicrhau bod yna weithlu rheng flaen 'iach'.
- Ystyried cyflogi mwy o staff neu symud staff i ymdopi â galw cynyddol disgwyliedig mewn rhai meysydd gwasanaeth.
- Ystyried trefnu llety dros nos ar y safle i staff allweddol os rhagwelir y gall fod tarfu ar y rhwydwaith cludiant.

Capasiti'r Gwasanaeth

- Ystyried sut gellir addasu capasiti a gweithgarwch y tîm/gwasanaeth i ymdopi â chynnydd posibl yn y gweithgarwch.
- Sicrhau bod staff yn cael eu hysgogi i atgyfeirio unigolion bregus ymlaen at y gwasanaethau perthnasol fel sy'n briodol.
- Sicrhau bod staff yn cynnal gwiriadau o'r cartref wrth ymweld â chleifion a chleientiaid e.e. tymheredd yr ystafell, cyflenwadau bwyd a meddyginiaeth.
- Hefyd, ystyried anghenion gofalwyr a'r cymorth y gallan nhw barhau i'w roi.
- Gweithredu cynlluniau lleol ar gyfer cysylltu â chleientiaid bregus. Ystyried ymweliadau neu alwadau ffôn dyddiol ar gyfer unigolion risg uchel sy'n byw ar eu pennau eu hunain, nad oes ganddyn nhw gysylltiadau rheolaidd.
- Atgoffa cleifion/cleientiaid am y camau y gallan nhw eu cymryd i'w diogelu eu hunain rhag effeithiau tywydd oer iawn.

Adnoddau

- Sicrhau bod cyflenwadau o feddyginiaethau angenrheidiol ac offer arall ar gael yn hawdd a hygyrch.
- Ystyried sut i fynd i'r afael â'r canlyniadau posibl pe bai tarfu ar gysylltiadau cludiant, yn cynnwys trafferth i gael mynediad i gartrefi cleifion a chartrefi gofal ac oedi posibl o ran cyflenwadau fferyllol.

Casglu gwybodaeth a chefnogaeth

- Gweithio ar draws asiantaethau i gasglu gwybodaeth a all lywio camau gweithredu i addasu gweithgareddau tîm/gwasanaethau a chapasiti yn ôl yr angen.
- Monitro a dadansoddu gwybodaeth a gesglir o weithgareddau'r gwasanaeth i ganfod rhesymau penodol sy'n rhoi pwysau ar y gwasanaeth fel y gellir cymryd camau adferol ac ataliol yn lleol.