



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Protocol Ymyriadau Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan

Nick Gregory, Diane Kirkland, Catherine
Washbrook-Davies, Amrita Jesurasa

Mehefin 2022



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

Cynnwys

Crynodeb Gweithredol	3
Llwybr Cyflenwi Gwasanaethau AWDPP	4
Cam 1: Mynd ati i drefnu gwasanaeth AWDPP	5
Trefnu mynediad i VISION ac EMIS	5
Hyfforddi Staff ac Adnoddau	6
Hyfforddiant Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan	8
Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Agored Cymru Lefel 2	8
Hyfforddiant Cyfweld Ysgogiadol	9
Lleoliadau i gynnal ymgynghoriadau AWDPP	9
Cam 2: Canfod y Defnyddwyr Gwasanaeth	9
Y broses ar gyfer uwchgyfeirio	10
Cam 3: Cronfa Ddata Defnyddwyr Gwasanaeth a Sicrhau Ansawdd	11
Cam 4: Y broses apwyntiadau a threfnu	12
Cam 5: Ymgynghoriad AWDPP	13
Trafodaeth Gychwynnol	13
Casglu'r Set Ddata Ofynnol	14
Sgwrs sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn	15
Deiet a Maeth	15
Gweithgarwch corfforol	15
Gosod amcanion	15
Atgyfeirio at gymorth ychwanegol	16
Adnoddau	16
Cam 6: Cam dilynol ar ôl 12 mis	17
Prawf HbA1c ar ôl 12 mis	17
Apwyntiad dilynol ar ôl 12 mis	17



Crynodeb Gweithredol

Cefndir

Dyma ddiben y ddogfen brotocol hon:

- Egluro beth yw gofynion manyleb Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan (AWDPP), yn unol â Llwybr Darparu Gwasanaethau AWDPP isod
- Cefnogi'r gwaith o gynllunio a darparu AWDPP ym mhob Bwrdd Iechyd a Chlwstwr Gofal Sylfaenol
- Hwyluso dull o weithio drwy Gymru gyfan wrth gyflwyno prif elfennau AWDPP
- Helpu i ddarparu'r un gwasanaeth drwy Gymru, gan gydnabod bod pethau'n gymhleth wrth ddarparu'r gwasanaeth hwnnw, sy'n dangos bod angen rhywfaint o amrywiaeth leol er mwyn i'r gwasanaeth gyd-fynd â gwasanaethau a threfniadau lleol eraill

Mae dogfen ar wahân sy'n dangos sut y cafodd AWDPP ei datblygu i'w gweld [fan hyn](#).

Y Prif Bwyntiau a'r Camau Gweithredu

Er mwyn helpu i roi AWDPP ar waith mewn ffordd gyson, gan gydnabod y bydd rhywfaint o amrywiaeth wrth ddarparu'r rhaglen yn lleol i adlewyrchu'r gwahanol gyd-destunau drwy Gymru, mae angen rhoi sylw i'r prif bwyntiau a'r camau gweithredu canlynol:

- Mae angen i Weithwyr Cymorth Gofal Iechyd gael hyfforddiant a chael eu goruchwyllo, ac mae angen sicrhau ansawdd eu hymarfer yn unol â dogfen Hyfforddiant, Goruchwyllo a Sicrhau Ansawdd AWDPP
- Rhaid i dempledi EMIS neu VISION AWDPP gael eu defnyddio i ganfod unigolion cymwys a rhaid seilio hynny ar feini prawf y cytunwyd arnyn nhw ar gyfer cynnwys ac eithrio pobl
- Rhaid casglu'r holl wybodaeth berthnasol ar gyfer y set ddata ofynnol fel y nodwyd er mwyn gallu gwerthuso AWDPP yn drylwyr
- Rhaid i'r wybodaeth a roddir i unigolion gyd-fynd â llawlyfr ymgynghori safonol AWDPP
- Rhaid i Weithwyr Cymorth Gofal Iechyd fod yn ymwybodol o hyd a lled eu hymarfer a rhaid i unrhyw gwestiynau clinigol a ofynnir yn apwyntiad AWDPP gael eu huwchgyfeirio fel sy'n briodol



- Rhaid cydymffurfio â'r holl ystyriaethau sy'n ymwneud â llywodraethu gwybodaeth a amlinellir yn y protocol hwn

Llwybr Cyflenwi Gwasanaethau AWDPP

CAM 1: Mynd ati i drefnu gwasanaeth AWDPP – Hyfforddiant, TG a Lleoliadau

- Y prif ddeietegydd lleol i gwrdd â rheolwyr practisau i roi mynediad i VISION/EMIS. Cymorth TG gan Fyrddau lechyd i hwyluso mynediad i VISION/EMIS
- Trafod yr ystafelloedd sydd ar gael ar gyfer clinigau os yw hynny'n berthnasol
- Gweithwyr Cymorth Gofal lechyd i gael hyfforddiant fel yr amlinellir yn Fframwaith Hyfforddiant, Goruchwyllo a Sicrhau Ansawdd AWDPP
- Gweithwyr Cymorth Gofal lechyd i ymgyswrtu â phractisau ac EMIS a VISION
- Y prif ddeietegydd a'r Gweithwyr Cymorth Gofal lechyd i gadarnhau a threfnu lleoliadau yn yr ardal leol
- Sicrhau bod clinigau ar gael a'u gwasgaru gydol yr wythnos, gyda sesiynau bore a phrynhawn
- Trefnu clinigau wyneb yn wyneb a chlinigau rhithwir (gall y galw am fformat y clinigau amrywio yn lleol)

CAM 2: Canfod y Defnyddwyr Gwasanaeth Cymwys

- Canfod yr unigolion cymwys ar y system gan ddefnyddio templedi chwilio safonol VISION/EMIS AWDPP a'r rheini wedi'u seilio ar feini prawf ar gyfer cynnwys/eithrio pobl, cyn allforio'r rhestr yn ddiogel i Excel i'w defnyddio gyda chronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP
- Dod o hyd i wybodaeth ddefnyddiol arall fel: pan fydd angen cyfieithydd neu lumanau ar gyfer uwchgyfeirio/trafod â deietegydd. Casglu gwybodaeth am yr unigolion cymwys ar gronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP.

Llumanau ar gyfer uwchgyfeirio at Ddeietegydd i ystyried a yw'n glinigol briodol i unigolyn gael ymyriad:

- BMI 20-24
- Llai o alluedd/eiddiledd
- 85 oed a hŷn
- Llawdriniaeth fariatrig flaenorol/wedi cael ymyriad rheoli pwysau o'r blaen
- Pryderon iechyd meddwl sylweddol neu anawsterau dysgu

Sylwer: I gydymffurfio a sicrhau bod mwy yn manteisio ar y cynllun, dylid ceisio blaenoriaethu cleifion sy'n iach ar hyn o bryd, h.y. os yw cofnod y claf yn dangos bod y claf wedi gweld meddyg yn y 2 wythnos ddiwethaf ac wedi bod yn sâl iawn, dylid sgwrsio â'r meddyg teulu/hyrs practis i bennu a yw'n briodol gwahodd yr unigolyn hwnnw i AWDPP.

CAM 3: Cronfa Ddata Defnyddwyr Gwasanaeth a Sicrhau Ansawdd

- Unigolion yn cael eu canfod drwy chwilio ym mhob practis a chofnodi hynny ar gronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP
- Dod o hyd i'r cleifion sydd i'w gwahodd i'r ymyriad a'r rheini y bernir y byddai'n glinigol amhriodol eu gwahodd
- Cofnodi'r manylion ar gronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP

CAM 4: Y broses apwyntiadau a threfnu

- Anfon llythyr gwahodd cychwynnol AWDPP (drwy VISION/EMIS gan ddefnyddio'r templed llythyrau safonol gyda phennyn y meddyg teulu a chyfeiriad e-bost/rhif ffôn lleol i drefnu apwyntiad) ynghyd â thaflen wybodaeth, a chofnodi'r dyddiad yr anfonwyd y gwahoddiad ar gronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP
- Ar ôl 1 wythnos, os na fydd yr unigolyn wedi cysylltu, ffonio'r unigolyn i drafod AWDPP (gan ddefnyddio'r sgrîpt ffôn)
- Os bydd yr unigolyn yn cytuno, trefnu dyddiad, amser a lleoliad i'r apwyntiad a threfnu lle yn y clinig drwy'r system VISION/EMIS.
- Anfon llythyr yn cadarnhau'r apwyntiad wyneb yn wyneb neu'r apwyntiad fideo, a hynny drwy'r post neu e-bost (yn ôl dymuniad yr unigolyn)
- Os bydd yr unigolyn yn gwrthod, cofnodi hyn ar dempled data AWDPP ar VISION/EMIS. Gofyn a fyddan nhw'n fodlon rhannu'r rheswm dros wrthod a chofnodi hyn ar gronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP.
- Os na cheir ateb, ceisio ailgysylltu ar ddiwrnod/adeg wahanol. Os na fydd modd cysylltu o hyd, cofnodi nad yw'r unigolyn wedi ymateb ar gronfa ddata defnyddwyr gwasanaeth AWDPP.





CAM 5: Ymgynghoriad AWDPP

- Ar dempled cofnodi data VISION/EMIS, ychwanegu'r dyddiad yr anfonwyd llythyr gwahodd AWDPP
- **Os bydd clinig DNA unigol** - ychwanegu DNA at dempled cofnodi data AWDPP yn VISION/EMIS. Dyna ddiwedd y broses casglu data.
- **Os bydd yr unigolyn yn dod i glinig** - ychwanegu'r deilliannau canlynol at dempled cofnodi data AWDPP yn VISION/EMIS:
 - Pwysau/Taldra/BMI
 - Sgoriau EQ-5D
 - Atgyfeirio at wasanaeth rheoli pwysau/atgyfeirio i wneud ymarfer corff/atgyfeiriad arall (os yw'n addas ac os bydd yr unigolyn wedi cytuno)
- Ychwanegu bod yr unigolyn **wedi mynd i glinig AWDPP**.
- Bydd templed cofnodi data AWDPP yn trosglwyddo'r data i gofnod clinigol yr unigolyn
- Gofyn i'r unigolyn gwblhau ffurflen werthuso ddiennw ar gyfer yr ymyriad: fersiwn electronig drwy ddolen **neu** gopi caled i'w roi i'r dderbynfia.

CAM 6: Cam dilynol ar ôl 12 mis

- 12 mis ar ôl y prawf HbA1c sylfaenol, bydd unigolion yn cael eu galw yn awtomatig yn ôl i gael ail brawf HbA1c
- **HbA1c < 42 mmol/mol:** Cysylltir â'r unigolyn i roi gwybod iddo am ei ganlyniad HbA1c. Ailgasglu'r set ddata ofynnol ac atgoffa'r unigolyn am ymddygiadau cadarnhaol fel y trafodwyd hynny yn ystod yr ymgynghoriad 30 munud cychwynnol. Os bydd angen apwyntiad i gasglu'r set ddata ofynnol, dilyn cam 4 ar gyfer y broses drefnu. Bydd data'n cael eu hychwanegu at dempled cofnodi data AWDPP yn VISION/EMIS (gellir casglu'r data wyneb yn wyneb neu dros y ffôn)
- **HbA1c 42-47 mmol/mol:** Gwahoddir yr unigolyn drwy lythyr i fod yn rhan o ymyriad AWDPP eto drwy ddod i sgwrs garedig arall a fydd yn canolbwyntio ar yr unigolyn, gan adolygu'r cynnydd a chasglu'r set ddata ofynnol drachefn – mae cam 4 yn amlinellu'r broses drefnu. Bydd data'n cael eu hychwanegu at dempled cofnodi data AWDPP yn VISION/EMIS
- **HbA1c > 47 mmol/mol:** Atgyfeirio'r unigolyn at lwybr diabetes mellitus math 2, yn unol â'r arfer safonol. Cofnodir yr atgyfeiriad ar VISION/EMIS. Gofyn i glinigwyr practisau ail-gasglu'r set ddata ofynnol a gofyn am ychwanegu'r data at dempled cofnodi data AWDPP yn VISION/EMIS.

Er bod Llwybr Darparu Gwasanaethau AWDPP uchod yn dangos y camau y mae angen eu cymryd i ddarparu AWDPP, ym mhob cam, mae rhywfaint o wybodaeth ac ystyriaethau'n cael sylw fel a ganlyn:

Cam 1: Mynd ati i drefnu gwasanaeth AWDPP

Trefnu mynediad i VISION ac EMIS

I ddefnyddio safleoedd VISION, bydd Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yn defnyddio llwybr byr i system glinigol pob practis (drwy fwrdd gwaith y cyfrifiadur). Bydd y practis yn creu cyfrifon defnyddwyr unigol yn Vision ei hun, ac yn ogystal â hynny, bydd Desg Wasanaethau Iechyd a Gofal Digidol Cymru yn ychwanegu cleient bwrdd gwaith o bell ar y weithfan ac yn



rhoi manylion cyswllt i gysylltu'r bwrdd gwaith â gweinyddion lletyol y practis. Mae angen i unigolion awdurdodedig ym mhob practis gyflwyno hyn i lechyd a Gofal Digidol Cymru. Gall practisau ofyn am gymorth TG gan eu byrddau iechyd cysylltiedig pan fydd angen hynny, er mwyn sicrhau bod cyfrifon defnyddwyr unigol yn caniatáu'r lefelau mynediad angenrheidiol i ddata.

Er mwyn defnyddio safleoedd EMIS, bydd angen gosod cleient EMIS Web ar gyfrifiadur bwrdd iechyd Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd. Bydd gan y Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd fynediad i "OrgID" y practis y mae angen iddyn nhw gysylltu ag o, a gallan nhw wedyn ddefnyddio'r "EMIS configuration switcher" i symud rhwng practisau er mwyn gallu defnyddio'r wybodaeth fewngofnodi a roddwyd iddyn nhw. Adrannau TG y Byrddau Iechyd sy'n gyfrifol am y gwaith gosod, gan mai nhw sy'n cynnal cyfrifiadur yr unigolyn. Fe all adrannau TG y Byrddau Iechyd ofyn am gymorth gan lechyd a Gofal Digidol Cymru os bydd angen hynny arnyn nhw.

Hyfforddi Staff ac Adnoddau

Bydd AWDPP yn cael ei darparu gan Weithwyr Cymorth Gofal Iechyd sydd wedi'u hyfforddi ac sy'n cael eu goruchwyllo gan brif ddeietegwyr y byrddau iechyd lleol. Mae'r Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd a'r prif ddeietegwyr lleol wedi cael eu recriwtio er mwyn rhoi adnoddau yn benodol i'r rhaglen. Mae Tabl 1 isod yn dangos elfennau'r hyfforddiant y bydd Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yn ei gael.

Tabl 1. Elfennau'r hyfforddiant i Weithwyr Cymorth Gofal Iechyd

Teitl y rhaglen	Diben	Pwy sy'n ei darparu	Ei hyd	Pa bryd
Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Agored Cymru Lefel 2 (cod yr uned: NH22CY001)	Galluogi'r dysgwr i ddeall cyfraniad deiet cytbwys wrth gynnal iechyd unigolion a chymunedau; sut i wella'r maeth y bydd pobl yn ei gael drwy newid eu deiet; sut y gall fod angen gwahanol	Wedi'i darparu gan Ddeietegydd Cofrestredig yn GIG Cymru – yn rhan o'r rhaglen <i>SGILIAU MAETH AM OES™</i> sydd wedi'i datblygu gan Ddeietegwyr Iechyd Cyhoeddus	2 awr o ddysgu hunangyfeiriedig bob wythnos, wedi'i ddilyn gan sesiwn rithwir 1 awr wyneb yn wyneb bob wythnos am 10 wythnos	Cyn darparu'r ymyriadau



	ddeiet ar wahanol boblogaethau i gynnal eu hiechyd.	yng Nghymru a Llywodraeth Cymru.		
Rhaglen Hyfforddiant AWDPP	Darparu'r fframwaith ar gyfer yr ymyriad, deall y llwybr rheoli pwysau ehangach, y set ddata ofynnol, a blas ar gyfsweld ysgogiadol	Prif Ddeietegydd AWDPP	2 x 3 awr	Cyn darparu'r ymyriadau
Hyfforddiant chwilio cronfeydd data Vision/EMIS	Sicrhau bod data'n cael eu casglu a'u cofnodi'n gywir ar systemau meddygon teulu.	Prif Ddeietegydd Lleol AWDPP	1 x 2 awr (yn fras)	Cyn darparu'r ymyriadau
Hyfforddiant ymgynghori rhithwir h.y. Mynychu unrhyw le NEU AccuRX	Uwchsgilio yn y defnydd o blatfformau ymgynghori dros fideo	Dysgu wedi'i arwain gennych chi'ch hun	3 fideo i'w gwyllo unrhyw le: 45 munud i gyd ac yna prawf AccuRX: Fideos YouTube	Cyn darparu'r ymyriadau
Hyfforddiant cyflwyniad i gyfsweld ysgogiadol	Gan gynnwys rheoli ansicrwydd, meithrin hyder i newid ac ati. Arbrofol fydd y rhain a gall pobl ddod ag astudiaethau achos i'w trafod ac i ymarfer	Hyfforddwr sydd wedi'i achredu ym maes cyfsweld ysgogiadol	4 x sesiwn 3 awr (yn cael eu darparu'n rhithwir)	O fewn y 3-6 mis cyntaf yn darparu ymyriadau
Sesiwn addysg diabetes yn arsylwi claf lleol (e.e. Sesiwn ymwybyddiaeth o ddiabetes/wythnos 1 X-PERT)	Gwella gwybodaeth a dealltwriaeth o ddiabetes math 2, y symptomau a dulliau o'i reoli. Arsylwi'r negeseuon pwysig ynghylch 'beth yw diabetes' a sut y mae bwyd yn effeithio ar lefelau glwcos y gwaed.	Deietegwyr diabetes lleol	1-2 awr	1-2 mis cyntaf



Sesiynau ychwanegol i roi sylw i grwpiau penodol o'r boblogaeth, yn ôl y galw.	Sesiynau ychwanegol i wella'r ddealltwriaeth o ddeiet ac anghenion maeth ymhlith poblogaethau penodol fel cymunedau BAME a phobl sydd ag anawsterau dysgu.	Prif ddeietegwyr AWDPP / neu brif ddeietegwyr lleol	2-3 awr	Yn ôl y galw
--	--	---	---------	--------------

Hyfforddiant Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan

Bydd y Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yn cael hyfforddiant sy'n ymwneud yn benodol ag AWDPP a bydd prif ddeietegydd cenedlaethol AWDPP yn arwain yr hyfforddiant hwn yn ganolog. Rhaid i Weithwyr Cymorth Gofal Iechyd gwblhau'r hyfforddiant hwn cyn y gallan nhw ddarparu ymyriadau AWDPP.

Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Agored Cymru Lefel 2

Cyn darparu'r ymyriad, rhaid i bob Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd fod wedi cael hyfforddiant Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Agored Cymru Lefel 2. Mae deilliannau dysgu'r hyfforddiant wedi'u rhestru yn nhabl 2.

Tabl 2. Deilliannau dysgu o hyfforddiant Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Agored Cymru Lefel 2

Deilliannau Dysgu
1. Deall elfennau deiet cytbwys (ar sail Canllaw Bwyta'n Dda y GIG)
2. Deall manteision maeth da i iechyd a lles pobl
3. Deall sut y mae deiet cytbwys a gweithgarwch corfforol yn cyfrannu at reoli pwysau, iechyd a lles pobl
4. Deall y ffactorau sy'n effeithio ar y bwyd y bydd pobl yn dewis ei fwyta
5. Gallu gosod amcanion i helpu i newid arferion bwyta a ffyrdd o fyw
6. Deall y labelu ar fwyd
7. Deall beth sy'n ddeiet cytbwys i amrywiaeth o grwpiau yn y boblogaeth
8. Gallu addasu ryseitiau a phrydau i ddilyn canllawiau bwyta'n iach
9. Deall ffynonellau gwybodaeth am faeth sydd wedi'u seilio ar dystiolaeth



Hyfforddiant Cyfweld Ysgogiadol

Bydd y Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yn cael hyfforddiant ychwanegol mewn technegau cyfweld ysgogiadol er mwyn helpu gyda'r sgysiau a gynhelir yn ystod yr ymgynghoriad 30 munud. Bydd yr hyfforddiant hwn yn cael ei ddarparu gan hyfforddwr ardystiedig ym maes cyfweld ysgogiadol, ac yn cael ei ddarparu yn ddiweddarach yn ystod AWDPP pan fydd y Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd wedi magu profiad yn darparu'r ymyriad.

Lleoliadau i gynnal ymgynghoriadau AWDPP

Mae'r lleoliadau/ystafelloedd sydd ar gael ar gyfer apwyntiadau AWDPP i'w trafod â'r clystyrau sy'n cymryd rhan, a dylid creu amserlen o'r slotiau apwyntiadau sydd ar gael naill ai ar system y practis neu ar system y bwrdd iechyd cyn gwneud yr apwyntiadau. Mae'n bwysig ceisio llenwi'r slotiau heb unrhyw fylchau mawr yn ystod y diwrnod, er mwyn manteisio i'r eithaf ar amser y Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd yn y Practis ac i roi digon o amser i ddilyn gweithdrefnau atal a rheoli heintiau.

Cam 2: Canfod y Defnyddwyr Gwasanaeth

Er mwyn cael eu cynnwys yn AWDPP, rhaid i unigolion fodloni meini prawf cymhwysedd AWDPP (Tabl 3). Rhaid defnyddio templedi chwilio AWDPP, sy'n cyd-fynd â'r meini prawf cymhwysedd, er mwyn canfod yr unigolion sy'n addas i'w cynnwys.

Tabl3. Meini prawf cymhwysedd AWDPP

Meini prawf ar gyfer cynnwys pobl
HbA1c 42-47 mmol/mol (yn y 3 mis diwethaf)
18 oed a hŷn
Meini prawf ar gyfer eithrio pobl
Wedi cael diagnosis o ddiabetes math 1 neu fath 2 o'r blaen
BMI presennol <20 kg/m ²
Ar hyn o bryd yn cael metformin neu feddyginiaethau eraill ar bresgripsiwn sy'n lleihau glwcos y gwaed
Yn cael gofal lliniarol
Beichiogrwydd
Yn cael eu bwydo'n artiffisial



Mae enghreifftiau o dempledi chwilio EMIS/VISION i'w gweld fan hyn:



AWDPP Emis
Screenshots.docx



AWDPP Vision
Screenshots.docx

Bydd y Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd yn defnyddio templedi chwilio EMIS/VISION i greu rhestr o unigolion cymwys. Dylid defnyddio'r rhestr hon wedyn i gysylltu ag unigolion a'u gwahodd i fod yn rhan o AWDPP. Cyn edrych ar y rhestr o unigolion cymwys, rhaid i bob practis sy'n cymryd rhan yn AWDPP a'r bwrdd iechyd sy'n cyflogi'r Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd lunio cytundeb rheolydd data ar y cyd (mae hwn ar gael ar gais drwy gysylltu â PHW.AWDPP@wales.nhs.uk), a hynny'n unol â'r gweithdrefnau llywodraethu gwybodaeth. Bydd y broses gychwynnol o gasglu data at ddibenion adnabod pobl yn cael ei goruchwyllo gan y prif ddeietegydd lleol. Rhaid i'r Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd gofnodi faint o unigolion sydd wedi'u dynodi'n gymwys ar ôl chwilio drwy'r gronfa ddata am y tro cyntaf.

Y broses ar gyfer uwchgyfeirio

Pan na fydd hi'n eglur a yw unigolyn yn gymwys i'w gynnwys yn rhan o AWDPP, dylid trafod â gweithiwr gofal iechyd perthnasol pa mor addas yw'r unigolyn hwnnw. Ar y dechrau, dylid cynnal y sgwrs hon â phrif ddeietegydd AWDPP neu â meddyg teulu/Nyrs Practis yr unigolyn. Gallai fod achlysuron pan na fydd cymhwysedd neu addasrwydd unigolyn yn glir, er enghraifft os oes gan yr unigolyn ddiagnosis o ganser; os yw'n profi eiddilwch; os oes ganddo lai o alluedd meddyliol; os oes pryderon ym maes diogelu; neu os yw'r unigolyn wedi cael ymyriad tebyg yn ddiweddar. Nid yw'r rhestr hon o enghreifftiau'n gyflawn, ac nid yw'n cynrychioli holl sbectrwm y cyflyrau sy'n golygu nad yw AWDPP yn addas i unigolyn. Pan fydd amheuan am ba mor addas yw cynnwys unigolyn, rhaid wastad uwchgyfeirio'r penderfyniad ynghylch a ddylen nhw gymryd rhan at weithiwr gofal iechyd proffesiynol perthnasol i'w adolygu. Rhaid cofnodi nifer yr unigolion a'r rheswm pam na fernir eu bod nhw'n addas i'w cynnwys yn dilyn adolygiad pellach (gweler Tabl 4).



Cam 3: Cronfa Ddata Defnyddwyr Gwasanaeth a Sicrhau Ansawdd

Mae dogfen fframwaith hyfforddiant, goruchwyllo a sicrhau ansawdd wedi cael ei datblygu a bydd hon yn cael ei rhoi i'r prif ddeietegydd lleol i hyrwyddo dull cyson, teg o ddarparu AWDPP ledled Cymru (mae'r ddogfen hon hefyd ar gael ar gais drwy gysylltu â PHW.AWDPP@wales.nhs.uk). Er mwyn helpu i sicrhau ansawdd y rhaglen a sicrhau ei bod yn cael ei rhedeg yn effeithlon, bydd y prif ddeietegwyr lleol yn datblygu cronfa ddata gan ddefnyddio'r meysydd a ddangosir yn Nhabl 4 isod. Gellir creu'r data gan ddefnyddio rhaglenni Office fel taenlenni Microsoft Excel, ac mae'n rhoi dull ymarferol o sicrhau bod penderfyniadau'n cael eu huwchgyfeirio'n briodol, bod y meini prawf yn cael eu defnyddio, bod data'n cael eu casglu, a bod modd deall sut y mae'r system yn cyrraedd ac yn rhoi'r un mynediad i bawb i ymyriadau AWDPP. Gan fod yr holl wybodaeth hon am gleifion yn cael ei chofnodi y tu allan i VISION/EMIS, mae'n hanfodol bod unrhyw wybodaeth bersonol am unigolyn sydd wedi'i ddynodi'n gymwys neu sy'n cymryd rhan weithgar yn AWDPP yn cael ei chadw'n hynod o ddiogel. Gan y bydd y data hyn yn cael eu cadw gan brif ddeietegydd y bwrdd iechyd lleol a'r Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd, y bwrdd iechyd sy'n gyfrifol ac yn atebol ill dau am y data, a rhaid iddo sicrhau bod prosesau cadarn wedi'u cyflwyno i storio a diogelu'r data. Rhaid i brif ddeietegwyr lleol a Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd sicrhau eu bod yn deall trefniadau llywodraethu gwybodaeth diweddaraf eu bwrdd iechyd, a'u bod yn cydymffurfio â'r rheini. O dan y rheoliadau diogelu data cyffredinol, dim ond am y cyfnod sy'n angenrheidiol y dylid storio'r data hyn, a rhaid eu dileu'n ddiogel pan na fydd y data'n gyfredol mwyach. Dylai Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd a phrif ddeietegwyr lleol drafod â'u timau llywodraethu gwybodaeth lleol beth yw'r dulliau cywir i gael gwared ar ddata.

Tabl 4. Meysydd cronfa ddata Defnyddwyr Gwasanaethau

Cam gweithredu	Ymateb (opsiynau mewn cwmpen)
Yr unigolyn wedi'i uwchgyfeirio i adolygu'i gymhwysedd	Ydy/Nag ydy
Y rheswm dros eithrio	Darparu rheswm/Ddim yn berthnasol
Llythyr gwahodd wedi'i anfon	Oes/Nag oes
Ymateb i'r gwahoddiad	Cytuno/Anghytuno/Dim ymateb
Galwad ffôn ddilynol (os oes angen)	Oes/Ddim yn berthnasol



Os yw'n gwrthod	Darparu rheswm (testun gwag)/Ddim yn berthnasol
Y rheswm dros gasglu data anghyflawn	Darparu rheswm/Ddim yn berthnasol

Cam 4: Y broses apwyntiadau a threfnu

Dylid dilyn y broses benodi fel a ganlyn:

- Gan ddefnyddio'r rhestr a gafodd ei chreu wrth chwilio i gychwyn drwy gofnodion meddygon teulu, bydd unigolion yn cael eu gwahodd yn wreiddiol i fod yn rhan o AWDPP drwy lythyr, a bydd taflen wybodaeth yn cael ei hanfon i'w cyfeiriad cartref cofrestredig (mae templed y llythyr a'r daflen wybodaeth ar gael ar gais drwy gysylltu â PHW.AWDPP@wales.nhs.uk).
- Rhaid i bob clwstwr bwrdd iechyd sy'n cymryd rhan ddefnyddio'r un templed ar gyfer y llythyr gwahodd¹. Bydd y llythyr yn gwahodd unigolion i drefnu apwyntiad AWDPP wyneb yn wyneb neu apwyntiad rhithwir, a bydd yn cynnwys gwybodaeth leol am sut i wneud hynny.
- Dylai Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd ddilyn y gweithdrefnau lleol ar gyfer trefnu apwyntiadau, gan y gallai'r systemau amrywio o'r naill fwrdd iechyd i'r llall. Ceir canllawiau ar gyfer trefnu apwyntiadau drwy Gymru gyfan a bydd y byrddau iechyd yn gyfarwydd â'r rhain.
- Os nad yw'r unigolyn yn ymateb i lythyr gwahodd AWDPP, dylai'r Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd wneud galwad ffôn ddilynol gan geisio perswadio'r unigolyn i ymwneud â'r ymyriad, a hynny gan ddefnyddio'r sgript ar gyfer galwadau ffôn² (mae'r sgript ar gyfer galwadau ffôn ar gael ar gais drwy gysylltu â PHW.AWDPP@wales.nhs.uk).
- Os bydd yr unigolyn yn cytuno i gymryd rhan yn yr ymyriad yn ystod yr alwad ffôn, dylid trefnu apwyntiad yn y fan a'r lle.
- Os na fydd yr unigolyn yn dymuno cymryd rhan yn AWDPP neu os bydd angen rhagor o amser arno i ystyried y peth, dylid caniatáu hyn.
- Ni ddylid gwneud unrhyw alwadau ffôn pellach oni bai bod hynny'n angenrheidiol.

¹ Wedi'i ddylunio gyda chymorth Arbenigwyr Newid Ymddygiad a Deietegwyr Iechyd Cyhoeddus

² Wedi'i ddatblygu gyda cymorth Arbenigwyr Newid Ymddygiad Iechyd Cyhoeddus



- Rhaid cadw cofnod o nifer yr unigolion sy'n cael eu gwahodd i gymryd rhan, waeth beth yw eu statws cyfranogi, er mwyn gallu cyfrifo a gwerthuso'r nifer sy'n dewis cymryd rhan (gweler Tabl 4).

Cam 5: Ymgynghoriad AWDPP

Mae'r canllawiau ynghylch cynnwys ymgynghoriad AWDPP i'w cael yn llawn yn llawlyfr ymgynghori AWDPP (mae hwn ar gael ar gais drwy gysylltu â PHW.AWDPP@wales.nhs.uk). Mae'r adrannau isod yn dangos y prif feysydd y dylid rhoi sylw iddyn nhw yn ystod yr ymgynghoriad.

Trafodaeth Gychwynnol

- Croesawch yr unigolyn i AWDPP
- Esboniwch wrth yr unigolyn pam ei fod wedi'i wahodd i fod yn rhan o'r ymyriad drwy roi ei ganlyniad HbA1c ac esboniwch pam mae'r canlyniad hwn yn golygu ei fod yn wynebu risg uwch o ddatblygu diabetes math 2
- Esboniwch yn gryno beth yw diabetes math 2 a pham mae'n bwysig gweithredu i leihau'r risg i'r unigolyn (e.e. risg uwch o ddementia, colli golwg, clefyd yr arennau, problemau â'r traed, clefyd y galon, poen a niwed i'r nerfau, camweithrediad rhywiol)

<i>Normoglycaemia:</i>	<i><42 mmol/mol</i>
<i>Risg o ddiabetes math 2:</i>	<i>42-47 mmol/mol</i>
<i>Diabetes:</i>	<i>>48 mmol/mol</i>

- Esboniwch y gall HbA1c symud i'r naill gyfeiriad a'r llall, ac os bydd rhywun yn gweithredu'n gadarnhaol, gall ddychwelyd i'r lefelau normal, ond gall hefyd symud i ystod diagnostig diabetes heb newid ymddygiad a/neu gael triniaeth arall
- Esboniwch fod rhywfaint o wybodaeth am gael ei gasglu gan yr unigolyn cyn cael trafodaeth am y camau gweithredu y gellir eu cymryd i leihau datblygiad diabetes math 2



Casglu'r Set Ddata Ofynnol

Mae angen casglu'r set ddata ofynnol yn llawn ar gyfer yr holl unigolion er mwyn gwerthuso AWDPP yn llwyddiannus. Rhaid cofnodi'r data'n gywir gan ddefnyddio templed cofnodi data EMIS/VISION yn unol â'r arfer safonol, a gwneud hyn yn ystod neu yn syth ar ôl yr apwyntiad i sicrhau bod yr holl ddata'n cael eu casglu. Mae'r data sydd i'w cofnodi fel rhan o'r ymgynghoriad 30 munud cychwynol wedi'u rhestru yn nhabl 5. Mae'r sgrinluniau o dempled y set ddata ofynnol yn dangos y fformat ar gyfer casglu'r set ddata ofynnol fel y gwneir hynny drwy systemau EMIS/Vision. Mae'r codau darllen wedi'u mewnbllannu yn y templed.



Minimum Data Set
Screenshot 1.png



Minimum Data Set
Screenshot 2.png

Tabl 5. Y Set Ddata Sylfaen Ofynnol

Anfon gwahoddiad AWDPP
Y dull o ddarparu AWDPP
Lleoliad y ddarpariaeth
Ethnigrwydd
EQ5D
HbA1c (wedi'i lenwi'n awtomatig)
Taldra
Pwysau
BMI
Cydafiacheddau (wedi'i lenwi'n awtomatig)
Anabledd (wedi'i lenwi'n awtomatig)
Amcanion y cytunwyd arnyn nhw
Atgyfeiriadau fel y dynodir gan Lwybr Rheoli Pwysau Cymru Gyfan
Atgyfeirio at y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff
Atgyfeirio at wasanaeth arall
Cwblhau ymweliad sylfaen AWDPP



Sgwrs sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn

Ar ôl casglu'r set ddata ofynnol yn llwyddiannus, bydd y Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd yn trafod bwyta deiet iach a chytbwys a bwydydd sy'n cael mwy o effaith ar lefelau glwcos y gwaed, a phwysigrwydd gwneud gweithgarwch corfforol, a hynny gan ddefnyddio'r adnoddau a restrir isod. Rhaid trafod deiet a gweithgarwch corfforol fel rhan o'r ymgynghoriad, er y gellir rhoi mwy o ffocws ar naill ai ddeiet neu weithgarwch corfforol yn dibynnu ar y wybodaeth sydd gan yr unigolyn eisoes am y pynciau hyn.

Deiet a Maeth

Bydd y cyngor deietegol a roddir wedi'i seilio ar [ganllaw Bwyta'n Dda y GIG](#) ac i gyd-fynd â hyn rhoddir hyfforddiant Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Agored Cymru Lefel 2. Mae'r Canllaw Bwyta'n Dda yn berthnasol i'r rhan fwyaf o bobl gan gynnwys bwytywyr cig, llysieuwyr, a phobl o bob tarddiad ethnig, a rhoddir gwybodaeth bwysig sy'n berthnasol i bawb, gan gynnwys am roi'r dognau maeth cywir, argymhellion calorïau, a labelu bwyd. Os bydd angen hynny, mae adnoddau wedi'u teilwra ar gael a allai fod yn fwy perthnasol i rai grwpiau. Dylid rhoi'r rhain i unigolion pan fydd galw.

Gweithgarwch corfforol

Rhaid i'r cyngor a roddir am weithgarwch corfforol fod wedi'i deilwra i oedran yr unigolyn yn unol â chanllawiau gweithgarwch corfforol y Deyrnas Unedig. Mae'r canllawiau perthnasol ar gyfer y rheini sy'n gymwys i gael ymyriad drwy AWDPP wedi'u grwpio yn ôl oedran, ac maen nhw'n cynnwys: 5-18* oed, 19-64 oed a 65 oed a hŷn.

Gosod amcanion

Ar ôl trafodaethau am y risg o ddiabetes math 2, deiet a gweithgarwch corfforol, bydd y Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd yn gofyn i'r unigolyn a yw'n gallu meddwl am rai amcanion i'w gosod y gellir eu cyflawni ac a all leihau risg yr unigolyn o ddatblygu diabetes math 2. Dylai'r amcanion ganolbwyntio ar yr unigolyn a chyfrannu at wella iechyd yr unigolyn. Rhaid



rhoi'r rhyddid i'r unigolyn gytuno ar ei amcanion ei hun, gyda'r Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd yn annog y drafodaeth yn ei blaen ac yn rhoi enghreifftiau lle bydd hynny'n briodol a allai helpu'r unigolyn i gyflawni'r amcan.

Atgyfeirio at gymorth ychwanegol

A'r rheini'n cyd-fynd â Llwybr Rheoli Pwysau Cymru Gyfan, prif wasanaethau cefnogi ymddygiad AWDPP yw gwasanaethau Rheoli Pwysau Byrddau Iechyd, sy'n rhoi cymorth drwy wasanaethau fel *Doeth am Fwyd am Oes (rhaglen rheoli pwysau 8 wythnos wedi'i lleoli yn y gymuned)*, gwasanaethau rheoli pwysau wedi'u harwain gan ddeietegwyr, a'r Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff. Bydd y templed casglu data'n helpu'r Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd wrth gynnal trafodaethau â'r unigolyn i ddeall pa wasanaeth atgyfeirio sy'n addas i'r unigolyn, yn unol â Llwybr Rheoli Pwysau Cymru Gyfan. Dylid cytuno â'r unigolyn ar bob atgyfeiriad a wneir. Bydd angen i unrhyw atgyfeiriad a wneir at wasanaethau ystyried y capasiti sydd ar gael yn y gwasanaethau hyn gan gydnabod bod ymyriad craidd AWDPP yn ymyriad byr sy'n sefyll ar ei draed ei hun; dim ond pan ddynodir ymyriadau ychwanegol a phan fyddan nhw ar gael y dylid gwneud y rheini.

Mae'r gwasanaethau cymorth rheoli pwysau sydd ar gael yn amrywio o'r naill fwrdd iechyd i'r llall. Bydd y prif ddeietegydd lleol yn helpu'r Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd i atgyfeirio at y gwasanaethau sydd ar gael yn yr ardal leol/y bwrdd iechyd lleol. Dylid cofnodi pob atgyfeiriad at wasanaethau cymorth yn y set ddata ofynnol.

Yn ystod y sgwrs garedig, efallai y daw materion lles ehangach i'r amlwg sy'n addas i'r dull o weithio sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn. Bydd y prif ddeietegydd lleol yn helpu'r Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd i atgyfeirio neu i gyfeirio pobl at y gwasanaethau cymorth eraill sydd ar gael yn yr ardal leol/y bwrdd iechyd lleol.

Adnoddau

I gyd-fynd â'r sgwrs a gynhelir yn ystod yr ymgynghoriad 30 munud, dylid cynnig yr adnoddau canlynol i unigolion (wedi'u cyfieithu pan fydd angen):



- Taflen wybodaeth AWDPP am lefelau glwcos uwch yn y gwaed a'r risg o ddiabetes math 2
- Presgripsiynau Gwybodaeth Diabetes UK ([Eating Well](#) a [Being Active](#))
- [Canllaw Bwyta'n Dda y GIG](#)
- Dolen/taflen ddwyieithog am atal diabetes (addysg a chymorth digidol i atal diabetes math 2)

Bydd yr holl adnoddau ar gael i'r Gweithwyr Cymorth Gofal lechyd cyn y darperir yr ymgynghoriadau.

Cam 6: Cam dilynol ar ôl 12 mis

Prawf HbA1c ar ôl 12 mis

12 mis ar ôl y prawf HbA1c sylfaenol, dylid galw unigolion yn awtomatig yn ôl i gael ail brawf HbA1c. Dylai'r broses alw yn ôl ddigwydd fel mater o arfer safonol, ac nid yw'n benodol yn gysylltiedig â AWDPP (e.e. dylid galw pobl yn ôl i gael prawf HbA1c boed yr unigolyn yn ymwneud ag AWDPP neu beidio).

Apwyntiad dilynol ar ôl 12 mis

Yn dibynnu ar ganlyniad y prawf HbA1c ar ôl 12 mis, mae tri opsiwn o ran llwybrau:

- HbA1c < 42 mmol/mol: Cysylltir â'r unigolyn i roi gwybod iddo am ei ganlyniad HbA1c. Ailgasglu'r set ddata ofynnol (Tabl 6) ac atgoffa'r unigolyn am ymddygiadau cadarnhaol fel y trafodwyd hynny yn ystod yr ymgynghoriad 30 munud cychwynnol.
- HbA1c 42-47 mmol/mol: Gwahoddir yr unigolyn i fod yn rhan o'r ymyriad AWDPP eto drwy ddod i sgwrs garedig arall a fydd yn canolbwyntio ar yr unigolyn, gan adolygu'r cynnydd a chasglu'r set ddata ofynnol drachefn (Tabl 6)
- HbA1c > 47 mmol/mol: Atgyfeirio'r unigolyn at lwybr diabetes mellitus math 2 yn unol â'r arfer safonol a chasglu'r set ddata ofynnol drachefn (Tabl 6)



Er mwyn gwreiddio prosesau gwerthuso'n gadarn yn yr ymyriad, rhaid casglu'r newidynnau a restrir yn Nhabl 6 fel rhan o'r set ddata ofynnol yn yr apwyntiad dilynol ar ôl 12 mis.

Tabl 6. Y set ddata ofynnol ar gyfer yr apwyntiad dilynol ar ôl 12 mis

HbA1c
Pwysau (i gyfrifo BMI)
EQ5D
Atgyfeirio (y gwasanaeth yr atgyfeirir ato, ac os yw'r wybodaeth ar gael, sawl sesiwn a fynchwyd)
Presgripsiynu metformin

Mae manylion penodol am brotocol yr apwyntiad dilynol ar ôl 12 mis wrthi'n cael eu datblygu a byddan nhw'n cael eu rhoi i glystyrau AWDPP sy'n cymryd rhan pan fyddan nhw ar gael.

Os oes gennych chi unrhyw gwestiynau am gynnwys y protocol hwn, cysylltwch â Thîm Rhaglen Atal Diabetes Cymru Gyfan yn lechyd Cyhoeddus Cymru drwy e-bost: PHW.AWDPP@wales.nhs.uk

