

ASTUDIAETH ACHOS: FAIR TREATMENT FOR WOMEN IN WALES



CEFNDIR

Datblygodd Fair Treatment for Women in Wales (FTWW) o grŵp Facebook a sefydlwyd tua diwedd 2014 i rannu gwybodaeth am ddarpariaeth gofal iechyd menywod a daeth yn fudiad mwy sefydledig yn 2015 i fenywod a merched a arweinir gan gleifion i roi cymorth, cefnogaeth a chynghor ymarferol ar gyflyrau iechyd menywod a sut i ddelio gyda gwasanaethau iechyd. Datblygwyd y mudiad yn wreiddiol i helpu menywod gydag Endometriosis* ac ymgyrchu dros well fynediad a gwasanaethau yng Nghymru. Mae FTWW bellach wedi ymgyrchu i wella cymorth a gwasanaethau i fenywod sydd, er enghraifft, wedi cael camesgoriad a menywod sy'n teimlo effeithiau niweidiol y Menopos. Mae'r mudiad yn ymgyrchu hefyd dros well gwasanaeth i fenywod sydd â Syndrom Ehlers Danlos*, Awstiaeth a materion iechyd meddwl amenedigol. Mae eu platfform caeedig arlein yn denu 700+ o aelodau.

**Endometriosis: Cyflwr lle mae meinwe debyg i feinwe leinin y groth yn ymddangos mewn manau eraill yn y corff, gan achosi llid, gwaedu, poen, camweithrediad organ, ac, weithiau, anffrwythlondeb. Mae fel arfer yn effeithio ar ferched a menywod mewn oed i gael plant. Mae'n llai cyffredin mewn menywod ar ôl y menopos (www.nhs.uk).*

**Syndrom Ehlers Danlos: Cyflwr genetig prin sy'n effeithio ar y meinweoedd cysylltiol.*

**Debbie Shaffer, Prif Swyddog
Gweithredol a sylfaenydd FTWW yn
ennill dwy o wobrau Chwarae Teg
Womenspire '18**



AR WAITH

Prif nod FTWW yw cydweithio i sicrhau gwell gwasanaethau iechyd a chymorth i fenywod. Mae FTWW wedi arwain sawl deiseb i lobïo Llywodraeth Cymru; gan amlygu bylchau yn narpariaeth iechyd menywod a sut i'w llenwi. Nid oes gan FTWW gyllid penodol ac mae'n codi arian drwy ei aelodau i unioni anghydraddoldebau iechyd ac mae'n enghraifft wych o ddinasyddion yn mynd ati i gydgyhyrchu; **'sicrhau y clywir eu llais....bod mewn rheolaeth'** a gall y newid hwn mewn meddylfryd ddigwydd drwy gydweithredu rhagweithiol. Roedd yn bwysig gwneud y canlynol:

- **Grymuso menywod:** Mae FTWW yn fudiad cyfranogol sy'n gweithio gydag aelodau i gasglu adborth ar faterion amrywiol ac yn **'grŵp adeiladol, rhagweithiol o fenywod'** sydd wedi dod ynghyd i drafod pynciau mewn lle cyfforddus. Yr allwedd i lwyddiant ymgyrchoedd FTWW yw'r ffordd y mae'r mudiad wedi buddsoddi amser ac ynni i gefnogi menywod i weithredu, cwestiynu a dadlau drostynt eu hunain.
- **Rhyddhau grym y llais cyfunol:** Gwelwyd bod cannoedd lawer o fenywod yn cael yr un anawsterau a rhwystrau wrth geisio cael at wasanaethau gofal iechyd, pob un mewn **'brwydrau unigol'**. Teimlwyd mai'r llais cyfunol oedd yr arf gydgyhyrchol rymusaf yr oedd gan aelodau i ysgogi newid a datblygu gwasanaethau arbenigol.
- **Dysgu drwy weithredu:** Mae gweithredu rhagweithiol yr aelodau; chwilio am wybodaeth a rhannu profiadau wedi bod yn nodwedd bwysig **'dysgu ar hyd y ffordd'**, rhannu'r hyn a ddysgir, a rhoi'r offer a'r dystiolaeth i fenywod eraill gael at lwybrau clinigol arbenigol a chau

BETH WEITHIODD YN DDA

- **Grym y cyfunol:** Er mai lleisiau unigol oedd y catalydd, mae llais cyfunol aelodau FTWW wedi codi proffil materion yn ymwneud ag iechyd menywod, yn enwedig materion a ystyrir yn rhai sensitif a'r rhai nad oes ar bobl eisiau eu trafod, megis symptomau'r menopos ac anymataliaeth. Mae FTWW wedi bod ag eitemau ar BBC Wales News; gan godi ymwybyddiaeth o ddiffyg gwasanaethau arbenigol Endometriosis a Chamesgoriad yng Nghymru.
- **Canfod clinigwyr sydd â diddordeb a chydgyhyrchu â nhw:** Gweithiodd FTWW gydag arbenigwyr, a oedd hefyd yn edrych ar fylchau tebyg ac yn llobio Llywodraeth Cymru i sefydlu grwpiau Gorchwyl a Gorffen i ystyried datblygu gwasanaethau arbenigol yng Nghymru, gyda chleifion yn cydarwain y broses i lunio'r sylfaen dystiolaeth ac argymhellion i Lywodraeth Cymru. O ganlyniad, buddsoddodd Llywodraeth Cymru £1m mewn gwasanaeth ffisiotherapi pelfig pwrpasol yng Nghymru yn hytrach na bod rhaid i gleifion, er enghraifft yng Ngogledd Cymru, gael at wasanaeth o'r fath dros y ffin.
- **Proffil arlein:** Mae gweithgarwch arlein FTWW, drwy grŵp Facebook caeedig, wedi cefnogi aelodau a oedd o'r blaen wedi'u hynysu, heb wybodaeth ac yn ansicr sut i gael at ofal iechyd arbenigol.

HERIAU

- **Bylchau mewn darpariaeth:** Mae llwybrau clinigol ansicr a diffyg canolfannau yng Nghymru ar gyfer rhai pethau arbenigol fel Endometriosis wedi achosi anghydraddoldeb a thriniaeth annheg. Roedd gwahaniaethau rhwng y De a'r Gogledd, gyda menywod yn fwy tebygol o gael at wasanaeth arbenigol, os oedd un yn bodoli, yn y De.
- **Gweithio'ch ffordd drwy wybodaeth arlein:** Mae gwybodaeth gan fudiadau trydydd sector y DU yn dueddol o ganolbwyntio ar Lloegr ac yn gamarweiniol i gleifion yng Nghymru lle nad yw'r un gwasanaethau ar gael. Pan fo gwasanaethau o'r fath yn bodoli, mae mynediad anghyfartal at wasanaethau arbenigol trydyddol y tu allan i Gymru. Symudodd un aelod a oedd yn byw ar y ffin i feddygfa yn Lloegr i gael at wasanaethau arbenigol a oedd ar gael yn Lloegr yn unig.
- **Cydbenderfynu:** Teimlai FTWW fod rhai clinigwyr yn amharod i gydbenderfynu â chleifion gan fod clinigwyr yn teimlo eu bod yn *'colli grym, eu grym eu hunain'*. Credai FTWW y dylai fod yn broses gadarnhaol lle nad yw rhannu grym yn golygu'ch bod yn colli rheolaeth ac nad ydynt yn ildio *'eu darn bach nhw o'r pastai grym'*.
- **Mynd i'r afael â chanfyddiadau cyhoeddus:** Teimlwyd bod anabled neu gyflwr cronig 'anweladwy' yn arwain yn aml at wahaniaethu a diffyg dealltwriaeth gyhoeddus os ydych *'yn edrych fel pe baech mewn iechyd perffaith'*.

RHWYSTRAU

- **Llwybrau atgyfeirio:** Roedd ansicrwydd am y system i gael at wasanaethau arbenigol yn dipyn o rwystr i fenywod yng Nghymru â chyflyrau penodol i fenywod. Ystyriwyd nad oedd Meddygon Teulu bob amser yn ymwybodol o lwybrau atgyfeirio yn enwedig y llwybrau hynny a oedd yn arwain at fynediad dros y ffin. Roedd gweithio'ch ffordd drwy systemau iechyd yn anodd ac yn rhwystredig. Teimlwyd bod diffyg tryloywder a bod clinigwyr yn amharod i rannu gwybodaeth â chleifion, a oedd yn achosi drwgdybiaeth, wrth i glinigwyr beidio gwrandao ar anghenion a phryderon cleifion.

'Roedden ni'n teimlo bod gwahaniaethu yn ein herbyn....mae'n ffenomenon ledled y byd.....mae gwerslyfrau meddygol yn ddegawdau oed ac mae iechyd menywod wedi cael eu taflu at ei gilydd mewn un bennod; mae llawer o stigma am faterion gynaeolegol a rhyw fath o normaleiddio ynglŷn â phoen pelfig'.



LLWYDDIANNAU

- **Cydgynhyrchu:** Un o'r ffactorau allweddol i lwyddiant FTWW yw eu gallu i ddod â menywod o'r un anian at ei gilydd sydd am wneud gwahaniaeth a chodi ymwybyddiaeth o anghydraddoldebau iechyd menywod gan gydgynhyrchu a chyfuno barn eu haelodau ar lawer o gyflyrau iechyd penodol sy'n effeithio ar fenywod. Mae FTWW wedi llwyddo i lunio, cyfrannu ac ysgrifennu adroddiadau cleifion/defnyddwyr gwasanaethau ar gyfer Llywodraeth Cymru. Diolch i'w gwaith ar y diffyg gwasanaethau arbenigol Endometriosis sefydlodd Llywodraeth Cymru a GIG Cymru Grŵp Gorchwyl a Gorffen i ystyried datblygu gwasanaethau i gleifion yng Nghymru. Wedi i FTWW ganfod yr anghenion a'r bylchau mewn darpariaeth Endometriosis rhyddhaodd Llywodraeth Cymru ddatganiad (Hydref 2018) ynglŷn â chyhoeddiad Adroddiad y Grŵp Gorchwyl a Gorffen Endometriosis gan amlygu rôl adroddiad FTWW yn ysgogi'r drafodaeth ac argymhelliad i **'wella gwasanaethau Endometriosis a darparu gwell canlyniadau i fenywod'** (Gething, 2018).
- **Magu hyder:** Dysgodd aelodau oddi wrth ei gilydd mewn amgylchedd cefnogol gyda'r Prif Swyddog Gweithredol yn arwain y ffordd gan feithrin eu hyder drwy roi'r modd i aelodau rannu, trafod a gweithredu ar y cyd i amlygu anghydraddoldebau iechyd menywod. Roedd aelodau a gyfwelwyd ar gyfer yr astudiaeth achos hon yn llawn angerdd, yn benderfynol ac am wneud gwahaniaeth drwy fod yn rhagweithiol. Roedd gan sawl aelod yr hyder i ymgymryd â'r achos dros faterion iechyd eraill sy'n effeithio ar fenywod. Roedd un aelod yn feddyg ond yn teimlo nad oedd yn cael ei chymryd o ddifrif er ei bod bron â gorffen ei hyfforddiant meddyg cyn iddi fynd yn sâl, ond bod ymaelodi â FTWW wedi rhoi'r hyder iddi: **'Roeddwn yn credu'n angerddol yn y gallu i ddweud bod angen i chi eithrio'r cyflyrau hyn cyn i chi roi diagnosis o'r cyflwr arall hwn. Wyddoch chi fod Debbie (Prif Swyddog Gweithredol FTWW) wedi rhoi'r hyder i mi fod gen i ddeallusrwydd a bod gen i rywbeth i'w gynnig'**.
Ysbrydolwyd llawer o aelodau i weithredu wrth fagu hyder yn lle ymddieithrio; bod gwneud gwahaniaeth yn bwysig i fenywod eraill a'i fod yn teimlo'n **'rhwystr llai anorchfygol'** yng Nghymru. Serch hynny, roeddynt yn ymwybodol o un o'u haelodau a oedd yn feddyg ac wedi bod yn gweithio am 10 mlynedd yn y GIG tan iddi fynd yn sâl ac os na allai hi **'gael pen ffordd drwy'r GIG sut ar y ddaear y mae disgwyl i unrhyw un arall wneud hynny?'** Llwyddiant FTWW oedd eu gallu i helpu pobl i ddod o hyd i'r llwybrau arbenigol clinigol neu ganfod ble mae angen sefydlu llwybrau o'r fath drwy fod yn rhagweithiol i gau bylchau yn narpariaeth qofal iechyd menywod.

BETH A DDYSGWYD?

- **Datblygu'r sylfaen dystiolaeth:** Cynhyrchu a chrynhoi'r dystiolaeth o angen a welir yn straeon menywod a oedd yn amlygu pwysigrwydd mynd i'r afael ag anghydraddoldebau gofal iechyd menywod. Dysgodd aelodau drwy gydgynhyrchu am rym casglu straeon grymus o angen sydd heb ei ddiwallu.
- **Meddu ar wybodaeth dda:** Dechreuodd FTWW gydag un llais, profiad a brwydr un person i gael at wasanaeth iechyd arbenigol. Aeth hi ar drywydd sawl llwybr gan gynnwys cysylltu â Phrif Weinidog Cymru i amlygu pryderon a bylchau mewn darpariaeth a amlygodd hefyd y ffaith nad yw pob clinigydd sy'n gweithio ym maes iechyd menywod yn gwybod am llwybrau atgyfeirio sydd eisoes yn bodoli ac yn aml yn gofyn i gleifion gwblhau Cais Cyllido Cleifion Unigol pan nad oedd cais o'r fath yn angenrheidiol. Teimlai un aelod y byddai hi yn dal i fod ar y llwybr clinigol anghywir pe na bai wedi cysylltu â FTWW. Roedd cyfathrebu gwael wrth wraidd methiant i gael at wasanaethau arbenigol.
- **Defnyddio deddfwriaeth iechyd a gofal cymdeithasol bresennol:** Cydnabu FTWW bwysigrwydd deddfwriaeth i sbarduno newid. Rhoddodd y Ddeddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant y modd iddynt leisio eu pryderon, cymryd rheolaeth dros eu bywydau eu hunain a chydgynhyrchu, gan ddilysu eu gwaith a'u hymdrech cyfunol.

CASGLIAD

Mae FTWW wedi dangos yn glir pa mor rymus yw cydgynhyrchu fel unigolion ond ei fod yn fwy grymus mewn grŵp. Mae'r mudiad wedi codi proffil anghydraddoldebau yn narpariaeth gofal iechyd menywod, yn enwedig gwasanaethau arbenigol nad ydynt ar gael yng Nghymru. Mae tîm craidd ac aelodau FTWW wedi dysgu drwy weithredu i weithio'n effeithiol gyda Llywodraeth Cymru i ddatblygu strategaethau a chanfod llwybrau at wasanaethau.

Diolch i Fair Treatment for Women in Wales (FTWW) am rannu eu profiadau a'u hamser dros ginio ar ddydd Sul gwlyb:

Debbie Shaffer (Prif Swyddog Gweithredol, FTWW)

Jessica Evans

Louise Evans

Dr Amy Marshall

Jennifer Morland

Gemma Doughty

Samantha Hickson

Atgynhyrchwyd ffotograffau â chaniatâd caredig FTWW

Astudiaeth Achos a roddwyd at ei gilydd gan Dr Sally Rees, WCVA (Rhagfyr 2018)