

Sefydlu gwasanaeth cydymaith gwirfoddol, gofal diwedd oes

Am Fwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda yn cynllunio ac yn darparu gwasanaethau gofal iechyd y GIG ar gyfer Sir Gaerfyrddin, Ceredigion, Sir Benfro a siroedd cyffiniol sy'n cwmpasu chwarter tir Cymru – mewn partneriaeth â thri awdurdod lleol a chymheiriaid o'r sector cyhoeddus, y sector preifat a'r trydydd sector, gan gynnwys gwirfoddolwyr, drwy'r canlynol:

- Pedwar prif ysbyty: Ysbyty Cyffredinol Bronglais yn Aberystwyth, Ysbyty Cyffredinol Glangwili yng Nghaerfyrddin, y Prince Philip yn Llanelli ac Ysbyty Cyffredinol Llwynhelyg yn Hwlfordd.
- Pum ysbyty cymunedol: Dyffryn Aman a Llanymddyfri yn Sir Gaerfyrddin; Tregaron yng Ngheredigion; ac Ysbyty Dinbych-y-Pysgod a Chanolfan Adnoddau Iechyd a Gofal Cymdeithasol Ysbyty De Sir Benfro yn Sir Benfro.
- Dwy ganolfan ofal integredig, Aberaeron ac Aberteifi yng Ngheredigion.
- 48 o feddygfeydd cyffredinol (a phedwar o'r rhain yn feddygfeydd a reolir gan y Bwrdd Iechyd), 49 o ddeintyddfeydd (yn cynnwys tri orthodontydd), 98 o fferyllfeydd cymunedol, 44 practis offthalmeg cyffredinol (44 yn cynnig Archwiliadau Iechyd Llygaid Cymru a 30 o wasanaethau golwg gwan), darparwyr cartref yn unig a chanolfannau iechyd.
- Lliaws o leoliadau sy'n darparu gwasanaeth iechyd meddwl ac anabledau dysgu

Amcangyfrifir mai cyfanswm y boblogaeth yw tua 387,300.

Gwerthoedd y mudiad

'Gweithio gyda'n gilydd i fod y gorau y gallwn ni fod, ceisio ein gorau i ddatblygu a darparu Gwasanaethau Rhagorol a sicrhau bod pobl yn ganolog i bopeth a wnawn'.

Tîm gofal lliniarol

Mae Tîm Gofal Lliniarol Arbenigol Ceredigion yn cynnig gwybodaeth arbenigol a gofal cefnogol i bobl â chyflwr datblygedig a chynyddol sy'n cwtogi bywyd. Gallwn ni weld cleifion yn yr ysbyty, yn eu cartrefi, gan gynnwys mewn cartrefi gofal, ac yn ein clinigau allgleifion.

Mae ein gwasanaeth yn cynnwys:

- Ymgynghorydd
- Nyrsys Arbenigol
- Therapi Galwedigaethol
- Cymorth mewn Profedigaeth a Chymorth Seicolegol
- Therapi Celf
- Hosbis yn y Cartref (gweithwyr cymorth gofal iechyd a gwirfoddolwyr)

Rydyn ni'n gweithio'n agos gyda meddygon teulu, nyrsys cymunedol, meddygon a nyrsys mewn ysbytai, yn ogystal â thimau iechyd, gofal cymdeithasol a thrydydd sector eraill lleol.

Pam wnaeth Bwrdd Hywel Dda dros sefydlu Gwasanaeth Gwirfoddolwyr Gofal Diwedd Oes?

Wrth i Arweinydd Tîm nyrsys clinigol arbenigol (CNS) mewn Gofal Lliniarol fynd o amgylch ward, daeth i gysylltiad â chlaf a dal ei llaw; sylweddolodd pa mor bwerus oedd rhoi amser i rywun, a chafodd ei hysgogi i ddatblygu'r cyfleoedd Cydymaith Gwirfoddol newydd ac i enwi'r gwasanaeth yn **'llaw yn llaw' / hand in hand.**

Cafodd rhannu'r syniadau am wasanaeth Cydymaith gwirfoddol gyda chydweithwyr yn yr adran gofal aciwt '100% o gefnogaeth,' a chydabu y byddai'r gwasanaeth yn rhoi tawelwch meddwl i'r staff a'u cleifion o wybod bod rhywun yno i'r claf, yn rhoi cysur a chwmni.

Byddai cael cwmniaeth ar ddiwedd oes gan wirfoddolwyr a hyfforddwyd yn arbennig yn galluogi'r staff i ganolbwyntio ar barhau i roi gofal clinigol rhagorol a chanolbwyntio ar y blaenoriaethau

meddygol, gan fod yn dawel eu meddwl bod gwirfoddolwr yn rhoi amser a chysur i'r cleifion yn ystod diwrnodau/oriau olaf eu hoes.

Problem sydd angen eu datrys

Na ddylai unrhyw un farw ar ei ben ei hun ac y dylai pawb gael cwmni, os ydynt yn dymuno, pan fyddant yn yr ysbyty.

'Nid oes gan staff ar wardiau yr amser sydd ei angen bob amser i eistedd a sgwrsio â chleifion. Gall y diwrnod fod yn hir, yn unig ac yn llethol. Mae cael gwasanaeth cydymaith gwirfoddol yn rhoi tawelwch meddwl i'r staff o wybod nad yw pobl ar eu pen eu hunain. Mae'n ein helpu ni i ddatblygu a gwella'r gofal rydyn ni'n ei roi i'n cleifion ar ddiwedd oes. Bydd hefyd yn ysgafnhau'r pwysau ar staff ac yn gwella lles y staff'.

Prif Nyrs Ward

Camau sydd wedi'u cymryd

Ymgynghorwyd â staff clinigol allweddol, gwasanaethau Trydydd sector a Rheolwr Sir y Bwrdd Iechyd, a gytunodd ar y cynnig a'r angen am y gwasanaeth newydd.

Datblygu grŵp llywio

Roedd y rhanddeiliaid allweddol yn cynnwys y cynrychiolwyr mewnol ac allanol canlynol: Ymgynghorwyr, Nyrs Glinigol Arbenigol, y Trydydd Sector, Rheolwr Gwirfoddoli ar gyfer Iechyd, Rheolwr Sir y Bwrdd Iechyd, cynrychiolydd o Helplu, meddyg ysbyty a hwyluswyr o'r trydydd sector.

Oherwydd y pandemig, cafodd cynllun gwreiddiol y prosiect ei adolygu a'i addasu, a phenderfynwyd darparu gwasanaeth cydymaith gwirfoddol rhithiol hyd oni y byddai'n bosibl ailgyflwyno gwasanaethau wyneb yn wyneb ar y wardiau. Cafodd y safle peilot ei newid o'r safle aciwt i ysbyty cymunedol a dynodwyd Gweithiwr Cymorth Gofal Iechyd fel y prif bwynt cyswllt i nodi a hwyluso atgyfeiriadau, helpu cleifion i gael popeth yn barod ar gyfer yr alwad a chysylltu â nhw ar ôl yr alwad i weld sut aeth pethau.

Ar ôl cysylltu â'r Bwrdd Iechyd, cafodd Hwyluswyr Integreiddio Trydydd Sector (yr oedd eu llwyth gwaith wedi lleihau oherwydd COVID) eu nodi

i gynorthwyo'r prosiect. Bu eu profiadau o weithio yn y maes iechyd, y maes cymdeithasol a'r trydydd sector yn amhrisiadwy i ddatblygu'r gwasanaeth, ac roedd hyn yn cynnwys ymgysylltu â gwirfoddolwyr, dod o hyd i ffynonellau o hyfforddiant TG i wirfoddolwyr, trefnu sesiynau hyfforddi'n rhithiol a datblygu deunydd hyrwyddo ar gyfer y gwasanaeth.

Recriwtio gwirfoddolwyr

Caiff gwirfoddolwyr eu recriwtio drwy bartneriaid Hosbis yn y Cartref lleol y trydydd sector a chynllun Gwirfoddoli ar gyfer Iechyd y Bwrdd Iechyd, ynghyd â llwybrau eraill. Roedd y gwaith hyrwyddo cychwynnol yn cynnwys sesiwn wybodaeth galw heibio am goffi a sgwrs ar gyfer darpar wirfoddolwyr, lle y dangoswyd fideo hyfforddi ysbrydoledig. Mae Arweinydd y Prosiect Gwirfoddoli Gofal Diwedd Oes yn cwrdd â darpar wirfoddolwyr yn unigol i drafod y rôl a rheoli eu disgwyliadau.

Hyfforddiant a chymorth i wirfoddolwyr

Mae'r gwirfoddolwyr yn cwblhau hyfforddiant cynefino gwirfoddolwyr cynhwysfawr y Bwrdd Iechyd, ynghyd â hyfforddiant Gofal Diwedd Oes pwrpasol.

Cyflwynir sesiynau gofal lliniarol a gofal diwedd oes gan y Tîm Gofal Lliniarol; cyflwynir sesiynau hunanofal a gwydnwch gan Dîm Profedigaeth a Gofal Seicolegol y Bwrdd Iechyd; a gall Cymdeithion Gwirfoddol hefyd fynd i sesiynau goruchwyliaeth un i un a grŵp drwy Dîm Profedigaeth a Gofal Seicolegol y Bwrdd Iechyd, sy'n cynnwys Seicotherapydd Celf. Maen nhw'n cael cynnig sesiynau un i un gydag arweinydd y prosiect a'r Rheolwr Gwirfoddoli ar gyfer Iechyd.

Mae un aelod o'r tîm yn siarad â'r gwirfoddolwyr ar ddechrau a diwedd pob sesiwn er mwyn gallu cynnig cymorth a myfyrdod amser real. Mae cyfarfodydd yr Arweinydd Prosiect gyda gwirfoddolwyr unigol yn gyfle i wirfoddolwyr rannu unrhyw bryderon, rhoi adborth ar eu profiadau yn y rôl ac awgrymu syniadau i wella'r gwasanaeth; mae'r dull gweithredu hwn wedi bod yn amhrisiadwy o ran dylanwadu ar y cymorth rhithiol y gellir ei gynnig i gleifion. Er enghraifft, gwnaeth un gwirfoddolwr rannu ei syniad o fynd â chleifion ar deithiau cerdded rhithiol i lân y môr neu i'r ardd i edrych ar y blodau a'r adar.

Hyfforddiant digidol

- Mae'r Bwrdd Iechyd wedi bod yn defnyddio cyfrifiaduron iPad gyda chleifion yn eu cartrefi, nyrsys, cwnselwyr profedigaeth, ymgynghorwyr a seicotherapyddion celf ers blynyddoedd, ac wedi penderfynu ehangu'r ddarpariaeth hon i wirfoddolwyr
- Mae Cymdeithion Gwirfoddol wedi'u cefnogi i ddod yn Hyrwyddwyr Digidol sy'n gallu helpu cleifion a'u teuluoedd i oresgyn y rhwystrau i ddefnyddio technoleg yn y modd hwn

Proffil gwirfoddolwyr

- Gwirfoddolwyr o 16 oed i 75 oed a hŷn
- Wedi gorfod cael cymeradwyaeth arbennig gan y Bwrdd Iechyd i gynnwys pobl dros 70 oed yn y prosiect hwn

'Cyn yr ymweliad roeddwn i wedi dweud, 'os alla' i roi gwên ar wyneb Margaret fe fydda' i'n teimlo fy mod wedi gwneud gwahaniaeth heddiw.

'Pan ddechreuais fy ngalwad FaceTime, nid oedd Margaret yn ymatebol iawn am y 5 munud cyntaf. Darganfûm yn gyflym ei bod hi'n dwli ar anifeiliaid, felly gofynnais a hoffai gwrdd â'm ci, ac atebodd y byddai. Troais fy sgrin a chyflwyno fy nghi, a edrychodd yn syth at y sgrin a'i lyfu. Rhoddodd hyn wên fawr ar wyneb Margaret ar unwaith a chwarddodd. Dyna'r cwbl oedd ei angen a chawson ni sgwrs hir braf wedyn, gyda Margaret yn hel atgofion ac yn dweud ychydig wrthyf amdani hi. Sylwais ei bod yn dechrau blino, felly fe wnes i ddod â'r sgwrs i ben gan awgrymu ei bod hi'n amser am baned o de a chacen. Ar ôl i'r ymweliad ddod i ben, roeddwn i'n teimlo'n dda iawn o wybod fy mod wedi rhoi gwên ar wyneb Margaret.'

Cydymaith Gwirfoddol – Ysbyty Tregaron drwy Facetime

Prif heriau a chyflawniadau

- Cyfyngiadau ymweliadau rhithwir i gleifion sy'n agosáu at ddiwedd eu hoes
- Addasu'r gwasanaeth yn weithredol i ddiwallu anghenion cleifion a staff, gan ystyried y cyfyngiadau a osodwyd yn sgil Covid 19
- Gwnaeth y Bwrdd Iechyd benodi Swyddogion Cysylltu â Theuluoedd i alluogi cleifion a'u gofalwyr/teuluoedd i gysylltu

â'i gilydd. Gwnaeth hyn leihau'r galw am y gwasanaeth gwirfoddol

- Ni wnaeth llawer fanteisio ar y gwasanaeth
- Gall monitro'r gweithgarwch fynd â llawer o amser, ac ychydig iawn o fudd a welir o wneud hyn pan fo lefel y gweithgarwch mor isel
- Cadw diddordeb gwirfoddolwyr mewn parhau i ymwneud â'r gwasanaeth serch anawsterau a heriau'r pandemig

'Mae gennym ni fwy nag oedd gennym ni ar y dechrau; mae wedi bod yn daith i ni a hefyd i'r gwirfoddolwyr sydd wedi tyfu a dysgu llawer'
Swyddog Gwirfoddoli ar gyfer Iechyd

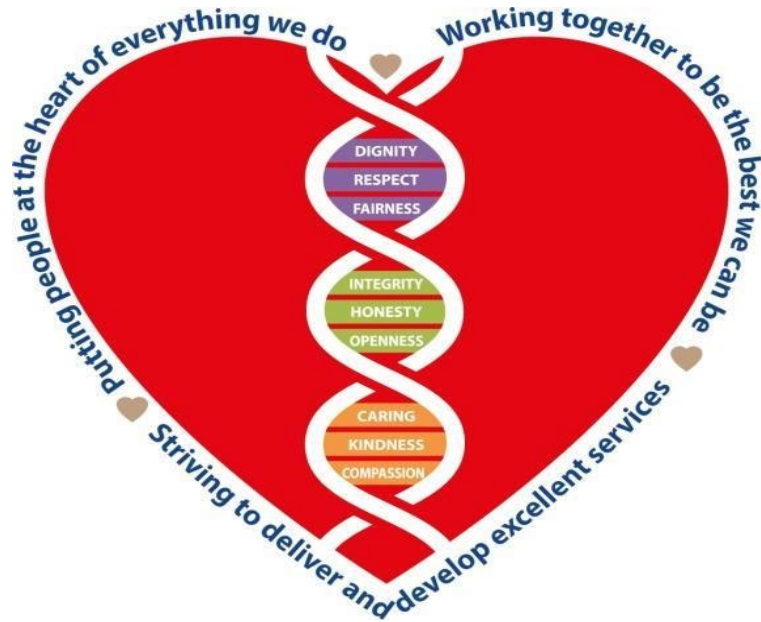
Er enghraifft:

- Mae gan y gwasanaeth Gofal Diwedd Oes dros 10 o wirfoddolwyr nawr sydd wedi'u hyfforddi ac sy'n parhau i fod yn frwdfrydig am ymgymryd â rolau Cymheiriaid
- Mwy o ddefnydd o gyfrifiaduron iPad er mwyn galluogi cymorth rhithiol pan fo angen
- Wedi cael grant i brynu clustffonau realiti rhithwir a byddwn yn cael cymorth gwirfoddolwyr gyda'r rhain, i eistedd gyda chleifion, eu helpu i ddefnyddio'r cyfarpar ac i drafod eu profiadau
- Wedi derbyn cymeradwyaeth y gall y prosiect Cydymaith Gofal Diwedd Oes ddechrau gweithredu wyneb yn wyneb unwaith eto ac yn teimlo'n obeithiol y bydd yr atgyfeiriadau'n cynyddu o ganlyniad i hyn

Camau nesaf

- Mae angen y gwasanaeth 'fwy nag erioed nawr' oherwydd y nifer cynyddol o atgyfeiriadau am ofal lliniarol arbenigol
- Mae gan wirfoddolwyr grysau polo a bathodynau adnabod yn barod, ac yn meddwl nawr am gael y logo 'llaw yn llaw' wedi'i wnïo ar y crysau polo – i gydnabod pwysigrwydd presenoldeb a chyffyrddiad corfforol
- Cyflwyno'r model ar draws y Bwrdd Iechyd
- Cysylltu â'r tîm cyfathrebu a fydd yn datblygu deunyddiau hyrwyddo i hysbysebu'r gwasanaeth

- Gweledigaeth i ddatblygu gwasanaeth gwirfoddoli integredig, sy'n cysylltu ar draws y meysydd gofal sylfaenol a gofal eilaidd



Hydref 2021