



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Mynediad i Bractisau Meddygon Teulu

Profiadau pobl hŷn

Diweddariad ar y cynnydd // Gorffennaf 2024

**Llais ac eiriolwr annibynnol
ar gyfer pobl hŷn**

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn ledled Cymru.

Mae'r Comisiynydd yn gweithredu i diogelu a hyrwyddo hawliau pobl hŷn, rhoi diwedd ar oedraniaeth a gwahaniaethu ar sail oedran, atal cam-drin pobl hŷn, a galluogi pawb i heneiddio'n dda.

Mae'r Comisiynydd yn gweithio i sicrhau Cymru lle mae pobl hŷn yn cael eu gwerthfawrogi, lle mae hawliau'n cael eu cynnal a lle nad oes neb yn cael ei adael ar ôl.

Sut i gysylltu â'r Comisiynydd:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Adeiladau Cambrian
Sgwâr Mount Stuart
Caerdydd
CF10 5FL

Ffôn: 03442 640670
E-bost: gofyn@comisiynyddph.cymru
Trydar: [@comisiwnphcymru](https://www.instagram.com/comisiwnphcymru)

Gwefan: www.comisiynyddph.cymru

Fformatau Hygyrch

Of hoffech dderbyn y cyhoeddiad hwn mewn fformat arall ac/neu iaith arall, cysylltwch â ni.

Y Cefndir

Wrth i ni heneiddio, mae'r gofal iechyd a gawn gan bractisau meddygon teulu yn chwarae mwy o ran a rhan hanfodol yn ein bywydau drwy ein cefnogi i aros yn iach, yn annibynnol ac yn ddiogel, i reoli cyflyrau hirdymor ac i leihau poen. Yn ei dro mae hyn yn golygu ein bod yn gallu aros mewn gwaith, gwirfoddoli, cefnogi neu ofalu am eraill, cymryd rhan mewn bywyd teuluol a chymunedol, a heneiddio'n dda.

Mae pobl hŷn o bob cwr o Gymru wedi bod yn sôn yn gyson wrth y Comisiynydd am fynediad i bractisau meddygon teulu. Yn ystod y blynyddoedd diwethaf cyflwynwyd newidiadau i'r ffordd mae gwasanaethau'n cael eu darparu – yn benodol, y newid cyflym i ddarparu gwasanaethau ar-lein, a gafodd ei gyflymu'n sylweddol gan bandemig Covid-19 – ac mae hyn yn peri'r risg o adael pobl hŷn ar ôl, yn enwedig y rheini sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol.

Yn 2023, roedd y Comisiynydd wedi gwahodd pobl hŷn i rannu eu profiadau diweddar o gael mynediad i bractisau meddygon teulu yng Nghymru, gan gynnwys trefnu a mynd i apwyntiadau, perthnasoedd a rhyngweithio â meddygon a staff meddygfeydd, parhad gofal a chlinigwyr, ac amgylchedd y feddygfa ei hun, yn ogystal â materion eraill sy'n effeithio ar fynediad i bractisau meddygon teulu. Roedd sefydliadau pobl hŷn cenedlaethol a lleol wedi helpu drwy ddsbarthu holiaduron ar ran y Comisiynydd, a chafodd dros 900 o arolygon ei llenwi ym mhob cwr o Gymru, ac mae'r Comisiynydd yn ddiolchgar i bawb a rannodd eu profiadau.

Cyhoeddodd y Comisiynydd ei hadroddiad [Mynediad i Bractisau Meddygon Teulu yng Nghymru: Profiadau Pobl Hŷn](#) ym mis Mawrth 2024. Roedd yr adroddiad yn cynnwys nifer o argymhellion am y camau y dylai practisau meddygon teulu, byrddau iechyd, awdurdodau lleol ac eraill eu cymryd i wella profiadau pobl hŷn.

Mae'r diweddariad hwn yn rhoi cipolwg ar y cynnydd sydd wedi cael ei wneud hyd yma, gan gynnwys manylion y camau mae'r Comisiynydd wedi'u cymryd, fel yr oedd wedi'i addo yn ei hadroddiad.

Y camau sydd wedi cael eu cymryd gan y Comisiynydd

Cyhoeddwyd adroddiad y Comisiynydd ar 21 Mawrth 2024 a chafodd ei rannu â Llywodraeth Cymru, GIG Cymru, cyrff proffesiynol a chynrychioladol a sefydliadau statudol, yn ogystal â sefydliadau'r trydydd sector, sefydliadau pobl hŷn cenedlaethol, grwpiau pobl hŷn lleol a oedd wedi cyfrannu at yr adroddiad, grwpiau ffydd ac Aelodau o'r Senedd. Roedd cylchlythyr mis Mawrth y Comisiynydd yn cynnwys erthygl ar yr adroddiad, a chafodd yr adroddiad sylw cenedlaethol ym mwletinau newyddion BBC Radio Wales a Global Radio.

Cafodd yr adroddiad groeso cadarnhaol gan Ysgrifennydd y Cabinet dros lechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, a ddywedodd y bydd yr adroddiad yn helpu i lywio gwaith Llywodraeth Cymru yn adolygu safonau mynediad yn ystod 2024 ac yn ystyried agweddau eraill ar 'fynediad da' fel parhad gofal.

Ar ôl lansio'r adroddiad cynhaliodd y Comisiynydd gyfarfodydd gyda sefydliadau a rhanddeiliaid allweddol i rannu ei chanfyddiadau a thrin a thrafod sut gellid mynd i'r afael â'r materion a nodwyd.

Hyd yma mae hyn wedi cynnwys cyfarfodydd gydag Ysgrifennydd y Cabinet dros Ddiwylliant a Chyfiawnder Cymdeithasol, y Gweinidog dros Ofal Cymdeithasol, Arolygiaeth Gofal lechyd Cymru, Llais ac uwch swyddogion ieuchyd yn Llywodraeth Cymru.

Mae tîm y Comisiynydd hefyd wedi tynnu sylw at y canfyddiadau a'r argymhellion mewn cyfarfodydd a digwyddiadau gyda rhanddeiliaid a sefydliadau allweddol eraill, gan gynnwys:

- Cyfarwyddwyr Gofal Sylfaenol Byrddau Iechyd
- Rhaglen Strategol Gofal Sylfaenol Gweithrediaeth GIG Cymru
- Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol
- Cymdeithas Feddygol Prydain
- Cynghrair Iechyd a Llesiant Conffederasiwn GIG Cymru
- Cyd-bwyllgor Comisiynu GIG Cymru ar gyfer Gwasanaethau Cludo Cleifion Mewn Achosion Nad Ydynt yn Rhai Brys
- Cymdeithas Brydeinig Deintyddiaeth Pobl Hŷn

Digwyddiad bwrdd crwn gyda sefydliadau allweddol

Ym mis Gorffennaf, cadeiriodd y Comisiynydd ddigwyddiad bwrdd crwn i drafod sut gellid bwrw ymlaen â'r camau gweithredu gofynnol a nodwyd yn ei hargymhellion. Cafodd y digwyddiad ei gynnal a'i gefnogi gan Goleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol.

Daeth y digwyddiad â sefydliadau allweddol ynghyd – gan gynnwys Llywodraeth Cymru, y Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol, Cymdeithas Feddygol Prydain, Sefydliad Rheolwyr Practisau Cyffredinol, Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru, Llais, y Coleg Nyrsio Brenhinol, Cymdeithas Cyfarwyddwyr Gwasanaethau Cymdeithasol, Iechyd a Gofal Digidol Cymru ac Age Cymru – gyda'r drafodaeth yn canolbwyntio'n bennaf ar bedwar o argymhellion y Comisiynydd:

- Dileu rhwystrau ymarferol i fynediad gan bobl hŷn a gwella'r cyfathrebu â phobl hŷn
- Rhoi cymorth i bobl hŷn i ddod i bractisau meddygon teulu a dilyn cyngor clinigol
- Sicrhau nad yw pobl hŷn yn cael eu hallgáu'n ddigidol rhag cael mynediad at bractisau meddygon teulu
- Meithrin perthnasoedd ymddiriedus â phobl hŷn

Roedd y cyfranogwyr yn cydnabod bod pwysau ar draws y sector cyhoeddus yn effeithio ar fynediad pobl at wasanaethau, a bod angen canolbwyntio ar bobl hŷn o ran cyfathrebu'n well, teilwra gwasanaethau a sicrhau mwy o gysondeb, gan fod eu hanghenion, eu dewisiadau a'u disgwyliadau yn aml yn wahanol i rai cenedlaethau iau.

Cytunodd y cyfranogwyr i gydweithio er mwyn:

- Canolbwyntio ar sicrhau parhad gofal mewn gwasanaethau meddygon teulu i gleifion hŷn
- Cyfathrebu'n well â phobl hŷn i sicrhau eu bod yn teimlo bod eu practis yn eu gwerthfawrogi, annog pobl hŷn i ddod ymlaen ar gyfer gofal iechyd, cynyddu eu dealltwriaeth o newidiadau mewn gofal sylfaenol a rolau gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill a meithrin perthynas o ymddiriedaeth â nhw
- Bwrw ymlaen â gwaith ar ofal ataliol gyda phractisau meddygon teulu a chymunedau
- Adolygu rhaglenni sydd eisoes ar waith drwy lens cydraddoldeb ac amrywiaeth i gael darlun cliriach o safbwyntiau pobl hŷn
- Cefnogi pobl hŷn i ddefnyddio dyfeisiau ac adnoddau digidol eu hunain neu drwy eraill fel nad ydynt yn cael eu hallgáu'n ddigidol
- Edrych o fewn y systemau adrodd presennol i ganfod ac i ledaenu arferion da
- Edrych sut gellid cryfhau'r berthynas rhwng gofal cymdeithasol a gofal sylfaenol, er mwyn i bobl gael y gefnogaeth sydd ei hangen arnyn nhw i ddilyn cyngor meddygol
- Trafod anawsterau trafndiaeth â'r rhannau perthnasol o Lywodraeth Cymru
- Mabwysiadu dull systematig o adrodd ar sut mae practisau meddygon teulu yn rhoi gwybod i bobl hŷn am newid
- Rhoi gwybod i bobl hŷn ac i gydweithwyr drwy eu rhwydweithiau am ganllaw gwybodaeth y Comisiynydd ar gael mynediad i bractisau meddygon teulu

Roedd cyfranogwyr wedi cytuno i ymuno â thîm y Comisiynydd ar gyfer digwyddiad dilynol ym mis Medi i drafod y cynnydd yn erbyn pob un o'r camau gweithredu a nodwyd ac i ystyried unrhyw faterion sy'n dod i'r amlwg.

Canllaw gwybodaeth i bobl hŷn

Pan gyhoeddodd y Comisiynydd ei hadroddiad, ymrwymodd i gyhoeddi canllaw i bobl hŷn i ddarparu gwybodaeth ddefnyddiol am bractisau meddygon teulu a'r gwasanaethau maen nhw'n eu darparu.

Cafodd y canllaw ei gyhoeddi ym mis Gorffennaf ac mae'n cynnwys gwybodaeth am y canlynol:

- Beth all pobl hŷn ei ddisgwyl gan bractisau meddygon teulu
- Hawliau pobl hŷn
- Beth i'w wneud os yw pobl hŷn yn cael anawsterau

Mae'r canllaw hefyd yn cynnwys manylion a gwybodaeth gyswllt sefydliadau sy'n gallu helpu a chefnogi pobl hŷn sy'n ei chael hi'n anodd cael mynediad i bractisau meddygon teulu, neu'r gwasanaethau sydd ar gael, neu os ydy pobl yn poeni nad yw eu hawliau'n cael eu cynnal.

Mae'r canllaw ar gael yn ddigidol ac ar ffurf copi caled, ac mae crynodeb o hawliau pobl hŷn sydd yn y canllaw hefyd ar gael mewn ieithoedd eraill. Mae fersiynau hygyrch o'r canllaw ar gael yn Iaith Arwyddion Prydain, ar ffurf Sain a fersiwn Hawdd ei Deall.

Mae copïau o'r canllaw yn cael eu dosbarthu i bractisau meddygon teulu, er mwyn iddyn nhw allu sicrhau bod pobl hŷn yn ymwybodol o'r adnodd defnyddiol hwn ac maen nhw hefyd yn cael eu dosbarthu ar hyd a lled Cymru drwy sefydliadau cenedlaethol a lleol. Bydd tîm y Comisiynydd hefyd yn rhoi gwybod i amrywiaeth eang o randdeiliaid eraill ac i bobl hŷn am y canllaw mewn cyfarfodydd a digwyddiadau.

Roedd adborth gan bobl hŷn a rhanddeiliaid allweddol eraill – gan gynnwys swyddogion Llywodraeth Cymru, y Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol, byrddau iechyd, cyrff proffesiynol, Iechyd a Gofal Digidol Cymru, swyddfa Comisiynydd y Gymraeg, y Comisiwn Cydraddoldeb a Hawliau Dynol – yn amhrisiadwy wrth ddatblygu'r canllaw.

Yn yr un modd, mae'n amhrisiadwy bod Llywodraeth Cymru, y Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol, Gwasanaethau a Rennir y GIG a byrddau iechyd wedi cynnig helpu i ddosbarthu'r canllaw gan fod hyn yn helpu i sicrhau ei fod yn cyrraedd pobl hŷn ar hyd a lled Cymru.

Fel rhan o hyn, mae'r Rhaglen Strategol ar gyfer Gofal Sylfaenol hefyd wedi cytuno i fynd ar drywydd hyn gyda byrddau iechyd ac adolygu eu defnydd o'r canllaw dros y misoedd nesaf.

Ymatebion, adborth a chamau gweithredu gan randdeiliaid a sefydliadau allweddol

Roedd yr ymatebion a'r adborth a gafwyd yn gadarnhaol, gan groesawu canfyddiadau'r Comisiynydd, a thynnu sylw at sut mae'r rhain yn dylanwadu ar gynlluniau a chamau gweithredu a fydd yn cael eu cyflawni.

Bydd y Comisiynydd a'i thîm yn parhau i weithio gyda sefydliadau allweddol i bwysu am gyflawni holl argymhellion yr adroddiad, ochr yn ochr â monitro'r camau a gymerwyd a'u heffaith ar bobl hŷn.

Byrddau iechyd

Roedd yr ymatebion gan fyrddau iechyd yn cynnwys manylion y gwaith maen nhw'n ei wneud a fydd yn helpu i fynd i'r afael â rhai o'r materion allweddol a nodwyd yn adroddiad y Comisiynydd sy'n ymwneud â chyfathrebu'n well â chleifion hŷn a gwella mynediad.

Mae hyn yn cynnwys creu gwybodaeth ac adnoddau am yr hyn i'w ddisgwyl gan eich practis meddyg teulu a rolau gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill yn y practis, yn ogystal â hyfforddiant gwasanaeth i gwsmeriaid, moderneiddio amgylcheddau practisau meddygon teulu a gwella'r broses o fonitro cwynion.

Mae byrddau iechyd eraill wedi nodi y byddan nhw'n rhoi ymatebion manylach a fydd yn cael eu hadolygu gan y Comisiynydd a'i thîm.

Mae Arweinydd Iechyd a Gofal y Comisiynydd hefyd wedi cael gwahoddiad i fynd i gyfarfodydd gyda thimau gofal sylfaenol mewn byrddau iechyd unigol, i drafod yr adroddiad a sut gellir defnyddio ei ganfyddiadau i gefnogi gwelliannau ar lefel leol.

Sefydliadau allweddol eraill

Mae adborth gan randdeiliaid eraill ym maes gofal sylfaenol, gan gynnwys Gweithrediaeth GIG Cymru a Chymdeithas Feddygol Prydain, wedi dangos bod adroddiad y Comisiynydd yn rhoi cipolwg pwysig ar brofiadau go iawn pobl hŷn a bydd yn cael ei ddefnyddio i gefnogi camau gweithredu mewn ymateb i'w hargymhellion.

Er bod cyllid yn dal yn broblem allweddol, roedd cydnabyddiaeth bod modd mynd i'r afael â rhai materion a amlygwyd gan y Comisiynydd heb adnoddau ychwanegol, fel agweddau ac ymddygiad at bobl hŷn.

Roedd pwysigrwydd cyfathrebu'n well â phobl hŷn am newidiadau i'r model Gwasanaethau Meddygol Cyffredinol hefyd yn cael ei gydnabod, gyda dull posibl o gefnogi practisau i roi gwybod i bobl hŷn am y newidiadau hyn sy'n cael eu rhannu gan Gymdeithas Feddygol Prydain.

Roedd nifer o gyrff a rhanddeiliaid allweddol hefyd wedi ymrwymo i weithredu mewn ymateb i argymhellion y Comisiynydd yn nigwyddiad bwrdd crwn Coleg Brenhinol yr Ymarferwyr Cyffredinol a gynhaliwyd ar 9 Gorffennaf, fel y nodwyd uchod.

Llywodraeth Cymru

Fel y nodwyd uchod, roedd Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd a Gofal Cymdeithasol wedi croesawu canfyddiadau'r Comisiynydd a'r dystiolaeth, a fydd yn helpu i lywio polisi Llywodraeth Cymru.

Mae'r Comisiynydd hefyd wedi trafod ei chanfyddiadau a'r camau sy'n ofynnol mewn cyfarfodydd gyda gweinidogion eraill ac uwch swyddogion.

Mae crynodeb o ymateb Llywodraeth Cymru i'r materion a godwyd yn ystod y trafodaethau hyn wedi'i nodi isod:

- Mae angen ffordd symlach o fynegi beth yw'r model gofal sylfaenol i Gymru a mwy o ymdrech i gyfathrebu â phobl mewn iaith sy'n hawdd ei deall am sut mae'n gweithio.
- Ochr yn ochr â mynediad haws at bob rhan o'r system gofal sylfaenol, mae angen cysondeb o ran deall pryd mae parhad gofal fwyaf pwysig.
- Mae angen creu lle y gellir ymddiried ynddo i gynnal sgysiau am faterion sensitif fel lefelau go iawn o gydymffurfio â meddyginiaethau ar bresgripsiwn – mae angen i'r system gofal sylfaenol fod yn fwy ymatebol i ymddygiad a dewisiadau unigolion.
- Mae angen edrych ar iechyd o safbwynt ehangach na dim ond ymyriad meddygol, er mwyn cynnwys materion fel unigrwydd.
- Bydd gan ddatblygiadau sydd ar y gorwel ar gyfer gofal sylfaenol, gan gynnwys Ap GIG Cymru, oblygiadau i argymhellion y Comisiynydd ac i sicrhau mynediad cyfartal.

Aelodau o'r Senedd

Roedd adroddiad y Comisiynydd wedi arwain at ddadl yn y Senedd, a gynhaliwyd ar 15 Mai. Roedd y ddadl yn cynnwys cyfraniadau gan aelodau o bob plaid, a chyflwynwyd nifer o gwestiynau Senedd i Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol.

Pobl Hŷn

Mae pobl hŷn wedi croesawu'r adroddiad mewn digwyddiadau ymgysylltu hyd yma ac wedi cefnogi'r prif themâu ac argymhellion yn gryf.

Casgliad

Mae'r ymateb i'r adroddiad, y camau mae byrddau iechyd eisoes yn eu cymryd a'r ymrwymiad cadarnhaol i wella gan y rheini a gymerodd rhan yn y digwyddiad bwrdd crwn yn arwyddion calonogol bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed.

Mae hi'n hanfodol nawr bod polisi ac ymrwymiad ar lefel gwasanaeth yn arwain at brofiadau gwell i bobl hŷn, a bod tystiolaeth o'r gwella hwn er mwyn i bob person hŷn yng Nghymru gael arfer da.

Bydd y Comisiynydd a'i thîm yn parhau i bwysu bod holl argymhellion yr adroddiad yn cael eu cyflawni, monitro'r gwaith o gyflawni'r ymrwymadau a wneir gan randdeiliaid ar lefel genedlaethol, gwrando ar brofiadau pobl hŷn o gael mynediad i bractisau meddygon teulu a sicrhau bod lleisiau pobl hŷn yn cael eu clywed.



Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales