Hawdd ei Ddeall

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Older People's Commissioner for Wales

Practisiau Meddygon Teulu yng Nghymru

Canllaw hawdd ei ddeall i bobl hŷn

Cafodd y ddogfen yma ei hysgrifennu gan **Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru.** Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o '**Practisiau Meddygon Teulu yng Ngymru: Canllaw ar gyfer Pobl Hŷn**'.

Gorffennaf 2024

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Mae'r ddogfen yma'n hawdd ei deall. Ond efallai y bydd arnoch chi angen help i'w darllen. Gofynnwch i rywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu.

Efallai y bydd geiriau mewn **print glas trwm** yn anodd eu deall. Gallwch edrych beth mae'r holl eiriau mewn glas yn meddwl ar **dudalen 42**.

Pan fydd y ddogfen yn dweud **ni**, mae hyn yn meddwl **Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru**. I gael mwy o wybodaeth cysylltwch â:

Gwefan: www.comisiynyddph.cymru

E-bost: gofyn@comisiynyddph.cymru

Ffôn: 03442 640 670

Gwnaeth Hawdd ei Ddeall Cymru y ddogfen yma'n Hawdd ei Deall gan ddefnyddio **Photosymbols**. I ddweud wrthyn ni beth rydych chi'n feddwl am y fersiwn hawdd ei ddeall yma, cliciwch yn y fan hyn.

Rhif Trwydded Photosymbols 403527247.

Cynnwys

Ynglŷn â ni 4

Ynglŷn â'ch hawliau 7

Y pethau y mae'n rhaid i bractisiau meddygon teulu yng Nghymru eu gwneud 9

Ynglŷn ag ymuno â phractis meddyg teulu 12

Gwasanaethau y mae practisiau meddygon teulu yn eu cynnig 15

Cysylltu â'r feddygfa 18

Gwneud apwyntment 19

Tîm y practis 21

Eich apwyntment 23

Barn rhywun arall 25

Gofalwyr 25

Atgyfeiriadau 26

Gadael yr ysbyty 27

Archebu meddyginiaeth 28

Cael canlyniadau prawf 29

Cael yr wybodaeth sydd ei hangen arnoch chi 30

Cael dweud eich barn 33

Manylion cyswllt 36

Rhai o brif swyddi'r staff mewn meddygfeydd meddygon teulu 40

Geiriau anodd 42

Ynglŷn â ni

Ni ydy **Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru**.

Rydyn ni'n cefnogi hawliau pobl hŷn ar draws Cymru.

Rydyn ni'n gweithio i wneud Cymru yn lle da i fynd yn hŷn.

Mae arnon ni eisiau i bobl hŷn gael eu gwerthfawrogi a'u trin yn dda.

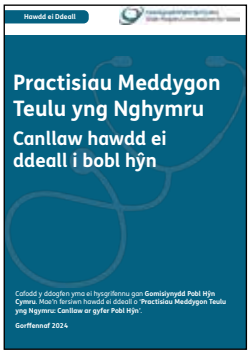
Am beth mae'r canllaw yma'n sôn

Wrth i ni fynd yn hŷn byddwn yn fwy tebygol o ymweld â'r meddyg teulu. Mae'n gallu ein helpu i aros yn iach ac annibynnol.

Mae llawer o newidiadau ynglŷn â'r ffordd y mae practisiau meddygon teulu yn cael eu rhedeg dros yr ychydig flynyddoedd diwethaf.

Mae arnon ni eisiau gwneud yn siŵr bod pobl yn cael y gefnogaeth sydd ei hangen arnyn nhw.

Mae **practisiau meddygon teulu** hefyd yn cael eu galw'n **feddygfeydd meddygon teulu**.



Bydd y canllaw yn dweud wrthych chi:

- Beth gallwch chi ddisgwyl gan eich meddyg teulu
- Beth ydy eich hawliau
- Beth i'w wneud os byddwch chi'n cael trafferthion

Mae'n rhaid i feddyg teulu ddilyn deddf sy'n cael ei alw'n **Ddeddf Cydraddoldeb**. Mae'r ddeddf hon yn dweud bod yn rhaid i bobl gael cefnogaeth i ddefnyddio gwasanaethau os oes ganddyn nhw anghenion ychwanegol. Er enghraifft, os ydyn nhw'n anabl.

Os ydych chi'n teimlo nad ydy eich meddyg teulu yn eich trin chi'n deg a chyfartal, gallwch gael help gan **Y Gwasanaeth Cynghori a Chynorthwyo ar Gydraddoldeb**. Mae eu manylion cyswllt ar **dudalen 37**.

Mae'r canllaw yma ynglŷn â phractisiau meddygon teulu yng Nghymru, ddim Lloegr.

Ynglŷn â’ch hawliau

Eich prif hawliau ydy:

- Cael eich cofrestru â phractis meddyg teulu.

- Cael apwyntment claf newydd o fewn chwe mis ar ôl cofrestru.

- Defnyddio’r practis eich hun, dros y ffôn ac ar-lein pan fydd ar agor.

- Apwyntment ar yr un dydd os bydd person â chymwysterau yn penderfynu bod eich angen yn fater o frys.

- Dweud os ydy hi’n well gennych chi weld gweithiwr iechyd proffesiynol arbennig.

- Presgripsiwn rhad ac am ddim o fferyllfa yng Nghymru (os ydych chi wedi cael eich cofrestru â meddyg teulu yng Nghymru).

- Cael mynediad at wybodaeth a gwasanaethau eich practis mewn ffordd sydd orau i chi. Er enghraifft, cael gwybodaeth yn Hawdd ei Deall.

- Cael gweld eich gwybodaeth iechyd bersonol.
- Mae'n rhaid i'ch gwybodaeth gael ei gadw'n gyfrinachol.

- Cael taflen wybodaeth am y gwasanaethau y mae eich practis yn eu darparu.

- Cael gwybodaeth ynghylch sut i gael help a chyngor.
- Cael fersiynau o unrhyw ddogfennau yn mae'r Bwrdd Iechyd yn eu darparu yn yr iaith Gymraeg.

- Symud i bractis arall i gofrestru.

Y pethau y mae'n rhaid i bractisiau meddygon teulu yng Nghymru eu gwneud

- Darparu gwasanaethau ar gyfer pobl sydd ag anhwylderau.

- Darparu gwasanaethau ar adegau teg.

- Cynnig gwasanaethau meddygon teulu personol, ar y ffôn neu ar-lein.

- Gwneud yn siŵr bod cleifion yn medru cael gafael ar wasanaethau mewn argyfwng yn ystod eu prif oriau.

- Cael eu drysau ar agor gyda staff ar y safle rhwng 8.30am a 6.00pm

- Dweud wrthych chi os ydyn nhw'n codi tâl am wasanaeth.

- Meddwl am brofiadau pobl o ddefnyddio eu gwasanaethau.

- Cefnogi eich anghenion cyfathrebu os ydych chi'n byw â cholled synhwyraidd. Er enghraifft, rydych chi'n Fyddar.

Arfer dda

Mae rhai pethau y dylai meddygfeydd meddygon teulu eu gwneud, ond dydyn nhw ddim yn gorfod. Mae hyn yn cael ei alw'n arfer dda. Er enghraifft:

- Gwneud cofnod o ba iaith mae'n well gennych chi ei defnyddio.

- Gwneud cofnod i ddweud ydych chi'n ofalwr.

Ynglŷn ag ymuno â phractis meddyg teulu

Mae gennych chi hawl i gael eich cofrestru mewn practis meddyg teulu yn yr ardal rydych chi'n byw ynddi.

Os oes arnoch chi angen gwybod pa feddygfeydd sydd yn eich ardal, ffoniwch 111.

Bydd arnoch chi angen:

- rhoi gwybodaeth am eich iechyd i'r feddygfa newydd

- a chytuno bod eich cofnodion meddygol yn cael eu trosglwyddo atyn nhw.

Gadael iddyn nhw wybod am unrhyw beth arall sy'n bwysig. Er enghraifft, oes gennych chi anabledd dysgu neu anghenion eraill.

Mae gennych chi'r hawl i gael cyfarfod claf newydd yn y feddygfa. Bydd hyn yn cael ei wneud o fewn chwe mis ar ôl cofrestru. Byddan nhw'n dod i wybod mwy am eich iechyd a'ch anghenion.

Os byddwch chi'n symud i gartref gofal mewn ardal arall, efallai y bydd arnoch chi angen practis meddyg teulu newydd.

Os oes arnoch chi angen newid i feddygfa newydd, cysylltwch â nhw i gofrestru. Does dim rhaid i chi ddweud pam y mae arnoch chi eisiau newid.

Os bydd y feddygfa yn dweud wrthych chi na chewch chi ymuno â nhw, dylen nhw ddweud pam.

Gall meddygfa meddyg teulu eich symud oddi ar eu cofrestr os byddwch chi'n symud i ardal arall.

Gallan nhw hefyd symud pobl sydd wedi bod yn **cam-drin ar lafar neu'n gorfforo**l. Mae hyn yn meddwl bod rhywun wedi trin rhywun yn wael iawn trwy ddweud neu wneud pethau cas.

Cam-drin ydy pan fydd rhywun yn eich brifo neu'n eich trin yn wael.

Gwasanaethau y mae practisiau meddygon teulu yn eu cynnig

Mae meddygfeydd meddygon teulu yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau sydd ddim i gyd yr un fath.

Ond dylen nhw gynnig llawer o wahanol wasanaethau sy'n cefnogi'r bobl sy'n mynd yno.

Mae'n rhaid iddyn nhw gael taflen am y gwasanaethau maen nhw'n eu cynnig. Gallwch ofyn iddyn nhw am un o'r taflenni os oes arnoch chi eisiau cael gwybod mwy.

Y prif wasanaethau maen nhw'n eu cynnig ydy pethau fel:

- Apwyntments meddyg teulu. Mae'r rhain hefyd yn cael eu galw'n ymgynghoriadau.

- Rheoli salwch arbennig. Er enghraifft, asthma.

- Brechlynnau. Er enghraifft, ar gyfer COVID.

- Rhai mathau o sgrinio. Er enghraifft, rhwbiad o'r groth y mae menywod yn ei gael.

- Rhai llawdriniaethau bach.

Gallan nhw roi gwybodaeth am faterion eraill y gallech chi fod angen cefnogaeth â nhw. Er enghraifft, os ydych chi'n cael eich **cam-drin**.

Mae gan rai meddygfeydd wasanaethau fel cynghori a phethau eraill hefyd.

Oriau agor

Mae'r rhan fwyaf o feddygfeydd ar agor o 8am i 6.30pm dydd Llun i ddydd Gwener. Bydd rhai ar gau weithiau. Er enghraifft, pan fydd staff yn cael eu hyfforddi.

Gwasanaethau y tu allan i oriau

Os oes arnoch chi angen meddyg ar ôl i'r feddygfa gau, ffoniwch nhw. Dylai fod ganddyn nhw neges wedi'i recordio i ddweud pwy i ffonio. Neu gallwch ffonio 111.

Cysylltu â'r feddygfa

Gallwch fynd i'r feddygfa eich hun.

Gallwch ffonio'r feddygfa.

Os nad ydych chi'n hapus â'r alwad ffôn gallwch gysylltu â rheolwr y practis a dweud wrthyn nhw. Neu fynd trwy broses sy'n cael ei alw'n **Gweithio i Wella**. Gallwch weld y manylion am hyn ar **dudalen 33**.

Gall cleifion gael gafael ar rai gwasanaethau ar-lein hefyd. Mae'r rhain ar gyfer pethau sydd ddim yn fater o frys.

Mae **Ap y GIG** ar gael ar gyfer eich ffôn. Gall hwn gael ei ddefnyddio i reoli presgripsiynau ac weithiau apwyntments.

Gwneud apwyntment

Dylai'r feddygfa roi apwyntment i chi os ydyn nhw'n meddwl bod arnoch chi angen un.

Os ydyn nhw'n penderfynu ei fod yn fater o frys, dylen nhw ei gynnig ar yr un dydd.

Os nad oes cymaint o frys, dylech chi fedru trefnu apwyntment o fewn yr wythnosau nesaf.

Erbyn hyn, ni ddylai meddygfeydd fod yn rhyddhau pob apwyntment ar gyfer y diwrnod hwnnw am 8am.

Mathau o apwyntments

Fe ddylai bod amrywiaeth o apwyntments gan gynnwys rhai wyneb yn wyneb, dros y ffôn a fideo.

Mae apwyntments yn para tua deng munud i chwarter awr. Gallwch ofyn am apwyntment dwbl os oes materion anodd a allai gymryd mwy o amser.

Os oes gennych chi salwch difrifol, anabledd neu fater arall, fe allech chi fedru gofyn am ymweliad yn y cartref.

Rhowch gymaint o wybodaeth ag y gallwch am hyn i'r feddygfa.

Tîm y practis

Mae meddygfa'r meddyg teulu yn cael ei rhedeg gan wahanol staff gofal iechyd. Er enghraifft, meddygon, nyrsys, therapyddion. Byddwch yn cael eich gweld gan y person iawn ar gyfer eich anghenion iechyd.

Mae mwy o wybodaeth am y rolau gwahanol ar **dudalen 39 a 40**.

Efallai bod staff yn y feddygfa sy'n gweithio mewn amrywiaeth o feddygfeydd eraill hefyd. Er enghraifft, therapydd iaith a lleferydd.

Gallwch chi hefyd gael help gan fferyllydd ynghylch rhai anhwylderau.

Os ydy hi'n well gennych chi weld meddyg teulu neu nyrs arbennig, gadewch i'r feddygfa wybod. Dylen nhw geisio helpu gyda hyn ond dydyn nhw ddim bob amser yn gallu.

Gallwch ofyn am gael gweld aelod o staff sy'n ddyn neu'n fenyw. Ond efallai y bydd yn rhaid i chi aros yn hirach.

Gallwch hefyd ofyn am gael aelod ychwanegol o staff i ddod i'r apwyntment. Neu aelod o'r teulu, ffrind neu ofalwr.

Eich apwyntment

Mae'r rhan fwyaf o feddygfeydd meddygon teulu yn anfon negeseuon testun i atgoffa pobl am eu hapwyntment.

Gallwch ddweud wrthyn nhw os nad oes arnoch chi eisiau hyn.

Mae'n bwysig gadael i'r feddygfa wybod os oes arnoch chi angen canslo eich apwyntment. A rhoi cymaint o rybudd â phosibl.

Os oes arnoch chi angen help i gyrraedd y feddygfa, ffoniwch nhw. Efallai bod gwasanaethau lleol sy'n gallu helpu.

Mae'n ddefnyddiol i gynllunio ar gyfer eich apwyntment. Er enghraifft, meddyliwch beth y mae arnoch chi eisiau ei ddweud a rhoi digon o fanylion iddyn nhw.

Weithiau efallai y bydd arnoch chi angen rhoi yr un gwybodaeth eto. Mae hyn yn dal yn bwysig.

Os nad ydych chi'n deall beth maen nhw'n ddweud:

- gofynnwch iddyn nhw eto

- neu gofynnwch iddyn nhw ysgrifennu'r pethau ar bapur.

Mae'n iawn i ofyn cwestiynau.

Os ydych chi'n meddwl na allwch chi ddilyn eu cyngor, dywedwch wrthyn nhw. Efallai y gallan nhw gynnig cefnogaeth ychwanegol gan rywun arall.

Barn rhywun arall

Os oes gennych chi amheuon ynghylch y pethau mae'r staff iechyd wedi dweud wrthych chi, gallwch ofyn am farn rhywun arall.

Gofalwyr

Dywedwch wrth y feddygfa os ydych chi'n ofalwr. Os ydych chi dan lawer o bwysau, byddan nhw'n gallu rhoi cyngor a chefnogaeth i chi ynglŷn â hyn.

Gallwch chi hefyd roi caniatâd i rywun siarad am eich gofalon iechyd. Dylech chi ysgrifennu nodyn am hyn ar gyfer eich meddyg teulu.

Atgyfeiriadau

Mae ar rai materion iechyd angen cefnogaeth staff gofal iechyd eraill yn y GIG. Byddan nhw'n eich atgyfeirio atyn nhw pan fydd arnyn nhw angen gwneud.

Efallai bydd rhaid i chi aros am yr apwyntment hwn. Dylech chi gael llythyr ganddyn nhw.

Os bydd pethau'n mynd yn waeth yn y cyfamser, gadewch i'ch meddyg teulu wybod. Os oes arnoch chi eisiau defnyddio gofal iechyd preifat, siaradwch â meddygfa eich meddyg teulu.

Gadael yr ysbyty

Os oedd rhaid i chi fod yn yr ysbyty:

Ar ôl i chi aros mewn ysbyty, byddwch wedyn yn ôl dan ofal eich meddyg teulu.

Os ydych chi'n poeni y dylech chi fod wedi clywed gan eich meddyg teulu, rhowch alwad iddyn nhw.

Archebu meddyginiaeth

Yng Nghymru does dim rhaid i chi dalu am bresgripsiynau.

Os ydych chi'n cymryd meddyginiaeth yn rheolaidd bydd **presgripsiwn rheolaidd** yn cael ei roi i chi. Mae hyn yn meddwl y byddwch yn cael presgripsiwn dro ar ôl tro heb orfod gweld y meddyg teulu.

Weithiau bydd angen i hyn gael ei adolygu.

Os byddwch chi'n cael presgripsiwn gan yr ysbyty, fe ddylech chi gael y feddyginiaeth o fferyllfa'r ysbyty.

Cael canlyniadau prawf

Os byddwch chi'n cael profion ym meddygfa'r meddyg teulu, fe ddylen nhw ddweud wrthych chi pryd dylai'r canlyniadau ddod yn ôl.

Efallai y bydd arnoch chi angen ffonio'r feddygfa i gael y canlyniadau.

Os oedd y profion yn rhan o'r ymweliad â'r ysbyty, nhw fydd yn rhoi'r canlyniadau i chi. Nid y meddyg teulu.

Gall staff meddygfa'r meddyg teulu weithiau roi canlyniadau profion. Ond efallai na fyddan nhw'n gymwys i siarad amdanyn nhw.

Efallai bydd arnoch chi angen gwneud apwyntment â'ch meddyg teulu ynglŷn â nhw.

Cael yr wybodaeth sydd ei hangen arnoch chi

Mae'n rhaid i feddyg teulu fod â thaflen am eu gwasanaethau a'u hamseroedd.

Mae'n rhaid iddyn nhw hefyd roi gwybodaeth mewn ffordd y gallwch chi ei deall. Er enghraifft, yn Hawdd ei Deall.

Dywedwch wrth feddygfa eich meddyg teulu am unrhyw anghenion sydd gennych chi gan gynnwys **colled synhwyraidd**. Mae colled synhwyraidd yn meddwl problemau gweld a chlywed.

Dylen nhw roi'r wybodaeth hon i'r ysbyty hefyd.

Iaith

Dylai'r feddygfa hefyd ofyn a chofnodi pa iaith sydd orau gennych chi ei defnyddio.

Gallwch chi ofyn am **wasanaethau dehongli**. Mae'r rhain yn wasanaethau rhad ac am ddim sy'n gallu rhoi cefnogaeth ag anghenion iaith.

Dylai pob gwybodaeth fod yn Gymraeg ac yn Saesneg.

Mae gan wahanol ardaloedd bwrdd iechyd wahanol reolau ynglŷn â'r iaith Gymraeg. **Cysylltwch â Chomisiynydd y Gymraeg** i gael mwy o wybodaeth. Mae'r manylion ar **dudalen 37**.

Gwasanaethau ar-lein

Dydy pawb ddim yn gallu defnyddio cyfrifiadur neu ffôn clyfar yn dda. Dylech chi gael yr un wybodaeth a gwasanaeth â'r bobl sy'n dda am ddefnyddio'r pethau hyn.

Cofnodion iechyd

Mae gennych chi'r hawl i weld eich confnodion iechyd. Weithiau maen nhw'n gadael i bobl weld cofnodion iechyd rhywun sydd wedi marw.

Cael dweud eich barn

Mae gan feddygfeydd meddygon teulu ddyletswydd i wrando ar gleifion ac unrhyw bryderon sydd ganddyn nhw.

Ond mae'n bwysig bod cleifion yn gwrtais ac yn barchus tuag at staff.

Mae'n rhaid i bob meddygfa wneud arolygon i weld beth mae cleifion yn ei feddwl o'u gwasanaethau.

Dylen nhw hefyd ofyn i bobl beth maen nhw'n feddwl os ydyn nhw'n gwneud newidiadau. Er enghraifft, trwy gael cyfarfodydd ynglŷn â newidiadau.

Mae gan rai meddygfeydd grŵp o gleifion sy'n cyfarfod yn rheolaidd i roi eu barn. Gall hyn gael ei alw'n **Grŵp Cyfranogiad Cleifion**.

Llais ydy enw mudiad sy'n cefnogi pobl i gael dweud eu barn am wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Mae eu manylion cyswllt ar **dudalen 38**.

Gwneud cwyn

Os oes gennych chi bryderon am feddygfa eich meddyg teulu, dylech chi siarad â nhw.

Siaradwch â nhw cyn gynted ag y bo modd. Os ydych chi'n teimlo na allwch chi siarad â nhw mae gan y bwrdd iechyd lleol dîm sy'n delio â chwynion. Mae'r manylion cyswllt ar **dudalen 35 a 36**.

Os oes unrhyw beth yn mynd o'i le â'ch gofal, fe ddylen nhw ddweud ei bod hi'n ddrwg ganddyn nhw. A dweud sut y byddan nhw'n gwella.

Mae ffordd o wneud cwynion i'r GIG hefyd. Mae hyn trwy broses sy'n cael ei alw'n **Gweithio i Wella**.

Os oes arnoch chi eisiau gwneud cwyn, dylech wneud hynny o fewn 12 mis ar ôl i'r mater ddigwydd.

Gallwch chi ofyn i rywun wneud cwyn ar eich rhan os hoffech chi. Mae Llais yn gallu eich cefnogi chi hefyd.

Manylion cyswllt

Gwybodaeth a chyngor ar iechyd:

GIG 111

Ffôn: 111

I gael cefnogaeth iechyd meddwl ar frys ffoniwch 111 a phwyswch dewis 2.

Gwefan: 111.cymru.gig.uk

Partneriaeth Cydwasanaethau GIG Cymru

Ffôn: 01443 848585

Gwefan: pcgc.gig.cymru

Byrddau Iechyd

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

Ffôn: 01873 732732

Gwefan: bipab.gig.cymru

Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

Ffôn: 01248 384 384

Gwefan: bipbc.gig.cymru

Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

Ffôn: 029 2074 7747

Gwefan: bipcaf.gig.cymru

Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg
Ffôn: 01443 744800
Gwefan: bipctm.gig.cymru

Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda
Ffôn: 01267 235151
Gwefan: biphdd.gig.cymru

Bwrdd Iechyd Addysgu Powys
Ffôn: 01874 711661
Gwefan: biap.gig.cymru

Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe
Ffôn: 01639 683344
Gwefan: bipba.gig.cymru

Cyngor a chefnogaeth cyffredinol

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Ffôn: 03442 640 670
Gwefan: comisiynyddph.cymru

Age Cymru
Ffôn: 0300 303 4498
Gwefan: ageuk.org.uk/cymru

Carers Wales
Ffôn: 029 2081 1370
Gwefan: carersuk.org/cy/wales

Pryderon a chwynion

Llais

Ffôn: 02920 235 558

Gwefan: llaiscymru.org

Manylion cyswllt tîm rhanbarthol Yn Eich Ardal: llaiscymru.org/yn-eich-ardal

Gwasanaethau Cyhoeddus Ombwdsmon Cymru

Mae hwn yn fudiad y gallwch chi fynd ato os nad ydych chi'n hapus â'r ffordd y mae'r GIG wedi delio â'ch cwyn.

Ffôn: 0300 790 0203

Gwefan: ombwdsmon.cymru

Comisiynydd y Gymraeg

Ffôn: 0345 6033 221

Gwefan: comisiynyddygymraeg.cymru

Gwasanaeth Cynghori a Chymorth Cydraddoldeb

Ffôn: 0808 800 0082

Gwefan: equalityadvisoryservice.com

Mudiadau sy'n gwneud yn siŵr bod gwasanaethau yn cael eu rhedeg yn y ffordd iawn

Y Cyngor Meddygol Cyffredinol

Ffôn: 0161 923 6602

Gwefan: gmc-uk.org

Y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth

Ffôn: 020 7637 7181

Gwefan: rcn.org.uk

Y Cyngor Fferyllol Cyffredinol

Ffôn: 020 3713 8000

Gwefan: pharmacyregulation.org

Y Cyngor Proffesiynau Iechyd a Gofal

Ffôn: 0300 500 6184

Gwefan: hcpc-uk.org/cy-gb

Rhai o brif swyddi'r staff mewn meddygfeydd meddygon teulu

Derbynyddion – Y rhain fel arfer ydy'r bobl gyntaf y mae cleifion yn siarad â nhw pan fyddan nhw'n ffonio neu'n ymweld â'r feddygfa.

Meddyg Teulu – Hwn ydy'r meddyg yn y feddygfa.

Nyrs Practis – Nyrsys sy'n rhoi gofal a thriniaeth yn y feddygfa ydy'r rhain. Mae mathau eraill o nyrsys hefyd.

Fferyllydd – mae gan rai meddygfeydd fferyllydd ar y safle. Maen nhw'n rheoli meddyginiaeth.

Ffysiotherapyddion – Maen nhw'n cefnogi pobl â'u symudiadau.

Therapydd Galwedigaethol – Maen nhw'n cefnogi pobl i fod yn annibynnol ac yn edrych ar y pethau sydd eu hangen arnyn nhw i'w cefnogi. Er enghraifft, offer ychwanegol gartref.

Presgripsiynu cymdeithasol – Mae hwn yn wasanaeth sydd gan rai meddygfeydd. Maen nhw'n cefnogi pobl i ddod o hyd i wasanaethau cymunedol sy'n helpu i wella iechyd a lles.

Geiriau anodd

Cam-drin

Cam-drin ydy pan fydd rhywun yn eich brifo neu'n eich trin yn wael.