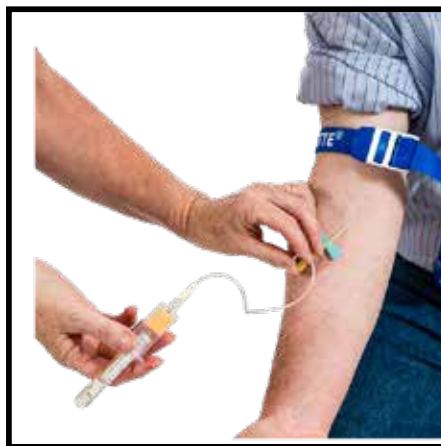


Beth rydyn ni wedi ei wneud yn 2018 ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg



Dyma fersiwn hawdd ei ddeall o: **Datganiad Ansawdd Blynyddol
Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg.**

Mehefin 2019

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma



Dyma fersiwn hawdd ei ddeall. Mae'r geiriau a beth maen nhw'n feddwl yn hawdd i'w darllen a'u deall. Efallai y byddwch angen help a chefnogaeth i ddarllen a deall y ddogfen yma. Gofynnwch i rhywun rydych yn ei adnabod i'ch helpu chi.

Efallai bod rhai geiriau yn anodd i'w deall. Mae'r rhain mewn ysgrifen **glas trwm** ac mae beth maen nhw'n feddwl yn cael ei esbonio yn y blwch o dan y gair. Os ydy'r gair anodd yn cael ei ddefnyddio eto mae e mewn ysgrifen **glas normal**. Gallwch weld beth maen nhw'n feddwl ar dudalen 29.



Lle mae'r ddogfen yn dwedu **ni**, mae hyn yn meddwl **Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg (BIP ABM)**. For more information contact:

Address: Swansea Bay University Health Board
1 Talbot Gateway
Baglan Energy Park
Baglan, Port Talbot
SA12 7BR

Phone: 01639 683309

Twitter: [@BaeAbertaweGIG](https://twitter.com/BaeAbertaweGIG)

Facebook: [@BaeAbertawe.GIG](https://www.facebook.com/BaeAbertawe.GIG)



Mae'r ddogfen yma wedi cael ei gwneud yn hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**.

Cynnwys

Tudalen

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma	2
Cyflwyniad	4
Amdanom ni	4
Yn 2018-2019	4
Beth roedden ni eisiau ei wneud yn well a sut rydyn ni wedi gwneud hynny	6
Pobl yn treulio llai o amser yn yr ysbyty	6
Gofal strôc	8
Gofal canser gwell	8
Stopio cwympiadau	10
Gwella gofal diwedd oes	11
Gwneud llawdriniaeth yn well	11
Lleihau briwiau pwyso	12
Lleihau heintiadau mewn ysbytai	12
Atal sepsis	13
Iechyd a Gofal yn gweithio gyda'i gilydd	13
Gwybodaeth	16
Gwella ymweld	17
Plant a phobl ifanc gydag anabledd dysgu	18
Iechyd meddwl	19
Gwirfoddolwyr	20
Beth nesaf?	21
Ein nodau am y flwyddyn nesaf	21
Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe	27
Geiriau anodd	29

Cyflwyniad

Amdanom ni



Dyma adroddiad am beth rydyn ni wedi ei wneud yn 2018. A beth rydyn ni eisiau ei wneud nesaf.



Mae tua hanner miliwn o bobl yn byw yn ein hardal.



Mae gennym ni £1.3 biliwn i'w wario ar iechyd.



Mae gennym ni dros 16 mil o staff. Mae'r rhan fwyaf o'n staff yn gweithio i ofalu am gleifion.

Yn 2018 – 2019:

- Fe wnaeth dros 21 mil o bobl ddefnyddio ein gwasanaethau i'w cefnogi nhw pan roedden nhw'n cael babi.
- Roedd bron i 6 mil o fabanod wedi cael eu geni.
- Roedd dros 446 mil o bobl wedi cael apwyntiadau dilyn i fyny mewn ysbyty.
- Roedd 257 mil o bobl newydd wedi cael apwyntiadau mewn ysbyty.
- Roedd dros 181 mil o bobl wedi defnyddio ein gwasanaethau brys.
- Roedd bron i 70 mil o bobl wedi mynd i ysbyty am driniaeth ac wedi mynd adref yr un diwrnod.
- Fe wnaeth dros 108 mil o bobl aros yn yr ysbyty.

Beth roedden ni eisiau ei wneud yn well a sut rydyn ni wedi gwneud hynny

Pobl yn treulio llai o amser yn yr ysbyty



Mae yna lawer o resymau pam nad ydy rhywun yn gallu gadael ysbyty. Mae hyn yn gallu meddwl bod pobl yn aros yn yr ysbyty yn rhy hir.



Rydyn ni eisiau newid hyn fel nad ydy pobl yn aros yn yr ysbyty yn hirach nag y mae'n rhaid iddyn nhw.



Pan nad oes rhaid i bobl aros dros nos yn yr ysbyty, rydyn ni'n ceisio eu gweld nhw'n gyflym. Felly maen nhw'n gallu mynd adref yn gyflym.



Rydyn ni wedi cyflogi mwy o staff i'n helpu ni i drefnu hyn.



Mae gennym ni dimau sydd yn rhoi gofal meddygol i gleifion yn eu cartrefi eu hunain. Mae hyn hefyd yn helpu pobl i aros yn annibynnol.



Weithiau mae cleifion yn cael gwybod nad ydyn nhw'n gallu gadael yr ysbyty tan bod eu meddyginiaeth yn barod.



Rydyn ni'n gweithio gyda **fferyllydd** ar hyn.

Fferyllydd ydy person sydd wedi cael hyfforddiant arbennig i roi meddyginiaethau.



Er mwyn helpu i wneud yn siŵr bod cleifion yn gallu gadael ysbyty yn fwy cyflym, mae **fferyllydd** yn:

- Gweithio mwy gyda staff ar y ward.
 - Siarad gyda chleifion am eu meddyginiaeth wrth ochr eu gwely.
 - Rhoi meddyginiaeth newydd ar unwaith. Ac yn eu cloi yn locer meddyginiaeth y claf sydd wrth eu gwely.
- Mae hyn yn meddwl bod eu meddyginiaeth yno pan maen nhw'n barod i fynd adref.
- Mae cleifion nawr hefyd yn gallu dal i ddefnyddio'r meddyginiaeth oedd ganddyn nhw cyn mynd i'r ysbyty tra maen nhw yn yr ysbyty.





Gofal strôc

Rydyn ni'n trin pobl yn fwy cyflym ar gyfer strôc.



Mae gennym ni wasanaeth arbennig i gefnogi pobl sydd wedi cael strôc.

Mae'r gwasanaeth yn rhoi chefnogaeth i bobl yn y cartref fel nad oes angen iddyn nhw aros yn yr ysbyty. Ac mae'n eu helpu nhw i ddod yn ôl i normal yn fwy cyflym.

Gofal canser gwell



Rydyn ni wedi bod yn ceisio **diagnosio** pobl yn fwy cyflym os ydyn ni'n meddwl bod ganddyn nhw ganser.

Mae meddyg yn **diagnosio** rhywun drwy edrych ar eu iechyd a'u hymddygiad ac yn penderfynu os oes ganddyn nhw gyflwr.



Rydyn ni wedi cyflogi mwy o feddygon sydd yn arbenigwyr ar drin canser.



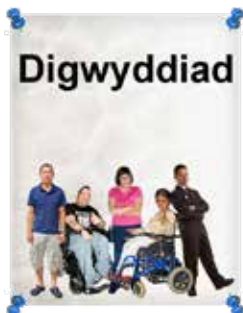
Mae pobl wedi bod yn aros am lai o amser ar gyfer gofal canser.



Yn 2018 fe wnaethon ni weithio gyda **Cefnogaeth Cancer Macmillan** i gael swyddi newydd a fydd yn helpu gofal cancer.

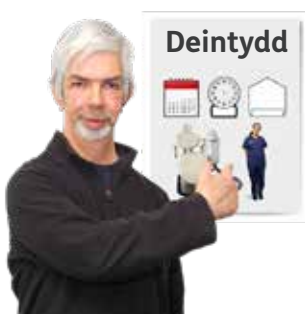


Rydyn ni eisiau i bron pawb sydd efallai gyda chanser gael triniaeth yn fwy cyflym. Rydyn ni wedi gosod nodau inni ein hunain ar gyfer hyn.



Digwyddiad am ganser y geg

Roedd digwyddiad yn Ysbyty Treforus i ddweud wrth bobl am ganser y geg.



Roedd pobl i fod i weld deintydd pob blwyddyn i edrych ar eu cegau.



Roedd pobl yn derbyn cyngor am stopio ysmegu. Os ydych eisiau help a chyngor am stopio ysmegu ffoniwch **Helpa Fi i Stopio** ar 0808 250 4024.

Stopio cwympiadau



Mae llawer o bobl 65 oed a throsodd yn cael damweiniau wrth gwmpo.



Mae cwympiadau yn gallu achosi llawer o broblemau iechyd i'r person. Ac mae'n costio llawer o arian i'r GIG.



Rydyn ni wedi lleihau'r nifer o gwympiadau o chwarter.



Mae tîm yn Ysbyty Treforus yn cefnogi pobl hŷn sydd wedi cwmpo.

I geisio eu stopio nhw fynd i'r ysbyty. Neu i wneud yn siŵr nad ydyn nhw'n gorfod aros yn rhy hir.



Rydyn ni hefyd wedi gweithio gyda Gwasanaeth Ambiwlans Cymru. Gyda'n gilydd rydyn ni wedi helpu pobl sydd wedi cwmpo i aros adref os ydy hynny'n ddiogel.



Ac mae gennym ni ddosbarthiadau dawns atal cwympiadau i helpu pobl i gadw'n heini. Ac i helpu pobl rhag cwmpo.

Gwella gofal diwedd oes



Rydyn ni wedi gwneud cynllun ar sut i helpu pobl i farw gydag **urddas**.

Mae **urddas** yn meddwl gwerthfawrogi rhywun a'u trin nhw gyda pharch.



Rydyn ni wedi gweithio gyda phobl a'u teuluoedd i weld beth sydd yn bwysig iddyn nhw yn eu dyddiau olaf o fywyd. Rydyn ni eisiau eu helpu gyda hyn lle mae hynny'n bosibl.



Rydyn ni wedi cyflogi aelod o staff i wneud i'r cynllun yma ddigwydd. Mae Llywodraeth Cymru wedi rhoi arian inni ar gyfer hyn.

Gwneud llawdriniaeth yn well



Rydyn ni wed newid y ffordd rydyn ni'n cynllunio asesiadau ar gyfer llawdriniaeth.



Rydyn ni hefyd wedi gwneud amseroedd aros yn fwy byr ar gyfer rhai llawdriniaethau.



Lleihau briwiau pwyso

Briwiau pwyso ydy math o friw y mae pobl yn ei gael pan maen nhw'n eistedd mewn cadair neu wely am amser hir.



Rydyn ni wedi gwneud ffilm fer am **friwiau pwyso** a sut i'w stopio nhw.



Rydyn ni wedi lleihau'r nifer o **friwiau pwyso** difrifol o bron i chwarter.



Lleihau heintiau mewn ysbytai

Mae'n bwysig iawn ceisio stopio heintiau rhag lledaenu mewn ysbytai.



Rydyn ni wedi lleihau'r nifer o heintiau mae pobl wedi eu cael mewn ysbytai. Fe wnaethon ni hyn drwy:



- Cadw dwylo yn lân wrth ymolchi dwylo a defnyddio geliau llaw.



- Defnyddio ffyrdd arbennig o lanhau.



- Defnyddio llai o wrthfiotegau.



- Defnyddio ffordd arbennig o ddelio gyda briwiau.



- Cael gwared ar offer fel nodwyddau mor gynnar â phosibl.



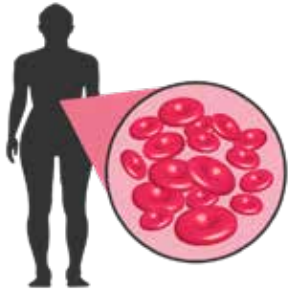
- Gwneud yn siŵr bod gan gleifion ddigon o ddŵr i'w yfed, i stopio heintiau dŵr.



- Gwneud yn siŵr bod pobl yn cael eu profi yn iawn ar gyfer heintiau.



- Gwneud yn siŵr bod staff yn gwneud eu gwaith yn dda i stopio heintiau rhag lledaenu.



Atal sepsis

Mae **Sepsis** hefyd yn cael ei alw yn wenwyn y gwaed. Mae'n cael ei achosi gan haint neu anaf. Mae'n ddifrifol iawn ac mae'n gallu arwain at farwolaeth.



Rydyn ni wedi bod yn gweithio gyda staff ysbytai er mwyn iddyn nhw wybod sut i stopio **sepsis**. Rydyn ni wedi gwella wrth stopio pobl rhag cael **sepsis**.



Iechyd a gofal yn gweithio gyda'i gilydd

Mae'r ffordd rydyn ni'n rhoi gwasanaethau iechyd a gofal yn newid. 1 rhan yn unig ydy **Meddygon Teulu** o dîm mawr o bobl sydd yn gweithio gyda'i gilydd i roi gofal iechyd i bobl.



Eich **Meddyg Teulu** ydy'r meddyg rydych chi'n ei weld pan fyddwch yn mynd i'ch meddygfa leol.



Ac mae mwy o ffocws nawr ar weithio lle mae pobl yn byw. A chadw pobl yn iach. A'u trin nhw dim ond pan maen nhw'n sâl.



Ym mis Tachwedd 2019 ni oedd yr ardal 1af yng Nghymru i gael arian gan Lywodraeth Cymru i ddatblygu'r ffordd newydd yma o weithio.



Roedd pobl yn dweud nad oedd llawer o feddygfeydd yn cymryd **presgripsiynau amlroddadwy** dros y ffôn.

Mae **presgripsiwn** yn cael ei ysgrifennu gan feddyg. Mae'n dweud pryd y mae claf i fod i gael meddyginiaeth penodol.

Presgripsiwn amlroddadwy ydy pan mae person angen yr un meddyginiaeth yn rheolaidd.



Mae'n gallu bod yn anodd i bobl sydd yn gweithio, pobl hŷn a phobl anabl i fynd i'r feddygfa i nôl **presgripsiynau**.



Mae gennym ni wasanaeth nawr o'r enw **Gwasanaeth Archebu Presgripsiynau**. Mae pobl yn gallu ffonio i gael y meddyginiaeth maen nhw ei angen.



Mae rhai meddygfeydd yn rhedeg y gwasanaeth yma. Mae'n tyfu. Mae'n cael tua 800 o alwadau yr wythnos.



Cysylltwch gyda'ch meddygfa i weld os ydy'r gwasanaeth yma yn eich ardal.

Gwybodaeth



Mae gennym ni wasanaeth ar-lein newydd o'r enw **Y Claf sydd yn Gwybod Orau**. Mae'r gwasanaeth yma yn:



- gadael i bobl ddewis pwy sydd yn cael gweld eu gwybodeth



- yn gadael i'r claf a'r staff iechyd ysgrifennu cynlluniau gofal gyda'i gilydd.



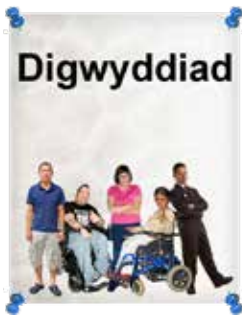
- yn helpu cleifion i ddeall eu cyflwr iechyd. A sut i'w reoli



- Weithiau mae'n gadael i bobl gael apwyntiad gyda'u meddyg ar y rhyngrwyd. Yn lle gorfod mynd i'r ysbyty.



Mae rhai o'n timau iechyd yn cynnal diwrnodau agored i ddysgu cleifion am y gwasanaeth ar-lein **Y Claf sydd yn Gwybod Orau**.



Mae dros 300 o gleifion wedi ymuno i ddefnyddio'r gwasanaeth hyd yn hyn. Fe fydd timau iechyd eraill yn cynnal diwrnodau agored i'w cleifion yn fuan.



Yn y dyfodol rydyn ni eisiau i'r gwasanaeth ddangos i gleifion pethau fel:

- eu llythyrau clinig
- manylion apwyniad.



Gwella ymweld

Mae gan rai pobl lawer o anghenion iechyd. Efallai eu bod angen mwy o gefnogaeth nag eraill.



Yn 2014 fe wnaeth aelodau teulu Nicci Gerrand a Julia Jones ddechrau Ymgyrch John.

Y syniad ydy ei gwneud yn fwy hawdd i deuluoedd a gofalwyr ymweld â phobl gydag anghenion gofal ychwanegol pan maen nhw yn yr ysbyty.



Fe fyddai'n well pe bai gofalwyr yn gallu ymweld â phobl y tu allan i oriau ymweld normal.

Wedyn maen nhw'n gallu bod gyda'r person os oedden nhw yn unig neu yn teimlo dan bwysau.

Plant a phobl ifanc gydag anabledd dysgu



Mae gennym ni wasanaeth newydd i helpu i ddiagnosio **Anhwylder Sbectrwm Awtistig** mewn plant a phobl ifanc.

Mae **Anhwylder Sbectrwm Awtistig** neu **Awtistiaeth** yn fath o anabledd. Mae pobl gydag **awtistiaeth** yn gallu cael problemau gyda chyfathrebu a bod gyda phobl eraill.



Mae'r gwasanaeth yma hefyd yn helpu plant a phobl ifanc gyda **ADHD**.

ADHD ydy **Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd**. Mae plentyn yn ei chael yn anodd i gadw'n llonydd a chanolbwyntio ar un peth.



Mae'r gwasanaeth hefyd yn cefnogi teuluoedd. Mae llawer o bobl wedi bod angen y gwasanaeth yma felly mae'n rhaid iddo fynd yn fwy.

Iechyd Meddwl



Mae rhai pobl gyda phroblemau iechyd meddwl wedi bod yn cymryd rhan mewn prosiect o'r enw **Down to Earth**.



Mae gan y prosiect weithgareddau awyr agored i helpu i wella iechyd meddwl. Er enghraifft, garddio a gwaith coed. Mae'r prosiect wedi gweithio'n dda iawn ac fe fydd yn parhau.



Rydyn ni hefyd wedi bod yn gweithio i wneud ein gwasanaethau iechyd meddwl yn fwy diogel. I'r bobl sydd yn defnyddio'r gwasanaeth ac i'r staff.



Rydyn ni wedi bod yn gweithio gyda **Rhwydwaith Ymchwil Risg Cymhwysol** i ddysgu ein staff am **risg**.

Risgiau ydy pethau sydd yn gallu achosi niwed i bobl.



Os ydy ein staff yn gallu meddwl am bethau sydd yn achosi niwed cyn iddyn nhw ddigwydd, fe fyddan nhw'n gallu cadw pawb yn fwy diogel.



Rydyn ni wedi hyfforddi dros chwarter o'r staff yn ein uned Iechyd Meddwl ac Anabledd Dysgu am risgiau. Rydyn ni eisiau i'n holl staff gael yr hyfforddiant yma.



Gwirfoddolwyr

Mae dros 600 o wirfoddolwyr wedi gweithio gyda ni.



Maen nhw wedi rhoi llawer o gefnogaeth i gleifion ac ymwelwyr.



Er enghraifft, cyfarfod cleifion pan maen nhw'n cyrraedd yr ysbyty. A gweithio yn siop yr ysbyty.



Mae yna lawer o rolau gwirfoddoli. Os ydych eisiau dod yn wirfoddolwr cysylltwch os gwelwch yn dda gyda: Volunteercentre@wales.nhs.uk

Beth nesaf?

Er mwyn ein helpu i feddwl beth sydd angen inni ei wneud nesaf, rydyn ni wedi:



- Gwrando ar bobl sydd wedi defnyddio ein gwasanaethau. Rydyn ni wedi gwneud hyn drwy ddarllen arolygon a chwynion.



- Gwrando ar ein staff. Rydyn ni wedi gwneud hyn drwy arolygon a chyfarfodydd gyda nhw i glywed beth sydd ganddyn nhw i'w ddweud.



- Darllen adroddiadau sydd wedi cael eu hysgrifennu amdanom ni. Mae **Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru a'r Cyngor Iechyd Cymuned** yn edrych beth rydyn ni'n ei wneud ac yn ysgrifennu adroddiadau.



- Dysgu oddi wrth grwpiau eraill. Er enghraifft, y **Comisiynydd Pobl Hŷn**, sydd yn amddiffyn hawliau pobl hŷn yng Nghymru.



- Edrych ar ein gwaith ein hunain a rhannu beth rydyn ni wedi ei ddysgu gyda'n holl dimau.

Ein nodau ar gyfer y flwyddyn nesaf

Rydyn ni eisiau:

- Rhoi'r dechrau gorau i bob plentyn mewn bywyd.
- Cysylltu cymunedau gyda gwasanaethau a chyfleusterau.
- Cynnal iechyd ac annibyniaeth pobl, cymunedau a theuluoedd.



Rydyn ni eisiau helpu pobl i gadw'n iach drwy edrych ar ôl ei gilydd, gweithio gyda'i gilydd a gwella bob amser.

Rydyn ni eisiau:

- Helpu rhagor o staff a chleifion i gael **brechiadau**.

Brechiadau ydy meddyginiaethau sydd yn helpu pobl i ymladd heintiau.



- Helpu pobl i stopio ysmegu.



- Gwneud amseroedd amser yn fyrrach i wasanaethau iechyd meddwl.



- Gwneud gwasanaethau iechyd meddwl i blant yn well.

Rydyn ni eisiau cadw pobl yn ddiogel drwy:



- Rhoi hyfforddiant a fydd yn helpu i leriha'u'r nifer o **farw-enedigaethau**.

Marw-enedigaeth ydy pan mae'r babi yn marw cyn iddo fod yn barod i gael ei eni.



- Lleihau'r nifer o bobl sydd yn cwympe yn yr ysbyty.



- Lleihau'r nifer o bobl sydd yn cael heintiau yn yr ysbyty.



- Lleihau'r nifer o **friwiau pwyso**.

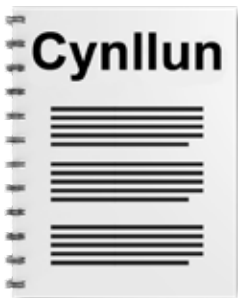
Rydyn ni eisiau:



- Gwrando ar gleifion a dysgu oddi wrth beth maen nhw'n ddweud wrthyn ni.



- Cael rhagor o bobl i weithio i'r Bwrdd Iechyd.



Rydyn ni eisiau rhoi gofal sydd yn parchu **urddas** pobl drwy:

- Gweithredu ein cynllun Gofal diwedd oes.



- Gweithio gyda phartneriaid i leihau unigrwydd ymysg pobl hŷn.

- Cychwyn ein gwasanaeth **Awtistiaeth** newydd.

Rydyn ni eisiau trin pobl yn gyflym drwy:



- Lleihau'r amser y mae'n rhaid i bobl aros yn yr ysbyty.



- Gwella amseroedd amser i bobl sydd angen triniaeth.



- **Diagnosis** pobl gyda chanser yn fwy cyflym a lleihau amser aros am driniaeth.

Rydyn ni eisiau rhoi'r gofal i bobl sydd yn iawn iddyn nhw drwy:



- Uno gwasanaethau gwahanol i roi gofal. Fe fydd hyn yn helpu pobl i gadw'n iach ym mhob rhan o'u bywyd.



- Ei gwneud yn haws i bobl fynd at y deintydd.

Rydyn ni eisiau helpu ein staff drwy:



Gwrando arnyn nhw a'u helpu nhw gydag unrhyw bryderon.



Gwella ein hyfforddiant a rhoi mwy o adborth iddyn nhw ar eu gwaith.



Rhoi sgiliau iddyn nhw fod yn arweinwyr da.

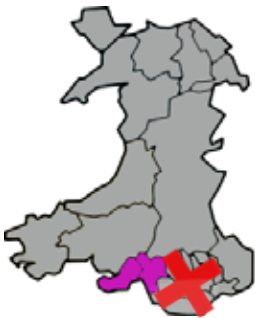


Creu cynllun i'w rheoli nhw mewn ffordd sydd yn ateb eu hanghenion.

Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe



Fe wnaeth **Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe** gymryd lle **Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg** ar 1 Ebrill 2019.



Fe wnaeth Pen-y-bont adael ein Bwrdd Iechyd ac ymuno gyda **Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg**.



Fe fydd gennym dros 12 mil o staff.



Mae gennym 3 prif ysbyty:

- Treforus
- Singleton
- Nedd Port Talbot



Fe fydd gennym:

- 49 meddygfa



- 72 deintydd



- 31 **optometrydd**

Mae **optometrydd** yn edrych ar lygaid pobl.



- 92 **fferyllfa**

Rydych chi'n mynd i **fferyllfa** i gael meddyginiaeth.



Mae gennym wasanaethau i bobl gyda phroblemau iechyd meddwl yn yr ysbyty ac yn y gymuned.



Mae gennym wasanaethau i bobl gydag anabledd dysgu yn yr ysbyty ac yn y gymuned.

Geiriau Anodd

Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd (ADHD)

Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd (ADHD) ydy pan mae plentyn yn ei chael yn anodd i gadw'n llonydd ac i ganobwyntio ar un peth.

Anhwylder Sbectrwm Awtistig / Awtistiaeth

Mae Anhwylder Sbectrwm Awtistig neu Awtistiaeth yn fath o anabledd. Mae pobl yn gallu cael problemau gyda chyfathrebu, bod gyda phobl eraill a sut maen nhw'n meddwl am weithgareddau a diddordebau. Ond mae pawb yn wahanol.

Brechiadau

Meddyginiaethau ydy brechiadau sydd yn helpu pobl i ymladd heintiau.

Briwiau pwyso

Briwiau pwyso ydy math o friw y mae pobl yn ei gael pan maen nhw'n eistedd mewn cadair neu wely am amser hir.

Diagnosio

Mae meddyg yn diagnosio rhywun drwy edrych ar eu iechyd a'u hymddygiad ac yn penderfynu os oes ganddyn nhw gyflwr.

Fferyllfaoedd

Rydych chi'n mynd i gael meddyginiaeth o fferyllfa.

Fferyllwyr

Fferyllwyr ydy'r enw ar staff sydd yn rhoi meddyginiaeth.

Marw-enedigaeth

Marw-enedigaeth ydy pan mae babi yn marw cyn ei fod yn barod i gael ei eni.

Meddyg Teulu

Eich Meddyg Teulu ydy'r meddyg rydych chi'n ei weld pan fyddwch yn mynd i'ch meddygfa leol.

Optometrydd

Mae optometrydd yn edrych ar lygaid pobl

Presgripsiynau amlroddadwy

Presgripsiwn amlroddadwy ydy pan mae person angen yr un meddyginiaeth yn rheolaidd.

Risg

Risgiau ydy pethau sydd yn gallu achosi niwed i bobl.

Sepsis

Mae Sepsis hefyd yn cael ei alw yn wenwyn y gwaed. Mae'n cael ei achosi gan haint neu anaf. Mae'n ddifrifol iawn ac mae'n gallu arwain at farwolaeth.

Urddas

Mae urddas yn meddwl gwerthfawrogi rhywun a'u trin nhw gyda pharch.