

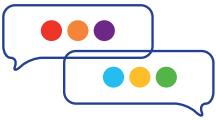
GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan
University Health Board

Sgwrs ar gyfer dyfodol iach

Y 10 MLYNEDD NESAF





sgwrs er mwyn
dyfodol iach

a conversation for a
healthy future



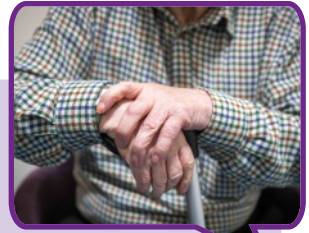
Ar hyn o bryd, rydym wrthi'n datblygu cynllun 10 mlynedd ar gyfer gofal iechyd yng Ngwent.

Sylweddolwn nad oes gennym yr holl atebion ar gyfer gwella ein system gofal iechyd – ac rydym angen **eich help a'ch cyfraniad chi** er mwyn deall pa feysydd y dylem ganolbwyntio arnynt. Fel rhan o'r sgwrs hwn, hoffem archwilio ein gwerthoedd a'n hymddygiad fel rhan hanfodol o'r ffordd rydym yn darparu gwasanaethau.

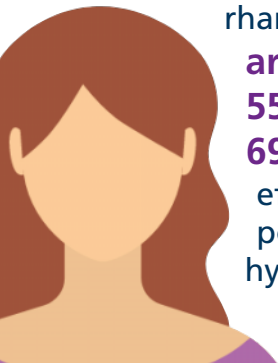
A wnewch chi ddarllen yr wybodaeth ganlynol, sy'n esbonio'r heriau a wynebwn ar hyn o bryd, y ffactorau sy'n effeithio ar iechyd pobl yng Ngwent a'r modd y gobeithiwn wella pethau ar gyfer y dyfodol...

Ein Poblogaeth

Mae'r boblogaeth ledled Gwent yn parhau i newid. Ers 2021, mae ein poblogaeth wedi heneiddio'n gyflym ac **erbyn hyn mae 20% yn fwy o bobl dros 65 oed.**



Ein dymuniad yw gweld pobl yn byw'n iach cyhyd â phosibl; ond, yn anffodus, gwyddom nad dyma'r realiti ym mhob rhan o Went. Er enghraifft, y **disgwyliad oes iach ar gyfer menywod ym Mlaenau Gwent yw 55.3 oed yn unig; ond yn Sir Fynwy, mae'n 69.3 oed.** Dyma fath o anghydraddoldeb, ac mae effeithiau'r pandemig wedi dwysáu'r sefyllfa i'n poblogaeth -ond gyda'n gilydd, gallwn newid hynny.



Mae angen i bob un ohonom gymryd camau yn awr. Os na fydd pethau'n newid, mae'n bosibl y bydd y nifer o bobl sydd angen gwasanaethau'r Bwrdd Iechyd yn llethu'r adnoddau sydd gennym, ac fe allai hynny roi pwysau enfawr ar y GIG. Ond mae yna lygedyn o obaith – mewn gwirionedd, mae nifer fawr o'r cyflyrau a'r clefydau sy'n effeithio ar bobl ledled Gwent yn rhai y gellir eu hatal. Dewch inni fwrw golwg ar rai enghreifftiau:



Canser: Mae 38% o ganserau yn rhai y gellir eu hatal – mae'r ganran hon yn codi i 70% yn achos canserau fel canser yr ysgyfaint, canser y croen a chanser serfigol.

Clefyd yr afu: Erbyn hyn, y clefyd hwn yw'r achos marwolaeth mwyaf cyffredin yn y DU ymhlith pobl 35-49 oed (mae marwolaethau oherwydd clefyd yr afu wedi dyblu yn yr 20 mlynedd diwethaf). **Yfed gormod o alcohol a gordewdra yw'r elfennau mwyaf cyffredin sy'n arwain at glefyd yr afu.**

Clefyd y galon: Ar hyn o bryd, mae clefyd y galon yn effeithio ar oddeutu 63,000 o bobl yng Ngwent. Gordewdra yw'r ffactor risg allweddol. **Dim ond 29.3% o oedolion oedran gweithio yng Ngwent a oedd â phwysau iach yn 2021/22.**

Felly, sut y gallwn atal y pethau hyn?

Gall newidiadau bach yn y ffordd yr awn ati i fyw ein bywydau helpu yn hyn o beth, a gall cynorthwyo pobl i fyw'n iach wneud gwahaniaeth enfawr o ran atal salwch. Mae gofal iechyd yn gallu effeithio ar 20% o'r ffactorau sy'n cyfrannu at iechyd pobl, ac felly mae angen inni symud y ffocws a chanolbwyntio ar atal, a helpu ein cymunedau i fyw'n iach cyhyd â phosibl.

Mae'r mater yn ehangach na gofal iechyd yn unig – mae'n ymwneud â chyflogaeth, mynediad at fwyd da, mannau gwyrdd fel parciau a meysydd chwarae, tai fforddiadwy, a chymdeithasu gyda'n cyfeillion a'n teulu. Mae'r pethau hyn i gyd yn cyfrannu at ein gallu i fyw bywyd iach a maith.



Ein Gweithlu



Ael y nodir uchod, **erbyn hyn mae mwy o bobl dros 65 oed yn byw yng Ngwent nag erioed o'r blaen** – ac ar ben hyn i gyd, mae llai o bobl ifanc yn byw yma! Y disgwyl yw y bydd y patrwm hwn yn parhau yn y dyfodol, ac mae'r Swyddfa Ystadegau Gwladol yn rhagweld y **bydd 18% yn llai o bobl ifanc 18 oed yn ymuno â'r gweithlu erbyn 2035.**



Ymhellach, mae'r mwyafrif o bobl sy'n gweithio i'r Bwrdd Iechyd hefyd yn byw yn ardal Gwent; felly, gan fod y rhagolygon yn proffwydo y bydd llai o bobl ifanc 18 oed yn dechrau gweithio, erbyn 2035, fe fydd yna lai o bobl ifanc yn dechrau ar eu gyrfa yn y maes gofal iechyd. **Ar hyn o bryd, 15% yn unig o'n staff sy'n 21-30 oed, tra**

mae 36% dros 50 oed. Eisoes, mae'r Bwrdd Iechyd yn wynebu anawsterau staffio ac mae swyddi gwag yn gyffredin bellach yn y sector gofal. Yn y dyfodol, ni fydd digon o bobl ar gael ar gyfer parhau i ddarparu gwasanaethau yn y modd a wnawn ar hyn o bryd. Eisoes, daw 50% o raddedigion meddygol o wledydd tramor ac mae angen inni fod mewn sefyllfa fwy sefydlog ar gyfer y dyfodol.



Hefyd, mae gweithio yn y maes gofal yn newid – technoleg newydd, datblygiadau mewn meddygaeth a newidiadau yn y ffordd y gweithiwn. Felly, fel cyflogwr, rhaid inni sicrhau ein bod ninnau hefyd yn newid.

Ein Perfformiad



Er y gwyddom fod llawer o'n cleifion yn cael gofal gwych, gwyddom hefyd fod angen inni wneud mwy i wella ein gwasanaethau. Ar ddechrau 2024, roedd mwy na 38,000 o bobl yn aros yn hwy na 36 wythnos am driniaethau ac apwyntiadau a gynlluniwyd.



Er bod gwelliannau wedi'u cyflwyno i'n system gofal brys, gwyddom fod pobl yn gorfod aros yn rhy hir am ambiwlansys a gwyddom nad ydym yn cyrraedd y targed ar gyfer gweld, trin a rhyddhau cleifion sydd angen gofal brys a gofal mewn argyfwng – sef o fewn 4 awr. Yn wir, dim ond oddeutu 75% o'r amser y llwyddir i gyrraedd y targed hwn.

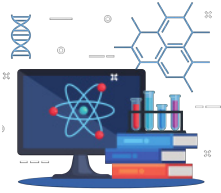
Gwyddom hefyd fod pobl yn treulio gormod o amser yn ein hysbytai. Yn rheolaidd, mae gennym oddeutu 200 o bobl sydd wedi cael triniaeth ac sy'n barod i fynd adref, ond nid oes modd eu rhyddhau o'r ysbyty gan nad yw'r gofal angenrheidiol ar gael yn eu cartref. Golyga hyn y gall pobl fod yn yr ysbyty am 3 wythnos yn hwy na'r angen – nid yw hyn yn dda i'w hiechyd na'u llesiant. Er enghraifft, am bob 10 diwrnod a dreulir gan unigolion dros 80 oed mewn gwely yn yr ysbyty, bydd eu cyhyrau'n heneiddio 10 mlynedd.



Yn fynych, rydym yn clywed hanesion am yr anawsterau a ddaw i ran pobl wrth geisio cael apwyntiadau gyda meddyg teulu a chymorth yn y gymuned; ac er bod llawer o bethau'n cael eu gwneud i wella'r sefyllfa hon, gwyddom fod yna lawer o waith i'w wneud eto.



Technoleg a Gwyddoniaeth



Mae'r ffordd yr awn ati i fyw ein bywydau yn newid oherwydd technoleg newydd. Erbyn hyn, mae'r mwyafrif o bobl yn berchen ar ddyfeisiau clyfar fel ffonau symudol a chyfrifiaduron iPad, gan eu defnyddio'n ddyddiol. **Ers talwm, câi technolegau fel monitro o bell, technoleg gynorthwyol a deallusrwydd artiffisial eu hystyried fel syniadau'r dyfodol, ond maent yn rhan o'n bywydau eisoes.** Mae deallusrwydd artiffisial yn darllen pelydrau x, mae teclynnau monitro o bell yn rhoi tawelwch meddwl i bobl sy'n rhoi gofal, ac mae modd addasu rheolyddion calon o bell. Mae datblygiadau mewn geneteg yn cyfrannu at wella clefydau; ac mae triniaethau newydd, fel therapiau celloedd, yn cael eu defnyddio i drin canserau a oedd, ers talwm, yn amhosibl eu trin.



Mae'r hinsawdd yn newid, ac mae gofal iechyd yn defnyddio llawer o nwy a thrydan. Hefyd, mae'n cynhyrchu llawer o wastraff. Rhaid i wasanaethau iechyd ddechrau defnyddio ffynonellau ynni glanach, ynghyd â chynhyrchu llai o lygredd a chanfod ffyrdd o leihau gwastraff.

Ein Hadnoddau



Mae'r system gofal iechyd yn defnyddio mwy a mwy o weithlu ac arian cyhoeddus. Ar hyn o bryd, £1.7 biliwn yw cyllideb y Bwrdd Iechyd – mae'r swm hwn yn cyfateb i 7.5% o gyfanswm cyllideb Llywodraeth Cymru.

Mae'r newidiadau yn ein poblogaeth yn dangos na fydd ein system gyfredol yn fforddiadwy oni bai ein bod yn cyflwyno newidiadau.

Mae hi'n hollbwysig inni reoli gwasanaethau o fewn eu cyllidebau a gwario arian ar y meysydd hynny sy'n cynnig yr help mwyaf i bobl. Ar hyn o bryd, caiff y rhan fwyaf o'r gyllideb gofal iechyd ei gwario ar ysbytai a gofal brys, ond awgryma astudiaethau y byddai'n well gwario'r arian ar atal salwch a gwella gwasanaethau Gofal Sylfaenol fel Meddygon Teulu, Fferyllfeydd, Gwasanaethau Deintyddol ac Optegwyr. Gwyddom hefyd y byddai cyfuno gwasanaethau arbenigol mewn un lle yn arwain at wasanaethau mwy cynaliadwy, ac y byddai hefyd yn arbed arian ac yn arwain at fwy o staff yn gweithio yn y gymuned.



O ran y pethau sy'n ein cadw'n iach, gwyddom mai 20% yn unig ohonynt sy'n gysylltiedig â mynd i'r feddygfa neu i'r ysbyty.



Felly, mae hi'n bwysig inni ganolbwyntio mwy ar atal problemau iechyd a helpu cymunedau i fyw bywydau iachach. Pe baem yn gwario llai o arian ar ofal iechyd a mwy o arian ar bethau fel glanhau'r amgylchedd, gwella addysg a chynorthwyo cymunedau, byddai modd i bawb fyw bywydau iachach.



Beth ydym yn ei wneud yn barod?

Fel Bwrdd Iechyd, nid ydym yn aros am strategaeth newydd cyn dechrau cyflwyno'r gwelliannau sy'n angenrheidiol i sicrhau gwasanaethau gwell.

Rydym eisoes wedi gwneud llawer o gynnydd trwy gyfrwng ein cynllun blaenorol – sef y Strategaeth Dyfodol Clinigol:

- **Agorwyd Ysbyty Athrofaol y Faenor bedwar mis o flaen yr amser, ac o fewn y gyllideb.** Yn sgil hyn, bu modd inni roi gwell mesurau ar waith ar gyfer atal heintiau yn ystod y pandemig Covid-19.
- **Rydym wedi agor cyfleusterau cymunedol newydd yn Nhrefdegar a Chanolfan y Fron newydd yn Ystrad Mynach.**
- **Aethom ati i sefydlu gwasanaethau gofal brys newydd, fel Gofal Argyfwng yr Un Diwrnod,** gan alluogi cleifion i gael apwyntiadau brys yn gyflymach.
- **Rydym yn gweithio gydag awdurdodau lleol i wella'r cysylltiad rhwng iechyd a gofal cymdeithasol,** trwy greu gwasanaethau ar y cyd.
- **Aethom ati'n ddi-oed i sefydlu gwasanaethau brechu, profi ac olrhain yn ystod y pandemig,** gan sicrhau y gallai pawb gael gafael ar y gwasanaethau hynny.
- **Mae gennym raglen datgarboneiddio ar waith** er mwyn ceisio gwneud ein gwasanaethau gofal iechyd yn fwy gwyrdd ac yn fwy effeithlon, gan arwain at arbed adnoddau a lleihau gwastraff.

Cwestiwn:

Sylweddolwn nad oes gennym yr holl atebion ar gyfer gwella ein system. Rydym angen eich help a'ch cyfraniad chi er mwyn deall pa feysydd y dylem ganolbwyntio arnynt. Mae angen inni gynllunio'r dyfodol gyda'n gilydd, felly:



'Beth sy'n bwysig er mwyn gwneud ichi deimlo'n iach?'

Cynhyrchwyd y daflen hon gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan.

Cysylltwch â ni os hoffech y wybodaeth hon mewn fformat neu iaith wahanol.

I gael gwybodaeth fwy manwl, ewch i'n gwefan <https://bipab.gig.cymru/>