

Gofal diwedd oes i oedolion: darparu gwasanaethau

16 Hydref 2019

Gwasanaethau sy'n darparu gofal i oedolion sy'n dod at ddiwedd eu hoes

Dylai pob oedolyn allu cael gofal da pan fydd yn dod at ddiwedd ei oes. Bydd darparu gofal da o fudd i'r unigolyn hwnnw a'r bobl sy'n bwysig iddo. Er mwyn helpu pobl i fyw'n dda nes iddynt farw, mae angen i'r gwasanaethau sy'n darparu gofal diwedd oes gydweithio mewn ffordd sy'n golygu bod pobl yn byw mewn cysur ac ag urddas ac yn marw fel y dymunant. Hoffem sicrhau y bydd y canllaw hwn yn gwella gofal diwedd oes i bobl a'r rhai sy'n bwysig iddynt drwy sicrhau'r canlynol:

- bod cynlluniau gofal yn cynnwys pob agwedd ar lesiant unigolyn a'i anghenion iechyd a gofal cymdeithasol
- y caiff gofal ei drafod a'i adolygu'n rheolaidd ac y rhoddir y gorau i driniaethau os na fyddant yn helpu mwyach
- bod staff mewn timau gwahanol yn siarad â'i gilydd a bod gan bawb y wybodaeth gywir
- bod timau gofal wedi'u hyfforddi ac wedi'u trefnu i weithredu'n gyflym pan fydd iechyd neu anghenion rhywun yn newid
- bod staff wedi'u hyfforddi ac yn gwybod sut i siarad â phobl yn sensitif am eu hanghenion gofal a chymorth
- bod staff yn cymryd amser i esbonio a thrafod gofal pobl â nhw a'r bobl sy'n bwysig iddynt
- bod systemau ar waith er mwyn sicrhau bod pawb yn cael cyfle i gynllunio gofal ymlaen llaw o ran yr hyn y maent am iddo ddigwydd a'r hyn nad ydynt am iddo ddigwydd
- bod teuluoedd a gofalwyr yn gwybod am y gwasanaethau sydd ar gael er mwyn sicrhau na fyddant yn colli unrhyw gymorth a allai eu helpu.

Gwneud penderfyniadau gyda'ch gilydd

Caiff y penderfyniadau gorau ynglŷn â thriniaeth a gofal eu gwneud ar y cyd. Dylai eich tîm gofal roi gwybodaeth glir i chi, trafod eich opsiynau â chi a gwrando'n ofalus ar eich barn a'ch pryderon. Dylent hefyd wneud y canlynol:

- cadarnhau eich bod yn fodlon ar eich cynllun gofal a'i fod yn parhau i adlewyrchu eich anghenion a'ch dymuniadau, a gwneud yn siŵr bod gennych gopi cyfredol ohono
- gwneud yn siŵr eich bod yn gwybod pwy sydd yn eich tîm gofal ac â phwy y dylech gysylltu os bydd gennych unrhyw gwestiynau neu broblemau
- esbonio beth i'w wneud a phwy i'w ffonio i gael cyngor ar frys a sut i gael meddyginiaethau y tu allan i oriau agor arferol meddygon teulu (gwasanaethau y tu allan i oriau) os bydd angen.

Os na allwch ddeall y wybodaeth a roddir i chi, dywedwch hynny wrth eich tîm gofal.

Darllenwch ragor am [gwneud penderfyniadau am eich gofal](#).

Ble y gallaf gael rhagor o wybodaeth?

Ceir rhagor o wybodaeth am ofal diwedd oes ar [wefan y GIG](#).

Gall y sefydliadau isod roi rhagor o gyngor a chefnogaeth i chi.

- [Compassion in Dying](#), 0800 999 2434
- [Dementia UK](#), 0800 888 6678
- [Hospice UK](#), 0207 520 8200
- [Cymorth Canser Macmillan](#), 0808 808 0000
- [Marie Curie](#), 0800 090 2309
- [MENCAP](#), 0808 808 1111
- [Sue Ryder](#), 0808 164 4572

Nid yw NICE yn gyfrifol am gynnwys y gwefannau hyn.

I rannu profiad o ofal rydych wedi'i gael, cysylltwch â'ch grŵp [Gwarchod lechyd](#) lleol.

Gwnaethom ysgrifennu'r canllaw hwn gyda phobl sydd wedi defnyddio gwasanaethau i bobl sy'n dod at ddiwedd eu hoes. Mae'r holl benderfyniadau yn seiliedig ar yr ymchwil orau sydd ar gael.

ISBN: 978-1-4731-3561-1