

Hawdd ei Ddeall

Grŵp Strategaeth Meddyginiaethau Cymru Gyfan
All Wales Medicines Strategy Group



Rhannu'r gofal

Gwybodaeth i gleifion



Ysgrifennwyd gan **Ganolfan Therapiwteg a Thocsicoleg Cymru Gyfan** a **Grŵp Strategaeth Meddyginiaethau Cymru Gyfan**. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o 'Rhannu'r gofal — taflen wybodaeth i gleifion.'

Awst 2025

Sut i ddefnyddio'r llyfryn yma



Dyma fersiwn hawdd ei ddeall o:

Rhannu'r gofal - taflen wybodaeth i gleifion.



Efallai y byddwch chi angen help i'w darllen. Gofynnwch i rywun rydych chi'n ei adnabod eich helpu chi.



I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â **Chanolfan Therapiwteg a Thocsicoleg Cymru Gyfan**:

Gwefan: cttcg.gig.cymru

E-bost: awttc@wales.nhs.uk

Ffôn: 029 218 26900

Mae [Hawdd ei Ddeall Cymru](#) wedi gwneud y ddogfen yma yn fersiwn Hawdd ei Ddeall gan ddefnyddio **Photosymbols**. [I ddweud wrthyn ni beth rydych chi'n ei feddwl am y fersiwn hawdd ei ddeall yma, cliciwch yma.](#)

[Rhif trwydded Photosymbols 403527247](#)



Cynnwys

Beth yw rhannu'r gofal?	4
Sut mae rhannu'r gofal yn gweithio	6
Manteision rhannu'r gofal	9
Beth sydd angen i chi ei wneud.....	10
Os oes angen newid eich triniaeth.....	13
Os ydych chi'n teimlo'n bryderus.....	14
Os ydych chi'n newid eich meddwl.....	15
Eich gwybodaeth bersonol	16

Beth yw rhannu'r gofal?



Mae rhannu'r gofal yn gytundeb ffurfiol i helpu i reoli eich triniaeth.

Mae'r cytundeb rhyngoch chi a 2 weithiwr gofal iechyd, fel arfer:



- arbenigwr, fel meddyg ysbyty neu arbenigwr



- a gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu, fel meddyg teulu neu weithiwr gofal iechyd arall sy'n gallu rhagnodi meddyginiaethau. Mae rhagnodi yn meddwl rhoi nodyn i chi, o'r enw presgripsiwn, ar gyfer y feddyginiaeth mae angen i chi ei chymryd.



Gyda rhannu'r gofal mae eich arbenigwr yn dechrau eich triniaeth. Pan fydd hyn yn gweithio'n dda, ac mae'n orau i chi, mae gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu yn cymryd drosodd rhywfaint o'ch gofal.



Dydy rhannu'r gofal ddim yn meddwl bod eich arbenigwr yn stopio eich gweld chi. Rydych chi'n dal i fod o dan eu gofal.



Rhaid i'ch arbenigwr a gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu gytuno i rannu'r gofal. Os nad ydyn nhw'n cytuno, fe fydd eich arbenigwr yn parhau i reoli'ch triniaeth.

Sut mae rhannu'r gofal yn gweithio

Ar y dechrau



Fe fydd eich arbenigwr yn:

- Esbonio effeithiau da eich triniaeth.



- Esbonio unrhyw effeithiau gwael y gallai eich triniaeth eu cael.



- Rhoi unrhyw wybodaeth ysgrifenedig rydych chi ei hangen.



- Esbonio pa archwiliadau rydych chi efallai eu hangen, fel profion gwaed.



- Dweud wrthyfch chi beth fydd eich arbenigwr a'r gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu yn ei wneud.



Os ydych chi'n cytuno, fe fydd eich arbenigwr yn rhagnodi eich meddyginiaeth.



Efallai y byddan nhw hefyd yn trefnu archwiliadau fel profion gwaed i weld pa mor dda mae'r feddyginiaeth yn gweithio.

Pan fydd pethau'n mynd yn dda



Pan fydd eich arbenigwr yn meddwl eich bod ar y dos cywir o feddyginiaeth, efallai y byddan nhw'n gofyn i weithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu am rannu'r gofal.



Os ydy'r gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu yn cytuno, fe fyddan nhw yn:

- Cymryd drosodd rhagnodi'r feddyginiaeth.



- Gwneud archwiliadau iechyd rheolaidd.



Fe fyddwch chi'n dal i gael apwyntiadau gyda'ch arbenigwr i weld sut mae pethau'n mynd. Os bydd unrhyw beth yn newid gyda'ch iechyd, fe fydd eich arbenigwr yn adolygu eich triniaeth.

Manteision rhannu'r gofal

Mae rhannu'r gofal yn eich helpu oherwydd:



- Efallai na fydd angen i chi deithio i'r ysbyty mor aml.



- Mae eich gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu a'ch arbenigwr yn gweithio i'ch cadw'n iach.



- Fe fydd y ddau yn edrych i weld pa mor dda mae eich meddyginiaeth yn gweithio.

Beth sydd angen i chi ei wneud



Cymerwch eich meddyginiaeth fel mae eich arbenigwr wedi dweud wrthy'ch chi.



Ewch i'ch holl apwyntiadau gyda'ch practis meddyg teulu a'ch arbenigwr. Mae'r rhain yn gallu cynnwys:

- Profion gwaed



- Archwiliadau iechyd



- Adolygiadau meddyginiaeth



Peidiwch â cholli'ch apwyntiadau. Os byddwch chi'n eu colli, efallai y bydd eich triniaeth yn stopio.



Ewch â'ch llyfryn monitro i bob apwyntiad, os oes gennych lyfryn monitro.



Dywedwch wrth eich gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu neu'ch arbenigwr os:

- Rydych chi'n teimlo'n sâl.



- Mae'r feddyginiaeth yn gwneud i chi deimlo'n waeth neu'n wahanol.



- Mae eich iechyd yn newid.



- Rydych chi'n dechrau cymryd unrhyw feddyginiaethau, fitaminau neu feddyginiaethau llysieuol newydd.



- Rydych chi'n symud tŷ.



Siaradwch â'ch fferyllydd cyn prynu unrhyw feddyginiaethau, hyd yn oed rhai llysieuol.



Peidiwch â stopio cymryd eich meddyginiaeth oni bai bod eich gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu neu'ch arbenigwr yn dweud wrthych chi wneud hynny.

Os oes angen newid eich triniaeth



Os bydd eich cyflwr neu'ch iechyd yn newid, fe fydd eich gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu a'ch arbenigwr yn gweithio gyda'i gilydd.



Fe fyddan nhw'n dewis y camau nesaf gorau ar gyfer eich triniaeth.

Os ydych chi'n teimlo'n bryderus

Os nad ydy rhywbeth yn glir, neu os ydych chi'n teimlo'n bryderus am eich triniaeth, siaradwch â:



- eich arbenigwr, neu



- eich gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu.



Fe fyddwch chi'n cael manylion cyswllt ar eu cyfer, gan gynnwys pwy i gysylltu â nhw os ydych chi angen help gyda'r nos neu ar y penwythnos.

Os ydych chi'n newid eich meddwl



Rydych chi'n gallu gadael y cytundeb rhannu'r gofal os ydych chi eisiau.



Siaradwch â'ch gweithiwr gofal iechyd yn eich practis meddyg teulu neu'ch arbenigwr am beth sy'n digwydd nesaf.

Eich gwybodaeth bersonol

Fe fydd eich practis meddyg teulu a'ch arbenigwr yn:



- Defnyddio eich gwybodaeth i reoli eich gofal yn unig.



- Cadw eich gwybodaeth yn ddiogel ac yn breifat.



- Peidio â rhannu eich gwybodaeth oni bai eich bod chi'n dweud ei fod yn iawn.