Hawdd ei Ddeall

Grŵp Strategaeth Meddyginiaethau Cymru Gyfan
All Wales Medicines Strategy Group

Rheoli prinder meddyginiaethau yng Nghymru

Gwybodaeth i gleifion

Mae’r ddogfen yma wedi cael ei hysgrifennu gan **Ganolfan Therapiwteg a Thocsicoleg Cymru Gyfan**. Mae'n fersiwn hawdd ei ddeall o '**Rheoli prinder meddyginiaethau yng Nghymru - taflen wybodaeth i gleifion**'.

Chwefror 2025

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Dyma lyfryn hawdd ei ddeall. Ond efallai y byddwch angen help i'w ddarllen. Gofynnwch i rywun rydych chi'n ei adnabod i'ch helpu.

Mae'r geiriau mewn **ysgrifen glas trwm** yn gallu bod yn anodd eu deall. Rydyn ni wedi egluro beth mae nhw'n ei olygu ar ôl pob gair anodd.

Am fwy o wybodaeth cysylltwch â **Chanolfan Therapiwteg a Thocsicoleg Cymru Gyfan**:

Gwefan: www.cttcg.gig.cymru

E-bost: awttc@wales.nhs.uk

Ffôn: 029 218 26900

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

Rhif trwydded Photosymbols 403527247

Hawdd ei Ddeall Cymru
Easy Read Wales

Cynnwys

Beth ydy prinder meddyginiaethau? **4**

Pam mae prinder meddyginiaethau yn digwydd? **6**

Beth sy'n digwydd os oes prinder meddyginiaethau? **7**

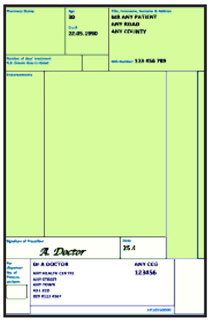
Gwybodaeth bwysig **8**

Beth os ydy fy meddyginiaeth yn brin? 8

Pwy ydw i'n gallu holi am y cyflenwad o fy meddyginiaethau? 11

Sut ydw i'n gallu helpu gyda phrinder meddyginiaethau? 12

Beth ydy prinder meddyginiaethau?



Yng Nghymru, mae dros 80 miliwn o **bresgripsiynau** yn cael eu dosbarthu bob blwyddyn.

Mae **presgripsiwn** yn nodyn ysgrifenedig ar gyfer y feddyginiaeth mae angen i chi ei chymryd. Mae **presgripsiynau** yn aml yn cael eu rhoi i chi gan feddyg. Ond mae gweithwyr gofal iechyd eraill fel rhai nyrsys, deintyddion a fferyllwyr yn gallu gwneud hyn hefyd.

Weithiau, mae prinder meddyginiaethau.

Pan fydd prinder, mae'n gallu bod yn anodd i chi gael eich meddyginiaeth. Mae hyn yn gallu hyn beri pryder neu ofid.

Rydyn ni'n gwybod pa mor bwysig ydy hi i chi gael eich meddyginiaethau.

Mae yna lawer o bobl sy'n gweithio'n galed i stopio prinder rhag effeithio arnoch chi.

Dydy'r rhan fwyaf o brinder meddyginiaethau ddim yn achosi problemau i gleifion.

Pam mae prinder meddyginiaethau yn digwydd?

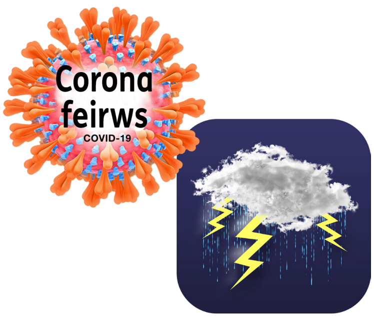
Mae prinder meddyginiaethau yn gallu digwydd am resymau gwahanol, fel:

- Mae mwy o bobl angen y feddyginiaeth na'r disgwyl.

- Problemau wrth wneud meddyginiaeth.

- Problemau gyda darparu neu drafnidiaeth.

- Mae'r cwmni'n rhoi'r gorau i wneud y feddyginiaeth.



- Weithiau, mae digwyddiadau mawr neu drychinebau yn digwydd does neb eu disgwyl.

Beth sy'n digwydd os oes prinder meddyginiaethau?

Os oes prinder meddyginiaethau, mae Llywodraeth Cymru a'r GIG yn gweithio gyda:

- Grŵp Cynghori ar Brinder Meddyginiaethau Cymru
- Llywodraeth y Deyrnas Unedig
- Y cwmnïau sy'n gwneud ac yn cyflenwi meddyginiaethau

Maen nhw'n gweithio'n galed i wneud yn siŵr nad ydy prinder yn stopio pobl rhag cael eu meddyginiaethau.

Os ydy prinder meddyginiaethau yn gallu achosi problemau, mae Llywodraeth Cymru yn rhoi cyngor i weithwyr gofal iechyd am:

- Pa mor hir mae'r prinder yn gallu parhau?
- Mathau eraill o'r un feddyginiaeth sy'n dal i fod ar gael.
- Meddyginiaethau eraill sydd yn gallu trin yr un cyflwr.

Gwybodaeth bwysig

Beth os ydy fy meddyginiaeth yn brin?

Os ydy eich meddyginiaeth yn brin, mae'r pethau yma yn gallu digwydd:

- Efallai y bydd angen i chi aros ychydig yn hirach i gael eich meddyginiaeth.

- Efallai y bydd rhaid i chi fynd i fferyllfa wahanol.

- Efallai y byddwch chi'n cael llai o'ch meddyginiaeth. Efallai y bydd angen i chi ei gasglu'n amlach.

- Efallai y bydd eich meddyginiaeth yn dod mewn cynhwysydd gwahanol.

- Efallai y byddwch yn cael presgripsiwn am feddyginiaeth wahanol.

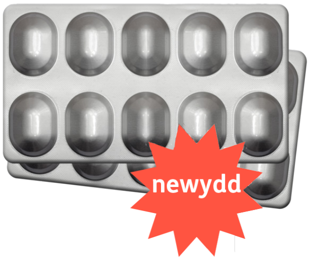
- Efallai y bydd eich fferyllfa yn rhoi meddyginiaeth wahanol i chi.

Fe fydd angen i'ch gweithiwr gofal iechyd siarad â chi am unrhyw newid i'ch meddyginiaeth. Gwnewch yn siŵr mai dyma'r dewis gorau i chi.

Os ydych chi'n cael meddyginiaeth wahanol:

- Fe fyddwch chi’n cael gwybod sut i'w gymryd.
- Pa mor hir y bydd angen i chi ei ddefnyddio efallai.

Yn aml, rydych chi’n gallu mynd yn ôl at eich meddyginiaeth arferol pan fydd y prinder drosodd.



Weithiau, efallai y bydd angen i chi aros ar y feddyginiaeth newydd.

Os nad ydych chi’n siŵr am eich meddyginiaeth, gofynnwch i:

- Fferyllydd
- Meddyg
- Deintydd
- Nyrs
- Gweithiwr gofal iechyd

Weithiau efallai na fydd meddyginiaeth addas arall ar gael. Mae hyn yn anghyffredin iawn. Os bydd hyn yn digwydd, fe fydd eich gweithiwr gofal iechyd yn esbonio beth sy'n digwydd nesaf.

Pwy ydw i’n gallu holi am y cyflenwad o fy meddyginiaethau?

Os oes gennych chi gwestiynau am gyflenwi eich meddyginiaethau, rydych chi’n gallu gofyn i:

- Fferyllydd
- Meddyg
- Deintydd
- Nyrs
- Gweithiwr gofal iechyd

Fe fyddan nhw yn rhoi'r cyngor gorau i chi ar gyfer eich sefyllfa.

Os ydy eich meddyginiaeth yn cael ei ragnodi gan arbenigwr, fel ymgynghorydd ysbyty, efallai y dylech chi gysylltu â nhw.

Sut ydw i’n gallu helpu gyda phrinder meddyginiaethau?

Rydyn ni i gyd yn gallu helpu drwy wneud y pethau yma:

- Archebwch y meddyginiaethau rydych chi ei angen yn unig. Peidiwch â storio meddyginiaethau ychwanegol.

- Archebwch eich meddyginiaeth yn gynnar. Efallai y byddan nhw’n cymryd mwy o amser nag arfer.

- Edrychwch ar ddyddiadau dod i ben eich meddyginiaethau yn aml. Efallai y bydd ganddyn nhw ddyddiad byrrach na'r arfer.

- Cymerwch eich meddyginiaethau fel mae eich gweithiwr gofal iechyd yn dweud. Peidiwch â newid faint rydych chi'n ei gymryd oni bai bod eich gweithiwr gofal iechyd yn eich cynghori.