

GOFAL IECHYD



PAM MAE'N BWYSIG

Mae mynediad at ofal iechyd o ansawdd uchel yn hanfodol i iechyd a llesiant pawb. Pan fydd diffyg cyllid yn arwain at ddirywiad mewn ansawdd a faint o ofal sydd ar gael, nid yw pawb yn gallu cael yr help sydd ei angen arnynt, ac nid yw anghenion y rhai sy'n cael help bob amser yn cael eu diwallu'n llawn; gallant hyd yn oed gael profiadau niweidiol. Pan nad oes neb yn gwrandao ar bobl, ni allant gael yr help sydd ei angen arnynt. Mae hyn yn niweidio ymddiriedaeth ac yn eu gwneud yn llai tebygol o ofyn am help gyda phroblemau iechyd eraill.

Y MATERION

Ar draws ein gwledydd, mae pobl ifanc wedi nodi problemau o fewn gofal iechyd meddwl a chorfforol. Maent yn ymwneud â diffyg adnoddau, peidio â gwrandao ar bobl, a gweithwyr proffesiynol nad ydynt yn deall unigolion na'u cyflyrau.

Stigma

Mae stigma cymdeithasol o hyd ynghylch iechyd meddwl.

Cael eu hanwybyddu a'u diystyru

Nid yw pryderon pobl ifanc am eu hiechyd meddwl neu gorfforol bob amser yn cael eu clywed na'u cymryd o ddifrif.

Yn aml, nid yw menywod yn cael eu cymryd o ddifrif pan fyddant yn ceisio help am iechyd meddwl, poen neu iechyd corfforol. Yn aml, caiff eu pryderon eu priodoli i'r mislif, angen colli pwysau neu'r angen i fwyta'n iachach.

Rhestrau a chyfnodau aros hir

Rhestrau aros hir am gymorth iechyd meddwl

Rhestrau aros hir am asesiadau niwrowahaniaeth

Rhestrau aros hir am lawdriniaethau

Cyfnodau aros hir am ambiwlansys

Cyfnodau aros hir mewn adrannau damweiniau ac achosion brys

Problemau cyfathrebu

Nid yw pobl ifanc bob amser yn cael gwybod am wasanaethau eraill a allai eu helpu.

Nid oes digon o adnoddau i esbonio gweithdrefnau a chofnodion meddygol i bobl ifanc wrth iddynt gael gofal iechyd.

Loteri cod post

Mae profiadau o gael gofal iechyd meddwl a chorfforol yn amrywio'n fawr: mae rhai'n gadarnhaol, ond mae llawer yn negyddol. Mae'n ymddangos mai loteri cod post yw cael profiad da.

Er i rai pobl ifanc gael budd o gymorth iechyd meddwl, dywedodd eraill ei fod wedi gwaethygu eu hiechyd meddwl mewn gwirionedd.

Pontio gwael rhwng gwasanaethau

Mae anawsterau wrth symud o wasanaethau iechyd meddwl a chorfforol plant i wasanaethau oedolion; er enghraifft, cael eu rhoi ar waelod y rhestr aros, gorfod cael asesiad newydd a gorfod gweithio gyda phobl newydd nad ydynt efallai'n gyfarwydd â nhw na'u cyflwr.

BETH DYWEDODD POBL IFANC?

“Mae'r ffaith bod [gofal iechyd] am ddim yn teimlo'n gadarnhaol, ond mae rhwystrau.”

“Rwy'n teimlo'n ffodus fy mod yn gallu cael gofal [iechyd] preifat oherwydd fel arall byddwn yn aros am flynyddoedd am ofal cyhoeddus.”

“Ymyrrol, annheg, diystyriol, yn dibynnu ar wasanaethau neu bobl eraill sydd eisoes dan bwysau; yn straen i bawb, diffyg yn gyffredinol.”

BETH RYDYM AM I'R RHAI SY'N GWNEUD PENDERFYNIADAU EI WNEUD

Gwella ymchwil i iechyd menywod: hyfforddiant CPR, iechyd mislif ac ati

Cyflogi mwy o arbenigwyr

Lleihau rhestrau aros

Dwyn cyflogwyr i gyfrif
Gwella cyllid a rheoli adnoddau
Gwneud cyfieithwyr yn fwy gweladwy ac yn haws cael mynediad atynt
Cael cwnselwyr mewn meddygfeydd teulu
Gwella dealltwriaeth o iechyd meddwl
Edrych ar yr hyn sy'n gweithio'n dda mewn gwledydd eraill
Darparu mwy o addysg am iechyd menywod ac anabledau

CYNLLUN GWEITHREDU

Mae problemau'n ein hwynebu fel pobl ifanc wrth geisio cael gofal iechyd, ac yn aml rydym yn teimlo'n ddi-rym i wneud unrhyw beth yn eu cylch. Pwrpas y cynllun gweithredu hwn yw newid hynny. Ein nod yw amlinellu camau clir i bobl ifanc ar draws y DU a Gweriniaeth Iwerddon.

Rhoi adborth yn uniongyrchol i'r gwasanaeth iechyd

Os oes gennych adborth neu bryderon am wasanaeth iechyd penodol, mae gan bob gwasanaeth broses i chi gyflwyno sylwadau neu gwynion. Dylech allu dod o hyd i'r wybodaeth hon ar ei wefan. Os hoffech gael cymorth i wneud cwyn neu ddefnyddio gwasanaeth iechyd, gallwch ofyn am help gan eiriolwr.

Gwasanaethau eiriolaeth

Yr Alban:

<https://www.siaa.org.uk/>

Lloegr:

<https://www.nhs.uk/social-care-and-support/help-from-social-services-and-charities/someone-to-speak-up-for-you-advocate/>

Cymru:

<https://www.ombudsman.wales/advice-advocates/>

Gogledd Iwerddon:

<https://pcc-ni.net/pcc-support/>

<https://advocacy.ie/>

Gweriniaeth Iwerddon:

<https://www2.hse.ie/complaints-feedback/advocacy-services/>