Gwasanaethau Iechyd yng Nghymru

Os ydych wedi cyrraedd yng Nghymru yn ddiweddar neu yn ceisio darganfod mwy am gofal iechyd yng Nghymru, efallai wnewch chi ffeindio'r gwybodaeth canlynol yn ddefnyddiol.

Beth yw'r GIG

GIG (Gwasanaeth Iechyd Gwladol) yw gwasanaeth iechyd gwladol y DU sy'n darparu triniaeth i breswylwyr y DU drwy amrywiaeth eang o wasanaethau gofal iechyd. Mae rhai gwasanaethau am ddim ac eraill sydd angen talu amdanynt.

Pa wasanaethau sydd ar gael?
Ymarferwyr Cyffredinol/Meddygfa neu Canolfan Iechyd

Meddygon teulu lleol yw Ymarferwyr Cyffredinol sy'n delio gyda iechyd y gymuned lleol. Fel arfer maent yn gweithio mewn practis meddygon teulu (meddygfa), gyda doctoriaid arall, nyrsys, ymwelwyr iechyd a bydwragedd, ac mae ymweld gyda'r feddygfa am ddim i preswylwyr y DU. Y Meddyg Teulu yw'r pwynt o gysylltiad cyntaf i'ch arwain chi at gofal iechyd. Os na gall y Meddyg Teulu delio gyda eich problem fe fyddant yn eich cyfeirio chi at arbenigwr neu at yr ysbyty. Mae practis meddyg teulu fel arfer ar agor yn ystod y dydd ac yn gynnar yn yr hwyrnos, ond, fydd gan y practis neges ar peiriant ateb yn dweud ble allwch gael cymorth meddygol pryd fod y practis ar gau.

Gallwch ymweld y Meddyg Teulu yn bersonol neu cysylltu gyda'r practis dros y ffôn. Gallwch ddod o hyd i Feddyg Teulu GIG drwy ddisgwyl yn y llyfr ffôn, cysylltu gyda Galw Iechyd Cymru (0845 46 47), chwilio am fanylion ar y wefan yma neu drwy ofyn i cymdogion, ffrindiau a theulu. Gall Meddygon Teulu egluro os ydych yn byw yn yr ardal mae'r meddygfa yn gorchuddio ac os oes ganddynt lle i gleifion newydd. Gofynnwch os oes angen i chi wneud apwyntiad i weld y meddyg, a cofiwch i gyrraedd ar amser am unrhyw apwyntiad rydych yn trefnu. Os ydych yn pryderu fod eich Saesneg/Cymraeg llafar ddim yn dda, ewch a ffrind neu aelod o'r teulu gyda chi sydd yn gallu siarad Saesneg/Cymraeg yn dda.

Mae rhai Meddygon Teulu yn codi siars am ei gwasanaethau, dylech cadarnhau hyn cyn mynd.

Galw Iechyd Cymru

Gwasanaeth cyngor a gwybodaeth iechyd yw Galw Iechyd Cymru sydd ar gael 24 awr y dydd, bob dydd. Gallwch alw Galw Iechyd Cymru ar 0845 46 47 os ydych yn teimlo'n dost ac yn ansicr beth ddylech wneud, neu am gwybodaeth iechyd ar amrywiaeth eang o gyflyrau, triniaeth a gwasanaethau iechyd lleol. Mae siars lleol o 4c bob munud am alwad.

Os nad Saesneg/Cymraeg yw eich iaith gyntaf, gall Galw Iechyd Cymru ddarparu gwasanaeth cyfieithu cyfrinachol, mewn dros 120 ieithoedd o fewn munudau i ateb eich galwad. Yr unig beth sydd angen i chi ei wneud yw nod eich dewis iaith yn Saesneg ac yna aros ar y llinell nes i chi gael eich cysylltu â chyfieithydd fydd yn gallu helpu Galw Iechyd Cymru i roi'r wybodaeth iechyd a'r cyngor sydd ei angen arnoch. Mae hyn yn golygu y gallwn wneud yn siŵr eich bod chi a Galw Iechyd Cymru yn cael gwybodaeth o safon uchel.

Fferyllwyr

Arbenigwyr ar feddyginiaeth a sut maent yn gweithio yw fferyllwyr. Maent hefyd yn gallu darparu cyngor am cwynion cyffredin fel peswch, anwyd, poen a materion iechyd arall megis bwyta'n iach a peidio ysmygu. Maent yn paratoi presgripsiynau mae eich meddyg wedi ysgrifennu. Mae cyngor wrth fferyllydd am ddim ond fydd angen i chi dalu am eich meddyginiaeth neu efallai eich bod yn gymwys am presgripsiynau am ddim – fydd eich meddyg yn gallu dweud wrthoch. I ddod o hyd i'ch fferyllfa agosaf, gallwch ddefnyddio'r cronfa ddata ar y wefan yma i chwilio.

Ysbyty

Os ydy eich meddyg teulu yn eich cyfeirio at ysbyty am driniaeth, fyddwch fel arfer yn cael apwyntiad i weld meddyg ymgynghorol (meddyg arbenigol). Yn dibynnu ar y broblem meddygol, efallai cewch eich trin fel claf mewnol (ble fyddwch yn aros yn yr ysbyty dros nos neu'n fwy) neu fel claf allanol (pryd fyddwch yn ymweld â'r ysbyty am apwyntiad) Os ydych yn credo fod angen i chi weld arbenigwr, dylech ymweld gyda eich meddyg teulu yn gyntaf a gofyn iddo/iddi eich cyfeirio chi.

Nid yw pob ysbyty yn gweithio i'r GIG. Mae yna ysbytai preifat sy'n darparu triniaeth preifat ond mae angen ichi dalu amdano.

Adrannau Damwain ac Achosion Brys

Mae gan rhai (dim pob un) ysbytai adrannau Damwain ac Achosion Brys. Mae'r adrannau yma ar agor 24 awr y dydd ac yn delio gyda cleifion sydd angen triniaeth brys.

Gwasanaethau brys: deialwch 999

Os ydych angen cymorth meddygol union (er enghraifft rydych wedi cael damwain), ffoniwch 999. Mae'r alwad am ddim yn cynnwys o ffônau symudol. Fydd derbynnydd yn gofyn pa wasanaeth brys sydd angen arnoch (Tân, Heddlu neu Ambiwlans). Am cymorth meddygol brys gofynnwch am y gwasanaeth ambiwlans. Byddwch yn barod i ddweud wrth y gwasanaeth beth sydd wedi

digwydd ac eich lleoliad yn gwmws. Fydd 'Emergency Medical Dispatcher' yn gofyn cwestiynau am y cyflwr, neu yn gofyn am y person rydych yn galw am, ac efallai yn y rhoi cyngor am beth i wneud tra'n aros am yr ambiwlans.

Deintyddion

Mae deintyddion yn cynnig triniaeth arferol ac arbenigol i ddannedd a gymiau. Nid oes angen i chi aros nes fod gwnnych danodd i ymweld gyda'r deintydd. Fydd archwiliad bob chwe mis yn helpu atal unrhyw broblemau mawr datblygu. Mae'r rhan fwyaf o bractisau deintyddol yn cymryd cymysgedd o gleifion GIG a preifat. Hyd yn oed os ydych wedi cofrestri fel claf GIG, fydd yn rhaid i chi dalu am peth triniaeth deintyddol os nad ydych wedi eithrio rhag talu siars (er enghraifft os ydych dan 18 oes, os ydych yn feichiog neu wedi cael plentyn yn y 12 mis diwethaf, neu os ydych yn hawlio buddion.) I ddod o hyd i'ch deintydd agosaf, gallwch ddefnyddio'r cronfa ddata ar y wefan yma i chwilio.

Optegwyr

Mae optegwyr yn profi eich golwg a iechyd eich llygaid, maent fel arfer yn gweithio o siopau stryd fawr. Ar ôl profi eich llygaid, os oes angen, fydd rhai optegwyr yn ffitio a cyflenwi sbectol i bresgripsiwn. Os nad ydych yn hawlio prawf llygaid am ddim (er enghraifft eich bod dan 18 oed, gyda diabetes neu glawcoma, neu yn hawlio rhai buddion), fydd yn thaid i chi dalu am y gwasanaethau yma.

Sut i gwyno am wasanaethau GIG

Mae gan pob cyfundrefn GIG dull cwyno. Os ydych yn dymuno gwneud cwyn am wasanaeth GIG gallwch siarad gyda'r aelod o staff darparwyd y gwasanaeth neu i'r rheolwr cwynion. Gallwch hefyd gwneud cwyn yn ysgrifenedig, cofiwch gynnwys:

- Pwy neu beth mae'r cwyn am
- Pryd a ble oedd y digwyddiad
- Unrhyw weithred rydych wedi cymryd am y mater yn barod
- Beth hoffech fel canlyniad i'r cwyn, megis eglurhad, ymddiheuriad neu newid mewn trefniadaeth

Dylech wneud cwyn o fewn chwe mis o'r digwyddiad. Dylai cwyn ysgrifenedig derbyn cydnabyddiaeth ysgrifenedig o fewn dau diwrnod gwaith.

Fydd eich cwyn yn derbyn ymchwiliad manwl ac ni fyddwch yn cael eich cosbi am wneud cwyn. Fel arfer dylech dderbyn ymateb ysgrifenedig I'ch cwyn o fewn ugain diwrnod gwaith.

Gallwch gael cymorth gyda gwneud cwyn wrth eich Cyngor Iechyd Cymunedol lleol, dylen fod yn gallu trefnu dehonglydd os oes angen.

Os ydych yn dal I fod yn anhapus?

Mae yna dau ffordd gall eich cwyn cael eu ddelio gyda yn bellach:

- Os wnaeth y triniaeth neu gofal rydych yn cwyno am ddigwydd cyn 1af o Ebrill 2006, gallwch ofyn am Adolygiad Annibynnol (gall fod yn banel) o'ch cwyn drwy cysylltu gyda i'ch ardal chi (gweler isod am y cyfeiriad). Os ydych dal i fod yn anfodlon ar ôl adolygiad, gallwch gwyno i Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru.
- Os digwyddodd y triniaeth neu gofal ar ôl y 1af o Ebrill 2006, gallwch ddewis ddim i gael Adolygiad Annibynnol ac mynd a'ch cwyn yn union at yr Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru (gweler isod am y cyfeiriad)

Cysylltiadau Defnyddiol -

Ysgrifenyddiaeth Adolygu Annibynnol

Canolbarth a Gorllewin Cymru
Blwch Post 2
Aberhonddu
Powys
LD3 0XR
Ffôn: 01874 712748
Ffacs: 01874 712756

De Cymru
Blwch Post 21
Caerdydd
CF10 2ZR
Ffôn: 02920 402262
Ffacs: 02920 402398

Gogledd Cymru
Blwch Post 125
Yr Wyddgrug
CH7 1WH
Ffôn: 01352 700227
Ffacs: 01352 754649

Ombwdsmon Gwasanaethau Cyhoeddus Cymru

1 Ffordd yr Hen Gae
Pencoed
CF35 5LJ

Ffôn: 01656 641150
Ffacs: 01656 641199
e-bost : holwch@ombwdsmon-cymru.org.uk
Gwefan: www.ombudsman-wales.org.uk

Bwrdd Cynghorau Iechyd Cymuned Cymru

Ffôn: 0845 644 7814
Gwefan: patienthelp.wales.nhs.uk