



LEADING NURSING
SHAPING CARE

ARWAIN NYRSIO
LLUNIO GOFAL

DATHLU NYRSYS YNG NGHYMURU

We carry the torch
Rydym ni'n cario'r fflagl



Coleg Nyrsio Brenhinol
Cymru
Royal College of Nursing
Wales





LEADING NURSING
SHAPING CARE

ARWAIN NYRSIO
LLUNIO GOFAL

Dathlu Nyrsys yng Nghymru

Mae nyrsio yn yrfa fuddiol tu hwnt. Mae rhoi Gofal yn her gyson - dyna pam ei bod hi mor bwysig i gymryd ennyd i gydnabod a dathlu gofal nyrsio da.

Mae gan y Coleg Nyrsio Brenhinol (yr RCN) fwy na 25,000 o aelodau yng Nghymru; yn nyrsys cofrestredig, Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd, bydwagedd a myfyrwyr nyrsio. Mae'r cylchgrawn hwn yn amlygu rhai o'r bobl eithriadol hyn sy'n darparu gofal i'r rheini sydd ei angen ledled Cymru.

Mae'r aelodau o'r RCN a gyflwynir yn y cylchgrawn hwn yn dangos yr amrywiaeth o sgiliau sydd gan ein nyrsys a'n Gweithwyr Cymorth Gofal Iechyd yng Nghymru, pam eu bod wrth eu boddau yn eu swyddi a pham eu bod mor frwd dros ofalu am eu cleifion. Mae eu cyraeddiadau nhw wedi ein helpu i gadw at ein hymrwymiad o ddarparu gofal iechyd diogel ac urddasol.

Bydd ein haelodau hefyd yn dweud yn glir a heb flewyn ar dafod pa welliannau sydd eu hangen ar y rheng flaen i wella gofal nyrsio - y bobl hyn yw'r unigolion yr ydych chi'n eu cynrychioli, a'r bobl hyn yw'r unigolion sy'n cynrychioli ac yn eirioli dros gleifion yng Nghymru.



Gaynor Jones
Cadeirydd Bwrdd Cymru



Tina Donnelly CBE TD DL
Cyfarwyddwr, RCN Cymru

Cynhyrchwyd y briff polisi hwn gan Goleg Nyrsio Brenhinol Cymru ym mis Medi 2016. I gael rhagor o wybodaeth, cysylltwch â'r Cynghorydd Polisi a Materion Cyhoeddus, Lisa Turnbull, ar lisa.turnbull@rcn.org.uk neu 02920 680 738

Coleg Nyrsio Brenhinol Cymru
Tŷ Maeth
Rhodfa Ddwyreiniol King George V
Caerdydd
CF14 4XZ

02920 680 769

*We carry the torch
Rydym ni'n cario'r fflagl*

Georgina Hobson
Nyrs Anabledd Dysgu
Gymunedol, Bwrdd
Iechyd Prifysgol Betsi
Cadwaladr
Gwobr Myfyriwr
Nyrsio –
cyrhaeddodd y
rhestr fer ar gyfer
Nyrs y Flwyddyn
2012



Dechreuais weithio i'r Gwasanaeth Anghenion Cymhleth yn 2012, a hynny fel Nyrs Anableddau Dysgu Gofrestredig (RNLD), gwasanaeth trydyddol i bobl ag anableddau dysgu gydag ymddygiad heriol.

Yn ystod fy amser yno, dysgais am strategaethau ymddygiad, llwyddais i gryfhau fy ngwybodaeth am beth yw cymorth gweithredol mewn gwirionedd a datblygais gynlluniau cymorth ar gyfer ymddygiad cadarnhaol gyda phobl, a hynny mewn fformat a oedd yn ystyrlon ac yn ddealladwy iddyn nhw. Llwyddais hefyd i ddatblygu fy sgiliau mewn Therapi Ymddygiad Dialectig (DBT), sef triniaeth ar gyfer ymddygiadau risg uchel.

Ymunais â thîm DBT Gogledd Cymru yn ystod 2013 – addaswyd y model i bobl ag anableddau dysgu yn ystod 2012 ac ers hyn, rydym wedi cynyddu niferoedd y Nyrsys Anableddau Dysgu Gofrestredig sy'n rhan o'r DBT.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Rwyf wrth fy modd yn cael bod yn rhan o wasanaeth sy'n cynorthwyo pobl i gael mynediad cyfartal at wasanaethau gofal iechyd sylfaenol a chael gweld sut y mae darparu gofal iechyd sylfaenol gyda gwybodaeth am sut i gynorthwyo pobl ag anableddau dysgu yn eu helpu i gryfhau eu sgiliau eu hunain.

Rwy'n mwynhau gweithio gyda phobl risg uchel ac yna gweld y risgiau'n lleihau drwy asesu, gosod targedau a datblygu sgiliau. Rwy'n credu'n gryf y dylai bod gan bobl yr wybodaeth a'r sgiliau sydd eu hangen arnynt i adeiladu bywyd gwerth ei fyw.

Mae gweithio yn rhan o dim amlldisgyblaeth lle gallaf ofyn am farn, profiad a safbwyntiau gweithwyr proffesiynol eraill hefyd yn bwysig i mi. Mae hyn yn cynorthwyo pobl i gael yr help a'r cymorth sydd eu hangen arnynt, yn enwedig o ran y Ddeddf Gofal Cymdeithasol a Llesiant (2014) sydd wedi dod i rym yn ddiweddar.

Yn gyffredinol, rwy'n gwirioni ar fod yn addysgwyr, yn gefnogwr, yn llinyn bywyd, yn hwylysydd, yn gydlynnydd gofal, yn ymchwilydd ac yn ddatblygwr nyrsys anableddau dysgu.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Y newid mwyaf sydd ei angen yw datblygu gwasanaethau wedi'u cyd-gomisiynu sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn.

Byddai hyn yn cynyddu gwaith cwbl integredig ac yn cryfhau'r berthynas rhwng iechyd a gofal cymdeithasol. Rwy'n credu bod angen i'r gwaith o gomisiynu gwasanaethau wella, a rhaid iddo wella. Os byddwn yn cydweithio â'n cydweithwyr mewn awdurdodau lleol, byddai'n lleihau'r oedi wrth i gleifion dderbyn gofal.

Pe bai Llywodraeth Cymru yn gallu darparu cyllid i brynu tai cadarn o ansawdd uchel ac yna gosod y tai hyn i ddarparu'r gomisiynydd, byddai'n lleihau costau lleoliadau drud iawn a hefyd yn helpu cwmnïau newydd i ddechrau cynnig y gwasanaethau arbenigol hyn, gan mai gorfod prynu'r eiddo yw'r hyn sy'n atal/rhwystro pobl yn aml.

GOGLEDD CYMRU

Anne Thomas
Nyrs Staff, Bwrdd
Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
Gwobr Gwella
Iechyd
Unigolion a'r
Boblogaeth
Cyrhaeddodd y rhestr fer ar gyfer Nyrs y
Flwyddyn 2015



Mae gweithio fel nyrs staff ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr wedi rhoi'r cyfle i mi wella iechyd a lles, ac i wneud fy ngorau glas dros bobl mewn ardaloedd gwledig. Rwy'n falch dros ben o fod yn nyrs ac o ddarparu'r gofal gorau posibl i'r lliaws o gleifion sy'n ymweld â chlinigau yn ein hadran.

Un o fy swyddogaethau i yw canfod pam y mae cleifion â chyflyrau cronig yn ei chael hi'n anodd gwneud newidiadau cadarnhaol i'w ffordd o fyw pan fyddant yn byw mewn ardaloedd gwledig. Rwyf wedi darganfod bod rhwystrau i addysg iechyd yn broblem fawr mewn ardaloedd gwledig, ac nad oes gan Gymru strategaeth newid ffordd o fyw i'r rheini sy'n dioddef o salwch cronig.

Llwyddais i weddnewid cyfleuster i gleifion allanol yn ganolfan adnoddau er mwyn i'r gymuned leol ei defnyddio i gael cymorth ac addysg i'w helpu i wella eu hiechyd.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Rwy'n mwynhau natur amrywiol y swydd ac rwyf wedi bod yn ffodus iawn i gael y cyfle i ddatblygu syniadau a mentrau newydd. Mae addysg iechyd yn ganolog i bopeth a wnawn ac mae hyn wedi ein galluogi ni i weithio a gwneud cysylltiadau â gwahanol grwpiau yn ein cymuned.

Mae gwybod ein bod yn gwneud gwahaniaeth go iawn i iechyd ein cleifion a'n cymuned yn rhoi boddhad mawr i mi ac yn rhoi'r brwdfrydedd i mi ddatblygu ffyrdd newydd o weithio sy'n grymuso cleifion i gymryd cyfrifoldeb dros eu hiechyd eu hunain.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Yn aml, mae anghydraddoldebau iechyd mewn ardaloedd gwledig yn ganlyniad i ddiffyg mynediad at wasanaethau iechyd, gan gynnwys addysg iechyd.

Byddai'n dda gennyf weld Llywodraeth Cymru yn helpu i godi proffil ysbtyai cymunedol gwledig ac yn ystyried eu cryfderau wrth gynllunio gwasanaethau. Byddwn yn hoffi gweld mwy o wasanaethau arbenigol yn cael eu darparu, a hynny mewn lleoliadau mwy hwylyd i'r claf.

Wrth i iechyd y cyhoedd a dewisiadau am ffordd o fyw ddod yn flaenoriaeth, mae'n bryd cael newid.





Yvonne Thomas

**Arweinydd Tîm Nyrsys Ardal,
Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda**

Gwneuthum gwblhau fy hyfforddiant nyrsio yng Nghaerdydd a dechreuais weithio yn y gymuned o fewn tri mis oherwydd fy sgiliau Cymraeg. A minnau'n Nyrs Ardal, rwy'n rheoli heriau yn fy nghymuned ac yn gwneud newidiadau ar gyfer pobl sy'n byw yn eu cartrefi fel eu bod yn cael y gofal gorau posibl, fel unigolion ac fel teuluoedd.

Roeddwn yn un o Ymddiriedolwyr Gofal Croesffyrdd, sef mudiad sy'n helpu gofalwyr, ac rwy'n parhau i fod yn frwd dros ofalu am y gofalwyr nad ydynt yn derbyn tâl yn ein cymdeithas - y teuluoedd a'r ffrindiau sy'n gofalu am bobl yn y gymuned. Rwyf wedi parhau i ddysgu a datblygu'n broffesiynol drwy gydol fy ngyrfa nyrsio, gan gwblhau fy MA mewn Cyfraith a Moeseg ym Mhrifysgol Abertawe, TAR, a chymwysterau mewn Codi a Chario ac Iechyd a Diogelwch, ac mae'r rhain i gyd yn fy helpu i roi'r gofal gorau i fy nghleifion.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Mae nyrsio yn y gymuned yn heriol ac yn gymhleth - ond rwyf wrth fy modd yn darparu gofal personol yn y cartref i fy nghleifion, a gwneud gwahaniaeth i'r unigolyn a'i deulu a'r gymuned ehangach. Y peth rwy'n fwyaf balch ohono yw pan wneuthum helpu i godi arian i glaf gael addasiadau wedi'u gwneud i'w gartref a gwneud ei amodau byw yn fwy addas, gan dynnu ar adnoddau o'r gymuned leol. Cafodd yr addasiadau eu gwneud o fewn diwrnodau - ni fyddai hyn wedi bod yn bosibl heb yr ysbryd cymunedol sydd ei angen i fod yn Nyrs Ardal.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Rwy'n credu bod angen mwy o hyfforddiant ac arweiniad ar nyrsys sy'n gweithio yn y gymuned. Mae angen clustnodi hyn - mae fy staff yn ei chael hi'n anodd dod o hyd i amser i gwblhau eu datblygiad proffesiynol parhaus a gall hyn beryglu iechyd cleifion yn y pen draw os na chaff eu sgiliau a'u gwybodaeth eu meithrin a'u diweddarau'n gyson.



Veronica Jarman

**Prif Nyrs Ysbyty
Dydd, Bwrdd
Iechyd Addysgu
Powys**

**Gwobr Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru –
Enillydd Nyrs y Flwyddyn 2014**

Datblygais Wasanaeth Asesu Syrthiadau Integredig, gan ddefnyddio methodoleg 1000 o Fywydau a Mwy, sydd wedi'i ganmol am ei ddull gweithio arloesol. Mae'r gwasanaeth atal syrthiadau aml-factor wedi'i roi ar waith yn llwyddiannus drwy ddefnyddio gwybodaeth ar sail tystiolaeth, a diagramau a bwndeli sbarduno. Rwyf i, fel prif nyrs mewn ysbyty cymunedol, yn frwd am ofal pobl hŷn ac rwyf yn hyrwyddwr ac yn eiriolwr gweithgar.

Canolfan ydyw'r ysbyty dydd lle yr wyf yn gweithio fel arweinydd clinigol yn y bôn, lle y caiff gweithgareddau iechyd a gofal cymdeithasol aml-asiantaeth eu cynnal gyda chleifion, mewn amgylchedd lleol a chyfeillgar sy'n canolbwyntio ar y claf. Rydym yn atal pobl rhag gorfod mynd i'r ysbyty, yn hwyluso rhyddhau cynnar ac yn rheoli cyflyrau cronig a chymhleth yn effeithiol drwy rymuso cleifion i gymryd yr awenau, darparu addysg a hybu iechyd, a gweithio fel tîm i ddarparu gofal ac ymyriadau ar sail anghenion y claf. Ein nod yw gwella ansawdd bywyd trigolion yn ein cymuned.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Rwyf wrth fy modd gyda fy swydd gan ei bod yn fy ngalluogi i wneud gwahaniaeth i fywydau'r dynion a'r menywod dan fy ngofal, gyda'r nod o sicrhau gwelliannau. Mae gwranddo ar straeon am yr hyn y maen nhw wedi'u cyflawni, eu profiadau a'u dyheadau ar gyfer eu bywydau yn awr yn gwneud pob diwrnod gwaith yn werth chweil. Mae galluogi'r bobl a greodd y byd yr ydym yn byw ynddo yn awr i fyw'n annibynnol a chydag urddas yn swydd arbennig iawn ac rwy'n teimlo'n ffodus iawn i fod yn nyrs gofrestredig.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

I mi, mae cydnabod gofal iechyd gwledig yn bwysig iawn. Mae cadw pobl yn eu cartrefi eu hunain neu yn eu cymunedau yn waith heriol ond gwobrwyol. I nyrsio ym maes gofal iechyd gwledig, mae angen meddwl mewn modd dadansodol a gwybodus a meddu ar sgiliau cyfathrebu rhagorol er mwyn sicrhau gofal diogel a chyfartal. Gyda mwy o wasanaethau iechyd gwledig, gellir lleihau'r pwysau ar leoliadau aciwt a bydd pobl yn ein cymunedau yn byw bywydau iach a bodlon.



Christine Edwards-Jones

Rheolwr Ward,
Bwrdd Iechyd
Prifysgol Abertawe
Bro Morgannwg

Rwyf wedi bod yn Rheolwr Ward ers 18 o flynyddoedd yn Ysbyty Castell-nedd Port Talbot. Rwyf wastad wedi eisiau bod wrth ymyl y gwely, ac ar y wardiau yr wyf yn teimlo'n fwyaf cartrefol. Dros y blynyddoedd, rwyf wedi gweithio ym

meysydd meddygaeth aciwt a gofal strôc a nawr rwy'n canolbwyntio'n bennaf ar ofal i bobl eiddil ac oedranus a gofal dementia.

Cafodd Ysbyty Castell-nedd Port Talbot ei enwi yr Ysbyty mwyaf Cyfeillgar i Dementia yn y DU yng Ngwobrau Gofal Dementia Cenedlaethol 2015, a oedd yn anrhydedd enfawr i fy nghydweithwyr. Rydym ni'n sicrhau ein bod yn darparu'r gofal dementia gorau posibl i gleifion a'u teuluoedd.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Rwyf wrth fy modd yn gwneud gwahaniaeth i fywydau pobl. Pa un a byddaf yno pan fydd iechyd rhywun yn gwella a'i fod yn gwneud camau tuag at fod yn annibynnol, neu wrth ymyl y gwely pan ddaw bywyd rhywun i ben, mae nyrsio'n ffrainc ac yn brofiad unigryw.

Mae gweithio mewn tîm yn elfen annatod o'm swydd ac mae'n hanfodol fy mod yn dibynnu ar fy nghydweithwyr i ddarparu'r gofal gorau – nid yw hynny'n golygu nad oes unrhyw straen, problemau a chymhlethdodau yn fy swydd, ond mae'n yrfa werthfawr i mi. Ysbyty Castell-nedd Port Talbot yw fy ysbyty lleol, sy'n gwasanaethu fy nghymuned leol, ac rwy'n falch iawn o fod yn rhan ohono.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Mae angen i Lywodraeth Cymru gyflawni ar Ddeddf Lefelau Staff Nyrsio (Cymru) 2016, a'i hymestyn i'r gymuned. Rwy'n edrych ymlaen at weld sut y bydd yn cael ei chyflwyno a'i gweithredu, a pha effaith y bydd yn ei chael ar brofiad cleifion.

Y gymuned sy'n dod yn gyntaf - mae pobl yn gwella'n gynt os ydynt yn cael eu trin yn eu cartrefi neu yn eu cymunedau, a dylid ystyried dewisiadau amgen i fynd â rhywun i'r ysbyty yn y lle cyntaf bob amser. Mae angen i ni roi'r sgiliau a'r cymwysterau cywir i'n nyrsys sy'n gweithio yn y gymuned er mwyn iddynt fod yn y sefyllfa orau i wneud eu gwaith hyd eithaf eu gallu.



Marita Fernandez Prif

Nyrs a Rheolwr
Uned, Bwrdd Iechyd
Prifysgol Cwm Taf
Gwobr Plant a
Bydwreigiaeth –
cyrhaeddodd y
rhestr fer ar
gyfer Nyrs y
Flwyddyn 2015

Rwy'n canolbwyntio ar roi datblygiadau gwasanaeth ar waith ym maes nyrsio newyddenedigol. Yn

ddiweddar, hyrwyddais brofiad bwydo cadarnhaol i fabanod a anwyd cyn 34 wythnos o feichiogrwydd trwy weithredu siart asesu ac ymyrryd ar gyfer bwydo. Roedd angen arweinyddiaeth gref a sgiliau cyfathrebu rhagorol i wneud hyn, er mwyn sicrhau bod pob tîm, gan gynnwys tîmau meddygol, yn ei gefnogi.

Rwy'n teimlo'n angerddol dros welliannau bwydo a maeth ar sail tystiolaeth ym maes gofal newyddenedigol, ac mae hynny'n deillio mae'n siŵr o ddyfnder fy nhosturi dros y babanod a'r teuluoedd dan fy ngofal.

Fel rheolwr uned, gallaf gefnogi fy staff i gyrraedd eu potensial llawn fel nyrsys. Ni nyrsys newyddenedigol yw'r llinynnau sy'n cysylltu'r babanod â'u mamau a'u teuluoedd.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Yng nghanol yr holl offer uwch-dechnoleg, y derminoleg feddygol, a'r gweithgareddau dwys a'r ymyrraeth, mae'r bodau bach hyn wedi'u tynnu o ddiogelwch y groth, sy'n hollol ddibynnol ar ddiethriaid. Pe bai baban yn gallu siarad, beth fyddai'n ei ddweud? Mae fy ngwaith i'n rhoi'r cyfle i mi ddefnyddio fy sgiliau, fy ngwybodaeth a'm dawn greadigol i ddiwallu anghenion sylfaenol y grŵp hwn o'r gymdeithas sy'n agored i niwed.

Rwyf wedi bod yn ddigon ffodus i fod mewn swydd ac mewn sefydliad sy'n fy ngrymuso, nid yn unig i fod ar fy ngorau, ond hefyd i hwyluso babanod cyn amser i gychwyn eu bywydau er mwyn iddyn nhw fod yn fersiwn orau ohonyn nhw eu hunain.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Hoffwn i weld Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r gwaith o greu uned ofal trosiannol (TCU) yn RGH a gaiff ei rhedeg gan dîm a arweinir gan Uwch-ymarferwyr Nyrsio Newyddenedigol (ANNPs). Byddai'r tîm yn cynnwys nyrsys newyddenedigol, uwch-nyrsys allgymorth newyddenedigol, nyrsys meithrinfeidd a gweithwyr cymorth gofal iechyd, a byddai'n mynd i'r afael ag egwyddorion gofal iechyd darbodus.



Roisin O'Hare

Nyrs Ceiswyr
Lloches, Bwrdd
Iechyd Prifysgol
Aneurin Bevan

Gwobr Nyrsio Dyngarol – cyrhaeddodd y rhestr fer ar gyfer Nyrs y Flwyddyn 2015

Rwy'n cynorthwyo ceiswyr lloches a gaiff eu lleoli yng Nghasnewydd i gael mynediad cyfartal at ofal iechyd. Mae hyn yn cynnwys cwrdd â phob un newydd sy'n cyrraedd ac asesu ei anghenion iechyd corfforol a meddyliol er mwyn hysbysu ei feddyg teulu a'i atgyfeirio a'i gyfeirio at asiantaethau perthnasol sy'n gallu helpu i ddiwallu ei anghenion iechyd a hyrwyddo lles.

Mae gan y grŵp cleifion hwn amrywiaeth eang o anghenion iechyd corfforol a meddyliol o ganlyniad i effaith eu profiadau, fel cael eu masnachu at ddibenion cam-fanteisio'n rhywiol neu weithio, cael eu harteithio, eu treisio, effeithiau rhyfel, darpariaeth gofal iechyd wael yn eu gwledydd genedigol, colli aelodau o'r teulu mewn modd trawmatig a chael eu carcharu ar gam.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Y peth gorau am fy swydd i yw cael y cyfle i gwrdd â llawer o bobl o wahanol genhedloedd a grwpiau ethnig.

Rwy'n mwynhau dod i'w hadnabod a chlywed am eu profiadau mewn bywyd.

Mae'n ffraind cael bod yn rhan o'u taith ac i fod mewn safle i'w cefnogi a'u cynorthwyo i gael gafaél ar ofal iechyd cyfartal.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Y gwelliant y byddwn ni'n hoffi ei weld yn fy maes ymarfer i yw darpariaeth ar gyfer y rheini sydd wedi goroesi artaith. Mae llawer o Geiswyr Lloches a Ffoaduriaid wedi profi artaith ac yn byw gydag effaith y trawma hwn ar eu bywydau bob dydd.

Mae gan yr Alban a Lloegr wasanaethau arbenigol ar gyfer Goroeswyr Artaithe sy'n darparu gwasanaethau adsefydlu, therapi arbenigol ac adroddiadau meddygol-gyfreithiol, ond yn anffodus, nid oes gennym ni hyn yng Nghymru ar hyn o bryd.



Richard Desir Nyrs Ranbarthol,

Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan

Gwobr Nyrsio Cymunedol – cyrhaeddodd y rhestr fer ar gyfer Nyrs y Flwyddyn 2015

Pan sylweddolais fod pobl hyn yn treulio cyfnodau hir o amser mewn ysbytai yn aros am ofal cartref, es ati i gynnwys rhanddeiliaid yn y gwaith o ddatblygu Polisi Dewis Llety (CoAP). Nod y polisi hwn yw gwella ymgysylltiad â chleifion, a gwella'r wybodaeth, y dewis a'r cymorth iddynt er mwyn lleihau'r amser y bydd pobl yn aros yn yr ysbyty, sy'n aml yn peri iddynt gollu eu hannibyniaeth.

Drwy sefydlu Bwrdd Prosiect aml-asiantaeth, sicrhais fod prosesau cefnogi'r CoAP wedi'u cynllunio mewn modd nad yw'n peri i'r unigolion hynny â diffyg gallu gollu eu rhyddid ac sy'n caniatáu iddynt gael mynediad llawn at wasanaethau eirioli. Fel rhan o'r gwaith hwn, datblygais hefyd becyn gwybodaeth a thaflen 'Cwestiynau Cyffredin' i bobl hyn a pherthnasau er mwyn eu cynorthwyo i ddewis cartref gofal, a chyflwynais a sefydlais y gwasanaethau gwirfoddoli CHaT yn Ysbyty Ystrad Fawr, sy'n cyfeillachu ac yn cynnig cymorth emosiynol i gleifion yn yr ysbyty pan fyddant yn cael eu rhyddhau i gartrefi gofal.

Beth ydych chi'n ei hoffi am eich swydd?

Rwy'n mwynhau fy swydd fwy heddiw nag yr oeddwn pan gychwynnais ar yrfa nyrsio dros 30 mlynedd yn ôl. Y rheswm pennaf am hyn yw'r ffaith fy mod wedi gweld a bod yn rhan o'r gwelliannau yn y gofal a ddarperir i gleifion ar wardiau ysbytai ac mewn lleoliadau cymunedol yn ystod yr amser hwn. Uwchlaw dim, mae'n dal yn ffraind i ofalu a gwybod bod gofal nyrsio wedi helpu i newid y ffordd y caiff gofal iechyd ei ddarparu, ac yn parhau i wneud hynny.

Pe bai modd i chi ofyn i Lywodraeth Cymru wneud un peth i wella eich maes ymarfer, beth fyddai'r hwnnw?

Mae cael y nifer cywir o staff nyrsio cofrestredig yn gweithio mewn lleoliadau cymunedol yr un mor bwysig â nifer y staff mewn meysydd aciwt. Byddwn yn hoffi gweld y Llywodraeth yn gwneud cynnydd ar ei hymrwymiad tuag at staffior meysydd hyn, gan adeiladu ar lwyddiant Deddf Lefelau Staff Nyrsio (Cymru) 2016..