



Eich llais mewn iechyd | Your voice in health  
a gofal cymdeithasol | and social care

**ADRODDIAD YMGYSYLLTU RHANBARTH GWENT LLAIS  
AROLWG WEDI'I GYNLLUNIO AR GYFER Y GLUN A'R PEN-  
GLIN  
GORFFENNAF 2024**



**A yw aros am lawdriniaeth clun a phen-glin wedi'i  
chynllunio yn effeithio ar iechyd meddwl a llesiant  
pobl yng Ngwent?**

# Fformatau hygyrch

Mae'r adroddiad hwn hefyd ar gael yn Saesneg.

Os hoffech gael y cyhoeddiad hwn mewn fformat a/neu iaith arall, cysylltwch â ni.

Gallwch ei lawrlwytho o'n gwefan neu ofyn am gopi drwy gysylltu â'n swyddfa.

01633 838516

[gwentenquiries@llaiscymru.org](mailto:gwentenquiries@llaiscymru.org)

Llais Gwent Region,  
Tŷ Rhaglan,  
Cau William Brown  
Cwmbrân  
NP44 3AB

[www.llaiswales.org](http://www.llaiswales.org)

[www.llaiscymru.org](http://www.llaiscymru.org)

Ynglŷn â Llais	4
Cefndir	5
Crynodeb o'r adborth	6
Cynrychioliadau	8
Diolch	9
Atodiad 1 – canlyniadau'r Arolwg Cydraddoldeb ac Amrywiaeth	10
Atodiad 2 – Aseiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb	14
Aseiad Risg	15
Adborth	16





Rydym yn credu mewn Cymru iachach lle mae pobl yn cael y gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol mae eu hangen arnynt mewn ffordd sy'n gweithio orau iddynt.

Rydym yma i ddeall eich barn a'ch profiadau o iechyd a gofal cymdeithasol, ac i sicrhau bod y rhai sy'n gwneud penderfyniadau yn defnyddio'ch adborth i lunio eich gwasanaethau.

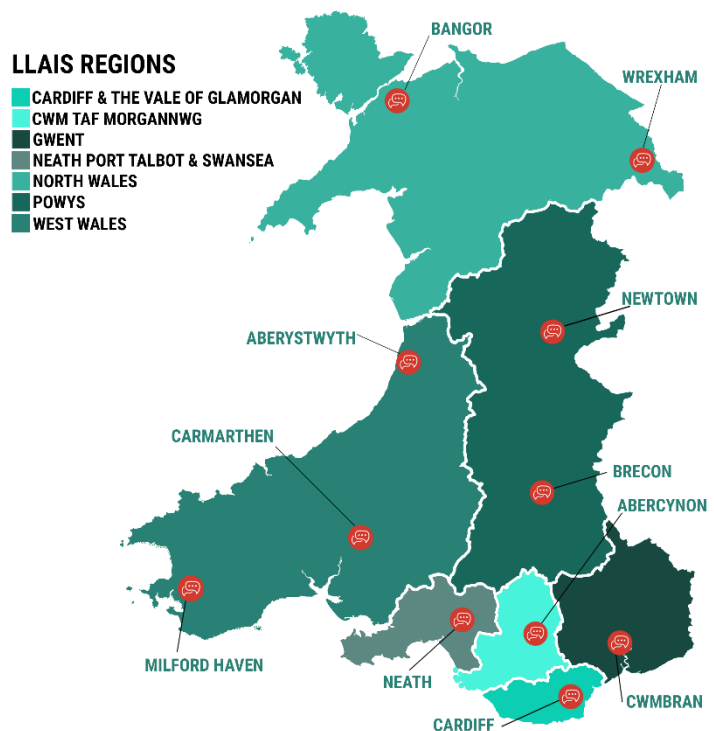
Rydym yn chwilio am straeon da a drwg fel ein bod yn deall beth sy'n gweithio'n dda a sut y gallai fod angen i wasanaethau wella. Ac rydym yn edrych i siarad yn arbennig â'r rhai nad yw eu lleisiau'n cael eu clywed yn aml.

Rydym hefyd yn siarad â phobl am eu barn a'u profiadau trwy gynnal digwyddiadau yn eich cymunedau lleol neu ymweld â chi ble bynnag rydych yn derbyn eich gwasanaeth iechyd neu ofal cymdeithasol.

Rydym hefyd yn gweithio gyda grwpiau cymunedol a grwpiau â diddordeb ac yn unol â mentrau cenedlaethol i gasglu barn pobl.

A phan fydd pethau'n mynd o chwith, rydym yn eich cefnogi i wneud cwynion.

Mae 7 rhanbarth Llais yng Nghymru. Mae pob un yn cynrychioli llais y "claf a'r cyhoedd" mewn gwahanol rannau o Gymru.





Ar ddechrau'r pandemig, gohiriwyd y rhan fwyaf o apwyntiadau a thriniaethau. Fodd bynnag, cafodd hyn effaith ar arosiadau pobl am lawdriniaeth wedi'i chynllunio ledled y DU.

Ym mis Ebrill 2022, cyflwynodd Llywodraeth Cymru gynllun uchelgeisiol i fynd i'r afael ag amseroedd aros hir a thrawsnewid gofal sydd wedi'i gynllunio. Dywedodd y Gweinidog Iechyd, "Nod y cynllun yw sicrhau na fydd unrhyw un yn aros mwy na blwyddyn am driniaeth, yn y rhan fwyaf o arbenigeddau erbyn Gwanwyn 2025".<sup>1</sup>

Fodd bynnag, mae'r realiti yn dal i fod yn heriol. Ym mis Ionawr 2024, roedd 11,736 o gleifion yng ngofal Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan yn aros dros 36 wythnos am driniaeth Trawma ac Orthopedig (nid yn benodol i gluniau a phengliniau). Erbyn mis Ebrill 2024, cynyddodd y ffigwr hwn i 12,475.<sup>2</sup>

Creodd Llais arolwg a oedd yn canolbwyntio ar bobl sy'n aros am lawdriniaethau clun a phengliniau wedi'u cynllunio yng Ngwent, gyda'r nod o ddeall effaith aros hir ar iechyd meddwl a ffordd o fyw.

Cefnogodd Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan ein prosiect trwy arddangos ein poster, yn ogystal â chopïau o'r arolwg i bobl eu cwblhau a'u dychwelyd atom mewn amlenni rhabost a ddarperir. Cafodd y rhain eu harddangos yn y clinigau cleifion allanol perthnasol.

Rhwng mis Ionawr a mis Ebrill 2024, cafodd pobl gyfle i rannu eu profiadau gyda ni drwy ein harolwg.

<sup>1</sup> <https://www.gov.wales/ambitious-plan-end-long-waiting-times-and-transform-planned-care>

<sup>2</sup> <https://stats.wales.gov.wales/Catalogue/Health-and-Social-Care/NHS-Hospital-Waiting-Times/Referral-to-Treatment/patientpathwayswaitingtostarttreatment-by-month-groupedweeks-treatmentfunction>



Fe wnaeth 48 o bobl gymryd yr amser i rannu eu profiadau wrth aros am lawdriniaethau clun neu ben-glin wedi'u cynllunio. Roedd y rhan fwyaf o'n hymatebwyr dros 64 oed.

- 18 – 24 oed: 1
- 25 – 34 oed: 1
- 35 – 44 oed: 1
- 45 – 54 oed: 3
- 55 – 64 oed: 10
- Dros 64 mlwydd oed: 32

Dywedodd 27 o bobl wrthym eu bod yn aros am lawdriniaeth ar y pen-glin, roedd 17 o bobl yn aros am lawdriniaeth ar y glun, a dywedodd 4 o bobl wrthym eu bod yn aros am y ddwy lawdriniaeth.

Ar yr adeg y cwblhaodd pobl ein harolwg, dywedodd 22 o bobl wrthym eu bod ar hyn o bryd yn aros rhwng 1 a 2 flynedd a dywedodd 20 o bobl wrthym eu bod yn aros rhwng 3 a 4 blynedd.

Gofynnwn ni, **"Ydych chi wedi cael gwybod pa mor hir y bydd yn rhaid i chi aros am eich llawdriniaeth?"** Ymhlith y rhai a hysbyswyd, dywedwyd wrth y rhan fwyaf am ddisgwyl aros am 1-2 flynedd. Fodd bynnag, mae rhai pobl eisoes wedi mynd y tu hwnt i'r disgwyl disgwylidig o 1-2 flynedd.

Roedd pobl yn gweld bod yr amser aros ar gyfer eu llawdriniaeth clun neu ben-glin arfaethedig yn wael, ac nid oedd y rhan fwyaf yn adrodd unrhyw gyfathrebu o'r ysbyty neu'r clinig yn ystod yr aros.

**"Dim diweddariad am 3+ mlynedd"**

**"Rwy'n tybio ei fod wedi'i gynllunio gan nad oes unrhyw fanylion go iawn yn cael eu bwydo'n ôl trwy feddyg ac ati. Dim cyswllt ar gael ar gyfer diweddariadau"**

**"Yr unig ddiweddariadau rydw i wedi'u cael oedd oherwydd fy mod wedi ffonio archebion cleifion mewnol a'r amserlennydd. Po hiraf yr wyf wedi aros, yn ogystal â symudedd yn cael ei effeithio, mae wedi effeithio ar fy nglun arall a fy iechyd meddwl ac yn gwneud i mi deimlo'n fwy pryderus"**

**"Rwy'n teimlo fy mod yn cael fy siomi yn gorfod brwydro i gael unrhyw wybodaeth am yr hyn sy'n digwydd"**

Er gwaethaf cael mynediad at feddyginiaeth poen, ffisiotherapi, a chefnogaeth gan yr "Hwb Cadw'n Iach" a ddarperir gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, mae llawer o bobl yn dal i adrodd am boen difrifol ac yn teimlo ei fod yn gwaethygu yn ystod eu harhosiad.

**"Poen cyson = hwyliau'n amrywio"**

**"Gwneud i chi deimlo'n isel mewn poen parhaol"**

**"Isel iawn gan fy mod bob amser mewn poen – gwaethygu heb unrhyw ddiwedd yn y golwg"**

Dywedodd pobl wrthym fod eu cyflwr cyffredinol wedi dirywio ac yn teimlo bod ansawdd eu bywyd wedi cael ei effeithio.

Roedd y rhan fwyaf o bobl yn teimlo i raddau bod yr aros am eu llawdriniaeth wedi effeithio ar eu hiechyd meddwl a'u llesiant.

Soniodd pobl am eu trafferthion i gyflawni gweithgareddau o ddydd i ddydd ac roeddent yn teimlo bod eu hannibyniaeth wedi cael ei effeithio, gan olygu bod yn rhaid iddynt ddibynnu ar eraill o'u cwmpas yn fwy.

**'Ddim yn gallu chwarae chwaraeon gyda'r wyrion'**

**'Ddim yn gallu cerdded yn annibynnol'**

**"Dwi wedi gorfod cyflogi pobl i wneud fy ngwaith tŷ a gofalu am fy ngardd. Wedi newid i gerbyd awtomatig"**

**"Gadawais y gwaith 8 mlynedd yn ôl oherwydd fy mhen-glin a dydw i ddim wedi gweithio ers hynny"**

**"Dim mwy o deithiau cerdded gyda fy ngwraig, yn treulio mwy o amser dan do"**

**"Alla i ddim gwneud yr holl waith bob dydd"**

## CYNRYSCHIOLIADAU



Mae'n amlwg bod pobl yn ei chael hi'n anodd mewn sawl ffordd wrth aros am eu llawdriniaethau clun a phen-glin wedi'u cynllunio. Dywedodd pobl eu bod yn dioddef poen difrifol ac yn teimlo bod ansawdd eu bywyd wedi cael ei effeithio. Dywedwyd wrthym hefyd ei fod yn effeithio ar allu pobl i gyflawni gweithgareddau o ddydd i ddydd gydag urddas. Dywedodd un person wrthym:

**"Ni allaf gerdded ar fy mhen fy hun rhag ofn cwmpo, mae'n rhaid i mi ddefnyddio baglau. 21 mlwydd oed ac yn ei chael hi'n annifyr na allaf wneud pethau ar fy mhen fy hun"**

Er y gall rhai pobl bwysu ar eraill am gymorth, rhaid i ni hefyd ystyried y rhai nad oes ganddynt rwydwaith cymorth. Ac i'r rhai sy'n cynnig helpu, mae eu gweithredoedd yn effeithio ar eu bywydau hwythau hefyd.

Hoffai Llais Gwent wneud yr argymhellion neu'r "sylwadau" canlynol i Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan – ar ran pobl a gymerodd yr amser i roi eu hadborth i ni.

### **Cynrychiolaeth 1: Cyfathrebu**

A allwch ddweud wrthym os, sut, a pha mor aml rydych chi'n cyfathrebu â phobl sydd ar restr aros am lawdriniaeth clun neu ben-glin wedi'i chynllunio?

### **Cynrychiolaeth 2: Cynlluniau**



A allwch ddweud wrthym os oes gennych unrhyw gynlluniau ar waith i geisio lleihau'r amseroedd aros hir i bobl sy'n aros am lawdriniaeth pen-glin neu glun wedi'i chynllunio?

### **Cynrychiolaeth 3: Iechyd Meddwl a Llesiant**

A allwch ddweud wrthym os ydych yn cynnig cymorth iechyd meddwl a llesiant amgen i bobl, ac eithrio'r "Hwb Cadw'n Iach" wrth iddynt aros am lawdriniaeth clun neu ben-glin wedi'i chynllunio?

## **DIOLCH**



Diolch i bawb a gymerodd yr amser i rannu eu barn a'u profiadau gyda ni am eu hamseroedd aros am lawdriniaeth clun a phen-glin wedi'i chynllunio.

Hoffem ddiolch hefyd i staff Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan am eu cefnogaeth i'n prosiect.

Rydym yn gobeithio bod yr adborth mae pobl wedi cymryd yr amser i'w rannu, yn dylanwadu ar wasanaethau gofal iechyd i gydnabod a gwerthfawrogi'r hyn maen nhw'n ei wneud yn dda – a gweithredu lle mae angen, cyn gynted â phosib i wneud pethau'n well.

## Atodiad 1 – Canlyniadau Arolwg Cydraddoldeb ac Amrywiaeth

### Beth yw eich dewis iaith?

Saesneg	Arall
<b>41</b>	

### Pa ryw ydych chi'n uniaethu ag ef?

Dyn/bachgen	Menyw/merch	Anneuaidd	Arall	Mae'n well gen i beidio â dweud
<b>25</b>	<b>17</b>			

### Ydych chi'n ystyried eich hun yn berson traws?

Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
	<b>40</b>	

### Beth yw eich cyfeiriadedd rhywiol?

Anrhywiol	Deurywiol	Hoyw	Lesbiad
<b>2</b>			
Heterorywiol/syth	Panrywiol	Arall	Mae'n well gen i beidio â dweud
<b>39</b>			<b>1</b>

### Mis a Blwyddyn Geni

Ionawr 1950-70	Chwefror 1950-60	Mawrth 1955-70	Ebrill 1945-70	Mai 1940-65	Mehefin 1940-00
<b>4</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>7</b>
Gorffennaf 1950-75	Awst 1960-65	Medi 1950-65	Hydref 1945-70	Tachwedd 1950-55	Rhagfyr 1935-40
<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

### Beth yw eich ethnigrwydd?

#### Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig

Bangladeshaid	Tseiniaid	Indiaid	Pacistanaid	Arall

#### Du neu Ddu Prydeinig

Bangladeshaid Tseiniaid	Indiaid Pacistanaid	Arall

### Cymysg

Asiaidd a gwyn	Du Affricanaid a Gwyn	Du Caribiaid a Gwyn	Arall

Gwyn			
Cymraeg/Saesneg/Albanaidd/Gogledd Iwerddon/Prydeinig	Sipsiwn neu Deithwyr Gwyddelig	Gwyddelig	Arall
<b>38</b>			

Grŵp ethnig eraill			
Arabaid	Unrhyw un arall	Mae'n well gen i beidio â dweud	Arall
		<b>3</b>	

Beth yw eich crefydd neu gred?				
Bwdhaeth	Cristnogaeth	Hindŵaeth	Islam	Iddewiaeth
	<b>17</b>			
Sansgrit	Anffyddiaeth	Dim crefydd	Mae'n well gen i beidio â dweud	Arall
		<b>17</b>	<b>5</b>	

Ydych chi'n ystyried eich hun yn anabl?		
Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
<b>15</b>	<b>14</b>	<b>6</b>

**Ydych chi'n gofalu neu'n rhoi unrhyw help neu gefnogaeth i aelod o'r teulu, ffrind neu gymydog oherwydd anabledd corfforol**

**hirdymor, anhawster dysgu, afiechyd meddwl, neu broblemau sy'n gysylltiedig ag oedran?**

Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
<b>4</b>	<b>34</b>	<b>2</b>

**Ydych chi'n feichiog ar hyn o bryd neu a ydych chi wedi bod yn feichiog yn ystod y flwyddyn ddiwethaf?**

Ydw	Nac ydw	Mae'n well gen i beidio â dweud
<b>1</b>	<b>37</b>	<b>2</b>

**Pa un o'r canlynol sy'n disgrifio eich statws ariannol orau?**

Mae gen i fwy na digon ar gyfer angenrheidiau, a swm mawr o incwm gwario, y gallaf ei gynilo neu ei wario ar bethau ychwanegol neu hamdden	<b>3</b>
Mae gen i fwy na digon ar gyfer angenrheidiau sylfaenol, a swm bach o incwm gwario, y gallaf ei gynilo neu ei wario ar bethau ychwanegol neu hamdden	<b>17</b>
Mae gen i ddigon ar gyfer hanfodion sylfaenol a fawr ddim byd arall	<b>6</b>
Nid oes gennyf ddigon ar gyfer hanfodion sylfaenol ac weithiau rhedeg allan o arian	<b>4</b>
Nid wyf yn gwybod/mae'n well gennyf beidio â dweud	<b>12</b>

## Atodiad 2

### Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb

Cwblhewch y tabl canlynol i nodi a fydd polisi/gweithgaredd / adroddiad Llais yn effeithio'n wahaniaethol ar y grwpiau canlynol neu a fydd yn cael unrhyw effaith o gwbl.

Effaith	Dim	Negyddo	Positif	Sylwadau
<b>Nodweddion gwarchoddedig</b>				
Oed	X			
Anabledd	X			
Rhyw	X			
Hil	X			
Crefydd/Credoau	X			
Cyfeiriadedd rhywiol	X			
Ailbennu rhywedd	X			
Priodas a phartneriaeth sifil	X			
Beichiogrwydd a mamolaeth	X			
<b>Nodweddion eraill i'w hystyried</b>				
Cymraeg			X	Mae adroddiadau ac arolygon ar gael ac yn cael eu cyhoeddi'n ddwyieithog
Ieithoedd Eraill		X		Gellir cyhoeddi adroddiadau ac arolygon mewn iaith ofynnol ar gais
Hawliau Dynol	X			
Lefel tlodi	X			
Pobl â dibynyddion	X			
Preswylfa wledig	X			
Cymunedau sipsiwn a theithwyr	X			
Pobl sy'n agored i niwed yn ddigidol	X			

## Asesiad risg.

### **A oes unrhyw risgiau yn deillio o weithredu'r polisi hwn?**

Amherthasol

### **Pa fesurau sydd ar waith i reoli neu ddileu'r risgiau hyn?**

Amherthnasol

#### **Cymraeg**

Mae'r ddogfen hon/polisi/adroddiad wedi'i hasesu yn unol â'n gofynion iaith Gymraeg ar gyfer safonau:

37,38

69,70,71

Wrth ddod i'n penderfyniad ynghylch effaith, gallwn ddangos tystiolaeth bod:

Mae holl ddogfennau sy'n wynebu'r cyhoedd Llais ar gael yn Gymraeg a Saesneg.

Mae Llais yn cynnal Asesiad o'r Effaith ar Gydraddoldeb ar gyfer pob dogfen gyhoeddus ac yn eu nodi fel rhai cadarnhaol ar gyfer cyfieithiadau Cymraeg.

#### **Canlyniad**

Effaith gadarnhaol –

Safonau 37, 38 – Mae'r holl ddogfennau cyhoeddus yn cael eu cynhyrchu a'u cyhoeddi'n ddwyieithog yn y Gymraeg a'r Saesneg.

Safonau 69–71 – Rydym yn cynnal Asesiadau o'r Effaith ar Gydraddoldeb ar gyfer pob dogfen gyhoeddus ac yn eu nodi fel rhai cadarnhaol ar gyfer cyfieithiadau Cymraeg.

Effaith negyddol – Dim

# ADBORTH

Byddem wrth ein bodd yn clywed eich barn am y cyhoeddiad hwn, ac unrhyw awgrymiadau am sut y gallem fod wedi ei wella, fel y gallwn ei ddefnyddio i wneud i'n dyfodol weithio'n well.

## MANYLION CYSWLLT

RHANBARTH GWENT LLAIS ,  
RAGLAN HOUSE,  
PARC BUSNES LLANTARNAM, CWMBRAN,  
NP44 3AB.

FFÔN: 01633 838516  
EBOST: [GWENTENQUIRIES@LLAISCYMRU.ORG](mailto:GWENTENQUIRIES@LLAISCYMRU.ORG) WEBSITE:  
[WWW.LLAISCYMRU.ORG](http://WWW.LLAISCYMRU.ORG)  
FACEBOOK: @GWENTLLAISTWITTER: LLAIS\_WALES