

Ward 4 Ysbyty Tywysog Philip

Canllaw i'ch arhosiad



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Hywel Dda
University Health Board

Cynnwys:

- Croeso
- Beth yw derbyniad ailfwydo?
- Am Ward 4
- Paratoi ar gyfer derbyniad
 - Beth fydd ei angen arnaf yn ystod fy arhosiad?
 - Pethau na ellir dod â nhw ar y ward
 - Pethau ymarferol i feddwl amdanynt
- Gwybodaeth am eich arhosiad yn yr ysbyty
 - Monitro meddygol
 - Amser bwyd
 - Lefelau gweithgaredd
 - Cynllun Gofal
 - Ystafell ymolchi dan oruchwyliaeth
 - Sicrhau ein bod yn eich helpu i wneud cynnydd
 - Rhannu gwybodaeth gyda gofalwyr
 - Pa weithgareddau y gallaf eu gwneud tra ar y ward?
 - Ymwelwyr
 - Beth am fy anghenion crefyddol, ysbrydol a diwylliannol?
 - Cyfieithwyr
- Beth sy'n digwydd ar ôl derbyniad ailfwydo?

Croeso

Mae'r llyfryn croeso hwn yn rhoi gwybodaeth am eich arhosiad ar y ward. Mae llawer o wybodaeth felly gallai fod yn ddefnyddiol darllen ychydig ar y tro.

Mae'n dweud wrthyhych am y ward, y staff a'r hyn a ddisgwylir gennych chi a sut brofiad fydd hi yn yr ysbyty.

Bydd aelod o'r tîm yn mynd drwy'r llyfryn gyda chi pan fyddwch yn cyrraedd gyntaf. Gallant hefyd ateb unrhyw gwestiynau sydd gennych am eich arhosiad.

Beth yw Derbyniad Ailfwydo?

Mae syndrom ailfwydo yn gymhlethdod difrifol a all godi pan fydd rhywun â diffyg maeth difrifol yn dechrau bwyta mwy o fwyd eto.

Mae'r cyflwr yn gysylltiedig ag anghydbwysedd hylif ac electrolyt a newidiadau mewn metaboledd yn y corff. Gall y cyflwr fod yn beryglus iawn. Mae symptomau syndrom ailfwydo yn effeithio ar bron pob system ac organ yn y corff, gan gynnwys y galon, yr arennau, y system endocrin, y system gastroberfeddol, a'r system ysgyfeiniol. Fodd bynnag, gellir ei osgoi pan fydd y broses fwydo yn cael ei rheoli gan glinigwyr arbenigol.

Bydd meddygon a thîm deieteg yr ysbyty yn monitro iechyd claf yn barhaus, yn cywiro anghydbwysedd electrolyt, ac yn ceisio cydbwysu pwysigrwydd bwydo yn erbyn peryglon tan-fwydo neu fwydo'n rhy gyflym.

Mae derbyniad ailfwydo fel arfer yn arhosiad o bythefnos fel claf mewnol ar ward feddygol i gefnogi sefydlogi maethol a meddygol. Mae disgwyl i chi adfer patrymau bwyta rheolaidd, derbyn bwyd a hylifau trwy'r geg.

Am Ward 4

Ward 4 yw'r ward Gastroenteroleg yn Ysbyty Tywysog Phillip. Mae'n cynnig triniaeth i oedolion ac mae'n ward rhyw cymysg. Dyrennir gwely i gleifion naill ai mewn ciwbicl neu ystafell ochr.

Pwy sy'n rhan o'r staff ar Ward 4?

Fe welwch lawer o wisgoedd lliw gwahanol ar Ward 4. Mae gan bob lliw rôl arbennig i'ch helpu i wella. Mae'r holl staff yn gwisgo bathodyn adnabod gyda theitl eu swydd a'u henw.

Meddygon. Mae yna lawer o wahanol fathau o feddygon sy'n gwisgo llawer o wahanol liwiau fel llwyd neu las a fydd yno i'ch helpu i wella.

Mae prif nyrsys y ward yn gwisgo glas tywyll. Mae'r rhain yn nyrsys sy'n gyfrifol am bawb ar y ward.

Nyrsys Clinigol Arbenigol. Nyrsys arbenigol yw'r rhain a fydd yn gofalu amdanoch ac i'ch helpu gyda phethau arbennig sy'n gwneud i chi deimlo'n sâl fel alergedd neu ddiabetes.

Mae nyrsys staff yn gwisgo glas golau. Dyma'r nyrsys sy'n eich helpu i wella o ddydd i ddydd tra ar y ward.

Deietegwyr. Mae deietegwyr yno i ofalu am eich cynllun pryd ar gyfer eich arhosiad. Nid ydynt yn gwisgo gwisg ond byddant yn gwisgo bathodyn adnabod.

Mae gweithwyr cymorth gofal iechyd yn gwisgo gwyrdd tywyll. Mae'r rhain yn helpu'r nyrsys ar y ward i roi'r gofal sydd ei angen arnoch tra byddwch ar ward.

Porthorion – mae porthorion yno i'ch helpu i symud o gwmpas yr ysbyty os oes angen i chi fynd am belydr-x neu i fynd â chi i lawr i theatr os oes angen llawdriniaeth arnoch. Mae porthorion yn gwisgo crysau polo glas.

Fferyllwyr – mae fferyllwyr yno i helpu i roi eich meddyginiaeth at ei gilydd ac i helpu i egluro beth ydynt a sut y byddant yn eich helpu i wella. Mae fferyllwyr yn gwisgo gwisg werdd golau.



(llun llyfrgell)

Paratŷ ar gyfer derbyniad

Beth fydd ei angen arnaf yn ystod fy arhosiad?

Bydd angen eich dillad a'ch pethau ymolchi eich hun, a bydd y ward yn cyflenwi rhai pethau ymolchi brys. Darperir dillad gwely a thyweli a byddant yn cael eu newid yn rheolaidd yn ystod eich arhosiad.

Bydd gennych storfa yn eich ystafell lle gallwch gadw nifer fach o ddillad ac eiddo personol. Os oes gennych bethau gwerthfawr, trafodwch gyda'r staff yr opsiwn gorau ar gyfer eu cadw'n ddiogel. Peidiwch â dod ag unrhyw beth sy'n werthfawr neu y gellir ei dorri neu ei golli.

Dyma rai awgrymiadau o bethau sydd eu hangen arnoch chi o ddydd i ddydd:

- ✓ Dillad nos, sliperi, gŵn tŷ
- ✓ Dillad dydd (sylwch nad oes cyfleusterau golchi dillad - siaradwch â staff os oes gennych ddillad budr)
- ✓ Eitemau ymolchi
- ✓ Unrhyw feddyginiaeth yr ydych yn ei gymryd yn rheolaidd – rhowch y rhain i'r nyrs staff.
- ✓ Ffôn symudol/gliniadur/abled

- ✓ Eitemau i gysuro a thynnu sylw megis llyfrau pos, clustffonau, clustog.
- ✓ Llyfrau, cylchgronau, sbectol ddarllen

Pethau na ellir dod â nhw ar y ward

- ❖ Bwyd a diod nid yw'r staff ward wedi cytuno arnynt
- ❖ Poteli gwydr
- ❖ Alcohol a chyffuriau heb eu rhagnodi neu gyffuriau anghyfreithlon, cyffuriau penfeddwol cyfreithlon a sylweddau gwenwynig. Os deuir o hyd i unrhyw gyffuriau anghyfreithlon, cyffuriau penfeddwol cyfreithlon a sylweddau gwenwynig bydd yr heddlu'n cael eu galw.
- ❖ Anifeiliaid anwes
- ❖ Cyllyll neu arfau o unrhyw fath
- ❖ Deunyddiau cyfryngau sarhaus
- ❖ Sigaréts, matsys, tanwydd, fêp: Mae'r ysbyty yn gweithredu polisi dim ysmegu (sy'n cynnwys fepio). Siaradwch â staff am opsiynau disodli nicotin.

Pethau ymarferol i feddwl amdanyn nhw.....

Mae nifer o bethau ymarferol i'w hystyried cyn ac yn ystod eich arhosiad, er enghraifft:

Cael rhywun i ofalu am anifeiliaid anwes
Sicrhewch fod biliau wedi'u talu
Canslo/aidrefnu apwyntiadau
Cysylltu â chyflogwyr

Gwybodaeth am eich arhosiad yn yr ysbyty

Pan fyddwch yn cyrraedd ward 4 fe'ch croesewir gan aelod o'r tîm nyrsio. Dangosir i chi ble byddwch yn aros, esbonio beth fydd yn digwydd yn ystod eich arhosiad a rhoddir y daflen hon i chi.

Monitro meddygol

Yn ystod eich arhosiad fel claf mewnol byddwch yn cael eich monitro a'ch adolygu gan y tîm amlddisgyblaethol, gan gynnwys staff y ward, deietegydd, a staff o'r Tîm Anhwyldeiraau Bwya.

- Byddwch yn cael eich pwysu ddwywaith yr wythnos, y peth cyntaf yn y bore cyn brecwast ar ôl i chi ddefnyddio'r toiled. Yn ogystal, gall pwysu ddigwydd y tu allan i'r oriau hyn weithiau.
- Staff yn unig fydd yn eich pwysu.
- Pan fyddwch yn cael eich derbyn i'r ysbyty byddwch yn cael archwiliad corfforol sydd fel arfer yn cynnwys profion gwaed, ECG, pwysedd gwaed a churiad y galon. Gellir cymryd gwaed yn ddyddiol a bydd monitro corfforol arall yn amlach.
- Gellir ystyried bod ychwanegion electrolyt, fitaminau a mwynau yn feddygol angenrheidiol.

Amser Bwyd

- Bydd yr holl fwyd a diod yn cael eu darparu gan yr ysbyty. Peidiwch â dod ag unrhyw fwyd personol i'r ward oni bai y cytunir arno gyda'r Deietegydd.
- Byddwch yn cael cynllun pryd meddygol arbenigol gan y deietegydd i atal syndrom ailfwydo. Bydd hyn yn cael ei adolygu gan Ddeietegydd y ward yn ystod eich arhosiad.
- Bydd eich cynllun pryd yn cael ei rannu gyda chi. Efallai y byddwch yn trafod eich hoff/ chas bethau gyda'r Deietegydd, fodd bynnag, unwaith y cytunir ar gynllun pryd, ni fydd modd trafod y prydau ac maent yn debygol o gynnwys 3 phryd y dydd a byrbrydau.

- Bydd copi o'ch cynllun pryd bwyd yn cael ei ddarparu i staff y ward.
- Bydd amserau bwyd yn cael eu cefnogi gan staff gan ein bod yn ymwybodol y gallant fod yn gyfnod trallodus iawn. Bydd angen i'r holl fwyd a diod rydych wedi'u bwyta cael eu dogfennu ar siartiau gan staff goruchwyllo. Ni ddylai siartiau bwyd gael eu cwblhau gennych chi nac ymwelwyr gan mai dogfennaeth ysbyty i'w llenwi gan staff yn unig ydynt.
- Cyfyngir amserau bwyd i 30 munud, ac yna cyfnod gorffwys o 60 munud lle na chaiff egwyl toiled ei annog. Mae'n gyffredin i bobl gael amserau bwyd a'r cyfnod wedyn yn eithaf anodd felly anelwn at ddarparu cefnogaeth gan ein gweithwyr ar ôl prydau bwyd. Byddem yn annog gweithgareddau tynnu sylw megis posau, gemau cardiau a sgwrs gyffredinol yn ystod y cyfnod hwn.
- Bydd y bwyd sydd wedi'i gynnwys yn eich cynllun pryd yn cynyddu'n gynyddrannol (er enghraifft, bob 1-2 ddiwrnod) nes eich bod yn adfer pwysau yn gyson. Ni fydd hyn yn agored i drafodaeth.
- Ni fydd darpariaeth calorïau penodol yn cael ei drafod gyda chi.
- Nid yw gwm cnoi ac yfed diodydd swigod yn cael eu hannog.
- Gellir ystyried tiwb trwyn i'r stumog neu NG hefyd pan na fydd y cymeriant trwy'r geg yn ddigonol neu pan na chaiff ei reoli.

Lefelau gweithgaredd

- Bydd lefelau gweithgaredd yn gyfyngedig er mwyn cefnogi'r nod o sefydlogi meddygol. Bydd disgwyl i chi orffwys ar eich gwely pan nad ydych yn cymryd rhan mewn gweithgareddau hanfodol.
- Gofynnwn i chi beidio â gadael y ward heb gytundeb ymlaen llaw yn eich adolygiad tîm amlddisgyblaethol. Bydd y penderfyniad yn seiliedig ar effaith ffisegol a risg. Os byddwch yn gadael y ward yn ystod cyfnod ailfwydo meddygol, byddai angen i hyn fod mewn cadair olwyn a chael ei oruchwyllo gan staff.

- Mae cleifion yn cael eu goruchwylio wrth ddefnyddio'r toiled a'r gawod a'r ystafell ymolchi oherwydd y risgiau a gyflwynir gan iechyd corfforol gwael ac er mwyn rheoli ymddygiad afiach. Adolygir lefel yr oruchwyliaeth yng nghynllun gofal pob claf.

Cynllun gofal

Byddwn yn gweithio gyda chi i gytuno ar nodau eich arhosiad a sut orau i weithio tuag atynt. Bydd triniaethau hefyd yn cael eu trafod a fydd yn helpu eich adferiad.

Sicrhau ein bod yn eich helpu i wneud cynnydd.

Gwnawn hyn trwy gynnal adolygiadau rheolaidd gyda chi, eich teulu a'r tîm gofal sy'n gweithio gyda chi. Bydd penderfyniadau ynghylch eich gofal yn cael eu hadolygu gan y tîm aml-broffesiynol drwy gydol eich arhosiad a bydd y cynllun yn cael ei addasu ar sail risg a chynnydd parhaus.

Rhannu gwybodaeth gyda gofalwyr

Mae eich teulu a'ch gofalwyr yn chwarae rhan bwysig iawn yn eich adferiad. Gyda'ch caniatâd, byddwn yn gweithio gyda nhw i ddarparu'r wybodaeth a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt i'ch cefnogi. Byddwn yn rhoi'r wybodaeth iddynt am eu rôl ofalu ac yn nodi unrhyw anghenion a allai fod ganddynt. Byddwn yn rhoi gwybod i'ch gofalwyr am wasanaethau lleol, fel y gallant dderbyn eu cefnogaeth a'u cyngor eu hunain.

Efallai bod pethau nad ydych chi eisiau eu rhannu. Dylech drafod y rhain yn gyntaf gyda'ch tîm fel y gallwch ddeall yr effaith y gallai hyn ei chael ar eich perthynas â'ch teulu/gofalwyr. Fel arfer byddem yn argymhell bod eich teulu/gofalwyr yn cael eu cynnwys yn llawn ac yn cael eu hysbysu yn eich gofal.

Pa weithgareddau y gallaf eu gwneud tra ar y ward?

Tra byddwch yn gwella rydym am eich galluogi i gadw hobïau/diddordebau a chadw mewn cysylltiad â ffrindiau a theulu cymaint ag sy'n ymarferol yn yr ysbyty. Rhowch wybod i ni os oes unrhyw beth y gallwn ei wneud i'ch helpu gyda hyn. Efallai y gallai teulu a ffrindiau ddod ag ychydig o bethau o gartref neu efallai yr hoffech chi roi cynnig ar rywbeth newydd. Gallai'r rhain fod yn gelf a chreffft, ffilmiau, ymlacio, a gemau bwrdd.

Ymwelwyr.

Mae croeso i deulu a ffrindiau ymweld. Rhoddir oriau ymweld i chi pan fyddwch yn cael eich derbyn. Ni chaniateir i ymwelwyr fynychu yn ystod amser bwyd. Os hoffai plentyn ymweld, holwch staff y ward yn gyntaf. Cyfrifoldeb yr oedolyn sy'n dod gyda nhw yw'r plant sy'n ymweld a **RHAID** eu goruchwyllo bob amser. Bydd ymwelwyr yn defnyddio'r meysydd parcio ymwelwyr o flaen yr ysbyty.

Cynghorydd Iechyd Meddwl Annibynnol (IMHA)

Mae gan bob claf mewnol yng Nghymru sy'n cael asesiad neu driniaeth ar gyfer anhwylder meddwl hawl i ofyn am gymorth gan IMHA. Gallwch ofyn am hwn drwy imha@advocacywestwales.org.uk, neu ffoniwch (y rhif isod) i siarad ag aelod o staff a all eich cefnogi.

Sir Gaerfyrddin 01267 231122

Ceredigion 01970 229116

Sir Benfro 01437 7629385

Beth am fy anghenion crefyddol, ysbrydol a diwylliannol?

Rydym yn deall y pwysigrwydd y gall ysbrydolrwydd a chrefydd ei chwarae ym mywydau ac adferiad pobl. Mae hwn yn unigol iawn i chi, felly byddwn yn gweithio gyda chi i ddeall hyn. Cynigir caplaniaeth i bobl o bob ffydd a dim ffydd. Mae croeso i chi hefyd ofyn i'ch arweinydd ffydd eich hun i ymweld tra byddwch yma.

Cyfieithwyr

Bydd y bwrdd iechyd yn darparu gwasanaethau dehongli a chyfieithu lle bo angen.

Beth sy'n digwydd ar ôl derbyniad ailfwydo?

Mae nifer o opsiynau posibl yn dilyn derbyniad ailfwydo a bydd hyn yn cael ei drafod fel rhan o adolygiadau rheolaidd y tîm amlddisgyblaethol. Ymhlith yr opsiynau mae:

1. Derbyniad i uned anhwylderau bwyta arbenigol
2. Derbyniad i uned seiciatrig leol
3. Rhyddhau adref gyda chefnogaeth barhaus gan y Gwasanaeth Anhwylderau Bwyta
4. Os byddwch yn parhau'n ansefydlog yn feddygol efallai y bydd angen i chi aros yn hirach ar y ward.

Bydd staff o'r Tîm Anhwylderau Bwyta yn bresennol yn rheolaidd ar y ward i drafod unrhyw gwestiynau sydd gennych.

Gellir cysylltu â'r Tîm Anhwylderau Bwyta ar 01267 229700.

Mae'r ddogfen hon wedi'i hadolygu gyda'r claf a bydd yn dod yn rhan o gofnod iechyd y claf.

Rwyf wedi darllen a deall y wybodaeth uchod ynglŷn â'm derbyniad meddygol ac yn cytuno â'r disgwiliadau uchod.

Claf.....Dyddiad.....Amser.....

Clinigwr.....Dyddiad.....Amser.....

Ysbyty Tywysog Philip, Bryngwyn Mawr, Llanelli, SA14 8QF

Switsfwrdd yr ysbyty: 01554 756567

