Nid yw'r uchod ar gael yn y Gymraeg

Ymgysylltu â'r Gymuned Colli Clyw

Rhian Allen, Continwwm Gofal Cymdeithasol, Mawrth 2024

Mae pobl sy'n fyddar neu'n colli clyw gydag anghenion cyfathrebu unigol a dylech ofyn i rywun pa ffordd sydd orau i gyfathrebu â nhw (RNID)

Cynnwys

Cyflwyniad 2
Cefndir 2
Methodoleg 2
Ymchwil Bwrdd Gwaith 2
Ymgysylltu 2
Canfyddiadau 3
Canfyddiadau allweddol wrth adolygu'r ddogfen: 3
Ymgysylltu 7
Casgliad 10
Argymhellion 10
Cyfeiriadau 11

Cyflwyniad

Yn yr adroddiad hwn cyfeirir at y rheiny sy'n fyddar ac yn drwm eu clyw fel pobl gyda 'nam ar eu clyw'.

Yn dilyn adolygiad yn edrych ar weithgareddau ymgysylltu gyda phobl â dementia a'u gofalwyr di-dâl yng Ngogledd Cymru cafodd grŵp bychan o gymunedau na chlywir ganddynt yn aml eu hadnabod. [1]

Mae'r adroddiad hwn yn canolbwyntio ar un o'r grwpiau a nodwyd, rheiny gydag amhariad synhwyraidd, yn arbennig y rheiny sy'n fyddar neu wedi colli clyw.

Cefndir

Mae pobl gydag amhariad ar y clyw yn fwy tebygol o ddatblygu dementia, ac felly penderfynwyd y byddai'n grŵp o flaenoriaeth i ymgysylltu â nhw.

Er na wyddwn ar hyn o bryd pam fod yna fwy o siawns i ddatblygu dementia, mae yna elfennau sydd yn gysylltiedig ag amhariad ar y clyw a dirywiad mewn gweithrediad gwybyddol. Mae yna ffactorau ataliol y gellir eu gweithredu ac mae'r rhain yn cael eu gweld i fod yn elfennau pwysig sy'n gallu lleihau'r tebygolrwydd o ddirywiad gwybyddol sy'n arwain at ddementia. Er mwyn adnabod y ffordd fwyaf effeithiol o ymgysylltu â'r grŵp cymunedol hwn roedd yn hanfodol i ymgysylltu â nhw fel arbenigwyr i ddeall yr heriau a'r profiadau y maen nhw'n ei wynebu wrth asesu a defnyddio gwasanaethau.

Er mwyn symud y gwaith hwn ymlaen fe ddefnyddiwyd y fethodoleg ganlynol.

Methodoleg

Er mwyn deall yr anghenion a'r gofynion o gefnogi pobl gydag amhariad ar y clyw fe ddefnyddiwyd ymagwedd gyda dulliau cymysg. Roedd hyn yn cynnwys ymchwil bwrdd gwaith yn ogystal ag ymgysylltu â phobl yn byw gydag amhariadau clyw.

Ymchwil Bwrdd Gwaith

Mae'r ymchwil yn cynnwys adnabod deddfwriaeth a gwybodaeth sydd eisoes yn bodoli sy'n berthnasol i ddementia ac amhariad ar y clyw. Roedd yn rhoi cipolwg ar ymchwil, arferion presennol a gofynion deddfwriaethol mewn iechyd a gofal cymdeithasol yn ogystal â gwasanaethau ehangach.

Roedd y dogfennau canlynol wedi cael eu nodi a'u hadolygu:

1. Atal, ymyrraeth a gofal dementia: Adroddiad 2020 o Gomisiwn Lancet
2. Atal, ymyrraeth a gofal dementia: Comisiwn Lancet 2017
3. Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cymru 2014
4. Deddf Cydraddoldeb 2010
5. Safonau Cymru Gyfan ar gyfer Cyfathrebu a Gwybodaeth Hygyrch i Bobl gyda Nam ar y Synhwyrau 2013
6. Remember …. The Deaf Dementia Experience in Scotland …. A Toolkit for All - BDA a'r Life Changes trust (2019)

Ymgysylltu

Roedd yn bwysig i ymgysylltu â phobl oedd yn byw gydag amhariad ar y clyw i ddeall yr heriau a'r hyn sy'n gweithio iddyn nhw. Trwy weithio â'r Ganolfan Sain Golwg Arwyddion (COS) cafodd gwybodaeth ei rannu gyda'r rheiny sy'n ymgysylltu â'r gwasanaeth i gael eu barn. Ychydig iawn o ymateb a gafwyd gyda rhai grwpiau ddim yn cwrdd mor aml ar ôl cyfyngiadau Covid.

Cafodd trefniadau eu gwneud i ymgysylltu â'r Grŵp Pobl Fyddar sy'n cwrdd yn rheolaidd am Fore Coffi yn COS ym Mae Colwyn. Mae gan y grŵp lefelau amrywiol o amhariadau clyw a hefyd wedi croesawu'r rheiny sy'n gallu clywed ac sy'n dysgu Iaith Arwyddion Prydain i allu ymarfer a dod yn hyderus wrth ddefnyddio Iaith Arwyddion Prydain gyda'r gymuned ag amhariad ar eu clyw.

Canfyddiadau

Canfyddiadau allweddol wrth adolygu'r ddogfen:

Atal, ymyrraeth a gofal dementia - Comisiwn Lancet 2017[2]

Atal, ymyrraeth a gofal dementia: Adroddiad 2020 o Gomisiwn Lancet[3]

Mae cysylltiad rhwng y ddau adroddiad uchod, gyda'r adroddiad gwreiddiol yn 2017 a'r adroddiad dilynol yn 2020 gan ddarparu gwybodaeth ychwanegol sy'n berthnasol i ffactorau risg addasadwy o ddementia. Mae adroddiad 2017 yn nodi ystod o ffactorau risg addasadwy y gwnaethon nhw eu hystyried o restr mewn canllawiau NICE ac astudiaethau eraill. Datblygwyd fformiwla i helpu adnabod y ffactorau mynychder a oedd yn cynnwys yr hyn a elwir yn Ffracsiwn Cyfrifadwy o'r Boblogaeth (wedi'i egluro yn yr erthygl). Mae'r rhain i'w gweld yn y tabl isod (t2677 Lancet 2017)

Tabl 1: Ffactorau risg addasadwy posib ar gyfer dementia *(nid yw'r isod ar gael yn y Gymraeg wedi ei godi o erthygl academaidd Saesneg)*

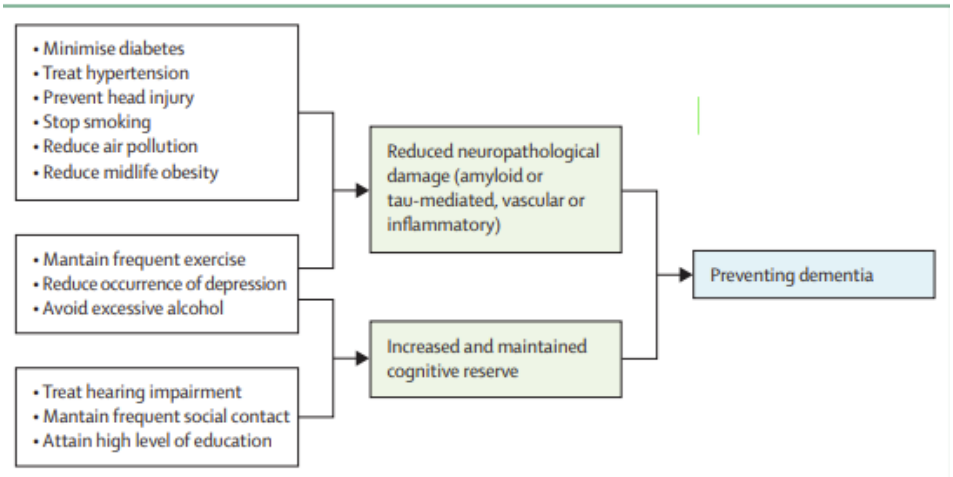
	Relative risk for dementia (95% CI)	Prevalence	Communality	PAF	Weighted PAF*
Early life (age <18 years)					
Less education (none or primary school only)	1·6 (1·26–2·01)	40·0%	64·6%	19·1%	7·5%
Midlife (age 45–65 years)					
Hypertension	1·6 (1·16–2·24)	8·9%	57·3%	5·1%	2·0%
Obesity	1·6 (1·34–1·92)	3·4%	60·4%	2·0%	0·8%
Hearing loss	1·9 (1·38–2·73)	31·7%	46·1%	23·0%	9·1%
Later life (age >65 years)					
Smoking	1·6 (1·15–2·20)	27·4%	51·1%	13·9%	5·5%
Depression	1·9 (1·55–2·33)	13·2%	58·6%	10·1%	4·0%
Physical inactivity	1·4 (1·16–1·67)	17·7%	26·6%	6·5%	2·6%
Social isolation	1·6 (1·32–1·85)	11·0%	45·9%	5·9%	2·3%
Diabetes	1·5 (1·33–1·79)	6·4%	70·3%	3·2%	1·2%

Data are relative risk (95% CI) or %. Total weighted PAF adjusted for communality=35·0%. PAF=population attributable fraction. *Weighted PAF is the relative contribution of each risk factor to the overall PAF when adjusted for communality.

Fel y gwelir mae colli clyw canol oed (45 i 65 oed) yn golygu bod datblygu dementia yn fwy cyffredin. Roedd yr erthygl yn nodi tair astudiaeth a oedd yn ystyried y cyswllt rhwng colli clyw a dementia a oedd y cynnwys dilyniant gyda chyfranogwyr dros 9, 12 ac 17 oed. Roedd pob astudiaeth wedi darganfod 'fod colli clyw ymylol yn ffactor risg sylweddol ar gyfer dementia' (t2678). Ar ben hynny dyma nhw'n nodi fod y rheiny dros 55 oed fel yr oedran cymedrig ieuengaf o golli clyw yn ymddangos i gynyddu'r risg o ddementia (t2679). Er bod hyn yn berthnasol i ganol oed mae'r erthygl yn awgrymu ei fod yn parhau i gynyddu risg o ddementia yn ddiweddarach mewn bywyd.

Mae erthygl 2020, gan adeiladu ar ddarganfyddiadau 2017 yn adnabod camau gweithredu ataliol posib yn berthnasol i ddementia. Ataliad awgrymedig yn berthnasol i golli clyw yn gysylltiedig i ddefnyddio cymhorthion clyw a lleihau colli clyw drwy 'amddiffyn y clustiau rhag dod i gysylltiad â sŵn eithafol' (t414). Mae'r ddelwedd isod i'w gael mewn erthygl sy'n dangos y ffactorau atal posib:

Ffigur 1: Mecanweithiau posib i'r ymennydd ar gyfer gwella neu gynnal mecanwaith gwybyddol wrth gefn a lleihau'r risg o ffactorau risg addasadwy posib o ddatblygu dementia (t416). *(nid yw'r isod ar gael yn y Gymraeg wedi ei godi o erthygl academaidd Saesneg)*



Mae'r adroddiad hefyd yn nodi fod astudiaeth dros 25 mlynedd a oedd yn cynnwys 3777 o bobl 65 oed a hŷn, yn dangos cynnydd mewn achosion o ddementia yn yr unigolion hynny gyda phroblemau clyw yr adroddwyd arnynt eu hunain, ar wahân i'r rheiny'n defnyddio cymhorthion clyw. Mae'r astudiaethau yn awgrymu fod y 'rheiny sy'n datblygu dementia yn llai tebygol o ddefnyddio cymhorthion clyw' (t418).

Mae'r wybodaeth uchod yn darparu crynodeb cyfyngedig o'r ddwy erthygl ond yn cynnwys cipolwg i'r cysylltiad rhwng colli clyw a dementia.

Mae adroddiad 2020 yn dod i'r casgliad fod 'Ymyriadau, gan gynnwys trefniadaeth o'r salwch corfforol cymhleth ac anghenion cymdeithasol, yn cefnogi pobl sydd wedi cael eu heffeithio gan ddementia ac yn gallu cael effaith anferthol wrth ei ystyried yn ei gyfanrwydd'.

Deddf Cydraddoldeb 2010

Mae Deddf Cydraddoldeb 2010 (Deddf 2010) yn nodi grwpiau a ddiogelir mewn cymdeithas sydd wedi cael eu diogelu'n gyfreithiol rhag gwahaniaethu. Mae'n cynnwys pobl sy'n byw gydag anabledd fel amhariadau ar y synhwyrau sy'n effeithio golwg a chlyw. Mae Deddf 2010 yn nodi dyletswyddau cydraddoldeb y Sector Gyhoeddus yn ogystal â sefydliadau gwirfoddol a chymuned sy'n darparu gwybodaeth a chyngor, gofal dydd a'r rheiny sy'n rhedeg cartrefi gofal preswyl a chyfleusterau hamdden. Mae'n nodi 'gwahaniaethu uniongyrchol' sydd wedi cael ei ddisgrifio isod:

'Mae gwahaniaethu uniongyrchol yn digwydd oherwydd anabledd, bod unigolyn yn cael ei drin yn llai ffafriol nac unigolyn sydd heb anabledd' (canllaw Deddf Cydraddoldeb)

Mae felly'n ofynnol ar wasanaethau i beidio ag anfanteisio ar unigolyn oherwydd eu hanabledd.

Mae gan y Ddeddf 2010 hefyd ddyletswydd i wneud addasiadau o dan A20 (3). Y nod yw cymryd camau i osgoi anfantais i berson ag anabledd. Mewn achos lle mae gan unigolyn amhariad ar y clyw byddai hyn yn eu galluogi nhw i gyfathrebu yn y cyfrwng o'u dewis h.y. mewn fformat hygyrch, Iaith Arwyddion Prydain ayb.

Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant Cymru 2014 (Deddf 2014)

Datblygwyd Deddf 2014 gyda lles y rheiny sydd angen gofal a chefnogaeth a'u gofalwyr wrth graidd y cyfan. Mae'r Egwyddorion yn cynnwys **Pobl** wrth wraidd y system newydd trwy roi cyfle iddynt leisio barn ynglŷn â'r gefnogaeth maent yn ei dderbyn. Mae Atal yn Egwyddor arall sy'n cefnogi i atal anghenion rhag cynyddu a chael yr '**help cywir**' ar yr amser cywir.

Mae Deddf 2014 yn glir mai'r Asesiad o unigolyn yw cwrdd â'u hanghenion unigol, sydd yn cynnwys yr hyn sydd yn bwysig iddyn nhw a sut y gallan nhw ddefnyddio eu hadnoddau.

Mae cydweithio yn elfen bwysig arall o Ddeddf 2014 ac sy'n egwyddor graidd o gwrdd ag anghenion unigol. Mae'r Codau sy'n gysylltiedig â Deddf 2014 yn diffinio cydweithio fel a ganlyn:

Mae'n ymagwedd sy'n:

- cydnabod **pobl fel asedau** sydd gyda chyfraniad cadarnhaol i'w wneud i ddylunio a gweithredu'r gwasanaethau y maen nhw'n ei ddefnyddio ac sy'n adeiladau ar alluoedd
- datblygu cydymddibyniaeth a dwyochredd
- buddsoddi mewn rhwydweithiau i rannu gwybodaeth
- **cefnogi a grymuso pobl** i gymryd rhan wrth ddylunio a gweithredu gwasanaethau
- **grymuso pobl i gymryd cyfrifoldeb am, a chyfrannu** tuag at, eu lles eu hunain

- sicrhau fod **ymarferwyr yn gweithio mewn partneriaeth** â phobl i gyflawni canlyniadau lles ar lefel unigol ac ar lefel gwasanaeth
- gwahaniaethau aneglur rhwng darparwyr a phobl sydd angen gofal a chefnogaeth a gofalwyr sydd angen cefnogaeth
- **cynnwys pobl** wrth lunio canlyniadau ar gyfer gwasanaethau
- **hwyluso yn hytrach na darparu** gwasanaethau

Mae'r elfennau uchod o'r ymagwedd i gydweithio yn allweddol er mwyn sicrhau fod gwasanaethau yn cael eu darparu i gwrdd ag anghenion penodol y rheiny sy'n derbyn gofal a chefnogaeth. Gall fod yn elfen allweddol o sicrhau fod y rheiny sy'n byw gydag amhariadau ar eu clyw yn cael eu cynnwys yn llwyr mewn gwasanaethau sy'n eu darparu nhw gyda'r gofal a'r gefnogaeth i gwrdd â'u hanghenion unigol.

Safonau Cymru Gyfan ar gyfer Cyfathrebu a Gwybodaeth Hygyrch i Bobl gyda Nam ar y Synhwyrau[4]

Mae'r Safonau uchod wedi cael eu datblygu gan GIG Cymru yn 2013. Maen nhw'n darparu 'safonau ar gyfer darpariaeth gwasanaeth y dylai pobl gyda nam ar eu synhwyrau ddisgwyl ei gael pan fyddan nhw'n cael mynediad at ofal iechyd'.

Mae'r Safonau yn cynnwys yr angen i asesu sut y mae anghenion pobl gyda gwall ar eu synhwyrau o ran gwybodaeth a chyfathrebu yn cael eu cwrdd. Mae hefyd yn nodi arfer da mewn darparu gwasanaeth ar gyfer gwasanaethau gofal iechyd:

- Gofal sylfaenol
- Gofal eilaidd
- Gofal brys a heb ei drefnu

Mae cyngor yn cynnwys yr angen i sicrhau fod amrywiaeth o ddulliau cyfathrebu yn cael eu defnyddio i sicrhau fod pobl yn gallu cyfathrebu'n effeithiol gyda gwasanaethau am eu gofal a'u triniaeth. Mae hefyd yn cynghori system rybuddio ar gofnodion cleifion trwy adnabod eu dewisiadau cyfathrebu a'u hanghenion. Yr angen i barchu ymreolaeth pob claf yn cael ei weld yn bwysig hefyd fel bod y gofal a ddarperir yn hyrwyddo byw'n annibynnol.

Remember …. The Deaf Dementia Experience in Scotland …. A Toolkit for All - BDA a'r Life Changes trust [5]

Mae'r ddogfen uchod yn becyn gwaith i bobl fyddar sy'n defnyddio laith Arwyddion Prydain ac yn byw gyda dementia, i'w teuluoedd, gofalwyr a staff sy'n eu cefnogi nhw. Mae wedi cael ei ddatblygu gyda grŵp o fudd-ddeiliaid sydd yn cynnwys 9 o bobl fyddar sy'n defnyddio laith Arwyddion Prydain a'u gofalwyr. Mae'r pecyn gwaith yn rhan o waith BDA Yr Alban sydd wedi cael ei gyflawni trwy 'Transforming the Deaf Dementia Experience'.

Cafodd y pecyn gwaith ei ddatblygu yn dilyn adborth gan bobl fyddar sy'n defnyddio laith Arwyddion Prydain a'u teuluoedd. Nodwyd fod gan bobl fyddar gyda dementia:

- Hanes o fynediad gwael at wybodaeth

- Yn profi diffyg mynediad/mynediad cyfyngedig at adnoddau Iaith Arwyddion Prydain ac:
- Yn dod ar draws gwasanaethau sydd ag ychydig iawn o ddealltwriaeth o anghenion ieithyddol a diwylliannol pobl Fyddar.

Yn ogystal â bod yn becyn gwaith i'r rheiny sy'n Fyddar a gyda dementia mae o hefyd ar gyfer staff sy'n gofalu amdanyn nhw. Mae'n adnodd y gall pobl ei ddarllen a chyfeirio ato pan fo angen i ennill gwybodaeth a dealltwriaeth pryd a phan fo angen. Mae'n cael ei lunio mewn Saesneg clir ac Iaith Arwyddion Prydain sy'n golygu bod pawb yn gallu ei ddefnyddio. Yn y ddogfen mae dolenni at glipiau fideo o Iaith Arwyddion Prydain sy'n egluro'r testun ar gyfer pob adran.

Mae hefyd yn cynnwys straeon gan y rheiny gyda dementia a'u gofalwyr, am eu profiadau o'r cyfnod cyn diagnosis i'r diagnosis ei hun ac o fyw yn dda gyda dementia.

Ar y cyfan mae'r ddogfen yn adnodd defnyddiol, yn gadarn o ran strwythur ac yn bwysicach na dim wedi cael ei ddatblygu gyda phobl sydd wedi profi amhariad ar y clyw a dementia. Mae cydweithio ar ddogfen yn golygu ei fod yn cwrdd ag anghenion cyfathrebu eu cymuned gyda'r wybodaeth yn seiliedig ar eu profiadau a'u hanghenion. Mae hefyd yn rhoi cipolwg i'r rheiny sy'n dod i gysylltiad â nhw ar sut y mae dulliau cyfathrebu pwysig yn eu galluogi nhw i gymryd rhan yn eu gofal a'u cefnogaeth.

Ymgysylltu

Clwb Byddar - Bore Coffi

Cafodd cyfarfod â'r Clwb Byddar yn eu Bore Coffi yn swyddfeydd COS ei drefnu gyda Dehonglydd Iaith Arwyddion Prydain ar 20 Chwefror 2024. Mae'r grŵp yn cwrdd bob pythefnos am fore coffi, ac yn ogystal â chyfathrebu maen nhw'n gweithio ar brosiectau a gyda gwesteion yn ymweld â'r grŵp.

Roedd wyth o aelodau'r grŵp yn bresennol yn y bore coffi, rhai yn fyddar, ac eraill yn drwm eu clyw neu'n gallu clywed. Roedd y grŵp yn cymryd rhan weithgar yn y sgwrs a thrafodwyd y prif feysydd canlynol:

Cartrefi gofal -

Yn berthnasol i stori am fenyw fyddar 93 oed a oedd yn byw mewn cartref gofal i bobl gyda dementia, ac fe eglurodd aelod o'r grŵp ei bod hi'n teimlo'n ynysig. Roedd y fenyw yn treulio amser yn yr ystafell ddydd gyda phreswylwyr eraill 'oedd yn gallu clywed' o'i chwmpas ond nid oedd neb yn gallu cyfathrebu â hi. Er bod pobl o'i chwmpas yn siarad ni allai glywed ac felly'n methu ymuno mewn unrhyw sgwrs. Roedd hynny'n golygu ei bod yn teimlo'n unig ac yn ynysig gan nad oedd yn gallu cymryd rhan mewn sgyrsiau gyda phreswylwyr eraill neu aelodau staff mewn ffordd ystyriol. Ni allai neb ddefnyddio Iaith Arwyddion Prydain (BSL) ac felly roedd cyfathrebu ar y cyfan yn gyfyngedig iawn. Yr unig gyfathrebu a gafodd oedd gyda'r fenyw a rannodd y stori a ymwelodd â hi yn y cartref gofal.

Roedd aelod arall o'r grŵp wedi bod mewn sgwrs dementia yn y gorffennol ac yn deall anawsterau'r cyflwr. Yn benodol fod pobl gyda dementia yn holi am eu rhiant/brawd/chwaer sydd bellach ddim yn fyw; os oes gan rywun amhariad ar y clyw mae methu â chyfathrebu yn gallu gwaethygu'r gofid y mae person yn ei deimlo wrth ymgysylltu â staff er mwyn gallu gofyn cwestiynau a chael eu sicrhau yn yr un ffordd ag y gellir ei wneud â pherson sy'n gallu clywed. Gall arwain at ymddygiad sy'n dod yn fwy heriol gan arwain at deimlo'n rhwystredig iawn.

Roedd y grŵp yn cydnabod y broblem gydag ymwybyddiaeth byddardod a'r angen i hyfforddi staff i'w gwneud nhw'n ymwybodol o anghenion pobl gydag amhariad ar y clyw; gan gynnwys y dulliau gwahanol o gyfathrebu a sut y gallan nhw ymgysylltu â phreswylwyr mewn ffordd ystyriol.

Mae aelodau o'r grŵp wedi adnabod gwahanol adnoddau y gellir eu defnyddio i gyfathrebu gyda phreswylwyr yn cynnwys llyfrau gweledol gyda lluniau a chael o leiaf un aelod o staff i allu cyfathrebu trwy Iaith Arwyddion Prydain.

Gwasanaeth Iechyd

Mae rhai aelodau o'r grŵp wedi cael problemau gydag apwyntiadau ysbyty o ran cyfathrebu. Er mwyn iddyn nhw gymryd rhan yn llawn yn eu hymgynghoriad mae'n rhaid cael dehonglydd, ac mewn rhai achosion nid oedd y gwasanaeth wedi cael ei archebu ar eu cyfer.

Problemau eraill a godwyd oedd methu â chyfathrebu'n uniongyrchol gyda'r proffesiwn meddygol chwaith un ai yn yr ysbyty neu gyda Meddyg Teulu. Y brif broblem oedd gorfod dibynnu ar aelod o'r teulu/gofalwr i gyfathrebu ar eu rhan. Mae cael trydydd parti mewn apwyntiad yn gallu golygu bod yr unigolyn gyda nam ar eu clyw yn dal yn ôl ar wybodaeth nad ydyn nhw eisiau i'r person arall ei glywed. Mae'r achos o gyfrinachedd claf yn cael ei gyfaddawdu.

Mae newidiadau diweddar mewn cael gafael ar wasanaethau Meddyg Teulu gydag ymgynghoriadau dros y ffôn hefyd wedi bod yn anodd i rai. Trwy ddioddef o nam ar eu clyw mae'n amhosib clywed ar y ffôn, ac oherwydd hynny mae'r Meddyg Teulu yn gofyn i gael siarad gyda pherson sy'n gallu clywed, ac mae hynny unwaith eto yn gallu cael effaith ar allu'r person gyda nam ar eu clyw i ddarparu manylion llawn ar gyfer ymgynghoriad.

Cyfathrebu gyda'r gwasanaethau cefnogi

Yn gyffredinol mae'r drafodaeth gyda'r grŵp wedi nodi fod yna ddiffyg dealltwriaeth o'u hanghenion wrth gyfathrebu gyda nhw fel aelodau o'r gymuned nam ar y clyw. Mae'n bwysig i'r rheiny sy'n byw gyda nam ar y clyw i gael eu trin yn gyfartal a bod dealltwriaeth o'u hanghenion er mwyn iddyn nhw allu ymgysylltu'n llawn â'r gwasanaethau.

Trafodwyd yr elfennau canlynol, sy'n bwysig i'r grŵp:

- Dealltwriaeth well o sut i gyfathrebu'n effeithiol gyda'r gymuned nam ar eu clyw.
- Pwysigrwydd i'r person gyda nam ar y clyw i gael digon o amser i gyfathrebu.

- Hyfforddiant ar gyfer yr holl wasanaethau gan gynnwys yr Heddlu a'r Gwasanaethau Tân ac Ambiwlans (yn ogystal â'r gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol uchod) Cafodd staff awdurdod lleol sy'n delio â'r cyhoedd ei grybwyll hefyd h.y. derbynfeydd
- Ystod o offer ac adnoddau cyfathrebu i staff allu cyfathrebu'n effeithiol gyda'r rheiny sydd â nam ar eu clyw.
- Sicrhau bod gohebiaeth ysgrifenedig ddim yn gymhleth neu'n ddogfennau hir a gyda gormod o eiriau ynddynt. Maen nhw angen gwybodaeth mewn testun byr a hawdd i'w ddarllen i'w galluogi nhw i ddarllen a deall y wybodaeth. Mae Iaith Arwyddion Prydain yn iaith ynddi ei hun ac yn wahanol i'r iaith arferol a ddefnyddir bob dydd gan y rheiny sydd heb nam ar eu clyw. O ganlyniad mae'n rhaid i'r gair ysgrifenedig fod yn llai cymhleth i adlewyrchu Iaith Arwyddion Prydain eu hunain.

Roedd gan y grŵp ystod o syniadau i gefnogi'r elfennau hyn yn cynnwys adnoddau yr oedden nhw'n ymwybodol ohonynt yn barod, cynnig cefnogaeth i weithio gyda gwasanaethau i godi ymwybyddiaeth a hyfforddiant.

Remember …. The Deaf Dementia Experience in Scotland …. A Toolkit for All - BDA a'r Life Changes trust

Rhannwyd copi o'r ddogfen uchod gyda'r grŵp ynghyd ag eglurhad ar lafar o gynnwys y ddogfen a sut y cafodd ei datblygu. Hysbyswyd y grŵp fod y ddogfen wedi cael ei chyfieithu i Iaith Arwyddion Prydain a bod dolenni wedi'u cynnwys ym mhob adran i glicio arnynt i gael gweld fideo. Tawelwyd meddyliau aelodau'r grŵp ynglŷn â'u pryderon cychwynnol fod y ddogfen yn rhy hir a gyda gormod o eiriau ynddi drwy egluro'r dolenni Iaith Arwyddion Prydain yn y ddogfen.

Yn gyffredinol fe gafodd y ddogfen ymateb cadarnhaol gan y grŵp ac wedi cael ei datblygu'n dda gydag ystyriaeth i'w cymuned.

Canlyniadau o drafodaeth

Er mai grŵp bychan yw hwn o bobl sy'n byw gyda lefelau amrywiol o amhariad ar eu clyw, darparwyd lefel o fanylder oedd yn onest ac yn frwdfrydig yn seiliedig ar brofiadau eu hunain a phrofiadau eraill. Maen nhw'n arbenigwyr yn rhinwedd eu hunain gan fod y rheiny sydd un ai ag amhariad ar eu clyw neu'n fyddar gyda galluoedd cyfathrebu gwahanol. Roedden nhw i gyd yn defnyddio Iaith Arwyddion Prydain. Roedd y grŵp yn awyddus i gefnogi'r gymuned ehangach i'w galluogi nhw i ddeall eu hanghenion ac i'w helpu nhw i allu cyfathrebu'n effeithiol gyda nhw. O ganlyniad i'r drafodaeth fe nododd y grŵp y **tair blaenoriaeth isod**:

1. **Ymwybyddiaeth byddardod** – Mwy o ymwybyddiaeth o'r dulliau cyfathrebu ac ymgysylltu â phobl sy'n byw gydag amhariad ar y clyw. Y pwysigrwydd o arwyddo a gallu ymgysylltu'n effeithiol yn flaenoriaeth.
2. **Hyfforddiant i staff** – Staff Iechyd a Gofal Cymdeithasol i dderbyn hyfforddiant mewn sut i gyfathrebu ac ymgysylltu â phobl sy'n byw gydag amhariad ar y clyw. Staff yn dysgu Iaith Arwyddion Prydain, adeiladu hyder staff wrth gyfathrebu. Er mwyn cefnogi hyn roedd y grŵp yn awyddus i

wahodd staff i'w boreau coffi ac i ymgysylltu gyda nhw ac i adeiladu hyder yn arbennig pan yr oedd staff yn dysgu Iaith Arwyddion Prydain.

3. **Datblygu pecyn gwaith yn debyg i ddogfen BDA Yr Alban** - Cydweithio ar ddogfen debyg gyda'r grŵp i sicrhau ei fod yn cymryd i ystyriaeth eu hanghenion a'r rheiny sy'n gweithio gyda nhw.

Teimlai'r grŵp ei fod yn bwysig symud ymlaen gyda'r ddwy flaenoriaeth gyntaf heb unrhyw oedi. Mae ganddynt lawer o adnoddau yn y COS yn ogystal â phrofiadau eu hunain, ac roedden nhw'n teimlo y byddai'n gam pwysig iawn mewn sicrhau eu bod nhw'n cael eu trin yn gyfartal ac yn annibynnol.

Casgliad

Cydraddoldeb mynediad i wasanaethau trwy gyfathrebu effeithiol yn hanfodol i bobl gyda nam ar y synhwyrau. Fel y trafodwyd uchod o'r adroddiadau ymchwil (Lancet 2017 a 2020) mae amhariad ar y clyw yn ffactor mewn dirywiad gwybyddol ac o bosib yn arwain at ddatblygu dementia. Mae felly yn bwysig i'r rheiny gydag amhariadau ar eu clyw i allu cyfathrebu'n effeithiol gyda gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Bydd yn sicrhau eu bod nhw'n derbyn y gefnogaeth orau sydd ar gael i atal ac/neu reoli'r posibilrwydd o ddatblygu dementia yn y dyfodol.

Roedd teimlo'n ynysig yn ffactor posib mewn datblygu dementia. Methu â chyfathrebu'n effeithiol gyda phobl a gwasanaethau yn fwy o broblem pan na fydd y person yn gallu clywed. Fel y nodwyd gan aelod o'r Grŵp Byddar, roedd menyw gyda dementia mewn cartref gofal yn teimlo'n ynysig ac yn anhapus, er ei bod mewn cwmni, am na allai gymryd rhan mewn unrhyw sgyrsiau yr oedd y preswylwyr eraill yn ei gael.

Cyn cyfyngiadau Covid roedd mwy o grwpiau byddar yn cwrdd ledled Gogledd Cymru. Fodd bynnag, mae'n cymryd amser iddyn nhw ailsefydlu eu hunain. Byddai'n ddefnyddiol iawn i ymgysylltu â mwy o bobl o'r gymuned fyddar/trwm eu clyw a'u gofalwyr a dyma rywbeth y gellir edrych arno ymhellach fel rhan o'r camau nesaf ar gyfer y gwaith hwn.

Argymhellion

Argymhelliad 1: Cytuno i symud y blaenoriaethau uchod ymlaen sydd wedi cael eu nodi gan y Grŵp Byddar. Mae gwaith yn dechrau ar Flaenoriaethau 1 a 2 cyn gynted â phosib gan ei fod yn neges allweddol gan y grŵp. Camau gweithredu a gafodd eu hawgrymu oedd defnyddio'r adnoddau ac arbenigedd COS oedd yn cynnwys y Grŵp Byddar a oedd yn awyddus i gynorthwyo a gweithio gyda staff mewn codi eu hyder wrth weithio gyda chymunedau gyda nam ar eu clyw.

Argymhelliad 2: Datblygu 'Pecyn Gwaith i Bawb' yn seiliedig ar becyn gwaith BDA Yr Alban. Gweithio gyda gwasanaethau dementia a'r gymuned nam ar y clyw i ddatblygu pecyn gwaith y gall pawb ei ddefnyddio sy'n cynnwys y rheiny sy'n gweithio yn y sector a phobl yn byw gyda nam ar eu clyw a'u gofalwyr. Awgrymwyd fod y gwasanaethau Llwybr Dementia yn allweddol i'r elfen hon o'r cyfnod cyn diagnosis i ddiagnosis o ddementia.

Argymhelliad 3: Ymgymryd â gweithgareddau i ddatblygu ymwybyddiaeth a hyfforddiant mewn ffordd cyd-gynhyrchiol: Y bobl sy'n byw gydag amhariadau ar eu clyw a'u gofalwyr yw'r arbenigwyr yn ôl profiad. Yn ogystal mae'r rheiny sy'n gweithio mewn gwasanaethau gwahanol yn arbenigwyr yn eu maes. Dod â'r ddau ynghyd i gyd-gynhyrchu'r blaenoriaethau a nodwyd yn sicrhau gwasanaethau effeithiol i'r rheiny sy'n darparu ac yn derbyn cefnogaeth a gofal.

Cyfeiriadau

[1] R Allen - Dementia – Adolygiad o Weithgareddau Ymgysylltu yng Ngogledd Cymru – Mehefin 2022

[2] Livingston G, Sommerlad A, Orgeta V, et al. Atal, ymyrraeth a gofal dementia. Lancet 2017; 390: 2673-734 Atal, ymyrraeth a gofal dementia: Adroddiad 2020 o Gomisiwn Lancet

[3] Livingston G, Huntley J, Sommerlad A, et al. Atal, ymyrraeth a gofal dementia: Adroddiad 2020 o Gomisiwn Lancet Lancet 2020; 396 413-46 Atal, ymyrraeth a gofal dementia: Adroddiad 2020 o Gomisiwn Lancet

[4] GIG Cymru, Safonau Cymru Gyfan ar gyfer Cyfathrebu a Gwybodaeth hygyrch i Bobl gyda Nam ar eu Synhwyrau, Gorffennaf 2013 all-wales-standards-for-accessible-communication-and-information-for-people-with-sensory-loss-large-print_0.pdf (gov.wales)

[5] BDA Yr Alban, Life Changes Trust, Remember …. The Deaf Dementia Experience in Scotland …. A Toolkit for All, 2019