

Iechyd Cyhoeddus Cymru

Ein gwaith yn y flwyddyn Ebrill 2017 i Mawrth 2018



Dyma fersiwn Hawdd ei Ddeall o '**Datganiad Ansawdd Blynyddol 2017-2018**' Iechyd Cyhoeddus Cymru

Mehefin 2018



Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma

Dyma fersiwn hawdd ei ddeall. Mae'r geiriau a beth maen nhw'n feddwl yn hawdd i'w darllen a'u deall.



Efallai y byddwch angen help a chefnogaeth i ddarllen a deall y ddogfen yma. Gofynnwch i rhywun rydych yn ei adnabod i'ch helpu chi.

Efallai bod rhai geiriau yn anodd i'w deall. Mae'r rhain mewn **ysgrifen glas trwm**. Mae beth maen nhw'n feddwl yn cael ei esbonio yn y blwch o dan y gair.

Os ydy'r gair anodd yn cael ei ddefnyddio eto maen nhw'n cael eu dangos mewn **ysgrifen glas normal**. Gallwch weld beth maen nhw'n feddwl yn y **Geiriau anodd** ar dudalen 3.



Lle mae'r ddogfen yn dweud 'ni', mae hyn yn meddwl **Iechyd Cyhoeddus Cymru**. Am ragor o wybodaeth cysylltwch gyda:



Cyfeiriad: Iechyd Cyhoeddus Cymru
2 Capital Quarter
Stryd Tyndall
Caerdydd CF10 4BZ



Gwefan: www.publichealthwales.wales.nhs.uk



E-bost: generalenquiries@wales.nhs.uk



Ffôn: 029 2022 7744



Mae'r ddogfen yma wedi cael ei gwneud yn un hawdd ei deall gan **Hawdd ei Ddeall Cymru** gan ddefnyddio **Photosymbols**.

Sut i ddefnyddio'r ddogfen yma.....	2
Cyflwyniad.....	4
Beth rydyn ni wedi ei wneud.....	5
Cymru Iach.....	9
Cadw'n ddiogel.....	13
Effaith ein gwaith.....	16
Cydraddoldeb.....	18
Cael cefnogaeth ar yr amser iawn.....	20
Ein staff.....	24
Iechyd y byd.....	26
Dysgu oddi wrth beth rydych chi'n ei ddweud.....	28
Beth nesaf.....	30
Beth rydych chi'n feddwl.....	32
Geiriau anodd.....	33

Cyflwyniad

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn rhan o'r GIG
Rydyn ni'n gweithio i:



- cael Cymru sydd yn fwy iach, yn fwy hapus ac yn fwy teg



- gwella iechyd a **llesiant** pobl yng Nghymru.

Mae **llesiant** yn meddwl bod person yn hapus, yn iach ac yn gyfforddus gyda'u bywyd a beth maen nhw'n wneud.



Mae'r ddogfen yma yn dweud beth rydyn ni wedi ei wneud yn y flwyddyn Ebrill 2017 i Mawrth 2018. Rydyn ni wedi rhannu ein gwaith yn 8 maes:

- Beth rydyn ni wedi ei wneud
- Cymru Iach
- Cadw'n ddiogel
- Effaith ein gwaith
- Cydraddoldeb
- Cael cefnogaeth ar yr amser iawn
- Ein staff
- Iechyd y Byd



Rydyn ni wedi gwneud llawer mwy na beth rydyn ni'n gallu ei ysgrifennu yma. Felly, rydyn ni wedi ysgrifennu am rai o'r pethau rydyn ni wedi eu gwneud.

Beth rydyn ni wedi ei wneud

Dyma rai enghreifftiau o beth rydyn ni wedi ei wneud yn y flwyddyn.

Screening

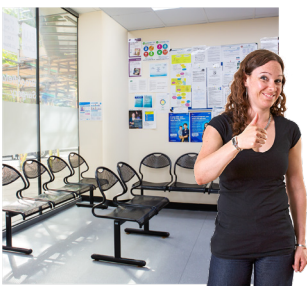


Mae **sgrinio** yn meddwl edrych i weld os oes gan bobl salwch. Pan mae salwch yn cael ei ddarganfod yn gynnar maen nhw'n haws i'w trin.

Hyrwyddwyr Sgrinio



Hyrwyddwyr sgrinio ydy'r bobl sydd yn gweithio yn y gymuned i ddweud wrth bobl pam bod **sgrinio** mor bwysig.



Rydyn ni wedi hyfforddi 47 o hyrwyddwyr **sgrinio** o feddygfeydd. Maen nhw mewn lleoedd lle nad oes llawer o bobl yn cael eu **sgrinio**.



Rydyn ni wedi edrych ar pa mor dda mae cael hyrwyddwyr **sgrinio** yn gweithio.



Rydyn ni eisiau mwy o hyrwyddwyr **sgrinio** o grwpiau **lleiafrif ethnig**, grwpiau sipsi a theithwyr a phobl gyda phroblemau golwg neu glyw.



Efallai bod pobl o grwpiau **lleiafrif ethnig** yn dod o wahanol wledydd. Mae eu credoau, gwerthoedd a thraddodiadau yn wahanol i'r rhan fwyaf o'r bobl eraill yn eu cymuned.

Pobl gydag anabledd dysgu



Rydyn ni wedi gweithio gyda phobl ag anabledd dysgu, gofalwyr a gweithwyr iechyd i ddarganfod beth sydd yn eu stopio nhw rhag cael eu **sgrinio**.



Rydyn ni wedi dechrau edrych ar y gwasanaethau rydyn ni'n eu rhoi i bobl gydag anabledd dysgu.

Gwybodaeth i bobl LGBT

Mae **LGBT** yn meddwl **lesbiad**, **hoyw**, **deurywiol** a **thrawsryweddol**.

Lesbiad ydy menyw sydd yn cael ei denu at fenywod eraill.

Mae dyn **hoyw** yn cael ei ddenu at ddynion eraill.

Mae pobl **deurywiol** yn cael eu denu at fenywod a dynion.

Mae **trawsryweddol** yn meddwl pobl sydd wedi cael eu geni fel un rhyw ac eisiau byw fel y rhyw arall. Er enghraifft efallai bod person sydd yn edrych fel dyn yn teimlo fel menyw.

Rydyn ni wedi ysgrifennu tudalennau ar gyfer Gwefan Galw Iechyd Cymru ar gyfer pobl **LGBT**.

Rydyn ni wedi rhoi arian ar gyfer hyfforddiant ar y problemau mae pobl **trawsryweddol** yn eu wynebu.



Brechlyn fflw i staff



Fe wnaethon ni ofyn i'n staff sut mae modd inni ei gwneud yn haws iddyn nhw gael y **brechlyn** fflw.



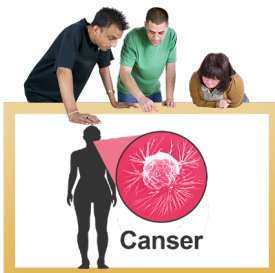
Brechlyn ydy meddyginiaeth sydd yn helpu pobl i ymladd heintiadau i'w stopio rhag mynd yn sâl.



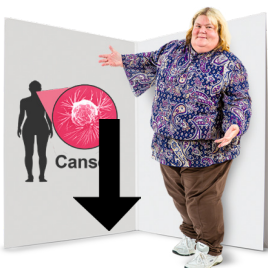
Rydyn ni wedi hyfforddi 8 o nyrsus i roi **brechlyn** i'r bobl maen nhw'n gweithio gyda nhw. Mae hyn yn ei gwneud yn haws i'n staff gael eu **brechlyn**.

Rydyn ni hefyd wedi dechrau rhoi talebau i staff iddyn nhw gael y **brechlyn** yn eu harchfarchnad neu fferyllfa lleol.

Canser y geg



Rydyn ni wedi edrych ar faint o bobl sydd wedi cael cancer y geg. A faint o bobl sydd wedi goroesi.



Fe wnaethon ni roi cyngor i helpu i leihau'r nifer o bobl gyda chanser y geg. A helpu i'w ddarganfod yn fwy cynnar a'i drin yn fwy cyflym.

Cymru Iach



Rydyn ni eisiau helpu pobl yng Nghymru i gael iechyd da a **llesiant** nawr ac yn y dyfodol. Dyma rai enghreifftiau o'n gwaith ar hyn.

Pob Plentyn Cymru

**POB PLENTYN
EVERY CHILD**

Prosiect ydy **Pob Plentyn Cymru** i wella iechyd a **llesiant** plant 5 oed ac iau.



Fe wnaeth **Pob Plentyn Cymru** ddarganfod nad ydy 1 o bob 3 plentyn yn chwarae digon y tu allan.



I helpu rhieni, mae **Pob Plentyn Cymru** wedi ysgrifennu llawer o syniadau ar sut i gael plant i chwarae y tu allan.



Mae rhagor o wybodaeth am **Pob Plentyn Cymru** ar eu gwefan: everychildwales.co.uk/?lang=cy. _

Helpu mwy o blant i gerdded neu i seiclo i'r ysgol



Mae llai na hanner plant ysgolion cynradd Cymru yn cerdded neu yn seiclo i'r ysgol.



Rydyn ni wedi ysgrifennu canllaw i helpu cyrff i gael mwy o blant i gerdded neu seiclo i'r ysgol.

Arolwg Cadw'n Iach yng Nghymru



Roedd yr arolwg yma yn ein helpu i weld beth oedd pobl Cymru yn meddwl oedd y peth mwyaf oedd yn achosi iechyd gwael.



Ni ydy'r 1 o'r cenhedloedd cyntaf erioed i ofyn i'r bobl beth maen nhw eisiau inni ei wneud am hyn.

Roedd pobl yn dweud mai'r 5 rheswm mwyaf dros iechyd gwael ydy:



- ysmegu



- cyffuriau



- alcohol



- dim yn heini.



- dim yn bwyta bwyd iach..



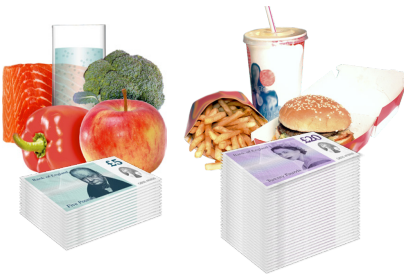
Roedd dros hanner y bobl yng Nghymru yn meddwl bod angen gwario mwy o arian ar geisio stopio salwch yn lle dim ond trin salwch.



Roedd bron i 1 o bob 3 o bobl yng Nghymru yn meddwl y dylen ni stopio hysbysebion am fwydydd afiach sydd wedi cael eu targedu at blant.

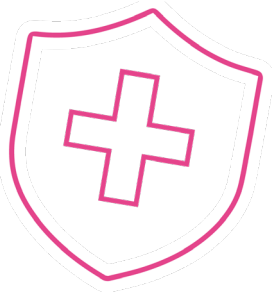


Roedd bron i hanner y bobl yng Nghymru yn meddwl y dylen ni stopio hysbysebion am alcohol.



Roedd y rhan fwyaf o bobl yn cytuno y dylai bwyd iach gostio llai. Ac y dylai bwyd afiach gostio mwy.

Cadw'n ddiogel

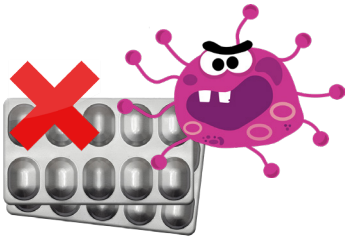


Rydyn ni eisiau i bobl fod yn ddiogel ac yn iach. Rydyn ni eisiau lleihau'r siawns o bobl yn cael heintiadau. Dyma rai enghreifftiau o'n gwaith ar hyn.

Defnyddio gwrthfiotegau



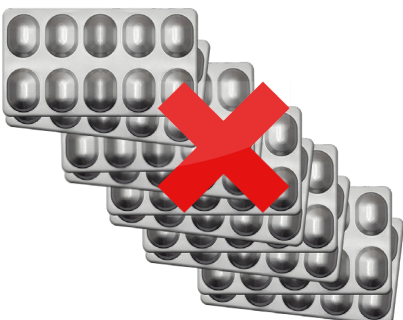
Gwrthfiotegau ydy meddyginiaeth sydd yn ymladd neu yn lladd bygiau sydd yn achosi salwch.



Mae rhai bygiau wedi newid fel nad ydy **gwrthfiotegau** yn gweithio arnyn nhw. Maen nhw weithiau yn cael eu galw yn **fygiau arbennig**.



Pan mae hyn yn digwydd dydy meddyginiaeth ddim yn gallu helpu pobl i wella. Ac efallai y bydd y bygiau yn lledaenu i bobl eraill.



I stopio hyn rhag digwydd rhaid inni wneud yn siwr nad ydyn ni'n rhannu gormod o **wrthfiotegau**.



Mae angen inni gael gwybod pan mae **gwrthfotegau** yn cael eu rhoi allan ac os ydyn nhw'n gweithio. Mae'n anodd cael yr wybodaeth yma.



Rydyn ni'n gweithio ar offeryn i'w gwneud hi'n haws cael yr wybodaeth yma. Fe fydd hyn yn helpu fferyllwyr a meddygon i ddefnyddio **gwrthfotegau** yn y ffyrdd gorau.



Rydyn ni hefyd wedi creu grŵp arbennig i edrych ar gyngor ac offer i wella sut rydyn ni'n defnyddio **gwrthfotegau**.

Diweithdra torfol ac iechyd



Diweithdra torfol ydy pan mae llawer o bobl yn colli eu swyddi ar unwaith, fel arfer oherwydd bod cwmni mawr wedi cau neu wedi mynd yn llawer llai.



Mae hyn yn cael effaith ddrwg ar iechyd gweithwyr a'u teuluoedd.



Yn y flwyddyn ar ôl colli eu swyddi mae gweithwyr mewn mwy o berygl o gael salwch difrifol. Mae hyn yn cynnwys:

- **trawiad ar y galon** – mae hyn yn digwydd pan mae gwaed yn methu cyrraedd y galon. Mae hyn yn gwneud niwed i'r galon ac yn gallu arwain at farwolaeth.
- **strôc** – salwch difrifol sydd yn stopio'r ymennydd rhag gweithio'n iawn.
- afiechydon sy'n digwydd drwy yfed gormod o alcohol.



Mae'r gweithwyr hefyd 3 gwaith mor debygol o geisio lladd eu hunain.



Mae'r effeithiau yn gallu para'n hir iawn ac yn cael ei basio ymlaen am nifer o flynyddoedd.



Rydyn ni wedi bod yn gweithio ar ffyrdd o stopio hyn rhag digwydd. A chreu cynlluniau ar gyfer cefnogaeth rhag ofn iddo ddigwydd.



Effaith ein gwaith

Ymweliadau i ysgolion



Mae staff sydd yn gweithio yn ein **labordai** wedi bod mewn ysgolion i ddweud wrth y plant am ein gwaith.



Labordy ydy lle mae gwyddonwyr yn gweithio. Maen nhw'n gwneud profion ar bethau fel gwaed i ddysgu am afiechydon.



Roedd y plant yn dysgu am pa mor bwysig ydy gwyddoniaeth. Ac am ddatrys problemau a gwaith tîm.

Llai o bobl yn mynd yn ddall oherwydd diabetes



Mae **diabetes** yn afiechyd sydd yn creu problem gyda lefel y siwgr yn eich gwaed. Mae'n gallu creu llawer o broblemau iechyd fel mynd yn ddall.



Ers 2003 rydyn ni wedi bod yn **sgrinio** pobl gyda **diabetes** i weld os ydyn nhw mewn perygl o fynd yn ddall.



Oherwydd hyn, mae nifer y bobl sydd yn mynd yn ddall oherwydd **diabetes** wedi hanneru. Er bod yna bron i ddwywaith cymaint o bobl gyda **diabetes** nawr.



Y rheswm am hyn ydy ein bod yn gallu darganfod problemau yn fwy cynnar a rhoi triniaeth i bobl cyn i'r broblem fynd yn waeth.

Gwell iechyd meddwl i fenywod pan maen nhw'n cael babi



Rydyn ni wedi bod yn gweithio gyda phartneriaid i wneud cefnogaeth iechyd meddwl yn well i fenywod pan maen nhw'n cael babi.



Mae hyn yn bwysig i iechyd a **llesiant** plant a theuluoedd.



Cydraddoldeb

Mae **cydraddoldeb** yn meddwl bod gan bobl yr un hawliau a chyfleoedd.

Cydraddoldeb



Rydyn ni eisiau meddwl am anghenion gwahanol bobl. A defnyddio beth maen nhw'n ddweud wrthyn ni i wneud yn siwr bod pawb yn cael y gefnogaeth maen nhw ei angen gennym ni. Dyma rai enghreifftiau o'n gwaith ar hyn.



Hyfforddiant cydraddoldeb

Rhaid i staff GIG wneud hyfforddiant **cydraddoldeb**. Yn 2016 fe wnaeth rhywun edrych ar pa mor dda ydy'r hyfforddiant yma.

Fe wnaethon nhw ddweud y dylen ni ychwanegu hyfforddiant i helpu staff i weithio gyda:

- pobl **trawsryweddol**
- pobl sipsi a theithwyr
- pobl gyda phroblemau golwg neu glyw.



Fe wnaethon ni weithio gyda chyrff arbennig a phobl o'r grwpiau yma i ysgrifennu'r hyfforddiant newydd.



Maen nhw nawr wedi cael eu hychwanegu at ein hyfforddiant [cydraddoldeb](#) i staff.

Cael plant a phobl ifanc i gymryd rhan yn ein gwaith



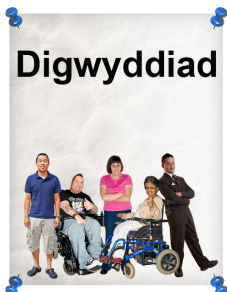
Rydyn ni'n gweithio gyda phlant a phobl ifanc i gael eu barn ar beth ddylen ni ei wneud.



Rydyn ni wedi gweithio gyda **Plant yng Nghymru** i ofyn i bobl ifanc ysgrifennu adroddiad ar ein gwaith.



Roedd y bobl ifanc yn hoffi cymryd rhan ac roedden nhw'n dweud eu bod eisiau parhau i gefnogi ein gwaith.

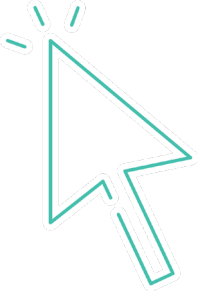


Fe wnaethon nhw gynnal digwyddiad mawr i bobl ifanc am iechyd a'n gwaith ni.



Fe wnaeth pob un o'r bobl ifanc yma ddweud eu bod yn hapus i gefnogi ein gwaith eto.

Cael y gefnogaeth ar yr amser iawn



Rydyn ni eisiau i bobl gael gwybodaeth a chefnogaeth gan ein gwasanaethau i stopio iddyn nhw gael problemau iechyd. Rydyn ni eisiau gwneud yn siwr eu bod yn cael gwybodaeth a chefnogaeth yn gynnar. Dyma rai enghreifftiau o'n gwaith ar hyn.

Cynllun Gwên

Prosiect ydy **Cynllun Gwên** i wneud dannedd plant yn fwy iach.



Mae dros 1 o bob 4 plentyn 5 oed yn cael problemau gyda **pydredd dannedd**.



Pydredd dannedd ydy pan mae eich dant yn mynd yn ddrwg, fel arfer oherwydd siwgr ac asid mewn bwyd a diod.



Mae **Cynllun Gwên** yn helpu gweithwyr iechyd i weithio gyda'i gilydd i wneud dannedd plant yn fwy iach.



Rydyn ni wedi ysgrifennu hyfforddiant i ddeintyddion a gweithwyr iechyd dannedd eraill. Fe fydd yn eu helpu i weithio gyda phlant i wneud dannedd yn fwy iach.



Rydyn ni'n helpu'r tîm **Cynllun Gwên** a'r Byrddau Iechyd i ddangos i blant mewn ysgolion sut i frwsio eu dannedd



Rydyn ni wedi gweithio gyda'r Byrddau Iechyd i wneud gwasanaethau deintyddol yn well i blant. Oherwydd hyn mae llai o blant wedi gorfod cael llawdriniaeth oherwydd dannedd drwg.

Ysmygu



Mae tua 5 mil o bobl yng Nghymru yn marw bob blwyddyn oherwydd ysmygu.



Ac mae tua 56 mil o bobl angen triniaeth yn yr ysbyty bob blwyddyn oherwydd ysmygu.



Mae llai o bobl yn ysmegu nawr. Ond mae ysmegu yn dal i gael effaith mawr ar iechyd, teuluoedd a'n gwasanaethau iechyd.



Mae gennym offeryn i helpu gwasanaethau i gynllunio ar gyfer y dyfodol. Fe fydd hyn yn helpu i wneud ein gwasanaethau yn well.



Yn Ebrill 2017 fe wnaethon ni ddechrau project Helpa Fi i Stopio. Fe fydd hyn yn ei gwneud yn haws i bobl gael cefnogaeth i stopio ysmegu. Mae gennym rif rhadffon a gwefan:



Ffôn: 0800 085 2219

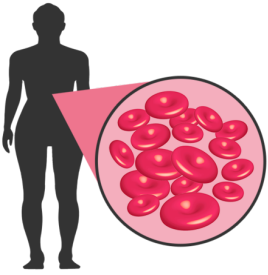


Gwefan: <http://www.helpmequit.wales/cy/>



Testun: HMQ to 80818

Sepsis



Enw arall ar **sepsis** ydy gwenwyn y gwaed. Mae'n cael ei achosi gan haint neu anaf. Mae'n ddifrifol iawn ac mae'n gallu arwain at farwolaeth.



Mae tua 8 mil o bobl yng Nghymru yn cael **sepsis** bob blwyddyn. Mae gennym ni dîm arbennig sydd yn helpu meddygon a nyrsus i ddarganfod a thrin **sepsis**.



Bob blwyddyn mae llai o bobl yn marw o **sepsis**.



Mae'r ffordd rydyn ni'n delio gyda **sepsis** yn enghraifft da i weddill y byd. Ac mae wedi ennill gwobrau.



Ein staff

Dydyn ni ddim yn gallu gwneud ein gwaith heb ein staff.



Dyma rai enghreifftiau o'r gwaith rydyn ni wedi ei wneud fel bod **Iechyd Cyhoeddus Cymru** yn lle gwell i weithio ynddo.

Yr iaith Gymraeg



Rydyn ni'n credu bod yr iaith Gymraeg yn bwysig iawn. Ac rydyn ni eisiau dangos hyn yn ein gwaith.



Rydyn ni wedi rhedeg cwrs Cymraeg i'n staff yn 2017. Rydyn ni'n gweithio ar gefnogi mwy o staff i ddysgu Cymraeg ac i ddefnyddio'r Gymraeg yn y gwaith.

Llesiant staff



Rydyn ni eisiau i'n staff gael **llesiant** da.



Rydyn ni wedi bod yn gweithio ar bolisiau a sut rydyn ni'n gweithio i wella **llesiant** staff.



Mae gennym grŵp arbennig o staff sydd yn ein helpu gyda'r gwaith yma.



Rydyn ni'n canolbwyntio ar iechyd meddwl ac yn cefnogi'r ymgyrch **Amser i Newid Cymru**.



Bwriad **Amser i Newid Cymru** ydy stopio pobl gyda phroblemau iechyd meddwl rhag cael eu trin yn annheg. A stopio pobl rhag teimlo cywilydd bod ganddyn nhw broblemau iechyd meddwl.



Rydyn ni wedi cael gwobr am y gwaith yma. A rydyn ni eisiau dal i weithio tuag at y wobr nesaf.

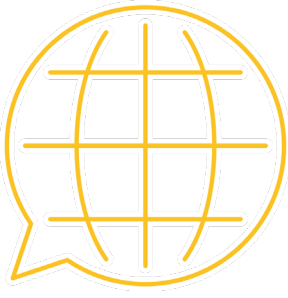
Swyddfeydd newydd



Rydyn ni wedi symud 580 o staff i swyddfeydd newydd yn Abertawe a Chaerdydd. Mae hyn wedi ei gwneud yn haws i dimau gwahanol weithio gyda'i gilydd. A rhannu adnoddau.



Mae gan ein staff leoedd gwell i weithio nawr. Rydyn ni'n defnyddio adnoddau yn well. Ac yn gwario ein harian yn well.



Iechyd y byd

Mae angen inni feddwl am iechyd ar draws y byd.



Mae hyn yn ein helpu i gynllunio gwasanaethau yn well yng Nghymru. A chael effaith da ar iechyd ar draws y byd.



Dyma rai enghreifftiau o sut rydyn ni'n cael effaith da y tu allan i Gymru.

Gweithio gyda Chorff Iechyd y Byd



Corff Iechyd y Byd (WHO) ydy'r corff iechyd sydd yn arwain ar draws y byd.



Maen nhw wedi ein dewis ni i weithio gyda nhw ar **Buddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant**. Mae hyn yn meddwl darganfod y ffyrdd gorau o wario arian ac amser i wneud iechyd a **llesiant** mor dda ag y mae'n gallu bod.



Ni ydy'r ganolfan gyntaf i gael ei dewis i weithio ar hyn ar gyfer **Corff Iechyd y Byd**. Mae hyn yn dda inni, ein staff ac i Gymru.

Rhannu ffyrdd gorau o weithio

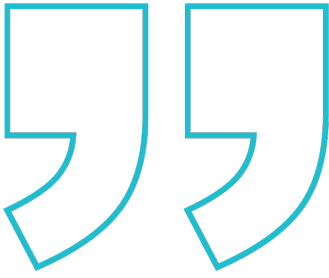


Fe ddaeth pobl sydd yn gwneud penderfyniadau o Wasanaeth Iechyd Iwerddon i'n gweld ni i rannu syniadau am y ffyrdd gorau o weithio.



Roedden nhw eisiau gwybod am ein system arbennig i rannu gwybodaeth am afiechydon. Mae'r system yma yn ein helpu i ddelio'n well gydag afiechydon.

Dysgu oddi wrth beth rydych chi'n ei ddweud



Rydyn ni'n gwranddo ar y pethau da a drwg rydych chi'n ei ddweud pan fyddwch yn defnyddio ein gwasanaethau. Rydyn ni'n defnyddio'r wybodaeth yma i wneud ein gwasanaethau yn well.

Cwynion

Dyma 2 enghraifft o gwynion rydyn ni wedi eu cael gan bobl, a beth wnaethon ni.

1. Cwyn am yr iaith Gymraeg



Fe wnaeth rhywun gwyno nad oedd 1 o'n harolygon ar gael yn Gymraeg. Hyd yn oed ar ôl iddyn nhw ofyn inni amdano.



Fe wnaethon ni'n siŵr bod y person yn cael yr holiadur yn Gymraeg.



Yna fe wnaethon ni weithio gyda'n staff i wneud yn siŵr eu bod yn deall bod y Gymraeg yr un mor bwysig â'r Saesneg.



2. Cwyn am sgrinio

Fe wnaeth rhywun gwyno am y ffordd roedden nhw wedi cael eu trin mewn uned **sgrinio**.

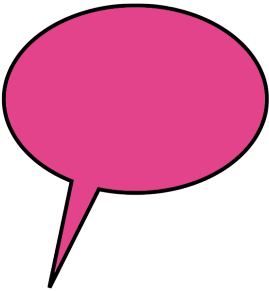


Rhwng Gorffennaf a Medi 2017 fe wnaethon ni roi hyfforddiant i'n staff **sgrinio** ar sut i ddelio gyda phobl.

Canmol



Mae pobl hefyd yn dweud wrthyn ni pan maen nhw'n hapus gyda'n gwasanaethau. Dyma rai o'r pethau mae pobl wedi ei ddweud.



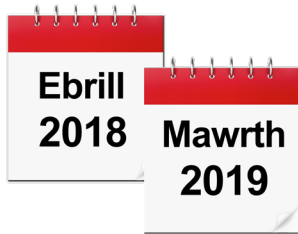
"Rydych chi'n bobl rhyfeddol. Diolch am eich caredigrwydd ac amynedd gyda mi a'r holl gefnogaeth wnaethoch chi ei roi, rydych yn dîm gwych. Fuaswn i ddim wedi dymuno dim byd gwell. Diolch!"



"Rwy'n ysrifennu i ddweud diolch yn fawr i'r staff wnaeth ddelio gyda fy mam yn ardderchog yn ei hapwyntiad".



Fe wnaeth 1419 o bobl ddweud wrthyn ni eu bod yn hapus gyda'n gwasanaethau. Fe wnaeth 52 o bobl gwyno.



Beth nesaf

Dyma rai enghreifftiau o'r gwaith rydyn ni'n bwriadu ei wneud yn y flwyddyn Ebrill 2018 – Mawrth 2019.

Gweithio gyda phobl ifanc



Fe fyddwn ni yn gweithio gyda phobl ifanc i edrych ar pa mor dda oedd ein digwyddiad arbennig i bobl ifanc yn 2017.



Fe fyddwn ni'n defnyddio beth maen nhw'n ei ddweud i ysgrifennu adroddiad a meddwl beth i'w wneud nesaf.

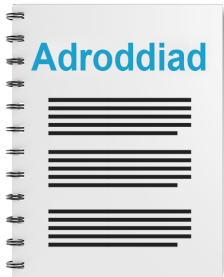


Fe fyddwn yn dal i weithio gyda **Plant yng Nghymru** i gael pobl ifanc i gymryd rhan mewn ysgrifennu ein hadroddiad ar gyfer 2018-2019.

Gweithio gyda Chorff Iechyd y Byd



Fe fyddwn yn edrych ar y ffyrdd gorau o wneud gwasanaethau iechyd yn well i bawb.



Fe fyddwn yn ysgrifennu adroddiad ar hyn i **Gorff Iechyd y Byd** bob blwyddyn.



Fe fydd hyn yn ein helpu i wella gwasanaethau iechyd ar draws y byd. Mae'n dda inni ac i Gymru ac i'n wasanaethau iechyd ein hunain.

Llesiant staff



Rydyn ni'n mynd i geisio cael y wobwr lefel nesaf am ein gwaith ar wneud **llesiant** staff yn well.



Beth rydych chi'n feddwl

Rydyn ni eisiau gwybod beth rydych chi'n feddwl am sut y gallwn ni wneud ein gwasanaethau yn well.

Rydych chi'n gallu cysylltu gyda ni:



E-bost: general.enquiries@wales.nhs.uk



Tudalen Facebook Saesneg

www.facebook.com/PublicHealthWales



Tudalen Facebook Cymraeg

www.facebook.com/pages/Iechyd-Cyhoeddus-Cymru



Tudalen Twitter Saesneg

www.twitter.com/PublicHealthW



Tudalen Twitter Cymraeg

www.twitter.com/IechydCyhoeddus



Vimeo

<https://vimeo.com/publichealthwales>



Diolch am gymryd amser i ddarllen yr adroddiad yma.

Geiriau anodd

Brechlyn

Meddyginiaeth ydy brechlyn sydd yn helpu pobl i ymladd heintiadau i'w stopio rhag mynd yn sâl.

Cydraddoldeb

Mae cydraddoldeb yn meddwl bod gan bobl yr un hawliau a chyfleoedd.

Deurywiol

Mae pobl deurywiol yn cael eu denu at fenywod a dynion.

Diabetes

Afiechyd ydy diabetes sydd yn achosi problem gyda lefel y siwgr yn eich gwaed. Mae'n gallu achosi llawer o broblemau iechyd fel mynd yn ddall.

Diweithdra torfol

Diweithdra torfol ydy pan mae llawer o bobl yn colli eu gwaith ar unwaith, fel arfer oherwydd bod cwmni mawr yn cau neu wedi mynd yn llawer llai.

Gwrthfotegau

Meddyginiaethau ydy gwrthfotigau sydd yn ymladd neu yn lladd bygiau sydd yn achosi salwch.

Hoyw

Mae dyn hoyw yn cael ei ddenu at ddynion eraill.

Labordy

Labordy ydy lle mae gwyddonwyr yn gweithio. Maen nhw'n gwneud profion ar bethau fel gwaed i ddysgu am afiechydon.

Lesbiad

Lesbiad ydy menyw sydd yn cael ei denu at fenywod eraill.

LGBT

Mae LGBT yn meddwl lesbiad, hoyw, deurywiol a thrawsryweddol.

Lleiafrif ethnig

Efallai bod pobl o grwpiau lleiafrif ethnig yn dod o wahanol wledydd. Mae ganddyn nhw wahanol gredoau, gwerthoedd a thraddodiadau i'r rhan fwyaf o bobl eraill yn eu cymuned.

Llesiant

Mae llesiant yn meddwl bod person yn hapus, yn iach ac yn gyfforddus gyda'u bywyd a beth maen nhw'n ei wneud

Pydredd dannedd

Pydredd dannedd ydy pan mae eich dant yn mynd yn ddrwg, fel arfer oherwydd siwgr ac asid mewn bwyd a diod.

Sgrinio

Mae sgrinio yn meddwl edrych os oes gan bobl salwch. Pan mae salwch yn cael ei ddarganfod yn gynnar maen nhw'n haws i'w trin.

Sepsis

Enw arall ar wenwyn gwaed ydy sepsis. Mae'n cael ei achosi gan haint neu anaf. Mae'n ddifrifol iawn ac mae'n gallu arwain at farwolaeth.

Trawsryweddol

Mae trawsryweddol yn meddwl pobl sydd wedi cael ei geni fel un rhyw ac eisiau byw fel y rhyw arall. Er enghraifft efallai bod person sydd yn edrych fel dyn yn teimlo fel menyw y tu mewn.