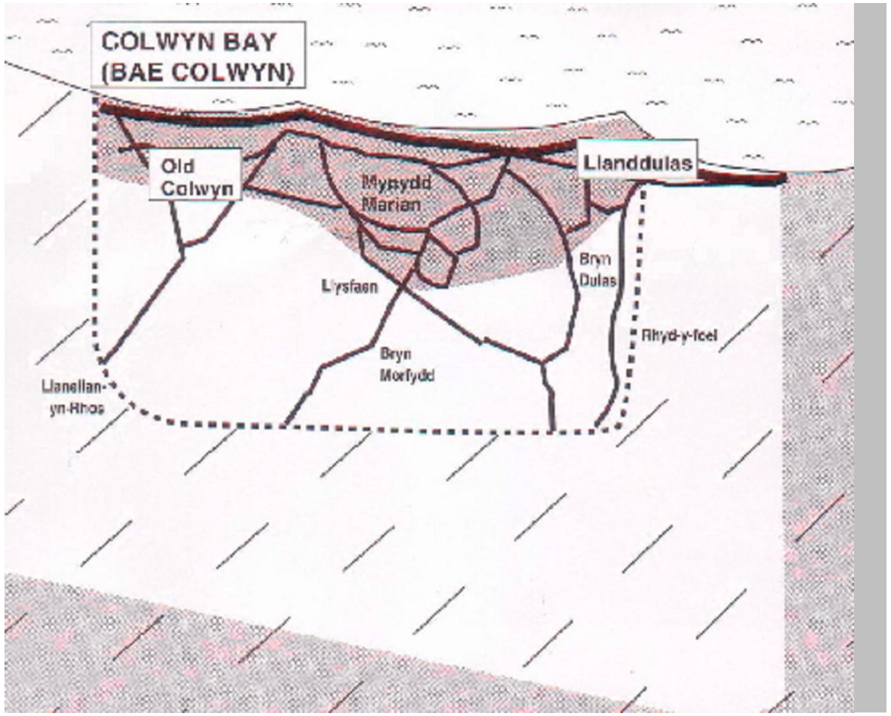
Ardal y Feddygfa gyda'r ffiniau



Ardal y Feddygfa

Ffiniau y Feddygfa (cleifion
sydd wedi cofrestru yn y gorffennol) -----------

Meddygfa Cadwgan

11 Bodelwyddan Avenue

Hen Golwyn, Conwy LL29 9NP

Rhifau ffôn: Argyfwng yn unig 515410

Apwyntiadau 515787

Ffacs: 513270

www.cadwgansurgery.org

Drs Parry-Williams, Roberts,Flanagan, Parry, Stone, Ratchford, Williamson a Michael

Cynnwys

	Rhif tudalen
Croeso i Feddygfa Cadwgan/Meddygon/ Nyrsys/Cynorthwy-ydd Gofal Iechyd/Rheolwraig	4-6
Staff Cysylltiol	6-7
Oriau'r Feddygfa/Apwyntiadau/Ymweliad Cartref/ Gofal Mewn Argyfwng	8-9
Canlyniadau Profion	9-10
Archebu Prescriptiynnau/Presgriptiwn Dilynol	10
Archebu Cludiant i'r Ysbyty	10
Tystysgrif Iechyd	11
Gwaith Preifat/Taliadau	11
Grwp Cyfranogiad Cleifion	12
Gwasanaethau Iechyd	12
Brechiadau	12-13
Teithio Dramor	14
Plant a Phobl Ifanc	14
Atal Cenhedlu/Clinig Cyn Enedigaeth	14
Prawf Ceg Y Groth	14

Gwasanaeth Cyngor Gofalwyr, Bae Colwyn (www.carers.org/local/wales/colwyn-bay/)	01492 533714
Llinelli Gymorth AIDS	01745 815900
Llinelli Gymorth Alcohol & Cyffuriau	01745 338868
'Relate' Gogledd Cymru (www.relate.org.uk)	01492 533919
Samariaid (www.samaritans.org.uk)	01745 354545
Hospis St David, Llandudno	01492 879058
Hospis St Kentigern, Llanelwy	01745 585221
Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru	01745 532900
Sgrinio Serfigol Cymru (www.screeningservices.org/csw/)	01352 803248
Swyddfa Gofrestru Bae Colwyn	01492 530430
Swyddfa'r Crwner	01978 357775
Tros Gynnal (Hawliau Plant)	0800 0852274
Miscarriage Association	01924 200799
British Organ Donor Society (BODY)	01223 893636
Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr , Swyddfa Leol, Bron Afon, Bryn Y Neuadd, Aber Road, Llanfairfechan, LL330HH	01248 682682

Ceir rhestr o holl feddygon, deintyddion a fferyllfeydd Conwy ar wefan Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr. (www.wales.nhs.uk/siteplus/861/).

Asiantaeth Trwyddedu Gyrwyr a Cherbydau (www.dvla.gov.uk)	08706 000301
Age Concern Cymru	01745 816947
All Wales Smoking Cessation Service	08000852219
Biwro Cynghori Dinesyddion Bae Colwyn a'r cylch	01492 531310
Cymorth cyffuriau	0800 77 66 00
Clinig Cynllunio Teulu, Bae Colwyn	01492 515218
Clinig 'GUM', Ysbyty Bae Colwyn	01492 515218
Canolfan Adnoddau Anabledd	01745 534525
Galw Iechyd Cymru (www.nhsdirect.wales.nhs.uk) 0845 4647	
Gofal Mewn Galar Cruse	01492 532268
Gwasanaethau Cymdeithasol Conwy (www.conwy.gov.uk/socialservices/)	01492 532184
Cyngor Gwasanaethau Gwirfoddol Conwy (www.cvsc.org.uk)	01492 534091
Gwasanaeth Cymdeithasol Tim yr Henoed	01492 575600
Therapi Galwadigaethol y Gwasanaeth Cymdeithasol	01492531332
Adran Physiotherapi (Ysbyty Bae Colwyn)	01492 807519
Adran Iaith a Lleferydd	01745583910
Gwasanaeth 'Independent Mental Capacity Advocacy' (www.advocacyexperience.com)	01745 354799
Gwybodaeth Brechiadau NHS (www.immunisation.nhs.uk)	

Llawfeddygaeth 15
Clinigau Arbennigol A Hybu Iechyd 16
Siarter Cleifion 16
Cyngor Iechyd 19
Rhifau Ffôn a Chyfeiriadau Gwefannau Defnyddiol 21

PLEASE NOTE THAT THIS BOOKLET IS ALSO AVAILABLE IN ENGLISH

Croeso I Feddygfa Cadwgan

Cynlluniwyd y llyfryn hwn i'ch hysbysu o'r gwahanol wasanaethau a gynigiwn. Cadwch o'n ddiogel ar gyfer y dyfodol. 'Rydym yn gofalu am 11300 o gleifion, o adeilad wedi ei foderneiddio, gyda mynediad hawdd, lifft i'r anabl, dolen glyw i'r byddar ac rydym yn derbyn galwadau ffôn ar ran y claf gan wasanaeth 'Typetalk'. Mae gan y feddygfa gontract â Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr i arlwyo lefel o ofal a gytunwyd ymlaen llaw. Os ydych eisiau cofrestru â'r feddygfa, dylech gysylltu a derbynwraig i wneud ymholiadau pellach. O dan y gontract â'r Bwrdd Iechyd ni fyddwch mwyach yn cofrestu a meddyg penodol, ond yn cofrestru â'r feddygfa. Gallwch, sut bynnag, o fewn rheswm, ddal i weld meddyg penodol os yr hoffech. Nid yw partneriaeth y feddygfa yn un gyfyngedig. Gweler ein gwefan yn www.cadwgansurgery.org ac os ydych eisiau cadw i fyny a'r gwasanaethau yr ydym yn eu harlwyo yn y feddygfa ymunwch a'n grŵp newyddion e-bost ar y wefan.

Meddygon (gyda rhifau GMC)

Dr Ann Parry-Williams (B) (2592710) - BSc MB ChB DRCOG FPCert(Graddedig o Lerpwl 1982) Siaradwraig Cymraeg
Dr Bryn Roberts (G) (3201756) - MB BCh DOccMed (Graddedig o Gaerdydd 1987) Siaradwr Cymraeg
Dr Sharon M Flanagan (B) (2823357) - MB ChB DRCOG FPCert Diploma mewn Dermatoleg Ymarferol (Graddedig o Lerpwl 1983) Tiwtor myfyrwyr clinigol Coleg Meddygol Prifysgol Cymru.
Dr Dylan C Parry (G) (4091534) - BSc (Hons) MB BCh MRCGP DRCOG DFSRH (Graddedig o Gaerdydd 1994). Hyfforddwr Meddygon Teulu. Siaradwr Cymraeg
Dr Helen E Stone (B) (6028882) - MB BCh MRCGP (Graddedig o Gaerdydd 2001)
Dr Emma L Ratchford (B) (4369475) - MB BChir DRCOG MRCGP (Graddedig o Gaergrawnt 1997). Hyfforddwraig Meddygon Teulu.
Dr Jonathan Williamson (G) (6115085) – MB BCh MRCGP (Graddedig o Gaerdydd 2005)
Dr Meinir Michael (B) (4735805) - MB BS DRCOG DFSRH MRCGP (Graddedig o Lundain 2000). Meddyg Teulu Cyflogedig. Siaradwraig Cymraeg

Rhifau Ffôn a Chyfeiriadau Gwefannau Defnyddiol

Meddygfa Cadwgan (www.cadwgansurgery.org)

Galwadau Brys	01492 515410
Apwyntiadau/Canlyniadau	01492 515787
Gwasanaeth y Tu Allan i Oriau Conwy a Sîr Ddinbych (www.wales.nhs.uk/sitesplus/861/)	0300 1235566
Llinell ffon 24 awr Air Products (ocsigen cartref)	0800373580
Ysbyty Abergele	01745 832295
Ysbyty/Uned Bryn Hesketh	01492 807512
Ysbyty Bae Colwyn	01492 515218
Cymdeithas Alzheimer's Society	01492 535530
Ysbyty Glan Clwyd (www.wales.nhs.uk/siteplus/861/)	01745 583910
Ysbyty Gwynedd (www.wales.nhs.uk/sitesplus/861/)	01248 384384
Ysbyty H M Stanley	01745 583275
Ysbyty Llandudno	01492 860066
Ysbyty Royal Alexandra Hospital, Rhyl	01745443000
Adran Nawdd Cymdeithasol (Bae Colwyn)	01492 614800
Adran Nawdd Cymdeithasol Prydain Fawr	(www.dwp.gov.uk)

Brech Yr Ieir

Mae plorynod yn cychwyn ar y corff ac ychydig ar y breichiau, y coesau a'r wyneb. Nid oes llawer o ôl-effeithau.

Annwyd

Achosir annwyd gan feirws ac fel arfer ceir dolur gwddw, trwyn yn rhedeg neu wedi flocio, peswch, ac weithiau cur pen a phoenau dros y corff. Nid yw gwrthfiotigau o unrhyw ddefnydd. Dylech allu gwella gartref trwy ddefnyddio meddyginiaethau o'r fferyllfa, ee Paracetamol, Ibuprofen neu Aspirin (os dros 16 oed), meddyginiaethau 'decongestant' a rhai tagu. Os oes cymhlethdodau fel poen sinws, tagiad parhaus gyda fflem budur neu bigyn clust yn datblygu, mae'n bosib y bydd angen gwrthfiotigau

Pigyn Clust

Mae y mwyafrif o'r rhain yn darfod heb wrthfiotigau a dylech ddefnyddio Paracetamol neu Ibuprofen at y boen. Os yw'n parhau mwy nac ychydig ddyddiau, neu os yn arbennig o ddrwg, cysylltwch â'r meddyg.

Dolur Rhydd

Mae'r rhan fwyaf o'r rhain yn cael eu achosi gan firysau, ond yn achlysurol gan wenwyn bwyd. Dylid sicrhau bod y claf yn cael digon i yfed i gymeryd lle yr hylif sy'n cael ei golli. Cysylltwch â'r meddyg os yw'r symptomau'n hir, yn enwedig yn yr henoed, babanod neu gleifion clefyd melys. Byddwch yn ofalus i ddilyn cyfarwyddiadau storio a choginio eich bwyd, ac i gadw safon hylendid uchel yn eich cartref.

Gwaedlif Trwyn

Anaml iawn mae achos difrifol am y rhain. Eisteddwch ymlaen a gwasgwch flaen y trwyn yn galed am tua chwarter awr. Gellir gwasgu paced rhew yn erbyn y trwyn. Os nad yw wedi arafu, cysylltwch â'r meddyg.

Cofiwch ymweld a gwefan Galw Iechyd www.nhsdirect.nhs.uk i gael cyngor ysgrifenedig am afiechydon y gellir delio a hwy adref.

Mae'r feddygfa yn arlwyo clinigau a gwasanaethau eraill o ddydd Llun i ddydd Gwener. Gweler mwy o wybodaeth am amseroedd ymhellach ymlaen yn y llyfryn hwn. Mae gwasanaethau y tu allan i oriau'r feddygfa (h.y. rhwng 6.30yh a 8.00yb, penwythnosau a gwyl Banc yn cael eu harlwyo gan Wasanaeth y Tu Allan i Oriau Conwy a Sîr Ddinbych, drwy gysylltu a'r rhif argyfwng 0300 1235566.

Rydym yn bractis hyfforddi cofrestryddion; maent yn feddygon profiadol a oedd gynt yn gweithio mewn ysbyty. Weithiau bydd gennym hefyd fyfyrwyr meddygol gyda ni am hyd at 6 wythnos.

Nyrsys Y Feddygfa

Mae nyrsys y feddygfa yn rhedeg clinigau i asthma, y clefyd melys, pwysedd gwaed uchel, afiechyd fasgwlar (yn cynnwys clefyd y galon a strôc), iechyd merched, trefnu teulu, chwistrellu a llawfeddygaeth. Yn ogystal a rhedeg clinigau, mae'r nyrs yn cynnig nifer o wasanaethau e.e. brechiadau, tynnu pwythau, chwistrellu clustiau, cyngor gwyliau, ECG a.y.b. Mae system apwyntiadau yn bodoli.

Rachel Hall (Nyrs Ymarferydd) Diploma Nyrsio Cyffredinol, BSc (Hons) mewn astudiaethau cymhwysol cymuned ac iechyd. Modiwl Gradd mewn Mân Afiechydon. Tystysgrif Ol-raddedig mewn Practis Clinigol Uwch. Gall roi bresgriptiwn am rai meddygyniaethau yn annibynnol.

Helen Connor BN Nyrsio Oedolion

Liz Pugh RGN BN

Dilys Williams RGN Dip Mid BSc Astudiaethau Iechyd FP Cert

Jillian Hughes Dip HE Nyrsio Oedolion.

Nyrs Ymarferydd - Rachel Hall
Bydd yn gweld cleifion gyda afiechydon llai seriws a fyddai yn arferol wedi cael eu gweld gan feddyg teulu, fel heintiau y gwddw, tagiad, anwyd a heintiau dwr a rhai mathau o gyflyron y croen. Mi fydd hefyd yn rhedeg y clinig asthma a COPD.

Cynorthwy-ydd Gofal Iechyd
Bydd cynorthwy-ydd iechyd yn cynorthwyo gyda rhai o'r dyletswyddau sydd wedi'n draddodiadol cael eu gwneud gan nyrsys e.e. mesur pwysedd gwaed, cymeryd ECG, bod yn warchodydd a chymeryd gwaed ar gyfer INR mewn cleifion addas. Maent hefyd yn perfformio yr ymholiad gofrestru.

Ann Gavin, Tina Randle a Melanie Yarwood

Rheolwraig Y Feddygfa

Mae Mrs Shelagh Hughes yng ngofal trefniant busnes y feddygfa. Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu gwynion nad ydynt o natur feddygol, bydd hi yn barod i'w trafod a chi. Noder fod y feddygfa yn adlynu i Ddeddf Gwarchod Data 1998, i egwyddorion Gwarcheidwad Caldicott, i Ddeddf Rhyddid Gwybodaeth 2000 ac i Ddeddf Gallu Meddyliol 2005.

Staff Cysylltiol

(Cyflogir gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, ond byddant yn cydweithio o'r feddygfa).

Nyrsys Cymunedol

Maent yn cynnig gwasanaeth nyrsio yn y gymuned. Pan yn addas gallant ymweld â'r cartref, a gellir cysylltu â hwy drwy Ysbyty Bae Colwyn (515218) neu'r feddygfa.

Ymwelwyr Iechyd

Maent yn nyrsys â hyfforddiant pellach mewn gofal ac addysg iechyd teulu. Maent yn ymwneud â iechyd plant, y clinig brechu plant a clinigau cyn

ganlyniadau profion ein cyrraedd. Dylech wneud ymholiadau am brofion a drefnwyd gan yr ysbyty drwy gysylltu â'r ysbyty, yn hytrach na chysylltu â'r feddygfa.

- Gadewch i reolwraig y feddygfa wybod os yr ydym wedi rhagori neu wedi methu yn ein cyfrifoldeb tuag atoch.

Cyngor Iechyd

Mae nifer o afiechydon bychain yn gwella heb driniaeth; a gallwch ofalu amdanoch eich hunain yn aml:-

Gwrth Fiotigau

Gall y rhain fod yn dra defnyddiol i drin heintiau bacteria, ond nid oes lle iddynt i drin afiechydon firws ee ffliw, anwyd, dolur gwddw, dolur rhydd. Gall gor ddefnyddio rhain arwain i facteria yn eu gwrthsefyll pan yr ydych fwyaf eu hangen.

Tymheredd Uchel

Problem gyffredin, yn enwedig mewn plant. Derfu y rhan fwyaf o achosion eu hunain mewn ychydig ddyddiau, ond dylid yfed digon a pheidio gwisgo gormod o ddillad. Mae defnyddio cadach â dwr llygoer yn dderbyniol. O dan 16oed gellir defnyddio Paracetamol neu Ibuprofen. Ddylech chi ddim defnyddio Aspirin o dan 16oed. Nid yw'n niweidio plentyn â gwres i fynychu'r feddygfa.

Brech

Nid yw y rhain ar y cyfan yn achos poeni os nad yw'r plentyn yn wael. Mae brech llid yr ymenydd yn wahanol i frechau eraill, gan na wneith ddiflanu wrth bwyso gwydr arno.

Brech Almaenig

Yr awgrym cyntaf, ac weithiau'r unig awgrym ohono yw brech binc yn cychwyn o'r pen ac yn mynd i lawr y corff. Gellir ei drosglwyddo am 2 ddiwrnod cyn ymddangosiad y frech, tan iddo ddiflanu mewn 4-5 diwrnod. Mae'n beryglus i fabanod yn y groth.

awr pob amser, hyd yn oed pan fydd y feddygfa ar gau, drwy ffonio rhif argyfwng arferol Meddygfa Cadwgan.

- Os y byddwch yn newid meddyg mi wnawn yn siwr fod eich nodiadau yn cael eu hanfon ymlaen cyn gynted a phosibl.
- Bydd unrhyw wybodaeth yn gysylltiedig a'r siarter yma a safonau lleol yn cael eu hysbysu yn eang i'n holl gleifion.

Yr hyn yr ydym yn ei ddisgwyl ganddoch chi:

- Byddwch yn gwrtais tuag at staff y feddygfa os gwelwch yn dda.
- Parchwch ein cyfleusterau bob amser os gwelwch yn dda.
- Cymerwch i ystyriaeth gleifion eraill sydd yn defnyddio y feddygfa os gwelwch yn dda.
- Peidiwch a gofyn am wybodaeth am unrhyw un heblaw y chi eich hunan.
- Darllenwch lyfryn y feddygfa a'r wefan os gwelwch yn dda. Mi wnân eich helpu i gael y gorau o'r gwasanaethau yr ydym yn eu harlwyo.
- Nid yw y feddygfa yn dioddef unrhyw ymddygiad sarhaus neu dreisgar tuag at ei staff, ac mi fydd ymddygiad o'r fath yn golygu eich bod yn cael eich di-gofrestru ac yn gorfod cysylltu â Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr.
- Byddwch ar amser os gwelwch yn dda, ond byddwch yn barod i aros os y bydd oediad cyn eich apwyntiad oherwydd argyfwng anisgwyliedig. Cofiwch adael i ni wybod mewn digon o amser os na fedrwch gadw eich apwyntiad fel y gallir ei roi i rywun arall.
- Cofiwch beidio a gofyn am ymweliad cartref heblaw eich bod yn rhy wael neu anabl os gwelwch yn dda.
- Cofiwch ddefnyddio y gwasanaeth argyfwng ddim ond ar gyfer argyfwng os gwelwch yn dda.
- Peidiwch a ffonio y feddygfa am faterion sydd ddim yn argyfyngus yn ystod y cyfnod boreuol prysuraf.
- Cofiwch adael o leiaf 48 awr ar gyfer prosesu eich presgriptiwn dilynol, arwahân i ddydd Gwener pan fydd presgriptiynau yn barod i gael eu casglu y dydd Mawrth canlynol ar ôl 2.00yh. Os y byddwch yn dewis casglu eich presgriptiwn o fferyllfa, mi fydd angen gadael 3 diwrnod gwaith cyn casglu yn hytrach na 2 ddiwrnod pan yn casglu o'r feddygfa.
- Cofiwch ein hysbysu am unrhyw newid enw, cyfeiriad neu rif ffôn, fel y gall ein cyfrifon fod yn gywir.
- Cofiwch adael amser digonol i lythur o'ch ymgynghorydd neu

enedigol yn y feddygfa. Gellir cysylltu â hwy drwy'r ysbyty (515218) neu'r feddygfa.

Bydwragedd

Maent yn cynnal clinigau cyn enedigol pôb prynhawn dydd Mawrth yn y feddygfa. Maent yn ymweld a'r fam ar ôl yr enedigaeth ac yn eich cysylltu â gwasanaethau'r ysbyty. Gellir cysylltu â hwy drwy Ysbyty Bae Colwyn (515218) neu'r drwy'r feddygfa.

Nyrsys Seiciatreg Cymunedol

Maent wedi eu lleoli yng nghanolfan adnoddau a iechyd meddwl yn Ffordd Nant Y Glyn, Bae Colwyn, lle y cynhelir clinigau. Cysyllter â hwy ar 532164.

Nyrs Macmillan

Bydd y nyrs hon yn cynnig gwasanaeth i gleifion a'u teuluoedd sy'n dygymod â chancr neu salwch terfynol. Cysyllter â hi drwy Ysbyty Glan Clwyd ar 01745 445169.

Dietegydd

Mae'r Dietegydd yn cynnal clinig yn y feddygfa unwaith pob pythefnos ar fore dydd Iau.

Cynghorydd Cyffuriau

Os oes gennych broblem gyda chyffuriau cyfreithlon neu anghyfreithlon, gellir cysylltu â'r Gwasanaeth Cyffuriau ar 01492 534435 neu 01745 338868. Nid ydym fodd bynnag yn cynnig Methadone na chyffuriau tueddol eraill i unrhyw glaf newydd; byddant yn cael eu hanfon i'r gwasanaeth cyffuriau am driniaeth arbenigol.

Oriau'r Feddygfa

9.00yb-12.00yh* 3.00-5.30yh o ddydd Llun i ddydd Gwener drwy apwyntiad yn unig.

* 9.30yb- 12.00yh ar fore dydd Mercher. Gall hyn newid o dro i dro.

Rydym ar gau rhwng 1.00-2.00yh bob dydd.

Apwyntiadau

Mae y feddygfa yn rhedeg system apwyntiadau'. Gall cleifion sicrhau apwyntiad ar y diwrnod y gofynnir amdano neu gellir sicrhau apwyntiad hyd at dair wythnos ymlaen llaw os oes angen. Os oes gennych nifer o broblemau, ni ellir trin a thrafod y cwbl yn yr ychydig amser a ganiateir, felly dylid gofyn am apwyntiad hirach. Gallwch weld unrhyw feddyg y dymunwch o fewn rheswm, ond ceisiwch aros gyda un meddyg ar gyfer un salwch. Mae rhai cleifion angen mwy o amser, felly byddwch yn amyneddgar os yw eich apwyntiad yn hwyr, efallai mai eich tro chi fydd hi tro nesaf.

Apwyntiadau Argyfwng

Bydd cyflyrau meddygol argyfyngol yn yn cael sylw yn brydlon unrhyw amser o'r dydd neu'r nos. Cysylltwch â'r feddygfa ar 515410, a cofiwch fynegi natur yr argyfwng yn eglur i'r croesawydd.

Ymweliad Cartref

Dylid gofyn am alwad cartref cyn 10.00yb. Bydd galwadau hwyr nad ydynt yn alwad brys yn cael eu trosglwyddo i'r diwrnod gwaith arferol nesaf. Mae ymweliad cartref yn ddefnydd gwael o amser y meddyg; gellir gweld tri neu bedwar claf yn y feddygfa yn yr amser a gymerir i wneud un galwad cartref; felly dim ond y cleifion sy'n rhy wael neu anabl y dylai ddefnyddio'r gwasanaeth hwn. Os y gallwch ddôd i'r feddygfa fe wnawn ein gorau i'ch gweld yn fuan. Nid yw'n gwneud drwg i blant â gwres ddôd i'r feddygfa. **Nid yw diffyg trafnidiaeth neu anghyfleuster personol yn rhesymau derbynniol dros ofyn am alwadau cartref.** Bydd dilyn y canllawiau uchod yn sicrhau gwasanaeth effeithiol i bawb.

- Bydd meddygon a nyrsys yn anelu i gychwyn eu clinigau ar yr amser penodedig; bydd unrhyw oedi oherwydd rheidrwydd meddygol. Pan fydd oedi o fwy na 20 munud bydd ganddoch yr hawl i gael eich hysbysu ac i wneud apwyntiad arall.
- Byddwn yn ceisio ateb y ffôn yn brydlon ac yn ceisio sicrhau fod digon o staff i wneud hynny. Dylech allu siarad efo meddyg ar y ffôn ar ddiwedd clinig y bore.
- Os oes ganddoch gyflwr meddygol brys, cewch flaenoriaeth ac mi gewch eich gweld mor fuan a phosib, hyd yn oed os yr achosir oedi i apwyntiadau eraill sydd wedi eu bwcio. Mi wnewn drefnu ymweliad cartref, os yn addas, ar eich cyfer os ydych yn ddifrifol sâl neu'n rhy anabl i ddod i'r feddygfa.
- Os ydi y feddygfa wedi archebu profion gwaed neu beledr-X arnoch, mi wnewn eich cynghori pryd a sut i gael y canlyniadau. Cofiwch ofyn am ganlyniadau pob un prawf a archebwyd.
- Mae ganddoch yr hawl i wybodaeth am eich iechyd chithau, ac yn enwedig am eich hafiechyd a'i driniaeth, a sut y bydd yn eich effeithio.
- Mae ganddoch yr hawl i gyrchu eich nodiadau meddygol yn unol a chyfyngiadau y gyfraith.
- Mi gewch gynnig cyngor am y camau y gallwch eu cymeryd i hybu eich iechyd a sut y gallwch helpu eich hunan pan efo afiechydon llai difrifol, heb orfod ymgynghori ac aelodau y broffesiwn feddygol.
- Mi gewch eich hysbysu ar ein gwefan, llyfryn y feddygfa a'r bwrdd sylwadau yn y dderbynfa am y gwasanaethau sydd ar gael.
- Cewch ddewis os y byddwch eisiau cymeryd rhan mewn gwaith ymchwil a hyfforddiant.
- Pan yn cofrestru â'r feddygfa, cewch gynnig apwyntiad am archwyliad iechyd.
- Cewch eich cyfeirio tuag at ymgynghorwr arbennigol sydd yn dderbyniol i chi pan fydd eich meddyg teulu yn meddwl fod hyn yn angenrheidiol.
- Caiff unrhyw awgrymiadau o bwys sydd yn gysylltiedig a gwella ein gwasanaeth oddi mewn i'r feddygfa ei gyfeirio tuag at y rheolwraig.
- Byddwn yn delio efo cwynion yn gyflym yn unol a pholisi cwynion y feddygfa.
- Byddwn yn prosesu presgriptiynnau dilynol a gesglir o'r feddygfa mewn 48 awr, heblaw ar ddydd Gwener pan fydd angen casglu y presgriptiwn ar ôl 2.00yh ar y dydd Mawrth canlynol. Os y byddwch yn trefnu casglu o fferyllfa, gadewch 3 diwrnod gwaith.
- Gallwch gael gwybodaeth am sut i ddefnyddio y gwasanaeth brys 24

Mae'r feddygfa yn cydnabod fod gofalu am ffrind neu berthynas, untau yn ffurfiol neu anffurfiol, yn achlysurol yn cyflwyno problemau yn ei hunan. Cofiwch adael i'ch meddyg wybod os ydych yn ofalwr/ofalwraig, fel y gall/gall hi eich helpu i sicrhau cyngor addas i'ch galluogi i ddelio ag unrhyw broblemau a ddowch ar eu traws. Dylech gofrestru â'r Gwasanaeth Cyngor Gofalwyr, Bae Colwyn (533714) neu trwy siarad a Lynne neu Shirley yn y feddygfa.

Mammograffi

Yn ogystal a hunan archwyliad o'r bronnau gall merched rhwng 50-65 oed gael yr archwyliad pelydr X hwn bob 3 mlynedd. Dylech dderbyn apwyntiad oddi wrth Bron Brawf Cymru (01492 860888) ar yr adegau priodol.

Clinigau Arbennigol A Hybu Iechyd

Mae'r meddygon a'r nyrsys yn rhedeg y clinigau/cyfleusterau penodol canlynol:-

Afiechyd Y Galon; Pwysedd Gwaed Uchel; Asthma; INR; Clefyd Melys; Epilepsi; Gofal Atal Cenhedlu; Gofal mamolaeth; HRT; Iechyd Meddwl; Iechyd Merched; Llawfeddygaeth

Siarter Cleifion

Amcan Meddygfa Cadwgan ydi sicrhau ein bod:

Yn darparu y gwasanaeth gorau posib ar gyfer ein cleifion. Mae eich gofal yn bartneriaeth rhwng Meddygfa Cadwgan a chwithau. Mae llwyddiant y bartneriaeth yn dibynnu ar ddealltwriaeth o anghenion y chithau a ninnau, a'r gydweithrediad rhyngom.

Ein cyfrifoldeb tuag atoch:

- Mae gennych yr hawl i gael eich cyfarch mewn ffordd gwrtais.
- Bydd aelodau'r staff, meddygol a gweinyddol, sydd yn gysylltiedig â'ch gofal yn rhoi eu henwau i chi ac yn sicrhau eich bod yn gwybod sut i gysylltu â hwy.
- Mae ganddoch yr hawl i gyfrinachedd diamod.

Rhifau Ffôn

Mae 2 linell ffôn:	Galwadau brys	**515410**
	Apwyntiadau, canlyniadau a.y.b.	**515787**

Os ydych eisiau siarad â'ch meddyg neu'r nyrs, ffoniwch ddiwedd y bore fel y gall y croesawraig ofyn iddo/iddi ddelio â'ch ymholiad ar ddiwedd y sesiwn bore (fel arfer ar ôl 12.00yh).

Gofal Mewn Argyfwng Dros Nôs A Phenwythnosau

O 6.30yh- 8.00yb yn ystod yr wythnos, trwy gydol y penwythnos, a gwyl y Banc dylech ffonio y meddyg ar alwad yn y Gwasanaeth y Tu Allan i Oriau Conwy a Sîr Ddinbych ar **0300 1235566**. Bydd y meddyg yn eich gwahodd i'r ganolfan am driniaeth; neu mewn rhai amgylchiadau yn ymweld â chi gartref. Mae gan Morfa Doc Cyf gontract â Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr i arlwyo y gofal hyn.

Cadw'n Iach
Os ydych rhwng 16-74 ac wedi cofrestru a'r feddygfa, gallwch ofyn am apwyntiad os nad ydych wedi cael eich gweld yn y dair mlynedd diwethaf. Gall cleifion dros 75 mlwydd oed sydd heb eu gweld yn y deuddeg mis diwethaf hefyd ofyn am apwyntiad. Os nad ydych yn gallu gadael eich cartref oherwydd eich cyflwr meddygol mi fedrwch ofyn am ymweliad gartref. Cofiwch **nad yw diffyg trafnidiaeth neu anghyfleuster personol yn rhesymau derbynniol dros ofyn am ymweliad cartref.**

Problemau Deintyddol
Cofiwch y dylech bob amser gysylltu a Galw Iechyd Cymru ar **08456010128** ynglŷn a **phob** math o ymholiadau deintyddol (fel mynediad brys neu ymholiadau cofrestru). Nid yw Meddygon Teulu wedi eu hyfforddi mewn deintyddiaeth ac felly **ni ddylai ein apwyntiadau gael eu defnyddio i ddelio efo problemau y dylid gael eu delio efo gan ddeintydd**.

Canlyniadau Profion

Cyfrifoldeb y claf yw ffonio y feddygfa am eu canlyniadau rhwng 2.00-4.30yh. Oherwydd rhesymau gwarchod data, ni fydd canlyniadau yn cael eu rhoi i unrhyw un heblaw y claf heblaw for gan y feddygfa gopi ysgrifenedig o

'Lasting Power of Attorney' sydd wedi penodi y galwr fel rhywyn sydd a'r hawl i ddelio efo materion iechyd a lles y claf mewn cwestiwn.

Archebu Prescriptiynnau

I SICRHAU EICH DIOGELWCH NI DDERBYNIR CAIS AM UNRHYW FATH O BRESCRIPTIYNNAU AR Y FFÔN.

Ocsigen Cartref

Cwmni Air Products, a nid y fferyllfa lleol, sydd yn gyfrifol am arlwyo eich cyflenwad o ocsigen cartref. Gallwch gysylltu a Air Products 24 awr y dydd ar y llinell argyfwng 0800373580

Presgriptiwn Dilynol

I gleifion sydd angen meddyginiaeth hir dymor, mae gennym system gyfrifiadurol i bresgriptiynnau dilynol. Gadewch eich rhestr gyfrifiadur, gan nodi'n eglur pa eitemau a ddymunwch, naill ai yn y dderbynfa **cyn 1.00yh** neu drwy amgau amlen gyda'ch cyferiad â stamp arni, neu drwy archebu ar www.cadwgansurgery.org. Dylid caniatau o **leiaf 48 awr** i gael presgriptiwn, heblaw ar ddydd Gwener, pan y bydd y prescriptiwn ar gael brynhawn Mawrth. **Cofiwch y cymerir 3 diwrnod gwaith i chi gael eich meddygyniaeth os ydych yn casglu o'r fferyllfa yn hytrach nac o'r feddygfa**. Ni chewch bresgriptiwn yn gynt heblaw ei fod yn handodol i'ch iechyd ar y pryd. Nodir nad yw meddigyniaethau sydd wedi eu marcio 1/1 neu ar ôl y dyddiad 'expiry' ar ochr rhwyg eich presgriptiwn yn/yn dal yn eitemau dilynol, felly gallant gael eu gwrthod.

Er mwyn i ni oruchwylio eich triniaeth bydd stamp coch ar eich prescriptiwn bôb 6-12 mis yn eich cyfeirio i weld y meddyg. Polisi Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yw i'r feddygfa roi prescriptiwn 28 diwrnod yn unig i'w chleifion. Mae Technegydd Presgripsiwn Meddygfa (Amanda J Hughes) sydd yn gyflogedig gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yn gweithio o'r feddygfa, er mwyn helpu i sicrhau presgripsiynau o'r safon uchaf.

Archebu Cludiant i'r Ysbyty

Nid yw'r feddygfa yn gyfrifol ddim mwy am archebu eich cludiant i'r ysbyty. Os ydych angen cadarnhad os oes ganddoch yr hawl i gludiant, neu os ydych

ellir ei drin yn dda. Mi fydd Sgrinio Coluddion Cymru yn gyrru pecyn I gleifion rhwng 60-69. Ymwelwch a www.nhs.uk/sites3/home.cfm?orgid=747

Gwarchodydd

Bydd gwarchodydd ar gael bob amser y dymunir un

Llawfeddygaeth

Gall rhai o'r meddygon gario allan llawdriniaethau bychain, fel arfer lympiau, yn y feddygfa ddwy waith y mis rhwng 2.00-4.00yh. Rhaid i chi weld eich meddyg cyn cael llawdriniaeth.

Dietegydd

Bydd dietegydd o Ysbyty Glan Clwyd yn rhedeg clinig yn y feddygfa unwaith pob pythefnos. Gall eich cynghori am nifer of agweddion o'ch diet, gan gynnwys colli pwysau a dietau arbennig ar gyfer gwahanol glefydau. Gallwch wneud apwyntiad a hi wedi gweld eich meddyg neu un o nyrsys y feddygfa.

Cyfleusterau'r Ysbyty Gymunedol

'Rydym yn ffodus o gyfleusterau Ysbyty Gymunedol Bae Colwyn, sydd â 42 o wlau a ofalir amdanynt gan Feddyg Teulu lleol ac Ymgynghorwr gofal yr henoed. Gall eich meddyg eich anfon yma am archwyliadau pelydr X, profion gwaed, clinigau ymgynghorol neu physiotherapi a.y.b. Mae adran ddamweiniau bychan yn cael ei rhedeg gan nyrs brofiadol gyda arbenigedd mewn damweiniau; ond dylai unrhyw broblem fawr fynd i Ysbyty Glan Clwyd.

Clinigau Iechyd Rhywiol

Gallwch fynychu y clinig hwn heb orfod cael apwyntiad drwy eich meddyg teulu. Mae y clinig yn agored 9.30yb-7.00yh bod dydd Mawrth yn Ysbyty Bae Colwyn. Gellir y clinig yn delio efo materion i'w gwneud a iechyd rhywiol ac I'w gwneud efo dulliau atal cenhedlu.

Gofalu Am Ofalwyr

Cyngor a Brechiadau Teithio Tramor

Gall nyrs roi cyngor ynglyn a'ch anghenion gwrth-falaria a brechiadau tramor. Ni all y feddygfa roi prescriptiwn gwrth-falaria ar y Gwasanaeth Iechyd. Dylid caniatau digon o amser i'r rhain weithio. Mae tâl hefyd am rai o'r brechiadau.

Plant a phobl ifanc

Cred y feddygfa y dylai plant a phobl ifanc gael eu hamddiffyn bob amser. Os oes gennych gwyn neu yn pryderu am unrhyw beth cysylltwch a Mrs Shelagh Hughes, Rheolwraig y Feddygfa, un o'r partneriaid neu Ymwelydd Iechyd. Mae yr hen Fwrdd Iechyd Lleol Conwy hefyd wedi comisiynu gwasanaethau Tros Gynnal ermwyn cael cyfleuster eiriolaeth ar gyfer plant a phobl ifanc yng Nghonwy (cysylltwch drwy ffonio y rhif am ddim 0800 0852274 neu yrru neges destyn i 07768 161452).

Atal Cenhedlu

Gellir cael cyngor gan y meddygon a'r nyrsys.

Clinig Cyn Enedigaeth

Byddwch yn cael eich anfon i glinig ymgynghorydd, ond bydd mwyafrif eich gofal yn nwylo'r bydwragedd a'r meddygon. Dylid cysylltu â'ch meddyg neu eich bydwraig cyn gynted ac y darganfyddwch eich bod yn feichiog. Cynhelir y clinig bob dydd Mawrth gan y bydwragedd. Mae'n holl bwysig dod am eich archwyliad ôl-enedigaeth 6-8 wythnos.

Prawf Ceg Y Groth

Mae canllawiau cenedlaethol yn cynghori pob merch rhwng 20 a 65 oed i gael y prawf uchod bob 3 mlynedd. Bydd y prawf yn cael ei wneud gan nyrs mewn apwyntiad Iechyd Merched. Gweler y wefan www.screeningservices.org/csw am wybodaeth am brawf ceg y groth. Cofiwch y byddwch yn dal angen prawf ceg y groth hyd yn oed os ydych wedi eich brechu yn erbyn Firws Papiloma Dynol (HPV).

Sgrinio Coluddion Cymru
Cancr y coludun yw y trydydd cancr mwyaf cyffredin yng Nghymru. Serch hynny, os y darganfyddir ef yn gynnar, mae hefyd yn un o'r mathau o gancr a

angen bwcio cludiant, cysylltwch a'r Ganolfan Archebu Cludiant ar y rhif 08456076181

Nodyn Ffitrwydd

Nid ydych angen tystysgrif gan feddyg am chwe diwrnod cyntaf eich afiechyd ac os ydych wedi bod ffwrdd o'r gwaith am bedwar diwrnod neu fwy rydych angen llenwi fewn ffurflen SC2 (os yn gyflogedig) neu SC1 (os yn ddi-waith neu yn hunan-gyflogedig)(ar gael o'r dderbynfa neu'r swyddfa bost). Os ydych yn dal yn sâl ar ôl chwe diwrnod dylech gael eich asesu gan eich meddyg i gadarnhau os yw hi yn addas i chi gael 'Nodyn Ffitrwydd' o'r enw Med3 (nodir nad yw 'Tystysgrif Salwch' mewn bodolaeth ers 6.4.10). Os ydych chi, neu eich cyflogwr yn mynnu cael tystysgrif yn ystod y chwe diwnod cyntaf fe godir tâl am dystysgrif breifat. Os eich cynghorir i beidio gweithio gan adran yn yr ysbyty mae'n rhaid cael tystysgrif Med3 gan yr adran hon.

Gwaith Preifat

Mae rhai agweddau o'n gwaith ddim ar gael ar y Gwasanaeth Iechyd, ee. archwyliadau yswiriant, ffitrwydd i gael eich cyflogi, tystysgrifau preifat, ffitrwydd i gymeryd rhan mewn gweithgareddau ysgol, llythyrau a.y.b; felly disgwylir tâl am eu cwblhau. Ceir rhestr o'r taliadau hyn yn y dderbynfa neu yn adran llyfrgell www.cadwgansurgery.org. Caniatewch 10 diwrnod gwaith ar wedi i chi dalu i'r rhain gael eu cwblhau.

Newid Cyfeiriad neu Rif Ffôn

Hysbyswch y feddygfa o'ch cyfeiriad neu rif ffôn newydd chi a holl aelodau y teulu cyn gynted a phosib. Gall cyfeiriad neu rif ffôn anghywir ar eich nodiadau clinigol arwain i broblemau, ee. apwyntiadau ysbyty yn cael eu methu. Gallwch hefyd newid eich cyfeiriad ar www.cadwgansurgery.org

Preifatrwydd

Mae ystafell breifat ar gael os y dymunwch siarad â'r dderbynwraig yn breifat.

Cyfleusterau Parcio

Mae maes parcio, a lle i glymu beiciau y tu ôl i'r feddygfa.

Grwp Cyfranogiad Cleifion

Mae'r feddygfa yn ffodus o gefnogaeth y grwp yma, sydd yn cyfarfod naw gwaith y flwyddyn. Os am fwy o wybodaeth, cysylltwch â chadeirwraig y grwp, Mrs Fiona Pack ar 01492 515118.

Gwasanaethau Iechyd

Mae gan y feddygfa gontract i arlwyo gwasanaethau i'w chleifion o dan dri prif benawd - Gwasanaethau Hanfodol, Gwasanaethau Ychwanegol a Gwasanaethau 'Enhanced'. Mae'r feddygfa yn arlwyo yr holl Wasanaethau Hanfodol ac Ychwanegol. Os hoffech fwy o wybodaeth am y Gwasanaethau 'Enhanced' a gynigir ar hyn o bryd, cysylltwch â'ch meddyg neu â rheolwraig y feddygfa (Mrs Shelagh Hughes).

Brechiadau Plant

Mae brechu plant yn cymeryd lle yn y feddygfa rhwng 2.00-3.30yh ddydd Mawrth. Mae archwyliadau iechyd plant yn cael eu gwneud gan feddygon y feddygfa – mi fydd y feddygfa yn cysylltu â rhieni ynglun a'r rhain.

Amserlen Brechiadau

Mae brechu plant ac arolygiad iechyd plant yn cael ei wneud gan yr ymwelydd iechyd â'r meddyg rhwng 1.30-3.00yh ddydd Mawrth.

Oed
2 mis Diphtheria/Pâs/Tetanus/Polio/Hib + Pneumococcus
3 mis Diphtheria/Pâs/Tetanus/Polio/Hib + llid C yr ymenydd
4 mis Diphtheria/Pâs/Tetanus/Polio/Hib + llid C yr ymenydd + Pneumococcus

12 mis Hib/llid C yr ymenydd

13 mis Clwy pennau, brech goch, brech almaenig (MMR)+ Pneumococcus

3b4m-5b Diphtheria/Pâs/Tetanus/Polio + MMR

13b-18b Diptheria/Tetanus/Polio (i'r rheini sydd heb eu brechu yn yr ysgol)

Os oes unrhyw gwestiynau pellach gall yr ymwelydd iechyd, neu'r meddyg eich cynghori.

Brechiadau Eraill (gweler www.immunisation.nhs.uk **hefyd)**

Ffliw a Pneumococcus

Pob Hydref rydym yn argymell brechu cleifion dros 65 oed, a chleifion sydd a chyflyrau sy'n eu rhoi mewn perygl uwch petaent yn datblygu'r ffliw. Bydd cleifion dros 65 oed a chleifion sydd a chyflyrau sy'n eu rhoi mewn perygl uwch hefyd yn cael cynnig brechiad i'w hamddiffyn yn erbyn yr haint pneumococcus. Holwch yn y dderbynfa fis Medi/dechrau Hydref.

Fliw Moch

Rydym yn argymell brechiad y Ffliw Moch mewn cleifion sydd yn y categoriau risg uwch. Holwch yn y dderbynfa fis Medi/dechrau Hydref neu edrychwch ar y wefan ganlynol am fwy o wybodaeth www.nhs.uk/conditions/pandemic-flu/Pages/Introduction.aspx

Tetanus

Dylai pawb gael eu brechu'n erbyn y cyflwr hwn. Cysylltwch â'r nyrsys yn y feddygfa os ydych angen cadarnhad os ydych yn imiwn i Tetanus.

Firws Papiloma Dynol (HPV)

Gweler www.screeningservices.org.uk am wybodaeth ynglun a threfniadau brechu yn erbyn HPV a gychwynodd yn mis Medi 2008. Mae y mwyafrif o ferchaid yn cael eu brechu yn yr ysgolion uwchradd lleol.

Clefyd Melyn

Rydym yn ganolfan Brechiad Clefyd Melyn. Gwnewch apwyntiad â'r nyrs. Mae tâl am hwn.