Sut cafodd y Pecyn Cymorth ei ddatblygu?

Cynhaliwyd adolygiad cyflym o'r offerynnau cyfredol ar gyfer Asesu Tegwch a Chydraddoldeb Iechyd1-8.. Crëwyd y pecyn cymorth hwn i gynorthwyo'r sawl sy'n gweithio yn y system gofal sylfaenol neu'n gysylltiedig â gofal sylfaenol, i ystyried anghydraddoldebau iechyd a chymryd camau i leihau hynny drwy gynllunio gwasanaethau.

Mae'r pecyn cymorth yn debyg i offerynnau eraill ar gyfer asesu tegwch, ond mae wedi'i ddatblygu i gefnogi gofal sylfaenol yn benodol. Mae'r pecyn cymorth tegwch hwn yn cynnig opsiynau ar gyfer y tymor byr a'r hirdymor, a'i nod yw cefnogi'r gwahanol gamau sydd ynghlwm wrth ddatblygu, adolygu a chomisiynu gwasanaethau, yn ogystal â bod yn offeryn penodol i gefnogi datblygiad gwasanaethau iechyd cynhwysiant.

Offeryn1 : Rhestr Wirio Tegwch Iechyd

Ar gyfer arweinwyr gwasanaeth, arweinwyr clystyrau, a chydlynwyr, dyma ambell nodyn atgoffa cyfeillgar ichi gadw tegwch iechyd ar flaen eich meddwl wrth gynllunio a darparu gwasanaethau.

Target Audience -

Understand your population & address their needs

Pwy? boblogaeth ydych chi'n ei gwasanaethu?	Ydych chi wedi ystyried y categorïau hyn? ☐Pobl sy'n byw yn yr 20% o godau post mwyaf difreintiedig yn eich ardal? ☐ Pobl sydd â nodweddion gwarchodedig? ☐ Eich grwpiau iechyd cynhwysiant? ☐ Eich poblogaeth wledig ☐ Pwy sy'n methu apwyntiadau'n rheolaidd? ☐ Pwy sydd ar goll yn eich data?
Beth? yw eu hanghenion?	Meddyliwch am y categorïau hyn: ☐ Cyflyrau iechyd ☐ Ffordd o fyw ac ymddygiad iach ☐ Atal

	☐ Unrhyw anghenion eraill yn seiliedig ar eu hamgylchiadau cymdeithasol? ☐ A oes gwahaniaethau mewn canlyniadau iechyd? ☐ Beth yw'r anghenion nad ydynt yn cael eu diwallu yn eich poblogaeth? ☐ Ydych chi wedi siarad â phobl a sefydliadau yn eich ardal a allai fod â gwybodaeth leol?

☐ Pwynt gwirio

Gan gyfuno'r ddwy restr wirio uchod, a ydych chi wedi adnabod pwy yw'r boblogaeth sy'n flaenoriaeth ichi a beth yw eu hanghenion?

Beth? ellid ei wella ar gyfer eich poblogaeth? E.e. gwasanaeth penodol, prosiect penodol, neu lwybr neu brofiad penodol	☐ A ydych chi wedi edrych ar y dystiolaeth o ba ymyriadau sy'n gweithio? ☐ Ydych chi'n gwybod pa wasanaethau a llwybrau sydd eisoes yn bodoli yn eich ardal? ☐ A yw llwybrau gwasanaeth yn hygyrch? ☐ Pa rwystrau ydych chi wedi eu hystyried? ☐ Ydy gwasanaethau yn y lle iawn? Amser iawn? ☐ A yw eich llwybrau'n deg? ☐ Beth mae profiad cleifion yn ei ddweud wrthych chi?
Sut? ydych chi'n mynd i fynd i'r afael â hyn?	☐ A yw'r holl weithwyr proffesiynol perthnasol wedi'u cynnwys yn y gwaith cynllunio? ☐ Ydych chi'n casglu'r data angenrheidiol? (pa grŵp neu unigolion sy'n profi'r annhegwch iechyd mwyaf?) ○ Ydych chi wedi edrych ar y ddemograffeg (oedran, rhywedd, ethnigrwydd, cod post) ○ canlyniadau iechyd? ○ penderfynyddion cymdeithasol? ☐ Oes gennych chi ddigon o adnoddau? ○ gweithlu – a oes niferoedd digonol, hyfforddiant perthnasol (hyder a gallu eich staff) / adnabod hyrwyddwyr neu arweinwyr o ran anghydraddoldeb ○ cyllid (math o gyllid ac am ba mor hir? / meddyliwch am hirhoedledd, yn aml nid yw cyllid tymor byr yn helpu ☐ A allai eich ymyriad gynyddu anghydraddoldebau iechyd?

☐ Pwynt gwirio:

Darllenwch y cerdyn rhybudd ar y dudalen nesaf i weld sut y gallai eich cynllun waethygu anghydraddoldebau iechyd.

Pwy arall all eich helpu chi?	Meddyliwch am: ☐(eich asedau cymunedol, partneriaethau lleol, sefydliadau trydydd sector, awdurdodau lleol, gofal cymdeithasol, eich cleifion, eich cydweithwyr ac ati) ☐ Allwch chi gyd-ddylunio eich ymyriad neu wasanaeth?
A ydych chi wedi gwneud gwahaniaeth?	☐ Sut fyddwch chi'n gwybod a ydych chi wedi gwneud y newid roeddech chi ei eisiau? ☐ Beth mae'r data y gwnaethoch eu casglu yn ei ddweud wrthych? ☐ Ydy profiad eich claf wedi newid? ☐ A yw eich ymyriad wedi lleihau neu gynyddu anghydraddoldebau iechyd? ☐ Beth fyddwch chi'n ei wneud yn wahanol i ysgogi gwelliannau? ☐ A ydych chi wedi gallu gwneud y mwyaf o'r canlyniadau sydd o bwys i bobl am y gost isaf bosibl? ☐ Pwy all eich helpu i werthuso? (prifysgolion, timau iechyd cyhoeddus lleol ac ati)

Cerdyn Rhybudd Tegwch Iechyd

Gofal: gallai eich cynllun / ymyriad waethygu anghydraddoldebau drwy:

- Canolbwyntio ar **gamau gweithredu ar lefel unigolion** yn unig, sy'n debygol o fod yn gamau a gymerir gan grwpiau cefnog.
- Peidio â mynd i'r afael â'r **sbectrwm ehangach, llawn o ran gwraidd problemau** – ni allwch wneud hyn ar eich pen eich hun, ond gall eich partneriaid ehangach mewn awdurdodau lleol, y trydydd sector, gwasanaethau cymdeithasol a phobl eraill helpu â hyn. Ceisiwch adnabod pwy yw eich rhanddeiliaid allweddol sydd â buddiannau ac amcanion cyffredin, a gofynnwch am eu cefnogaeth. Cynlluniwch eich prosiect / gwasanaeth ar y cyd (dewch o hyd i'ch criw dethol, a rhoddwch eich ymddiriedaeth ynddynt).
- Dibynnu gormod ar **ymyriadau dan arweiniad proffesiynol yn unig.**
- Mae peidio â mynd i'r afael â **gwreiddiau sylfaenol** anghydraddoldebau iechyd – yr un peth â'r ail bwynt bwled, yn swnio'n rhywbeth mawr ac ni allwch ei wneud ar eich pen eich hun, ond gall gweithwyr proffesiynol a sefydliadau eraill sydd eisoes yn gweithio yn y maes eich cefnogi. Maen nhw yno ar lawr gwlad yn gweithio ar hyn, does ond angen i chi ddod o hyd iddyn nhw a siarad â nhw.
- Peidio ag ystyried **cost yr ymyriad**: Gallai rhai ymyriadau iechyd, hyd yn oed pan maent yn cael cymhorthdal, esgor ar gostau y mae'n rhaid i unigolion dalu amdanynt (e.e. cludiant, amser i ffwrdd o'r gwaith) na all unigolion tlotach eu fforddio.
- Peidio ag ystyried **costau cyfle**: Gall unigolion ag incwm is flaenoriaethu anghenion ariannol uniongyrchol dros ymyriadau iechyd nad ydynt yn arwain at fuddion uniongyrchol.
- Peidio ag ystyried:
  - **credoau ac agweddau diwylliannol**: Gall agweddau diwylliannol amrywiol tuag at ofal iechyd ddylanwadu ar ganfyddiad o ymyriadau gan grwpiau gwahanol o bobl, a'r graddau y maent yn derbyn yr ymyriadau hynny. Gallai grwpiau lleiafrifol neu grwpiau difreintiedig fod â llai o ymddiriedaeth yn y system gofal iechyd neu wynebu rhwystrau diwylliannol o ran derbyn ymyriadau.
  - **Cymorth Cymdeithasol:** Yn aml mae gan grwpiau economaidd-gymdeithasol uwch systemau cymorth cymdeithasol gwell sy'n hwyluso'r unigolion i dderbyn ymyriadau iechyd. Dylid ystyried sut y gallech hyrwyddo hynny yn eich ardaloedd o amddifadedd ac ymhlith grwpiau sydd ag anghenion niferus a chymhleth.