GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
University Health Board

Datganiad i'r Wasg / Press Release

11 Tachwedd 2010

Y Bwrdd Iechyd yn paratoi at Bwysau'r Gaeaf

Mae Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr yn cynllunio ar gyfer y pwysau ychwanegol a geir yn ystod misoedd y gaeaf.

Bob blwyddyn mae'r GIG yn gweld mwy na'r arfer o gleifion ar gyfer yr amser hwn o'r flwyddyn drwy gyfeiriadau gan Feddygon Teulu ac achosion brys. Mae hyn yn rhoi pwysau ychwanegol ar welyau a lefelau staffio.

Mae'r Bwrdd Iechyd yn apelio ar y cyhoedd i wneud 'Dewis Doeth' a sicrhau eu bod yn gyfarwydd â'r ymgyrch 'Gofal Piau'r Gaeaf Hwn'.

I wneud yn siŵr eich bod yn ddiogel pan fo hi'n oer ac yn rhewllyd y tu allan:

- **Gwisgwch yn addas a rhowch esgidiau call am eich traed**
- **Rhowch ddigon amdanoch** i gadw'r oerni allan
- **Gwnewch yn siŵr bod gennych stoc dda o feddyginiaethau**, yn enwedig os oes gennych afiechyd yn barod, fel asthma
- **Galwch i weld eich cymdogion,** yn arbennig pobl hŷn i wneud yn siŵr bod ganddyn nhw bopeth maen nhw'i angen

Am fwy o wybodaeth ewch i wefan Gofal Piau Hi'r Gaeaf Hwn: www.kwtw.org.uk

Wrth i'r tywydd oeri, gwnewch yn siŵr eich bod yn dewis yn dda ac yn dethol y gwasanaeth iechyd iawn i gadw'n iach ac osgoi mynd i'r ysbyty'r gaeaf hwn. Gellir trin llawer o afiechydon yn y cartref drwy ddefnyddio meddyginiaethau dros y cownter, cymryd digon o hylifau a chael digon o orffwys. Edrych ar ôl eich hun ydy'r ffordd orau o drin mân afiechydon ac anafiadau.

Mae'r fferyllfa leol yn lle ardderchog i gael help wyneb yn wyneb; gall y fferyllydd roi cyngor ynghylch trin cyflyrau cyffredin fel cur pen, dolur gwddf neu beswch annifyr, ac annwyd.

Mae nifer o ddewisiadau eraill i'ch helpu i wneud Dewis Doeth. Gall **Galw Iechyd Cymru** roi gwybodaeth a chyngor i chi am ofal iechyd o bob math ar **0845 46 47** www.nhsdirect.wales.nhs.uk

Os yw'n fwy difrifol a bod gennych afiechyd sy'n mynnu aros, yna trefnwch apwyntiad i weld eich **Meddyg Teulu**. Os oes gennych anaf yn hytrach nag

afiechyd, gall **Uned Mân Anafiadau** drin nifer eang o broblemau yn cynnwys toriadau a sgryffiniadau, streifio neu ysigo, torasgwrn neu glwyfau llai difrifol.

Mewn achos brys dylech ffonio **999** bob amser neu fynd i'r **Adran Achosion Brys.**

Mae'r Bwrdd Iechyd yn gweithio gydag awdurdodau lleol i roi cynllun gaeaf blynyddol ar waith fydd yn cefnogi gofal cychwynnol a chymdeithasol i helpu pobl gadw'n iach. Bydd hwn yn edrych ar gyfleusterau cyfredol ac yn penderfynu sut i wneud y defnydd gorau ohonyn nhw.

Mae hyn yn cynnwys datblygu Unedau Penderfyniadau Clinigol gyda lle i 8 – 10 claf i wella'r ffordd y delir ag achosion brys yn A&E. Bydd hyn yn caniatáu i rai cleifion gael eu hasesu a'u trin yn effeithiol heb orfod cael eu derbyn i'r ysbyty.

Bydd timau cymunedol yn cael eu cryfhau i roi cefnogaeth ychwanegol i gleifion sydd yn barod i gael eu hanfon adref o'r ysbyty. Byddwn hefyd yn asesu'r cydbwysedd gwelyau rhwng ysbytai llym mawr ac ysbytai cymuned lleol, ac yn edrych ar sut mae ysbytai cymuned yn gallu cefnogi'i gilydd. Bydd rhai ysbytai cymuned hefyd yn cael eu dynodi'n ganolfannau ar gyfer gofal arbenigol yn ystod y gaeaf i ddarparu gofal resbiradol neu adferiad orthopaedeg. Gall hyn gynnwys adleoli staff a gwelyau dros dro i ysbytai cyfagos.

Bydd cynyddu llawfeddygaeth ddydd hefyd yn golygu bod mwy o welyau ar gael mewn rhai ysbytai i ddarparu gofal meddygol brys ac arbenigol i'r rhai sydd fwyaf mewn angen pan fo'r tywydd garw yn gwaethygu cyflyrau resbiradol a chardiaidd.

Dywedodd Uwch Feddyg Ymgynghorol, Olwen Williams, Pennaeth Staff Cychwynnol, Cymuned a Meddygaeth Arbenigol: "Wrth i amser prysuraf y flwyddyn i'r gwasanaeth iechyd nesáu, rydym eisiau gwneud yn siŵr ein bod yn gwneud popeth yn ein gallu i ddarparu'r gwasanaeth gorau i'n cleifion. Gallwn wneud hyn drwy sicrhau bod gwelyau llym a gwelyau ysbytai cymuned yn cael eu defnyddio'n iawn. Mae hyn yn golygu derbyn cleifion i'r gwelyau iawn ar yr adeg iawn.

"Dros yr wythnosau nesaf fe fyddwn yn gweld mwy o dderbyniadau brys i'n hysbytai wrth i'r tywydd oeri. Bydd y rhan fwyaf o gleifion yn bobl hŷn gydag anawsterau anadlu a phroblemau cardiaidd fydd angen gofal brys.

" Gofynnwn i bobl ein helpu ni drwy geisio cadw'n iach a dewis y gwasanaeth iawn. Ddylen nhw ond defnyddio Adrannau Brys os oes angen gofal brys arnyn nhw. Mae hyn yn helpu ni i drin y cleifion salaf sydd fwyaf angen ein help.

DIWEDD

I gael gwybodaeth bellach, gallwch gysylltu â:

Trystan Pritchard 01248 384938

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
University Health Board

11 November 2010

Health Board Prepares for Winter Pressures

The Betsi Cadwaladr University Health Board is putting plans in place to address the additional pressures experienced during the winter months.

Every year the NHS sees a higher than average number of patients for the time of year through GP referrals and emergency admissions. This puts additional pressure on beds and staffing levels.

The Health Board is appealing to the public to 'Choose Well' and ensure they 'Keep Well This Winter'.

To make sure you stay safe when it's cold and icy outside:

- **Dress appropriately and wear sensible footwear**
- **Wrap up warm** to help keep the cold at bay
- **Stock up on medicine**, especially if you have a pre-existing condition such as asthma
- **Check on your neighbours**, especially older people to make sure they have everything they need.

For more information visit the Keep Well This Winter website: www.kwtw.org.uk

As the weather gets colder make sure you choose well and select the right health service to keep you well and out of hospital this winter.
Many illnesses can be treated at home by using over the counter medicine, taking plenty of fluids and getting plenty of rest. Self care is the best choice to treat very minor illnesses and injuries.

You can get excellent face to face help from your local pharmacist who can advise on treating minor conditions such as headaches, sore throats or troublesome coughs and colds.

There are a range of other options available to help you Choose Well. **NHS Direct** can give information on all aspects of healthcare advice on **0845 46 47** www.nhsdirect.wales.nhs.uk

If it is more serious and you have an illness that just won't go away, then make an appointment with your **GP**. If it's an injury rather than an illness, **Minor Injuries Units** can treat a wide variety of problems including cuts and grazes, sprains and strains, less serious broken bones and wounds.

In an emergency you should always call **999** or go to the nearest **Emergency Department.**

The Health Board is working with local authorities to implement an annual winter plan which will support primary and social care to help keep people well. This will look at existing facilities and identify how maximum use of them can be made.

This includes developing Clinical Decision Units with space fro 8-10 patients to improve the way emergency cases are handled in A&E. This will allow some patients to be effectively assessed and treated without needing to be admitted to hospital.

Community teams will be strengthened to give additional support for patients who are ready to be discharged from hospital. We will also assess the balance of beds between major acute and local community hospitals, and look at how community hospitals can support each other. Some community hospitals will also be designated centres for specialist care during the winter to provide respiratory care or orthopaedic rehabilitation. This may include temporary relocation of staff and beds between neighbouring hospitals.

Increasing day surgery will also mean that there are more beds available at some hospitals to provide urgent and specialist medical care to the most needy when the inclement weather can worsen existing respiratory and cardiac conditions.

Senior Consultant Olwen Williams, Chief of Staff Primary, Community and Specialist Medicine said:”As we approach our busiest time of year, we want to make sure we do all we can to continue providing the best service for our patients. We can do this by ensuring acute beds and community hospital beds are used appropriately. This means admitting patients to the right beds at the right time.

"Over the next few weeks we will see an increase in emergency admissions to our hospitals to coincide with the onset of colder weather. The majority of patients will be older people with breathing difficulties and cardiac problems requiring emergency care.

"We ask people to help us by keeping themselves well and choosing the right service. They should only use Emergency Departments if they require emergency care. This helps us to treat the most poorly patients who need our help most.

ENDS

For further information please contact:

Trystan Pritchard 01248 384938