Canllaw ar gyfer dod i’r Ysbyty

10. Gwybodaeth ddilynol a thriniaeth bellach

Pwy ddylech chi gysylltu os nad ydych yn teimlo'n dda ar ôl mynd adref?

Pan fyddwch chi'n gadael yr ysbyty anfonir manylion eich triniaeth a'ch cyflwr at eich meddyg teulu. Bydd eich meddyg teulu hefyd yn gwybod am unrhyw feddyginiaethau y byddwch wedi’u cael, felly cysylltwch â’ch meddyg teulu os bydd angen help neu gyngor arnoch neu os oes gennych unrhyw broblemau.

Os oes angen gofal meddygol arnoch ac na allwch aros nes y bydd eich meddygfa ar agor nesaf, ffoniwch y Gwasanaeth Meddygon Teulu y Tu Allan i Oriau Gogledd Cymru ar **0300 123 55 66**. Mae’r gwasanaeth hwn ar gael ar gyfer sefyllfaoedd meddygol brys ond nid ar gyfer argyfyngau. Os oes gennych argyfwng meddygol, neu broblem gritigol neu un sy’n bygwth bywyd, dylech bob amser ffonio 999.

Nid yw’r gwasanaeth y tu allan i oriau yn gallu gwneud apwyntiad i chi efo’ch meddyg eich hun, na rhoi ail-bresgripsiynau i chi na chanlyniadau profion. Dylech gysylltu â’ch meddygfa eich hun pan fydd ar agor.

Mae’r gwasanaeth y tu allan i oriau ar gael o 6.30 pm tan 8.00am dydd Llun i ddydd Gwener, a phob dydd a nos ar ddydd Sadwrn, dydd Sul a Gwyliau Banc. Ffoniwch **0300 123 55 66** yn ystod yr amseroedd hyn os nad ydych yn teimlo’n dda neu’n bryderus bod angen sylw meddygol arnoch ac na allwch aros nes bydd eich meddygfa ar agor.

Nyrsys Cymuned

Efallai y cewch eich cyfeirio at y tîm Nyrsio Cymuned hefyd a fydd yn cysylltu â chi neu’ch teulu i wneud asesiad. Cyn i chi adael yr ysbyty byddwn yn dweud wrthych pa wasanaethau sydd wedi’u trefnu i chi. Bydd yn bosib cysylltu â’ch Nyrs Gymuned drwy eich meddygfa.

Tîm Gofal Cymuned (enw arall ydy Gwasanaethau Cymdeithasol)

Mae'r ysbyty'n gweithio'n agos efo’r Timau Gofal Cymuned lleol i sicrhau bod eich anghenion gofal cymdeithasol yn cael sylw, er enghraifft, pryd ar glud neu ofal preswyl.

Os ydych chi'n meddwl bod gennych chi anghenion o'r fath soniwch amdanyn nhw wrth staff y ward cyn gynted â phosibl ar ôl cyrraedd yr ysbyty fel bo amser i gynllunio'ch trefniadau gadael yn ofalus. Efallai y cewch eich cyfeirio at y tîm Gofal Cymuned hefyd a fydd yn cysylltu â chi neu’ch teulu i wneud asesiad.

Cyn i chi adael yr ysbyty byddwn yn dweud wrthych pa wasanaethau rydym wedi’u trefnu i chi.

Rhifau cyswllt eich Timau Gofal Cymuned lleol ydy:

Gwasanaethau Cymdeithasol (Ynys Môn)	☎:	01248 752752
Gwasanaethau Cymdeithasol (Conwy):	☎:	01492 574000
Gwasanaethau Cymdeithasol (Sir Ddinbych)	☎:	01824 712900
Gwasanaethau Cymdeithasol (Sir y Fflint)	☎:	01352 752121
Gwasanaethau Cymdeithasol (Gwynedd)	☎:	01286 682743 (Arfon)
	☎	01758 704429 (Dwyfor)
	☎	01341 424539 (Meirionnydd)
Gwasanaethau Cymdeithasol (Wrecsam)	☎:	01978 291422