

Y Llwybr Cefnogi Gofal Llygaid

Awduron yr Adroddiad:

Robert Cooper, Arweinydd Ymgysylltu Strategol – GIG, RNIB

Helen Doyle, Rheolwr Ymgysylltu Strategol – GIG, RNIB.

Susan Martin, Rheolwr Prosiect – Llwybr Cefnogi Gofal Llygaid, RNIB.

Ardystiadau

CLINICAL COUNCIL
FOR EYE HEALTH COMMISSIONING

R N I B

See differently



BIOS | BRITISH AND IRISH
ORTHOPTIC SOCIETY



The **ROYAL COLLEGE** of
OPHTHALMOLOGISTS



THE COLLEGE OF
OPTOMETRISTS



LOCSU

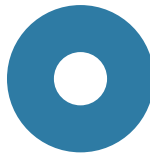


Association of British
Dispensing Opticians

Macular Society
Beating Macular Disease



Glaucoma
UK



Association of
Optometrists



The Association for
Eye Care Providers



Visionary

UKO A
UK OPHTHALMOLOGY ALLIANCE



Rebuilding
lives after
sight loss



Rehabilitation Workers
Professional Network



WORKING FOR PEOPLE WITH INHERITED SIGHT LOSS



Royal College
of Nursing

RCN ACCREDITED



Supporting ethnically diverse communities
with their eye health and sight loss



Esme's Umbrella
FOR EVERYONE WORKING FOR THE GREATER AWARENESS OF
Charles Bonnet Syndrome



Thomas Pocklington Trust

SEE ABILITY

Live. Love. Thrive. Belong.



**FIGHT
FOR
SIGHT**

Vision
Foundation



**Guide
Dogs**

Rhagair

Matt Stringer – Prif Swyddog
Gweithredol, RNIB a Chadeirydd,
Partneriaeth Sector Elusennau VI.

Nid yw'n bosib datblygu Llwybr Cefnogi Gofal Llygaid effeithiol ar ei ben ei hun, felly mae'n bleser gennyf gydnabod y cyfraniadau niferus i'r adroddiad hwn gan gynifer o unigolion a grwpiau, gan gynnwys cleifion, sefydliadau ar draws y sector gofal llygaid a nifer o elusennau colled golwg – gan gynnwys RNIB – sy'n gweithio fel rhan o Bartneriaeth Sector Elusennau VI.

Mae'r bartneriaeth hon yn gweithio i wella bywydau pobl ddall ac â golwg rhannol – a'r rhai sydd mewn perygl o golli golwg – ledled y DU. Yn y cyddestun hwn, ni allaf feddwl am ddim byd pwysicach na'r llwybr hwn i sicrhau bod cleifion yn cael mynediad gwell at wybodaeth, cyngor a chymorth drwy gydol eu taith gofal llygaid.

Rhianon Reynolds – Llywydd ac
Arweinydd Clinigol Cenedlaethol, Coleg
Brenhinol Offthalmolegwyr Cymru.

Mae'r galw am wasanaethau gofal llygaid yn fwy nag y bu erioed. Mae Llywodraeth Cymru yn cydnabod hyn, ac mae ganddi gynlluniau uchelgeisiol ar y gweill i drawsnewid gwasanaethau gofal sylfaenol, eilaidd a chymdeithasol fel bod pobl yn cael y gofal sydd ei angen arnynt mewn modd amserol ac effeithiol.

Mae darparu'r gofal hwn mewn ffordd sy'n cefnogi taith pob unigolyn yn allweddol i wella profiad bywyd person. Mae gwasanaethau anghlinigol y trydydd sector yn elfen hanfodol o'r cymorth hwn – pan fyddant wedi'u hintegreiddio'n dda i lwybrau iechyd a gofal, maen nhw'n helpu i gynnal iechyd meddwl da, meithrin gwytnwch a chynyddu annibyniaeth.

Bydd defnyddio'r adroddiad hwn fel fframwaith ar gyfer darparu gofal o'r ansawdd gorau yn ddi-os yn gwella ymgysylltiad a chanlyniadau unigol. Gall y rhai sy'n ymwneud â chynllunio a darparu gwasanaethau iechyd a gofal llygaid ei ddefnyddio bellach fel meincnod ar gyfer eu gwaith o drawsnewid gwasanaethau.

Cynnwys

- 3 Rhagair**
- 5 Crynodeb gweithredol**
- 7 Llwybr cefnogi gofal llygaid y DU**
- 8 Heriau ar draws y sector gofal llygaid
- 12 Mae angen newid llwybrau gofal llygaid**
- 13 Nodi a mynd i'r afael ag anawsterau wrth gael gafael ar wybodaeth, cyngor a chymorth
- 16 Y llwybr cefnogi gofal llygaid**
- 18 Deall y wybodaeth, y cyngor a'r cymorth sydd eu hangen ar bobl
- 40 Gweithredu a chyflwyno**
- 43 Casgliad
- 46 Cydnabyddiadau**
- 48 Cysylltwch â ni**

Crynodeb gweithredol

Ar adeg o alw cynyddol am wasanaethau gofal llygaid, mae rhanddeiliaid a phartneriaid ar draws y sector wedi dod at ei gilydd i gyd-gynhyrchu llwybr cefnogi gofal llygaid er mwyn galluogi cymorth gwell i oedolion ag anghenion gofal llygaid a fydd yn cael ei ddarparu'n gyson ledled y DU.

Nod y llwybr cefnogi gofal llygaid arfaethedig yw amlygu anghenion pobl ar bedwar cam allweddol yn eu taith:

- Cael apwyntiad cychwynnol
- Cael cadarnhad o ddiagnosis
- Cefnogaeth ar ôl diagnosis
- Byw yn dda gyda fy nghyflwr

Drwy wreiddio cymorth anghlinigol yn y llwybrau gofal llygaid presennol, mae dull sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn llawer mwy tebygol o gael ei ddarparu fel rhan o ofal arferol.

Mae angen i ni drawsnewid y ffordd rydym yn darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth ledled y DU ac integreiddio cymorth anghlinigol i lwybrau gofal llygaid presennol, fel ein bod yn gallu rhoi'r driniaeth sydd eu hangen ar bobl.

Gobeithiwn fod hyn yn helpu pawb yn y sector gofal llygaid i symud ymlaen yn gadarnhaol gyda'n gilydd wrth i ni weithio i sefydlu'r cymorth cywir ar bob cam.

Bydd hyn yn sicrhau gwasanaethau gofal llygaid gwell sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn gyda mwy o ymgysylltu, dealltwriaeth, hunangymorth a hunaneiriolaeth ar bob cam o daith gofal llygaid yr unigolyn.

Bydd cleifion yn elwa o'r dull hwn, a bydd hefyd yn lleihau'r effaith ar economi'r DU drwy gefnogi anghenion iechedd meddwl, lleihau'r risg o gwmpo, a gwneud y mwyaf o gyflogaeth ac atal pobl rhag gadael gwaith yn ddiangen oherwydd anghenion gofal llygaid a cholled golwg.

Mae trawsnewid gwasanaethau gofal llygaid yn ei gwneud yn ofynnol i bawb ymrwmo i'r gofynion a nodir yn y llwybr cefnogi gofal llygaid. Mae gweithredu newid yn gofyn am ymrwymiad hirdymor a bydd angen newidiadau dros amser. Byddem yn annog pawb i ddatblygu cynlluniau gwella blynyddol i lywio a monitro cynnydd.

Mae'r llwybr wedi'i ddatblygu mewn partneriaeth â gweithwyr iechedd a gofal cymdeithasol gyda phrofiad o wasanaethau gofal llygaid a cholled golwg, y trydydd sector a chyrrff proffesiynol ar draws y sector. Hoffem ddiolch i bawb am eu dirnadaeth, eu cyfraniadau, a'u hymrwymiad i ddatblygu'r llwybr cefnogi gofal llygaid.

Ceir rhestr o'r sefydliadau sydd wedi cyfrannu at y ddogfen hon a datblygiad y llwybr cefnogi gofal llygaid ar [dudalen 46](#).



Llwybr cefnogi gofal llygaid y DU

Gyda'n gilydd mae gennym gyfle digynsail i newid y ffordd y mae pobl yn profi gwasanaethau gofal llygaid ledled y DU. O ofal sylfaenol ac eilaidd i ofal cymdeithasol a'r trydydd sector, rydym mewn sefyllfa i greu newid sy'n arwain at ganlyniadau gwell i unigolion.

Rydym wedi cynhyrchu'r adroddiad hwn i ddangos yr hyn y gellir ei wneud drwy fynd i'r afael â'r pwyntiau poen y mae pobl sy'n defnyddio gwasanaethau gofal llygaid wedi'u hamlinellu, a chyflwyno'r elfennau allweddol sydd eu hangen arnom i rymuso pobl i gymryd rhan weithredol wrth iddynt symud ymlaen drwy eu teithiau gofal llygaid.

Mae gofal claf llwyddiannus yn mynd y tu hwnt i ofal clinigol da gan weithwyr gofal iechyd ar gyfer unrhyw gyflwr iechyd. Nid yn unig y mae angen i gleifion gael diagnosis a thriniaeth, mae angen iddynt hefyd gael eu hysbysu, eu cynnwys ac i gyfrannu'n weithredol yn eu gofal. Rydym am geisio sicrhau bod cleifion yn gallu gwerthfawrogi ansawdd eu gofal ac yn gallu ymgysylltu â'u triniaeth. Mae'r gefnogaeth gywir yn galluogi pob claf sy'n datblygu colled golwg i fyw eu bywydau i'w llawn botensial.

Cyfeirwn at holl elfennau o ofal a chymorth y tu hwnt i reolaeth glinigol uniongyrchol wrth sôn am gymorth.

Gwyddom y canlynol:

- Cynigir cymorth, ond nid yw gwasanaethau cymorth yn deg ac yn gyson ar draws y DU.
- Nid yw'r wybodaeth iechyd llygaid a ddarperir bob amser yn hygyrch a gall fod o ansawdd amrywiol.
- Mae cyngor ar gael ond nid yw bob amser yn hawdd ei gael.
- Mae cefnogaeth emosiynol yn aml yn cael ei hanwybyddu; nid yw darpariaeth cymorth iechyd meddwl ar gyfer pobl ag anghenion gofal llygaid ledled y DU yn hysbys i raddau helaeth.

Rydym wedi cyd-ddylunio, gyda chymorth partneriaid allweddol, llwybr cefnogi gofal llygaid newydd i amlygu anghenion pobl ar bedwar cam allweddol yn eu taith gofal llygaid. Mae'n creu fframwaith ar gyfer cymorth da o safbwynt claf. Drwy integreiddio cymorth anghlinigol i lwybrau gofal llygaid presennol, mae cymorth yn llawer mwy tebygol o gael ei ddarparu fel rhan o ofal arferol. Mae aliniad y llwybr cymorth â llwybrau clinigol o un pen i'r llall (hynny yw, y llwybr gofal cyfan o'r cychwyn cyntaf pan fo cyflwr yn cael ei amau hyd at ddiwedd gofal clinigol gweithredol a/neu fyw gyda chyflwr) yn caniatáu ymarferwyr clinigol, gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol i ddeall gofynion taith gyfan y claf drwy ganolbwyntio ar eu cyfnod penodol.

Credwn mai'r llwybr hwn yw'r cam cyntaf i sicrhau cymorth gwell a mwy cyson i gleifion. Mae'n ein herio ni gyd i ddeall y gofynion o safbwynt y bobl rydyn ni'n gofalu amdany'n nhw, i gwestiynu ein hymagweddau a'n harferion presennol, ac yn gofyn i ni fynd ati i adeiladu cefnogaeth ym mhob agwedd – a phob cam – o'r daith ar gyfer pobl â chyflyrau llygaid. Credwn fod hyn yn rhoi sylfaen i ni adeiladu ar ba rai y gellir eu gwella gyda defnydd ac adborth. Gobeithiwn fod hyn yn helpu pawb yn y sector gofal llygaid i symud ymlaen yn gadarnhaol gyda'n gilydd wrth i ni weithio i sefydlu'r cymorth cywir ar bob cam.

Nid yw'r fframwaith hwn o reidrwydd yn galw am wasanaethau newydd i ddarparu'r llwybr cefnogi gofal llygaid, ond byddem yn gofyn i sefydliadau ar draws y sector a chomisiynwyr y GIG ac awdurdodau lleol ddefnyddio'r llwybr ei hun i ystyried:

- Sut y gellid gwreiddio gwybodaeth, cyngor a chymorth ym mhob cam o lwybrau llygaid clinigol a gofal cymdeithasol presennol.
- Datblygu a gweithredu unrhyw lwybrau atgyfeirio newydd angenrheidiol at wasanaethau gwybodaeth, cyngor a chymorth i gleifion ag anghenion gofal llygaid ar bob cam o'u taith.
- Sut y gellir optimeiddio technoleg bresennol a newydd.

- Sut gallwn sicrhau fod pawb ag anghenion gofal llygaid, a'u teulu a'u gofalwyr, yn cael y wybodaeth, y cyngor a'r cymorth sydd eu hangen arnynt ar eu taith gofal llygaid.

Heriau ar draws y sector gofal llygaid

Ledled y DU, cynyddodd nifer y bobl a gafodd brofion llygaid 15 y cant rhwng 2010-20 [1] ac mae mwy o wasanaethau gofal llygaid yn cael eu darparu i ddiwallu mwy o angen yn nes at adref. Mae'r degawd diwethaf hefyd wedi gweld cynnydd cyflym mewn derbyniadau ysbyty ar gyfer gofal llygaid. Roedd mwy nag wyth miliwn o apwyntiadau cleifion allanol gofal llygaid ar draws y DU yn 2021/22 – y nifer uchaf o ymwelwyr ar gyfer unrhyw arbenigedd [2].

Mae oedi hir wedi bod i gleifion sy'n ceisio mynediad at ofal llygaid ysbyty ac mae'r pandemig wedi gwaethygu'r sefyllfa. Mae wedi arwain at golli apwyntiadau, oedi gyda thriniaethau a rhagor o amser arosyn codi [5; 6]. Ar hyn o bryd, mae bron i 850,000 o bobl yn aros am driniaethau gofal llygaid mewn ysbytai; dyma un o'r rhestrau aros mwyaf o holl arbenigeddau'r GIG [3] ac mae llawer mwy o gleifion sydd angen apwyntiad dilynol hefyd yn aros.

Nid yw gweithlu gofal llygaid ysbytai wedi ehangu i gyfateb â'r galw ac mae cynnydd anghyson ledled y DU o ran manteisio ar sgiliau gweithwyr gofal

llygaid gan gynnwys gwneud defnydd llawn o'r sgiliau mewn gofal llygaid sylfaenol [4]. Gwaethygir hyn gan ddiffyg systemau TG offthalmig sydd wedi'u hintegreiddio â gwasanaethau ehangach y GIG a gofal cymdeithasol. Er bod ymdrechion mwy cydgysylltiedig ar lefel genedlaethol i drawsnewid gwasanaethau gofal llygaid ar gyfer mwy o effeithlonrwydd, gofal o ansawdd uwch a chynaliadwyedd wedi dechrau, mae llawer o waith i'w wneud i sicrhau bod y system yn addas i'r diben ac i sicrhau canlyniadau gwell i bobl [7].

Gall oedi gyda diagnosis a thriniaeth arwain at golled golwg y gellir ei osgoi, ansawdd bywyd gwaeth a lefelau uchel o straen a phryder i bobl wrth iddynt aros [5; 8]. Mae diffyg ymyrraeth amserol hefyd yn cael effaith economaidd ddifrifol trwy effeithiau ar gyflyrau iechyd eraill fel dementia ac ar y gallu i weithio a gofal am eraill, a chost cymorth cymdeithasol. Mae cyflyrau'r llygaid yn costio £25.2 biliwn y flwyddyn i'r DU (ar fin codi i £33.5 biliwn yn 2050) [5; 9]. Wrth i'n poblogaeth heneiddio, mae'r materion hyn ar fin gwaethygu. Mae mwy na dwy filiwn o bobl yn byw gyda cholled golwg yn y DU heddiw; y ffigur hwn yn dyblu i fwy na phedair miliwn erbyn 2050 [10]. Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn nodi "bydd pawb, os ydyn nhw'n byw'n ddigon hir, yn profi o leiaf un cyflwr llygaid, yn ystod eu hoes"[11].

Wrth i bwysau gynyddu o fewn y GIG a gofal cymdeithasol, mae rôl y trydydd sector/sector VCSE (menter gwirfoddol, cymunedol a chymdeithasol) i gefnogi cyrff cyhoeddus lleol wedi tyfu, gyda gwerthusiadau cynnar o'u heffaith bellach yn cael eu hadrodd [12]. Yn ystod y pandemig, roedd gan y trydydd sector/sector VCSE rôl allweddol wrth gysylltu cymunedau, darparu cymorth, a lleihau unigedd. Darparodd RNIB, er enghraifft, gymorth ychwanegol i bobl ddall ac â golwg rhannol, drwy addasu ac ehangu cymorth dros y ffôn ac adnoddau a gweithgareddau ar-lein [13]. O ganlyniad i'r ymyriadau llwyddiannus hyn, mae'r gwaith hwn wedi parhau ar ôl y pandemig. Mae rôl y trydydd sector/sector VCSE yn hanfodol i wella canlyniadau poblogaeth, boed yn genedlaethol neu ar lefel leol.

Mae heriau ychwanegol mewn perthynas ag anghydraddoldebau mewn gofal llygaid, llythrennedd iechyd llygaid ac iechyd meddwl.

Mae tystiolaeth yn dangos bod lefelau llythrennedd iechyd yn effeithio'n uniongyrchol ar iechyd pobl.

Mae Health Education England yn nodi nad oes gan 61 y cant o oedolion (18-65) yn y DU sgiliau llythrennedd digonol i ddeall gwybodaeth iechyd. Gall ddarparu gwybodaeth iechyd ddibynadwy hawdd i ddeall mewn fformatau hygyrch helpu pobl i wneud penderfyniadau gwell am eu hiechyd a chymryd rhan weithredol wrth gynllunio eu gofal.

Mae angen cydnabod pwysigrwydd iechyd meddwl – gall byw gyda neu gael diagnosis o gyflwr llygaid sy'n effeithio ar y golwg gael effaith emosiynol ddwys. Mae'r profiad o addasu i golled golwg yn aml yn cael ei gymharu â phrofiad o alar. Wrth greu llwybr gofal llygaid sy'n canolbwyntio yn fwy ar yr unigolyn, mae angen canolbwyntio'n gyfartal ar iechyd meddwl a chorfforol. Mae angen gwybodaeth am sut i gael cymorth emosiynol a rhaid i gwnsela gael ei wreiddio o'r dechrau, fel y gall pobl gael mynediad at gymorth amserol pan fydd ei angen arnynt.

Mae BAME Vision wedi nodi problemau penodol y mae cymunedau ethnig amrywiol yn eu hwynebu:

- Diffyg ymgysylltu gan weithwyr proffesiynol a sefydliadau sy'n honni bod cymunedau ethnig amrywiol yn "anodd eu cyrraedd".
- Diffyg mynediad at wybodaeth gofal llygaid mewn fformat ac iaith y mae cymunedau ethnig amrywiol yn eu deall, o adeg y diagnosis ymlaen.
- Agweddau negyddol a rhwystrau diwylliannol at golled golwg ym mhob cymuned.
- Bylchau mewn data am ofal llygaid, iechyd llygaid a cholled golwg mewn cymunedau ethnig amrywiol.

Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid yn cynnig y cyfle i ymgorffori gwaith BAME Vision a gwaith SeeAbility ac eraill i fynd i'r afael â'r bylchau a'r anghydraddoldebau a wynebir gan bobl o grwpiau heb gynrychiolaeth ddigonol.



Mae angen newid llwybrau gofal llygaid

Mae llawer o wasanaethau gofal llygaid yn defnyddio llwybrau gofal lleol dogfennedig i arwain gweithwyr ar bwyntiau allweddol taith y claf a'r hyn y gellir ei gyflawni mewn gwahanol leoliadau clinigol a sut maent yn cyd-fynd. Mae'r GIG yng Nghymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon i gyd wedi gwneud cynnydd o ran creu llwybrau gofal llygaid i fynd i'r afael ag amrywiadau diangen, gyda gwahanol lefelau o lwyddiant. Mae'r rhan fwyaf o'r llwybrau gofal llygaid hyn wedi'u cynllunio i gefnogi'r gwaith o reoli a/neu drin cyflwr llygaid, a'r gwasanaethau statudol y mae gan bobl hawl iddynt wrth iddynt symud ymlaen drwy eu taith gofal llygaid. Serch hynny, rhaid rhoi mwy o sylw i'r wybodaeth, y cyngor a'r cymorth anghlinigol sydd eu hangen ar bobl.

Mae hyn yn cynnwys: darparu gwybodaeth am y cyflwr, ei driniaeth a sut i lywio cymhlethdodau'r system ofal; cymorth ymarferol ynghylch cyflogaeth, gyrru, arian neu weithgareddau cartref; a chefnogi emosiynol a lleihau'r risg o gael ei ynysu.

Mae'n bwysig nodi bod modelau arfer gorau, ansawdd fframweithiau a safonau ar gyfer cyngor a chymorth gofal llygaid gan amrywiaeth o sefydliadau ar draws y sector. Ceir rhagor o wybodaeth am y rhain ar wefan yr RNIB.

Yn anaml y mae llwybrau a ddefnyddir ar hyn o bryd yn ymgorffori'r ystod lawn o wasanaethau iechyd, gofal a chymorth ar draws taith gyfan y claf o un pen i'r llall, gan ganolbwyntio'n bennaf ar yr agwedd rheolaeth glinigol yn unig ac weithiau dim ond ar un rhan benodol o'r llwybr e.e. gwasanaethau ysbyty. O ganlyniad i ffynonellau cyllid ar wahan ar gyfer gwahanol sectorau o fewn y llwybr o un pen i'r llall a nad yw cymorth yn aml yn cael ei ystyried yn agwedd graidd o'r gofal, anaml y mae comisiynu'n edrych ar y llwybr yn gyfannol neu'n ariannu cymorth. Gall hyn olygu bod pobl yn ei chael hi'n anodd llywio eu taith ofal, yn disgyn rhwng y bylchau wrth bontio gwasanaethau ac efallai na fyddant yn cael y lefel orau o wybodaeth, cyngor a chymorth fel mater o drefn.

Problemau y llwybrau presennol:

- Mae llywio'r llwybr yn gymhleth ac yn ddryslyd i gleifion.
- Nid yw cymorth yn canolbwyntio ar yr unigolyn.
- Nid yw cymorth yn awtomatig nac wedi'i gynnwys ym mhob llwybr.
- Nid oes unrhyw gysylltiadau ffurfiol â gwasanaethau cymorth.
- Mae diffyg cyllid ar gyfer staff cymorth nad ydynt yn rhan o gyllid craidd.
- Dosbarthiad cymorth anghyfartal.
- Mae'r gefnogaeth bresennol yn anghyson.

Ar draws y DU rydym nawr yn symud at integreiddio iechyd a gofal cymdeithasol, sy'n cynnig cyfle sylweddol i sicrhau bod ein holl lwybrau gofal llygaid yn y dyfodol yn gwneud y gorau o'r cymorth sydd ar gael i bawb a'u bod yn gwbl integredig. Trwy greu llwybr cefnogi gofal llygaid sy'n cyd-fynd â llwybrau gofal llygaid clinigol a gofal cymdeithasol presennol gallwn nodi gwybodaeth allweddol, cyngor, a phwyntiau cyswllt cymorth sy'n berthnasol i bob cyflwr llygaid, ac integreiddio gwybodaeth, cyngor a chymorth anghlinigol ynddynt ar draws daith i'r claf.

Bydd hyn yn cefnogi'r gwaith parhaus o drawsnewid llwybrau gofal llygaid, gan ddarparu dull gofal mwy cyfannol sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn a defnydd mwy effeithiol o asedau gofal llygaid y DU i gefnogi pobl yn well lle bynnag y maen nhw ar eu taith gofal llygaid. Bydd hyn hefyd yn helpu i gyflawni uchelgeisiau holl lywodraethau a systemau iechyd y DU i ddarparu gofal mwy cydgysylltiedig a phersonol, gan gynnig gwell cymorth i bob person ar yr adeg gywir ac yn y lleoliad cywir.

Nodi a mynd i'r afael ag anawsterau wrth gael gafael ar wybodaeth, cyngor a chymorth

Dros y ddwy flynedd ddiwethaf mae RNIB, gan weithio gyda'r sector gofal llygaid, wedi adeiladu sylfaen dystiolaeth i ddatblygu llwybr cefnogi gofal llygaid arni. O waith ymchwil, mapio'r llwybr o un pen i'r llall, gwrando ar bobl sydd â phrofiad ac ymgysylltu â gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol a'r trydydd sector, mae'n amlwg bod pobl yn cael problemau ar bob cam o'u taith gofal llygaid [14; 15; 16; 17; 18] ac y gall effaith colled golwg fod yn sylweddol.

"Cefais ddiagnosis o Retinitis Pigmentosa a dywedwyd nad oedd dim y gellid ei wneud. Dylwn aros i fynd yn ddall, a gallai ddigwydd mewn ychydig flynyddoedd, misoedd neu wythnosau. Roeddwn yn poeni am flynyddoedd. Ni gefais fy nghyfeirio at unrhyw wasanaethau, felly ni wyddwn unrhyw beth am ECLO, adsefydlu, cymorth cymheiriaid lleol, technoleg, cymhorthion symudedd, cymorth addysg, dim byd. Roeddwn yn casáu fy mywyd ac es i gyflwr o iselder. Cymerodd 15 mlynedd i gael fy nghyfeirio at gefnogaeth hanfodol, i gwrdd ag eraill sydd â fy chyflwr llygaid ac eraill sy'n byw â cholled golwg. Nawr yn y degawd diwethaf o ddysgu am y camau yn y llwybr, mi wn am y math cywir o gymorth a ddylai fod ar gael, ac mae wedi fy ngalluogi i adeiladu fy mywyd nôl o deimlo'n isel." (Ref: BAME Vision)

At ei gilydd, mwy na 100 o bwyntiau poen - lle mae pobl yn profi problem – wedi'u nodi ar draws taith gofal llygaid nodweddiadol. Gall y problemau hyn gynnwys diffyg gwybodaeth, cyngor neu gefnogaeth; oedi i driniaeth; diffyg eglurder ynghylch yr hyn sy'n digwydd nesaf; neu gyfathrebu gwael. Bydd y rhestr lawn o bwyntiau poen ar gael fel dogfen ategol ar wefan yr RNIB.

“Credaf ddylai fod llai o ffocws ar yr agwedd feddygol a mwy arnaf i fel person cyfan. Rwy'n fwy na chyflwr meddygol.” [16]

Gan ddefnyddio'r pwyntiau poen fel sail ar gyfer gwelliant, mae gofynion cymorth unigol wedi'u nodi i greu llwybr cefnogi gofal llygaid wedi'i ategu gan dri angen thematig.

Dyma nhw:

- Deall fy nhaith gofal llygaid
- Deall fy niagnosis
- Cael mynediad at gymorth ymarferol ac emosiynol

Drwy ddatblygu llwybr cefnogi gofal llygaid ar gyfer y DU gyfan, ein huchelgais ar y cyd yw:

O'r funud mae rhywun yn sylweddoli “nad yw rhywbeth yn hollol iawn” gyda'i olwg, hyd at ddiagnosis a gallu byw yn hyderus – ac yn annibynnol – gyda'u cyflwr, mae gan bobl fynediad at

y wybodaeth, y cyngor a'r gefnogaeth sydd eu hangen arnynt.

Trwy wreiddio gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth gallwn anelu at:

- Ymyrraeth gynnar, gan ryddhau adnoddau'r GIG a gofal cymdeithasol i wella ansawdd bywydau.
- Darparu gwasanaethau sy'n ffocysu ar yr unigolyn gydag ymgysylltu, dealltwriaeth, hunangymorth a hunaneiriolaeth ar bob cam o'r daith.
- Lleihau anghydraddoldebau iechyd llygaid gan gynnwys lleihau'r annhegwch o ran mynediad at ofal ar draws pob cam o'r llwybr.
- Gwella iechyd, lles a byw'n annibynnol.
- Gwella llythrennedd iechyd llygaid.
- Cynyddu cydymffurfiad ag opsiynau triniaeth a phrotocolau a hyrwyddo gwneud penderfyniadau ar y cyd.
- Cefnogi'r gostyngiad yn nifer y rhai nad ydynt yn mynychu lleoliadau cleifion allanol.
- Lleihau effaith clefyd y llygaid ar economi'r DU trwy gefnogi anghenion iechyd meddwl, lleihau'r risg o gwmpo a gwneud y mwyaf o gyflogaeth ac atal pobl rhag gadael gwaith yn ddiangen achos anghenion gofal llygaid a cholled golwg.
- Darparu cefnogaeth gynnar a pharhaus i'r rhai sy'n aros i gael mynediad at ofal a thriniaeth.
- Lleihau anghydraddoldebau iechyd meddwl.



Y Llwybr Cefnogi Gofal Llygaid

Gall llwybrau gofal llygaid fod yn gymhleth ac, er eu bod yn aml yn cael eu disgrifio mewn modd llinol, gall pobl ddod i mewn, gadael ac ailymuno sawl gwaith yn dibynnu ar eu cyflwr. Yn arferol, mae unrhyw lwybr o un pen i'r llall yn cynnwys nifer o gyfnodau allweddol.

Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid yn adlewyrchu'r dull hwn ac mae'n cynnwys pedwar cyfnod allweddol gyda chyfnodau aros rhyngddynt, ochr yn ochr â thri angen thematig. Mae'r pedwar cam hyn hefyd yn adlewyrchu taith iechyd a gofal cymdeithasol nodweddiadol sy'n dechrau o gyflwyno'r broblem, hyd at driniaeth, rhyddhau ac ôl-ofal.

Mae'n bwysig nodi bod y cam cyn cael apwyntiad cychwynnol, sef codi ymwybyddiaeth o bwysigrwydd iechyd llygaid da a mynychu profion golwg rheolaidd, hefyd yn hollbwysig ond nid yw'n rhan o'r llwybr cefnogi gofal llygaid ei hun.

Mae'r wybodaeth, y cyngor a'r cymorth sydd eu hangen ar bobl yn berthnasol i bob cam o'r llwybr, yn ogystal â phobl eu cefnogi a'u grymuso i 'aros yn dda' wrth iddynt drosglwyddo rhwng gwasanaethau.

Eye care support pathway

Supporting you at every stage of your journey

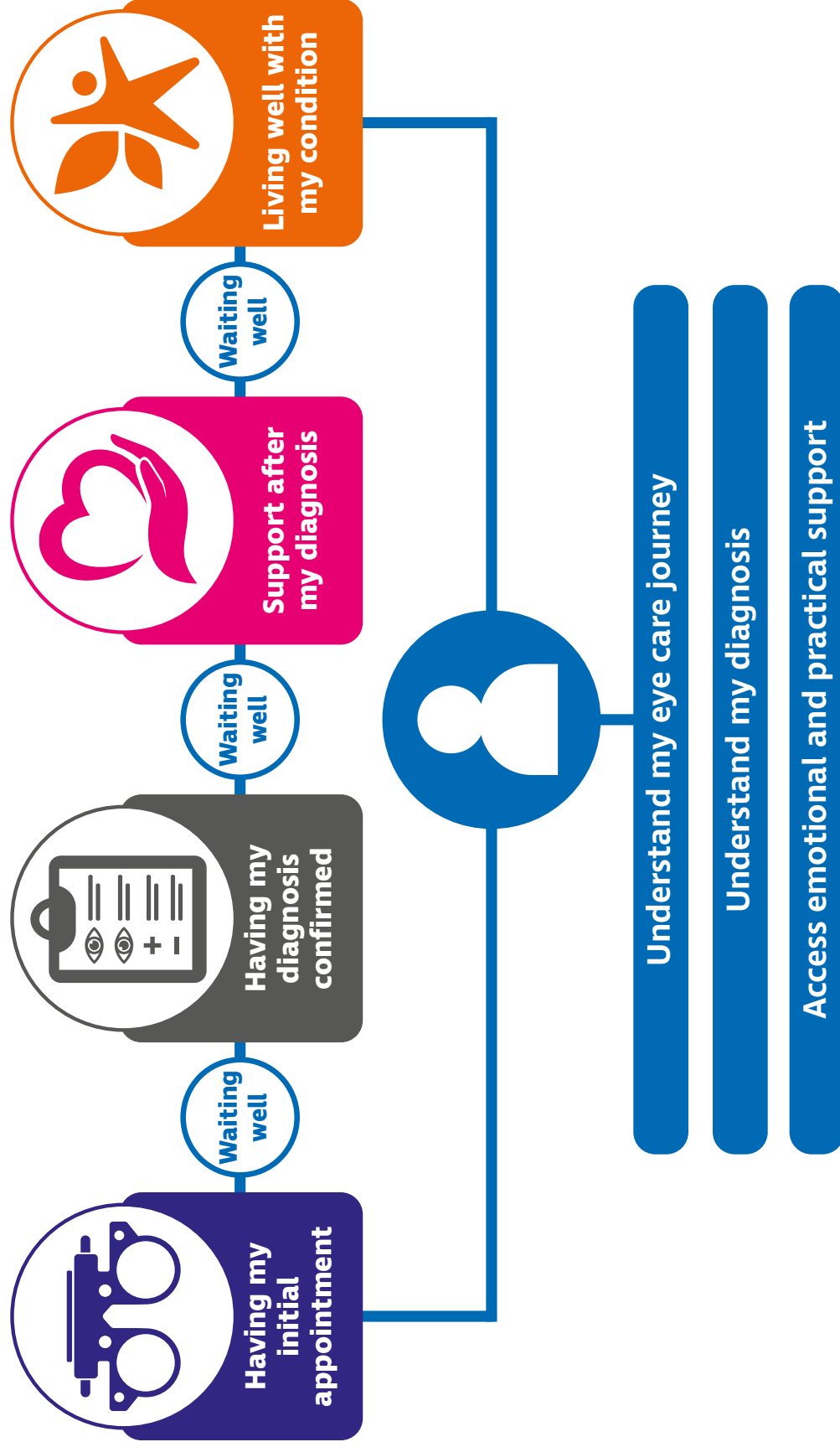


Diagram 1: Y llwybr cefnogi gofal llygaid

Deall y wybodaeth, y cyngor a'r cymorth sydd eu hangen ar bobl

Cam 1: Cael apwyntiad cychwynnol

Deilliant: Mae pobl yn deall bod rhywbeth i wirio. Byddant yn derbyn neu'n gwybod ble i fynd am wybodaeth a chyngor am wahanol gyflyrau llygaid a chymorth. Maent yn deall pwy maent yn ei weld a pham.

I'r rhan fwyaf o bobl eu pwynt cyswllt cyntaf ynghylch pryder am eu llygaid a/neu eu golwg yw apwyntiad gyda meddyg teulu, optometrydd, nyrs offthalmig neu ymweliad â'r adran damweiniau ac achosion brys. Gall hwn fod yn apwyntiad arferol, fel prawf llygaid, neu gallai fod yn bryder am newid mewn golwg. Ar y cam cychwynnol hwn mae pobl eisiau:

Cael apwyntiad cychwynnol

Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Deall pwy maen nhw'n ei weld.• Gwybod pa brofion a gynhelir a chanlyniadau cychwynnol y profion hynny cyn yr ymgynghoriad, os yw'n briodol.• Gwybod beth fydd yn digwydd nesaf a phryd.• Deall pam ei bod yn bwysig mynychu profion golwg.• Gwybod sut i gael mynediad at y gwasanaeth mwyaf priodol os bydd cyflwr eu llygaid yn newid.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Cael mynediad at lenyddiaeth iechyd llygaid benodol, o ffynhonnell ddibynadwy.• Derbyn gwybodaeth mewn fformat sy'n cwrdd â'u hanghenion cyfathrebu.• Gallu gofyn cwestiynau, mewn amgylchedd diogel gyda chefnogaeth.

Cael apwyntiad cychwynnol

Cymorth emosiynol ac ymarferol

- Gwybod ble i gael cymorth i reoli unrhyw bryder am yr hyn a ddywedwyd wrthynt a'r hyn sydd wedi'i gynllunio nesaf.
- Gwybod ble i gael gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth i helpu gyda gweithgareddau fel cyflogaeth, gyrru, budd-daliadau, gofal.
- Gwybod sut i siarad â rhywun pan fydd yn dymuno.
- Gwybod sut i gael cymorth seicolegol, os oes angen.

Yn ystod y cam apwyntiad cychwynnol, gall ddiffyg gwybodaeth a chyngor fod yn broblem. Pan fydd angen cyfeirio pobl ymlaen neu eu dilyn i fyny, gallant fod yn aneglur beth sy'n digwydd nesaf a phryd. Gall profion cael eu cyflawni heb fawr o esboniad. Mae'n bosibl na fydd optometryddion a meddygon teulu yn gallu darparu diagnosis ac mae angen eu hatgyfeirio i ofal eilaidd ar gyfer ymchwiliad pellach. Mae gwybodaeth yn allweddol yn y cyfnod cynnar hwn ac mae angen i wybodaeth fod ar gael yn rhwydd ac wedi'i theilwra ar gyfer anghenion y person.

Enghraifft o arfer da:

Mae pobl ag anableddau dysgu ddeg gwaith yn fwy tebygol o fod â phroblem golwg na phobl eraill ond maent hefyd yn llawer llai tebygol o fod wedi cael mynediad at ofal a chymorth llygaid.

SeeAbility wedi creu'r Easy Eye Care Pathway (www.seeability.org/eye-care/locsu-pathway) ac yn gweithio i'w sefydlu mewn nifer o ardaloedd yn Lloegr. Mae hyn yn golygu y gall pobl ag anableddau dysgu gael mynediad at apwyntiadau hirach a mwy addasedig gyda'u hoptegwyr. Mae SeeAbility hefyd yn darparu ystod o daflenni hawdd eu darllen (www.seeability.org/resources) ar gyflyrau llygaid cyffredin

Cyswllt: seeability.org

Mae mynediad at rywun i siarad ag ef neu hi yr un mor bwysig yn y cyfnod cynnar hwn ac yw hi wrth aros am atgyfeiriad.

Mae'n bosibl na fydd optometryddion atgyfeirio bob amser yn ymwybodol o'r cymorth anghlinigol sydd ar gael ar hyn o bryd ac felly gall cyfeirio at yr adnoddau hyn amrywio, er bod cymorth emosiynol, seicolegol ac ymarferol ar gael.

Enghraifft o arfer da:

Bellach gall Primary Eyecare Services Limited yn Lloegr ac Optometry Scotland atgyfeirio cleifion yn uniongyrchol drwy eu llwyfannau atgyfeirio i'r trydydd sector am wybodaeth, cyngor a chymorth, ar yr un pryd â gwneud atgyfeiriad gofal eilaidd.

I gyd-fynd â phrosesau atgyfeirio di-dor, mae'r sector hefyd wedi cynhyrchu modiwl e-ddysgu am ddim i alluogi optometryddion a'u timau gael dealltwriaeth ddyfnach o'r mathau o wybodaeth, cyngor a gwasanaethau cymorth sydd ar gael a all gefnogi cleifion, eu teuluoedd a'u gofalwyr.

Cyswllt: rnib.org.uk

Mae atgyfeirio i wasanaethau cymorth anghlinigol o ofal sylfaenol, gofal llygaid sylfaenol neu ofal eilaidd o'r cychwyn cyntaf bellach yn dod yn ymarferol, gydag integreiddio atgyfeirio i sefydliadau cymorth o fewn systemau TG.

Yn y dyfodol, gallai comisiynwyr a deiliaid cronfeydd gynnwys gofynion cyngor a chymorth anghlinigol ym manylebau gwasanaethau meddygon teulu, gofal llygaid sylfaenol a gofal eilaidd.

Enghraifft o arfer da:

Mae GIG Lloegr wedi darparu cyllid i gefnogi'r defnydd o systemau digidol i wella brysbennu cleifion gofal llygaid i ofal eilaidd trwy un pwynt mynediad, felly mae'r angen i gynnwys gofynion cymorth i gleifion wedi'i ymgorffori ym manylebau'r gwasanaeth gofal llygaid.

Aros yn dda ar hyd y llwybr

Deilliant: Mae pobl yn deall efallai y bydd yn rhaid iddynt aros. Byddant yn derbyn neu'n gwybod ble i fynd am wybodaeth a chymorth tra byddant yn aros. Maent yn gwybod â phwy i gysylltu os oes ganddynt unrhyw gwestiynau.

Mae amseroedd aros yn un o brif bryderon y cyhoedd gyda'r GIG [19]. Mae offthalmoleg ymhlith y tri uchaf yn genedlaethol [3]. Mae'n bwysig felly bod pobl yn gallu **aros yn dda** ar gyfer profion, diagnosis a thriniaethau. Mae'n bwysig nodi bod cyfnodau o aros ar bob cam o'r llwybr.

Mae pobl eisiau'r canlynol:

Aros yn dda: cyn yr apwyntiad

Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Bod yn glir ynghylch beth i ddisgwyl nesaf a phryd.• Gwybod â phwy i gysylltu a sut i gael amseroedd aros diweddaraf.• Gwybod sut i gael mynediad at y gwasanaeth mwyaf priodol os bydd cyflwr eu llygaid yn newid.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu cyrchu cymaint o wybodaeth ddibynadwy ag y dymunant am ddiagnosis a amheuir a chael cyngor os oes angen.• Derbyn unrhyw wybodaeth, mewn fformat sy'n cwrdd â'u hanghenion cyfathrebu.
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Gwybod ble i gael cymorth i reoli unrhyw bryder am yr hyn a ddywedwyd wrthynt a'r hyn sydd wedi'i gynllunio nesaf.• Gwybod ble i gael gwybodaeth, cyngor a chefnogaeth i helpu gyda gweithgareddau o ddydd i ddydd fel cyflogaeth, gyrru, budd-daliadau a gofal.• Siarad â rhywun pan fyddan nhw eisiau.• Gwybod â phwy i gysylltu am unrhyw gwestiynau pellach, neu os oes angen cefnogaeth seicolegol.

Mae aros am atgyfeiriad, diagnosis a/ neu driniaeth yn gyfnod o bryder ac, ar yr adeg bwysig yma, mae angen gwybodaeth ar bobl e.e. amseroedd aros, pa brofion sydd wedi'u cynllunio a beth yw'r broses, yn ogystal â mynediad at gymorth ymarferol ac emosiynol. Mae'n bwysig os bydd cyflwr llygad unigolyn yn newid ei fod yn gwybod y camau mae angen i gymryd a phwy i gysylltu â nhw.

"Collais fy ngolwg wrth aros am apwyntiad." [14]

Gall pobl baratoi orau ar gyfer eu hapwyntiad drwy dderbyn y cymorth a'r wybodaeth gywir tra byddant yn aros.

Mae pobl eisiau'r canlynol:

Aros yn dda: paratoi ar gyfer yr apwyntiad	
Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu paratoi ar gyfer y mathau o gwestiynau i'w gofyn.• Gallu deall pa mor frys yw'r apwyntiad a gallu hunan-eirioli neu sicrhau mynediad at gefnogaeth yn ystod yr apwyntiad.• Gwybod y gallant gael mynediad corfforol neu rithiol at yr apwyntiad.• Derbyn gwybodaeth mewn fformat sy'n cydfynd â'u hanghenion cyfathrebu.• Gwybod sut i gael mynediad at y gwasanaeth mwyaf priodol os bydd eu cyflwr llygaid yn newid.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu cyrchu cymaint o wybodaeth ddibynadwy ag y dymunant cyn yr apwyntiad.• Gallu deall pa gyflwr y gall fod ganddynt ac yn gallu cyfleu beth yw eu pryder yn ystod eu hapwyntiad.
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Mynediad at gymorth emosiynol, seicolegol ac ymarferol os dymunant ar unrhyw adeg.• Teimlo'n barod yn emosiynol ar gyfer canlyniadau posibl.• Deall y gall y tîm nyrsio offthalmig ddarparu gwybodaeth a chymorth fel rhan o'u gofal.• Siarad â rhywun pan fyddan nhw eisiau• Gwybod ble i fynd am gymorth seicolegol.

Mae'n bwysig sicrhau bod llythyrau apwyntiad yn hygyrch, h.y. yn y fformat sy'n ofynnol gan y person. Mae canfyddiadau diweddar yng Nghymru yn awgrymu bod un o bob tri o bobl ddall ac â golwg rhannol wedi methu apwyntiad gofal iechyd neu wedi profi effaith ar eu gofal iechyd oherwydd na chawsant wybodaeth oedd yn ddarllenadwy iddynt. [21] Yn Lloegr dim ond 11 y cant o gleifion sy'n dod o dan y Safon Gwybodaeth Hygyrch sydd â mynediad teg i'r GIG. [22]

Mae cyfleoedd lle gellir integreiddio gwybodaeth, cyngor a chymorth yn well i systemau a gwefannau TG presennol y GIG a gofal cymdeithasol.

Enghreifftiau o arfer da:

Mae gan RNIB wasanaeth Aros yn lach i gefnogi pobl sy'n aros am apwyntiadau'r GIG. Mae hyn yn ychwanegol at ei Llinell Gymorth a gwasanaethau cyngor golwg. Gall gweithwyr iechyd a gofal proffesiynol atgyfeirio cleifion yn uniongyrchol i gael gwybodaeth, cyngor a chymorth. Gall y cyhoedd hefyd hunan-atgyfeirio neu ddefnyddio gwasanaethau llinell gymorth presennol.

Mae Gwasanaeth Golwg Gwan Cymru a Chyngor Cymru i'r Deillion (WCB) wedi cydweithio i ddarparu adnodd gwybodaeth a chymorth ar wefan WCB ar gyfer ymarferwyr, y cyhoedd a gweithwyr proffesiynol Gwasanaeth Golwg Gwan Cymru. (<https://wcb-ccd.org.uk/perspectif>).

Mae My Planned Care yn rhoi cyngor a chymorth tra bod pobl yn aros ac yn eu helpu i baratoi ar gyfer eu hymgyngoriad ysbyty, triniaeth neu lawdriniaeth. Mae hyn yn cynnwys rhoi gwybodaeth am amseroedd aros a gwasanaethau cefnogi a lleol eraill y gellir eu cyrchu wrth aros.

Mae GIG Lloegr wedi creu wefan My Planned Care
www.myplannedcare.nhs.uk/



Cam 2: Cael cadarnhad o ddiagnosis

Deilliant: Mae pobl yn deall eu diagnosis ac yn gwybod ble i gael gafael ar y cymorth ymarferol ac emosiynol sydd ei angen arnynt i ddeall a delio â'u diagnosis. Mae'n bosib iddynt gymryd rheolaeth.

Yn aml y pwynt diagnosis yw un o'r rhannau anoddaf o'r llwybr. Ar yr adeg hon mae pobl, a'u teuluoedd, ffrindiau a gofalwyr, angen gwybodaeth, cyngor, cefnogaeth ac empathi i'w helpu i baratoi ar gyfer newid yn eu golwg a allai gael effaith ar eu bywyd, boed dros dro neu'n barhaol. Mae angen amser ar bobl i ofyn cwestiynau a themlo bod rhywun yn gwrando arnynt nhw.

Mae pobl eisiau'r canlynol:

Cael cadarnhad o ddiagnosis

Taith gofal llygaid

- Derbyn diagnosis sensitif.
- Deall y camau nesaf a sut bydd eu cyflwr yn cael ei drin a'i reoli, pa driniaethau sydd ar gael, ac efallai na fydd triniaeth ar gael mewn rhai achosion.
- Ymwybodol o ymchwil ac unrhyw dreialon clinigol a allai fod yn berthnasol iddynt.

Cyflwr llygaid

- Cael cynnig gwybodaeth benodol am ofal llygaid.
- Deall eu cyflwr llygaid a'u goblygiadau.
- Gallu cymryd rhan yn yr opsiynau triniaeth a ddewiswyd ganddynt a deall os nad oes triniaeth ar gael ar gyfer eu cyflwr.
- Gallu trafod eu cyflwr llygaid a sut mae'n effeithio ar eu bywyd i eraill.
- Gwybod am brofion genetig, os yw'n briodol, a sut i gael mynediad at brofion.
- Derbyn gwybodaeth am syndrom Charles Bonnet, a chyflyrau eraill sy'n gysylltiedig ag anghenion gofal llygaid a cholled golwg, a sut y gallai effeithio arnynt.

Cael cadarnhad o ddiagnosis

Cymorth emosiynol ac ymarferol Cefnogaeth

- Siarad â Swyddog Cyswllt Gofal Llygaid (ECLO) neu gallu derbyn cymorth yn bersonol/o bell.
- Deall y gall y tîm nyrsio offthalmig ddarparu gwybodaeth a chymorth fel rhan o'u gofal.
- Gwybod ble i fynd a gallu cael cymorth a gwybodaeth ymarferol ac emosiynol.
- Gwybod pa gymorth lleol sydd ar gael.
- Gwybod am wasanaethau golwg gwan, y broses Tystysgrif Amhariad ar y Golwg (CVI) a pha wasanaethau gofal llygaid eraill y gall fod angen iddynt gael mynediad iddynt yn y dyfodol.
- Gwybod sut i gael cymorth seicolegol e.e. gwasanaethau cwnsela.

Mae diagnosis yn brofiad emosiynol iawn a all wneud pobl yn teimlo'n ddryslyd ac yn bryderus ynghylch yr hyn sydd o'u blaenau.

"Aeth fy holl fyd ar chwal. Dirywiodd fy sefyllfa yn gyflym iawn" [18]

Mae pobl sydd â phrofiad byw o golled golwg wedi sôn am ddiffyg empathi gan rai clinigwyr ar adeg diagnosis a dulliau cyfathrebu gwael. [16, 18]. Gall dderbyn diagnosis sy'n newid bywyd ysgogi ymateb emosiynol cryf ac fe all gael effeithiau hirdymor, ac felly mae'n bwysig bod y tîm clinigol yn gallu sicrhau mynediad at wasanaethau gwrando a chymorth, tra'n darparu diagnosis empathetig.

"Dywedwyd wrthyf gan y meddygon – yn gwbl ddideimlad... 'mae'r golwg wedi mynd yn y llygad hwnnw, mae celloedd wedi'u difrodi y tu hwnt i'w hatgyweirio', 'mae hynny wedi mynd, anghofiwch hynny'. O ddifrif, dywedwyd hynny." [18]

Mae cyflwyno ECLOs o fewn gofal eilaidd y GIG wedi galluogi cleifion i gael mynediad at gymorth ymarferol ac emosiynol, gyda chlinigwyr yn atgyfeirio cleifion at ECLOs.

"Roedd y gwasanaeth yn galonogol a gofalgar iawn. Mae gwybod bod cymorth a chefnogaeth ar gael wedi gwneud gwahaniaeth sylweddol. Mae'n golygu y nid yw cefnogaeth yn dod i ben pan chi'n clywed nad oes dim byd arall y gellir ei wneud yn feddygol." [18]

Fodd bynnag, ar hyn o bryd nid yw'r gwasanaeth ECLO yn ar gael ledled y DU ac nid yw'n cael ei gomisiynu'n statudol o fewn gwasanaethau gofal llygaid.

Enghraifft o arfer da:

Eye Mae Swyddogion Cyswllt Gofal Llygaid (ECLOs) yn gweithio gyda thimau clinigol gofal eilaidd darparu cymorth anghlinigol wyneb yn wyneb adeg diagnosis ac ar ôl diagnosis.

O 2023 ymlaen, mae 162 o SCCLI yn gweithio ledled y DU sy'n cydymffurfio â chanllawiau fframwaith ansawdd ECLO.

Dylid darparu cymorth emosiynol a seicolegol yn gynnar yn ystod taith gofal llygaid person, yn ogystal ag yn y cyfnod allweddol hwn, gan nad yw pobl yn aml yn ceisio cymorth nes eu bod wedi cyrraedd pwynt o argyfwng. [18] Mae cymorth iechyd meddwl, ar ffurf cwnsela, wedi'i ddangos i fod o fudd i les, gyda phobl sy'n defnyddio'r cymorth hwn yn nodi llai o bryderon am eu problemau sy'n gysylltiedig â'r llygaid ac ail-alluogi personol [18].

Enghraifft o arfer da:

Mae gan y Gymdeithas Macwlaidd dîm o gwrselwyr cymwys sydd gyda phrofiad helaeth naill ai'n bersonol neu'n broffesiynol ym maes colled golwg. Mae'n darparu gwasanaeth ffôn i unrhyw un sydd wedi cael diagnosis o glefyd macwlaidd ac yn cynnig yr un gwasanaeth i aelodau teulu'r person hwnnw, yn y DU ac yn rhyngwladol.

Mae'n rhwym wrth y Fframwaith Moesegol ar gyfer Arfer Da mewn Cwnsela y BACP (British Association of Counselling and Psychotherapy).

Cyswllt: macularsociety.org

Ar gyfer pobl all fod â chyflyrau cymhleth a/neu brin, mae'r un mor bwysig bod mynediad at wybodaeth, cyngor a chymorth ar gael drwy gydol eu taith gofal llygaid yn ogystal â gweithio mewn partneriaeth â sefydliadau trydydd sector arbenigol a allai, er enghraifft, godi arian ar gyfer a hwyluso ymchwil a chynnig gwybodaeth, cyngor a gwasanaethau cymorth arbenigol canmoliaethus gan gynnwys y cyfle i gysylltu ag eraill sy'n byw gyda'u cyflwr.

Enghraifft o arfer da:

Mae gan Retina UK dudalennau gwe arbenigol – ‘Datgloi Geneteg’

Mae'r tudalennau hyn yn darparu cyfres o adnoddau o ran profion genetig a chynghori genetig ymhlith pobl sy'n byw gyda dystroffiau'r retina etifeddol, gan eu grymuso i wneud penderfyniadau cwbl wybodus am eu bywydau, gofal iechyd a chynllunio teulu.

Cyswllt: retinauk.org.uk

Wrth i bobl lywio ffordd drwy glinigau a lleoliadau gofal llygaid mae'n bwysig cydnabod bod opsiynau eraill ar gael i sicrhau mynediad cyfartal oherwydd yr heriau sy'n gysylltiedig â defnydd cynyddol o sgriniau cyffwrdd hunan-gofrestru, drysau wedi'u cloi a chlychau drws ar gyfer diogelwch iechyd lleoliadau gofal.

“Mae systemau electronig wedi lleihau fy annibyniaeth. Nid yw'n bosibl arwyddo mewn ar y cyfrifiadur ym meddygfa fy meddyg teulu ac (i mi) mae'n anodd gofyn am gymorth. Mae'n anodd gwybod a oes unrhyw un wrth y dderbynfa. Cyn hyn [y system electronig] roedd rhywun bob amser yn fy nghyfarch yn syth wrth fynd drwy'r drws.”

“Pan oeddwn yn yr uned damweiniau ac achosion brys, ni welais y botwm i agor y drws. Gwaeddodd y staff arnaf i wasgu'r botwm, ond ni allwn ei weld.” [18]

Cam 3: Cefnogaeth ar ôl diagnosis

Deilliant: Gall pobl reoli eu cyflwr golwg, ei driniaeth a'i ofal. Maen nhw'n deall y Dystysgrif Amhariad ar y Golwg a'r prosesau Cofrestru a'r manteision a'r consesiynau y mae ganddynt hawl

iddynt. Maent yn gwybod ble i droi am gymorth pellach i gael gwiriadau gan eu hoptometrydd.

Mae darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i bobl ar ôl diagnosis yn hollbwysig er mwyn galluogi pobl i ddeall a derbyn eu cyflwr a byw'n annibynnol mewn ffordd o'u dewis.

Mae pobl eisiau'r canlynol:

Cefnogaeth ar ôl diagnosis	
Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu deall eu cyflwr a cheisio eglurhad pellach, os ydynt yn dymuno.• Gallu deall a yw eu cyflwr yn etifeddol a beth mae hynny'n ei olygu.• Gwybod am ymchwil sy'n ymwneud â'u cyflwr a sut i gymryd rhan mewn treialon clinigol sy'n addas os oes ganddynt ddiddordeb.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu deall sut gall eu cyflwr ddatblygu.• Gallu cymryd rhan mewn triniaeth barhaus neu dderbyn cymorth, os oes angen.
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Gwybod sut i gael cymorth ymarferol ac emosiynol a gwybodaeth a chwnsela.• Gwybod pa gymorth lleol sydd ar gael.• Gwybod am sefydliadau sy'n cefnogi pobl gyda'u cyflwr.• Gallu siarad â rhywun sydd â'r un cyflwr â nhw os ydynt yn dymuno hynny.• Deall beth yw'r effaith bosibl ar eu gweithgareddau o fyw bob dydd e.e., gyrru, cyflogaeth, hamdden a lle mae gwybodaeth, cyngor a chymorth ar gael.

Ar ôl diagnosis, efallai y bydd angen triniaeth barhaus ar bobl gydag apwyntiadau lluosog a gallant gael eu hatgyfeirio at wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol eraill ar yr un pryd. Mae'n bwysig sicrhau bod cymorth ar gael a bod staff rheng flaen yn empathig. Gall fod yn ymwybodol o'r hyn y mae colled golwg yn ei olygu a sut i arwain pobl mewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol gwella profiad person wrth gyrchu gwasanaethau.

"Pan es i am fy archwiliad llygaid yn yr ysbyty, dywedodd y fenyw a aeth â mi mewn i'r ystafell: 'eisteddwch draw fan yna' felly dywedais: 'sori', felly mae hi'n dweud: 'mae sedd draw fan yna' a dywedais: 'Dydw i ddim yn siŵr ble' a dyma hi'n dweud: 'ar y gadair werdd'. Dywedais: 'Ai chwith neu dde yw hwnna?'" [14]

Dylid hysbysu pobl hefyd am ymchwil a threalon clinigol i'w cyflwr llygaid lle bo'n briodol.

Enghriaft o arfer da:

Ers 1965, Fight for Sight yw'r brif elusen yn y DU sy'n ymroddedig i ariannu ymchwil llygaid arloesol. Ar hyn o bryd mae'n ariannu nifer o astudiaethau i brif achosion colled golwg gan gynnwys glawcoma, dirywiad macwlaidd ac amodau etifeddol. Mae ymchwil diweddar yn cynnwys astudiaeth gan UCL a ddadansoddodd effeithiolrwydd triniaeth laser ar gyfer glawcoma o'i gymharu â diferion llygaid. Gallai'r canlyniadau o bosib wella'r ffordd y caiff glawcoma ei drin ar draws y byd.

Cyswllt:
www.fightforsight.org.uk

Er mwyn i bobl reoli eu cyflwr yn dda ar ôl diagnosis:

Cefnogaeth ar ôl diagnosis: rheolaeth barhaus	
Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Deall sut bydd eu cyflwr yn cael ei reoli, faint o apwyntiadau dylent eu disgwyl a ble y bydd rhain.• Yn gwybod am wasanaethau golwg gwan, y broses CVI a Chofrestru a pha wasanaethau gofal llygaid eraill sydd ar gael iddynt.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Yn gwybod sut i reoli unrhyw driniaeth a deall sut y gall eu cyflwr effeithio ar eu golwg yn y dyfodol.• Gallu deall pwysigrwydd dilyn y cynllun triniaeth a roddwyd iddynt (diferion llygaid, apwyntiadau clinigol ac ati).
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Yn gwybod am y cymorth y gall fod ei angen arnynt yn y dyfodol (e.e. cyngor golwg gwan) a gwybod sut i gael gafael arno.• Yn gwybod y gallant barhau i geisio derbyn cyngor a chymorth a ble mae'r cymorth hwnnw ar gael.• Yn gwybod ble i fynd i gael cymorth ymarferol a gwybodaeth am weithgareddau dyddiol o fyw e.e. cyflogaeth, gyrru a hamdden.• Yn gwybod pa gymorth lleol sydd ar gael.• Yn gwybod sut i gael cymorth cwnsela/seicolegol.

Er mwyn cael y canlyniadau clinigol gorau, mae angen i bobl ddilyn unrhyw brotocolau triniaeth sydd ar gael, deall trefnau triniaeth, a rhoi meddyginiaeth mewn modd sy'n briodol.

Yn anffodus, nid yw hyn bob amser yn wir gyda phobl yn sôn am gyfathrebu gwael, diffyg dealltwriaeth a diffyg cefnogaeth. [17,18]

“Doeddwn i ddim wir yn deall goblygiadau hynny. Pe bawn i'n gwybod roedd dal angen i mi gymryd diferion llygaid ... yn amlwg byddwn wedi gwneud hynny, yn enwedig gyda'r goblygiadau (datblygu colled golwg difrifol) sy'n fy ngwynebu wrth symud ymlaen.” [18]

Gyda datblygiad parhaus cynhyrchion newydd arloesol i wella cydymffurfiaeth â meddyginiaethau a chynnal ymgyrchoedd ar y cyd ar draws y GIG a'r trydydd sector, mae

cyfleoedd pellach i wella ymlyniad triniaeth, cyfathrebu a dealltwriaeth.

Enghraifft o arfer da:

Mae Glaucoma UK yn darparu gwybodaeth ac adnoddau am opsiynau triniaeth ar gyfer glaucoma gan gynnwys canllaw cam wrth gam ar sut i roi diferion llygaid i mewn i'r llygaid.

Cyswllt: glaucoma.uk

Gall cymorth pellach ddod ar gael yn ystod y cam hwn hefyd pan ddaw rhywun yn gymwys i gael Tystysgrif Amhariad ar y Golwg (CVI).

Fodd bynnag, mae arwyddion nad yw pawb yn cael eu hardystio pan fyddant yn gymwys [8] ac nid yw ardystiad yn arwain yn awtomatig at gofrestru. Mae dealltwriaeth wael o'r prosesau hyn ac ymwybyddiaeth isel o'r manteision i bobl ddall ac â golwg rhannol ymhlith gweithwyr proffesiynol. [8]

Dylid cynnig CVI i bobl cyn gynted ag y byddant yn gymwys i sicrhau eu bod yn gallu cael cymorth ac adsefydlu mewn modd amserol.

Mae pobl eisiau'r canlynol:

Cefnogaeth ar ôl diagnosis: Tystysgrif Amhariad ar y Golwg (CVI) a Chofrestriad gyda'r Awdurdod Lleol

Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu deall y broses CVI a'r gefnogaeth sydd ar gael trwy'r Awdurdod Lleol a beth sy'n digwydd ar bob cam.• Gallu cael mynediad at wasanaethau golwg gwan, os yw'n briodol.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Parhau i reoli eu cyflwr a deall beth i wneud os byddant yn sylwi ar unrhyw newidiadau
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Cael y cyfle i siarad â gweithiwr gofal iechyd proffesiynol, ECLO neu'r Awdurdod Lleol am y CVI a'r broses gofrestru a beth mae hyn yn ei olygu iddyn nhw.• Gwybod am gymorth adsefydlu gan sefydliadau eraill/trydydd sector sydd ar gael iddynt a gallu cael gafael arnynt.• Gwybod am fudd-daliadau sydd ar gael iddynt.• Gwybod sut i gael cymorth emosiynol neu seicolegol gan gynnwys cymorth gan gymheiriaid a chymorth cymunedol.

Gallai meddygon ymgynghorol ac aelodau eraill o'r tîm clinigol elwa ar hyfforddiant ychwanegol i'w galluogi i ddeall manteision ardystio a chofrestru ac i adnabod pryd y gallai claf fod yn gymwys. Mae hefyd yn bwysig bod prosesau gweinyddol a gweithdrefnau gweithredu safonol yn cael eu cymhwyso'n gyson i sicrhau bod pob claf priodol yn cael y cyfle i gael ardystiad a chofrestru, ac i sicrhau nad ydynt yn disgyn rhwng y bylchau rhwng iechyd a gofal cymdeithasol.

Ar hyn o bryd yn aml mae angen i ECLOs gamu i mewn a gweithredu fel eiriolwr yn y proses CVI, gyda ECLOs RNIB yn cychwyn CVI ar gyfer traean o'u cleifion [23]. Mae ECLOs hefyd yn adrodd eu bod wedi profi oedi wrth aros i feddygon ymgynghorol gwblhau eu hadrannau o'r ffurflen ac yn awgrymu y byddai'n ddefnyddiol pe bai'r ffurflen CVI yn cael ei chwblhau'n electronig.

Enghraifft o arfer da:

Fe wnaeth Ysbyty Brenhinol Llygaid Manceinion a Henshaws (sefydliad colled golwg lleol) dreialu gwasanaeth un pwynt mynediad i gleifion sydd newydd gael CVI. Ceisiodd y prosiect reoli teithiau cleifion yn well trwy gronfa ddata CVI ganolog ac atgyfeiriadau awtomatig o'r ysbyty llygaid. Drwy greu llwybrau cadarn at gymorth i gleifion, cawsant gymorth mwy amserol, wedi'i deilwra yn seiliedig ar eu hanghenion a'u profiad.

Cyswllt: www.henshaws.org.uk

Yn y dyfodol, dylid ystyried ehangu'r grwpiau proffesiynol sy'n gallu awdurdodi pobl â CVI. Mae Cymru yw'r genedl gyntaf i fabwysiadu hyn yn y DU.

Enghraifft o arfer da:

Yng Nghymru, bydd pobl â dirywiad macwlaidd dwyochrog sych sy'n gysylltiedig ag oedran yn gallu cael mynediad at ardystiad amhariad ar y golwg (CVI) mewn optometreg gofal sylfaenol yn ogystal â chlinigwyr mewn gofal eilaidd i barhau i gefnogi'r broses CVI.

Mae cyflwyno CVI mewn gofal llygaid sylfaenol wedi'i ysgogi gan **raglen diwygio contract optometreg Llywodraeth Cymru** a fydd yn gweld ystod y gwasanaethau gofal llygaid a ariennir gan y GIG a ddarperir gan optometryddion ac optegwyr dosbarthu yng Nghymru yn cynyddu, gan alluogi staff i weithio ar frig eu trwydded.

Lawlwythwch "Gofal Iechyd Llygaid GIG Cymru – Dull ar gyfer Gwasanaethau Optometreg yn y Dyfodol": bit.ly/3FrIshL

Yn ogystal â phrosesau ardystio a chofrestru, nid yw pobl ac ymarferwyr fel arfer yn ymwybodol o'r rôl a gwerth Clinigau Golwg Gwan. Ar gyfer unigolion gyda cholled golwg, gall gwasanaethau golwg gwan chwarae rhan hanfodol wrth helpu unigolion i wneud y defnydd gorau o weddill eu golwg. Gall gwasanaethau golwg gwan gael eu darparu'n lleol gan wasanaethau llygaid ysbytai neu gan awdurdodau lleol. Gwneir cyfeiriadau hwyr yn aml, a gall fod anghysondebau daearyddol ac amrywiadau sylweddol mewn amseroedd aros.

Enghraifft o arfer da:

Perspectif yw prif gronfa ddata Cymru o wasanaethau a chymorth i bobl ddall ac â golwg rhannol. Mae ymarferwyr Golwg Gwan yn cael eu hyfforddi mewn y defnydd o **Perspectif (<http://wcb-ccd.org.uk/perspectif>)**. Mae Gwasanaeth Golwg Gwan Cymru wedi cydweithio â Chyngor y Deillion Cymru i wreiddio hyn yn ffrydiau gwaith yr ymarferwyr, gan alluogi ffordd gyflym o gael gwybodaeth wedi'i theilwra i'w cleifion. Mae'n offeryn ar gyfer rhagnodi cymdeithasol.



Cam 4: Byw yn dda gyda fy nghyflwr

Deilliant: Mae pobl yn deall pa gymorth trydydd sector a gwasanaethau statudol sydd ar gael a sut i gael mynediad at adsefydlu golwg a chymorth arall.

Maent yn derbyn cefnogaeth emosiynol ac ymarferol, yn gadarnhaol am y dyfodol a gyda hyder i fyw'n ddiogel ac yn annibynnol.

Gyda'r gefnogaeth gywir i bobl ddall ac â golwg rhannol, yn ogystal â'r rhai sydd wedi colli golwg dros dro, yn gallu dod i

delerau â newidiadau yn iechyd eu llygaid ac addasu eu ffordd o fyw.

"Darganfyddais lawer o bethau eraill rwy'n gwneud yn dda; does dim rhaid i fy ngolwg diffinio fi... Ro'n i'n gwybod bod rhaid fod yn ddeallus gan na allwn i wneud pethau corfforol cystal â phobl eraill, fe wnes i ddatblygu a treulio amser ar addysg." [24]

Dylai pobl drosglwyddo'n ddiraffferth o iechyd i ofal cymdeithasol gyda mynediad at gymorth statudol a thrydydd sector. Ar y cam hwn mae angen:

Byw yn dda gyda fy nghyflwr: gwasanaethau statudol

Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Bod yn barod ar gyfer yr arbenigwr adsefydlu golwg (VRS)• Deall beth fydd yn digwydd yn yr ymweliad VRS a pha gymorth gofal cymdeithasol / statudol y gallent fod â hawl iddo.• Deall y gall fod angen aros am ymweliad a pha gymorth y gallant ei geisio yn y cyfamser gan wasanaethau / sefydliadau cymorth eraill.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gwybod sut i reoli eu cyflwr tra byddant yn aros am gymorth adsefydlu golwg a beth i'w wneud os bydd eu cyflwr / amgylchiadau'n newid
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Gwybod ble i fynd a gallu cael gafael ar gymorth a gwybodaeth ymarferol ac emosiynol megis gweithgareddau dyddiol o fywyd, cyflogaeth a hamdden wrth iddynt aros.• Gwybod pa gymorth lleol sydd ar gael.• Gwybod â phwy i gysylltu a gallu siarad â rhywun os ydynt yn dymuno.• Deall o ble arall y gallant gael cymorth.

Gall cael mynediad at ofal cymdeithasol, fel adsefydlu golwg, magu hyder a galluogi annibyniaeth, yn ogystal ag osgoi costau iechyd a gofal cymdeithasol.

Fodd bynnag, mae darpariaeth adsefydlu golwg yn dameidiog, gyda rhai ardaloedd ar draws y DU yn cynnig gwasanaeth da, a rhai ddim o gwbl. Gall amseroedd aros fod yn hir ac yn gyffredinol ni chânt eu cyhoeddi. Mae'n bwysig felly bod gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol yn parhau i atgyfeirio pobl at sefydliadau cymorth sy'n gallu cysylltu pobl â phobl eraill â'u cyflwr, darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth ac, mewn rhai achosion, adsefydlu.

Enghraifft o arfer da:

Mae llawer o sefydliadau colled golwg, gan gynnwys RNIB, yn darparu cyrsiau Byw'n Dda gyda Cholled Golwg.

Mae'r cyrsiau'n cynnwys sesiynau ffôn a/neu wyneb yn wyneb lle gall pobl ddall ac â golwg rhannol gwrdd gyda'l gilydd a dysgu am wasanaethau a chymorth sydd ar gael cyn ac ar ôl diagnosis

Mae cyrsiau'n ymdrin â phynciau o ddeall manteision i dechnoleg. Mae'r gwasanaeth hefyd yn cynnig cyrsiau "Ffocws ar" sy'n ymdrin â phynciau fel byw'n hyderus, arian a chysiau i deulu a ffrindiau.

Enghraifft o arfer da:

Mae **Blind Veterans UK** yn darparu cymorth corfforol ac emosiynol i gyn-filwyr dall i'w cefnogi i ailadeiladu eu bywydau ar ôl colli golwg.

Mae'r gefnogaeth yn un gydol oes ac wedi'i theilwra'n unigol ac mae gwasanaethau'n cynnwys adsefydlu, darparu offer a hyfforddiant arbenigol, seibiant, a gofal preswyl ochr yn ochr â chymorth i hwyluso annibyniaeth yn y cartref a mynediad at hobïau, gweithgareddau cymdeithasol, a ffitrwydd hamdden.

Cyswllt: blindveterans.org.uk

Mae pwysigrwydd cefnogi pobl i fyw bywyd yn annibynnol a chael yr un mynediad cyfartal i gyfleoedd yn hollbwysig ac yn newid bywyd.

"Cyn dechrau'r hyfforddiant symudedd hwnnw, roedd yn rhaid i mi ddibynnu ar fy ngwraig. Ar ôl i mi gael yr hyfforddiant symudedd hwnnw gallwn fynd ar fy mhen fy hun, mynd am dro ar fy mhen fy hun, mynd i'r siop ar fy mhen fy hun, mynd at y meddyg ar fy mhen fy hun, mae'n wych.... Dw i ddim mor ddiwerth â hynny, efallai y gallaf wneud pethau i mi fy hun, ac mae'n rhoi llawer o hyder i chi." [14]

Wrth weithio gydag arbenigwr adsefydlu golwg mae pobl eisiau:

Byw'n dda gyda fy nghyflwr: adsefydlu golwg	
Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu cyd-ddatblygu cynllun gweithredu gyda'r arbenigwr adsefydlu golwg.• Teimlo'n hyderus ynglŷn â beth i'w wneud os bydd eu hanghenion yn newid.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Gallu rheoli eu cyflwr llygaid.• Bod yn hyderus y gallant fyw mor annibynnol ag y gallant gyda'u cyflwr.
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Teimlo eu bod yn gallu cymryd rhan yn eu cynllun gweithredu a teimlo eu bod yn berchen arno.• Gallu cael cymorth mewn gwahanol ffyrdd wrth i'w sefyllfa newid.• Gallu siarad â/cysylltu â phobl eraill yn yr un sefyllfa â nhw.• Gwybod y gallant gael cymorth pellach ar unrhyw adeg.

Gall cynlluniau gweithredu personol Adsefydlu Golwg (a elwir weithiau Cynlluniau Gofal) amrywio o ran eu defnydd ac effeithiolrwydd ac mae arwyddion nad yw'r cynlluniau hyn yn cael eu cynhyrchu o gwbl ar gyfer rhai pobl [16].

Mae'n bwysig bod pobl yn gallu ailasesu eu hanghenion ar unrhyw adeg a chael cymorth pan fydd ei angen arnynt. Serch hynny, mae diffyg gwybodaeth am y gallu i gael ailasesiad os bydd amgylchiadau'n newid [15].

Ar gyfer pobl ifanc sy'n trosglwyddo i wasanaethau oedolion, mae angen i hyn gael ei gynllunio dros amser yn lle aros nes iddynt gyrraedd y pwynt pan fyddant yn symud o wasanaethau pediatrig i wasanaethau oedolion.

Mae Guide Dogs yn gweithio i ddatblygu Llwybr Cefnogi Amhariad ar y Golwg Pediatrig. Gweithiwn mewn partneriaeth er mwyn sicrhau dull sy'n cydgysylltu fel bod y ddau lwybr yn gweithio gyda'i gilydd ac yn sicrhau bod unrhyw un ag amhariad ar y golwg yn derbyn y cymorth sydd ei angen arnynt.

Cyswllt: guidedogs.org.uk

Mae pobl eisiau'r canlynol:

Byw'n dda gyda fy nghyflwr: adolygiad parhaus	
Taith gofal llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Deall holl gamau gwahanol y llwybr yn llawn a phwy i gysylltu â nhw ar bob cam os oes angen cymorth pellach / ail-gyrchu gwasanaethau.• Pontio rhwng gwasanaethau yn ddi-dor ac wrth symud o wasanaethau pediatrig i wasanaethau oedolion mae hyn yn cael ei gynllunio ymhell ymlaen llaw, gyda phob parti yn cymryd rhan.
Cyflwr llygaid	<ul style="list-style-type: none">• Deall y gall cyflwr eu llygaid/golwg newid a gwybod beth i'w wneud pan fydd hyn yn digwydd.
Cymorth emosiynol ac ymarferol	<ul style="list-style-type: none">• Gwybod sut i ddod o hyd i gefnogaeth sy'n berthnasol iddyn nhw.• Teimlo'n hyderus wrth gael cymorth emosiynol ac ymarferol ar unrhyw adeg yn y dyfodol.

Mae'r trydydd sector yn chwarae rhan hanfodol yma wrth gefnogi pobl i fyw'n dda. Gall hyn fod trwy ddarparu grwpiau cymunedol lleol, sy'n cynnig cefnogaeth hanfodol gan gymheiriaid a lles emosiynol a hefyd trwy ddarparu sgiliau ymarferol fel hyfforddiant mewn technoleg ddigidol i alluogi annibyniaeth. Y pwynt hollbwysig yw bod angen i bobl wybod beth sydd ar gael iddynt er mwyn iddynt allu cael mynediad at y cymorth pan fydd ei angen arnynt.

"Mae angen rhoi gwybod i bobl am ddarpariaeth leol, yw peth anoddaf yw i fod yn anymwybodol o beth sydd ar gael." [16]

Gweithredu a chyflwyno

Rydym wedi nodi bylchau a phroblemau o ran sicrhau bod pobl yn gallu cael gafael ar gymorth sy'n cael ei waethygu gan y pellter cynyddol rhwng y galw cynyddol am ofal llygaid a'r pwysau ar staff ac adnoddau eraill i'w ddarparu.

Credwn mai un ffordd o gau'r bwlch hwn yw i'r cyrff iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru, Lloegr, Gogledd Iwerddon a'r Alban roi'r llwybr cefnogi gofal llygaid ar waith yn lleol.

Mae gan y trydydd sector weithlu sydd â'r arbenigedd i gydweithio â'n systemau iechyd a gofal cymdeithasol i nodi bylchau o'r fath ac i drawsnewid y ffordd yr ydym yn darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth ledled y DU.

Yn ogystal, mae gan y sector ystod eang o offer, canllawiau arfer da, fframweithiau ansawdd a phortffolio gwasanaeth helaeth i fodloni'r gofynion a nodir ar draws y llwybr. Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid a'i fframwaith ategol yn darparu'r sail ar gyfer archwilio, olrhain a monitro'r cymorth a ddarperir ar hyn o bryd ac yn y dyfodol.

Gall Partneriaeth Sector Elusennau VI, sy'n cynnwys wyth o'r prif elusennau yn y sector colled golwg rhoi trosolwg strategol o'r llwybr cefnogi gofal llygaid i helpu ymhellach.

Dyma'r partneriad: Blind Veterans UK, Glaucoma UK, Guide Dogs, Macular Society, Retina UK, RNIB, Thomas Pocklington Trust a Visionary.

Ar hyn o bryd, mae Partneriaeth Sector Elusennau VI wedi ymrwmo i gefnogi a goruchwylio gweithrediad a chyflwyniad y llwybr cefnogi gofal llygaid ar draws y DU. Bydd y sector yn parhau i gefnogi gweithredu trwy gynhyrchu adnoddau pellach gan weithio gyda phartneriaid fel Coleg Brenhinol yr Offthalmolegwyr i droshaenu'r llwybr gyda llwybrau clinigol.

Bydd y bartneriaeth hefyd yn ymrwmo adnoddau fel Cyfarwyddwyr Gwledydd, Rheolwyr Ymgysylltu Strategol y GIG a Rheolwyr Datblygu Partneriaethau Rhanbarthol i arwain ar weithredu a sicrhau bod arweinwyr rhanbarthol a lleol yn ymwneud â chyflwyno a gweithredu'r llwybr.

Bydd Visionary, a sefydliadau eraill, yn sicrhau bod elusennau colli golwg lleol yn cael eu cynrychioli a bydd Cynghorau Colli Golwg rhanbarthol Ymddiriedolaeth Thomas Pocklington yn sicrhau bod pobl â phrofiadau bywyd yn cael eu cynnwys yn weithredol.

Esiampl:

Mae Cynghorau Colled Golwg (SLCs) yn cael eu harwain gan aelodau dall ac â golwg rhannol. Maent yn mynd i'r afael â materion lleol ac yn gweithio gyda busnesau a darparwyr gwasanaethau i wella hygyrchedd eu gwasanaethau. Ar hyn o bryd mae 20 SLC ar draws Lloegr.

Cyswllt: sightlosscouncils.org.uk

Esiampl:

Mae Visionary yn sefydliad aelodaeth ar gyfer elusennau colled golwg lleol. Mae'n cynrychioli ac yn cefnogi 110 o sefydliadau colled golwg lleol ledled y DU sy'n darparu gwasanaethau cymunedol. Mae aelodau Visionary yn gweithio ochr yn ochr â thua 250,000 o bobl ddall ac â golwg rhannol a'u teuluoedd.

Cyswllt: visionary.org.uk

Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid wedi'i gynllunio ar y cyd gan bobl sydd â phrofiad byw mewn partneriaeth â gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio ar draws ein systemau gofal llygaid a gofal cymdeithasol. Wrth i ni symud ymlaen, mae angen i ni ymrwymo i'r tri maes allweddol a ganlyn:

1. Dull integredig o gynllunio gofal llygaid strategol a gweithredol, gan sicrhau bod llwybrau gofal llygaid yn cael eu gwneud wedi'i gyd-gynllunio ac yn canolbwyntio ar yr unigolyn gydag anghenion cymorth yn cael eu hystyried a'u hintegreiddio.
2. Cryfhau'r berthynas rhwng iechyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector, i gydlynu a chydweithio cynigion gwybodaeth, cyngor a chymorth fel ei bod yn hawdd i'r cyhoedd lywio a chael gafael ar gymorth.
3. Canolbwyntio ar ddatblygu a chyflawni cynllun gwella llwybr cefnogi gofal llygaid flwyddyn ar ôl blwyddyn, sy'n rhan o unrhyw strategaethau trawsnewid lleol a chenedlaethol.

Bydd y dull hwn yn galluogi pobl i ymgysylltu'n gadarnhaol â'u taith gofal llygaid.

Mesur canlyniadau ac effaith:

Wrth i'r llwybr cefnogi gofal llygaid gael ei roi ar waith, bydd yn hollbwysig mesur ei lwyddiant a chanlyniadau i bobl ag anghenion gofal llygaid. Mae RNIB wedi datblygu theori newid ar gyfer y llwybr cefnogi gofal llygaid ac mae'r ddogfen hon wedi amlinellu'n glir y canlyniadau i bobl ar bob cam. Gan ddefnyddio'r pwyntiau poen a nodwyd fel mesur sylfaenol, tîm gwerthuso mewnol RNIB – yn gweithio gyda partneriaid – yn datblygu'r fethodoleg briodol i olrhain cynnydd yn erbyn y mesurau sylfaenol hyn er mwyn nodi'n glir a yw'r canlyniadau'n cael eu cyflawni a'r gwahaniaeth y mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid yn ei wneud i bobl ag anghenion gofal llygaid. Bydd y gwerthusiad hefyd yn cwmpasu'r gwahaniaeth y gall y llwybr ei wneud i'r GIG a'r system gofal cymdeithasol mewn nifer o feysydd allweddol.

Mae gennym gyfle i greu'r effaith ganlynol:

- Llwybrau gofal llygaid sy'n effeithiol, yn effeithlon ac yn glir i bobl sydd mewn perygl o golli golwg a gweithwyr proffesiynol.
- Mae gan bobl gyda cholled golwg lefelau iechyd a lles mor uchel â'r boblogaeth gyffredinol.

Y camau nesaf – rydym yn anelu at:

- Meddu ar ymagwedd integredig at gymorth clinigol ac anghlinigol wrth ariannu gwasanaethau gofal llygaid.
- Meddu ar ddull integredig o gynllunio gofal llygaid strategol a gweithredol, gan sicrhau bod llwybrau gofal llygaid yn cael eu cyd-gynllunio ac yn canolbwyntio ar yr unigolyn gan ystyried anghenion cymorth.
- Cryfhau'r berthynas rhwng iechyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector, gan weithio gyda'r trydydd sector i gydlynu a chydweithio â chynigion gwybodaeth, cyngor a chymorth fel ei bod yn hawdd i'r cyhoedd lywio a chael gafael ar gymorth.
- Canolbwyntio ar ddatblygu a chyflawni cynllun gwella llwybr cefnogi gofal llygaid flwyddyn ar ôl blwyddyn, sy'n rhan o unrhyw gynlluniau trawsnewid cenedlaethol
- Cydgynllunio, mesur a gwerthuso gwelliannau, gan weithio ochr yn ochr â phobl sydd â phrofiad byw o golled golwg/cyflyrau llygaid.
- Meddu ar lwybrau gofal llygaid digidol sy'n rhyngweithio ag iechyd, gofal cymdeithasol a'r trydydd sector.
- Ymrwymo'n lleol ac yn genedlaethol i sicrhau bod penderfyniadau'n cael eu gwneud ar y cyd ar draws y llwybr cyfan o'r dechrau i'r diwedd gydag ymrwymiad i greu neu ail-lunio rhwydweithiau iechyd llygaid lleol.

Casgliad

Wrth ddatblygu'r llwybr ymgynghorwyd â mwy na 500 o bobl â phrofiad byw, ymgysylltwyd â 50 o bersonél allweddol ar draws y sector ac mae 30 o'n cyrff gofal llygaid blaenllaw wedi'u cynrychioli. Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid yn crynhoi'r ymroddiad a'r ymrwymiad i gydgyhyrchu a chyddylunio ein gwasanaethau gofal llygaid yn y dyfodol. Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid wedi'i wreiddio'n gadarn ym mhrofiad pobl o fyw ag anghenion gofal llygaid neu o weithio gyda phobl ag anghenion gofal llygaid a'u cefnogi. Mae gan bawb sy'n ymwneud â'r gwaith hwn un uchelgais unedig – trawsnewid ein llwybrau gofal llygaid i sicrhau bod cleifion yn cael mynediad gwell at wybodaeth, cyngor a chymorth drwy gydol eu taith gofal llygaid a cholled golwg.

Os bu erioed adeg pan oedd angen mewnbwn a chymorth ychwanegol gan elusennau'r trydydd sector ar ymarferwyr y GIG, adrannau gofal llygaid a gwasanaethau adsefydlu arbenigol, y mae ar hyn o bryd. Mae lefel y galw ar bob ymarferydd, pob adran, pob apwyntiad erioed wedi bod yn fwy nag y mae heddiw. Mae angen trawsnewid ar draws y llwybr gofal llygaid cyfan o'r dechrau i'r diwedd ond, heb well gwybodaeth, cyngor a chymorth i sicrhau bod unigolyn yn gallu cymryd rhan weithredol a rheoli ei daith gofal llygaid, bydd blaenoriaethau trawsnewid eraill yn methu.

Mae'r llwybr cefnogi gofal llygaid a'r fframwaith ategol yn cynnig y sylfaen i'r sector gofal llygaid drawsnewid y ffordd y caiff cymorth clinigol ac anghlinigol ei ddarparu i sicrhau bod ein holl lwybrau'n effeithiol, yn effeithlon ac yn glir i bobl ag anghenion gofal llygaid a gweithwyr proffesiynol fel ei gilydd. Rydym yn dibynnu ar bawb i fabwysiadu'r gofynion a nodir yn y llwybr cefnogi gofal llygaid. Ym mhob cyswllt ag unigolyn mae angen i ni ofyn i ein hunain a ydynt yn deall:

- Ei daith gofal llygaid
- Ei ddiagnosis
- Sut y gall ef neu hi gael cymorth ymarferol ac emosiynol

Os mai 'ydy' yw'r ateb i'r cwestiynau hyn, rydym wedi cefnogi'r gofynion a nodir yn yr adroddiad hwn ac wedi mynd i'r afael â hwy; 10 mlynedd o nawr ni fydd angen y llwybr hwn mwyach gan y bydd hyn yn rhan o'n hymddygiad a'n gweithgareddau bob dydd.

“Pe bai'r llwybr cefnogi gofal llygaid tua saith mlynedd yn ôl, byddai wedi rhoi llwybr allan o'r tywyllwch i mi”.
[Gweithiwr RNIB sydd â phrofiad byw o golled golwg]

Cyfeiriadau

1. Country Ophthalmic service/Eye tests data:
 - Stats Wales General Ophthalmic Services 1990s-2020
 - Northern Ireland (2022) Number of eye tests 2004-2020 (table 1.4)
 - Public Health Scotland – Number of eye tests
 - NHS Digital (2021) General Ophthalmic Services activity statistics England
 2. NHS outpatient appointments are based on the latest hospital activity statistics:
 - Health and Social Care Information Centre (2022) Hospital Outpatient Activity: treatment speciality – 2021/22
 - ISD Scotland (2022) Annual trends in outpatient activity: consultant-led clinics, 2021/22.
 - Welsh Government (2022) Outpatient attendances by treatment function, 2021/22.
 - Department of Health Northern Ireland (2022) Hospital statistics: outpatient activity statistics 2021/22.
 3. Figures for waiting times are based on the latest statistics:
 - England: 630,653 (March 23) NHS England (2023). Referral to Treatment (RTT) Waiting Times: Monthly Referral to Treatment (RTT) waiting times for incomplete pathways
 4. Facing workforce shortages and backlogs in the aftermath of COVID-19: The 2022 census of the ophthalmology consultant, trainee and SAS workforce, 20. Royal College of Ophthalmologists (2023)
 5. State of the UK's eye health 2021, Specsavers (2021)
 6. BMA website: NHS backlog data analysis (bma.org.uk)
 7. Ophthalmology (Getting it Right First Time) Programme National Specialty Report (2019)
 8. Sight loss pathway: Final report, Anglia Ruskin University, Vision, and Eye Research Institute (2022)
 9. Time to focus, Fight for Sight (2020)
 10. Sight Loss Data Tool, RNIB, www.rnib.org.uk/datatool
- Wales: 135,103 (November 22) Welsh Government (2022). Referral to treatment: Patient pathways. Total number of patient pathways, assessed as Health Risk Factor R1, waiting for an outpatient appointment
 - Scotland: 58,360 (September 22) Public Health Scotland (2022).
 - Northern Ireland: 17,898 (September 22) Department of Health Northern Ireland (2022) Northern Ireland waiting time statistics total incomplete

-
11. World Report on Vision, World Health Organisation (2019)
 12. Local health and social wellbeing: the contribution of the VCSE-sector to local health and social wellbeing in Buckinghamshire-Oxfordshire and Berkshire West. Durham University (2023)
 13. RNIB – COVID report
 14. RNIB's Voice of the customer report 4 (Oct – Dec 2021), RNIB (2022)
 15. Patient Pathway Detailed Breakdown, Kinneir Dufort (2022) Unpublished report for RNIB. Available on request
 16. People's experiences of accessing Eye Care services. RNIB (2023). Unpublished report for RNIB. Available on request.
 17. Eye Care Support Pathway Insight Report. RNIB (2023)
 18. Sight loss pathway: Final report, Anglia Ruskin University, Vision, and Eye Research Institute (2022)
 19. Jones L, Taylor DJ, Sii F, Masood I, Crabb DP, Shah P. Only eye study 2 (OnES 2): 'Am I going to be able to see when the patch comes off?' A qualitative study of patient experiences of undergoing high-stakes only eye surgery. *BMJ Open*. 2020;10(11)
 20. Public satisfaction with the NHS and social care in 2021: results from the British Social Attitudes survey. Kings Fund & Nuffield Trust, 2022
 21. Make it make sense. Inaccessible information: a health inequality. RNIB, 2023
 22. Review of the NHS Accessible Information Standard. Charity Coalition, 2022
 23. Internal RNIB ECLLO Dashboard data.
 24. RNIB, Guide Dogs and Thomas Pocklington Trust (2022) VI Lives: An in depth understanding of the experiences of people living with vision impairment in the UK.

Cydnabyddiadau

Hoffem ddiolch i'r holl weithwyr proffesiynol o bob rhan o'r sector gofal llygaid a roddodd o'u hamser i adolygu a chyfrannu at yr adroddiad. Mae'r cyrff canlynol wedi bod yn ymwneud â datblygu'r llwybr cefnogi gofal llygaid a chynhyrchu'r adroddiad hwn:

- Association of British Dispensing Opticians
- Association of Directors of Adult Social Services
- Association of Optometrists
- BAME Vision
- British and Irish Orthoptic Society
- Blind Veterans UK
- Clinical Council for Eye Health Commissioning
- College of Optometrists
- Department of Health and Social Care
- Esme's Umbrella
- Federation of Ophthalmic and Dispensing Opticians
- Fight for Sight/Vision Foundation
- Glaucoma UK
- Guide Dogs
- Kinneir Dufort
- Local Optical Committee Support Unit
- Macular Society
- NHS England
- Rehabilitation Workers Professional Network

- Retina UK
- RNIB
- Royal College of Nursing
- RCN Ophthalmic Nursing Forum
- Royal College of Ophthalmologists
- SeeAbility
- Thomas Pocklington Trust
- UK Ophthalmology Alliance
- Visionary

Dyma aelodau'r CCEHC:

- Association of British Dispensing Opticians
- Association of Directors of Adult Social Services
- Association of Optometrists (AOP)
- British and Irish Orthoptic Society
- The College of Optometrists
- Faculty of Public Health
- Federation of Optometrists and Dispensing Opticians (FODO)
- Glaucoma UK
- Local Optical Committee Support Unit (LOCSU)
- Macular Society
- Royal College of General Practitioners
- Royal College of Nursing (Ophthalmic Nursing Forum)
- Royal National Institute of Blind People
- The Royal College of Ophthalmologists



cried the Duchess almost in hysterics, "there aren't any two-handed swords and battle-axes here."
Valentin was still busy with the paper in front of him. "Tell me," he said, still writing rapidly, "could it have been done with a long French cavalry sabre?"
A low knock came at the door, which, for some unreasonable reason, curdled everyone's blood like the knocking in Macbett. Amid that frozen silence Dr. Simon managed to say: "I suppose yes, I suppose it could."
"Thank you," said Valentin. "Come in."
"The confidential

R N I B

Cymru

Golwg gwahanol
See differently

Cysylltwch â ni

**Am ragor o wybodaeth am y llwybr cefnogi
gofal llygaid, cysylltwch â ni:**



Robert Cooper – robert.cooper@rnib.org.uk



Helen Doyle – helen.doyle@rnib.org.uk



EyeCareSupportPathway@rnib.org.uk

Ffoniwch Linell Gymorth RNIB:



0303 123 9999

rnib.org.uk