

Cartrefi Gofal – dewis cadarnhaol i bobl hŷn – Cyflwyniad

Dewisiadau cadarnhaol a phenderfyniadau teuluol

Mae symud allan o'u cartref eu hunain yn gam mawr i unrhyw un. Beth bynnag fo'u hamgylchiadau, gan ei fod yn benderfyniad mor bwysig, bydd teuluoedd wedi meddwl cryn dipyn amdano, a'r dewisiadau sydd ar gael.

Mae sgysiau'n aml yn dechrau gyda "Dydyn ni ddim eisiau i mam/dad fynd i gartref gofal."

Mae dau brif reswm pam mae pobl yn dweud hyn:

Colled

Nid oes gan y rhan fwyaf o bobl unrhyw brofiad gwirioneddol o gartrefi gofal, felly mae eu canfyddiadau'n cael eu meithrin gan y cyfryngau (gryfaf) neu efallai ffrindiau

Maent yn ystyried bod cartrefi gofal yn gyfystyr â cholled – colli annibyniaeth, dewis a rheolaeth, ond hefyd atgofion a hanes.

Atebolrwydd ac euogrwydd

Pryder gwirioneddol mai eu cyfrifoldeb eu hunain yw gofalu am y person – mae dewis cartref gofal yn derbyn 'ail orau'. Gall addasu i fywyd mewn cartref gofal fod yn heriol i berson sydd wedi byw'n annibynnol ers degawdau, er y gallai fod wedi profi unigedd cymdeithasol cynyddol.

Yr her i deuluoedd yn aml yw euogrwydd, er y gallant gydnabod y gall eu hanwyliaid gael gwell ansawdd bywyd.

Beth all preswylwyr ennill wrth fyw mewn cartref gofal?

Lloches- Diogelwch: teimlo'n ddiogel yn y nos os oes angen help

Diogelwch- Diogelwch: gwybod bod pobl fedrus yno i helpu a chefnogi

Perthnasoedd - Cymuned: gwneud ffrindiau newydd, mwynhau gweithgareddau yn ogystal ag ymweliadau o safon gan aelodau o'r teulu a hen ffrindiau, nad oes angen iddynt dreulio amser yn darparu gofal mwyach – na phoeni am ddiogelwch yr unigolyn na phoeni am gael amser i wneud swyddogaethau o drwy gydol y dydd.

Llesiant - Mae llesiant yn cynnwys pum egwyddor anghenion Corfforol, Meddyliol, Cymdeithasol, Emosiynol ac Ysbrydol. Mae cartrefi gofal da yn deall yr anghenion hyn yn dda ac yn cefnogi diwylliant gofal cadarnhaol sy'n hyrwyddo llesiant y preswylwyr, eu teuluoedd a'r staff.

Tawelwch meddwl- Mae cartrefi gofal mor unigol â'r bobl sy'n byw ynddynt. Nid yw'n ymwneud mewn gwirionedd â bod yr adeilad yn addas i'r diben, nac wedi'i addurno'n braf. Er bod y rhain yn bwysig wrth gwrs, yr hyn sy'n fwy hanfodol yw ansawdd y berthynas rhwng preswylwyr a'u teuluoedd a'r staff sy'n sail i ofal da. Mae preswylwyr bodlon yn deulu bodlon. Gall teuluoedd ag anwyliaid sy'n byw mewn cartrefi gofal da fwynhau bod gyda'u hanwyliaid, gan wybod bod eu hanghenion – a'u dewisiadau, yn cael eu cefnogi'n weithredol ac yn dosturiol.

Y Fframwaith Synhwyr

Mae'r Fframwaith Chwe Synwyr yn ddull o ddarparu gofal o ansawdd uchel i bobl hyn sy'n byw mewn lleoliadau gofal. Fe'i cynigiwyd gan Mike Nolan a Sue Davis o Brifysgol Sheffield Hallam ac fe'i cydnabyddir yn eang fel fframwaith i ddarparu lefelau rhagorol o ofal. Fe'i rhennir yn ddau faes gwahanol ond cysylltiedig, yn gyntaf ffyrdd o wella gofal ac yn ail i helpu preswylwyr a gofalwyr.

Diogelwch – teimlo'n ddiogel.

Perthyn – teimlo'n rhan o grŵp gwerthfawr, i gynnal neu ffurfio perthnasoedd pwysig.

Parhad – medru cysylltu'r gorffennol, y presennol a'r dyfodol.

Pwrpas – mwynhau gweithgareddau ystyrlon, i gael nodau gwerthfawr.

Cyrhaeddiad – cyrraedd nodau gwerthfawr a bod yn fodlon gyda'ch hun/ag eraill.

Pwysigrwydd – teimlo eich bod chi o bwys a'ch bod yn cael eich gwerthfawrogi.

Ansawdd y gofal

<https://careinspectorate.wales/sites/default/files/2019-06/190627-guidance-on-completing-the-quality-of-care-review-en.pdf>

"Mae llinellau atebolrwydd, cyfrifoldeb a dirprwyo clir rhwng y darparwr gwasanaeth, yr unigolyn cyfrifol a'r rheolwr."

"Mae'r darparwr gwasanaeth yn gyfrifol am bennu safonau ansawdd, dadansoddi'r wybodaeth a gesglir a sbarduno gwelliannau i'r gwasanaeth drwy gynllunio camau gweithredu y cytunwyd arnynt." *Arolygiaeth Gofal Cymru*

Mae ansawdd bywyd yn golygu llesiant

"Mae angen i breswylwyr deimlo bod eu lleisiau'n cael eu clywed, bod ganddynt ddewis ynglŷn â'u gofal a'u cefnogaeth, a bod cyfleoedd ar gael iddynt"

Arolygiaeth Gofal Cymru

Mae ansawdd bywyd hefyd yn golygu

- Teimlo'n gyfforddus
- Teimlo'n gartrefol
- Mwynhau perthnasoedd gofal da a chysylltiadau cymdeithasol dilys, cysylltiedig
- Cael hunanddelwedd ac ymreolaeth gadarnhaol (llais, dewis a rheolaeth)
- Urddas a phreifatrwydd
- Cael pethau ystyrlon i'w gwneud.