Ymchwiliad i ddyfodol meddygaeth deulu yng Nghymru

Ymateb i'r ymholiad

Mawrth 2025

Age Cymru yw'r brif elusen genedlaethol sy'n gweithio i wella bywydau pob person hŷn yng Nghymru. Credwn y dylai pobl hŷn allu byw bywydau iach a chyffyrddus, gydag incwm digonol, mynediad at wasanaethau o ansawdd uchel a'r cyfle i lunio eu dyfodol eu hunain. Rydym yn ceisio darparu llais cryf i bob person hŷn yng Nghymru ac i godi ymwybyddiaeth o'r materion sy'n bwysig iddynt.

Rydym yn gweld gostyngiadau mewn safon iechyd a lles drwy ein gwaith ymgysylltu â phobl hŷn ledled Cymru. Yn ein harolwg yn 2024 Beth sy'n bwysig i chi?[1] gyda dros 1300 o bobl hŷn ledled Cymru, gwelsom gynnydd yng nghyfran y bobl hŷn a oedd angen apwyntiadau gofal sylfaenol. Clywsom hefyd am fwy o heriau ynghylch iechyd corfforol a meddyliol. Dywedodd 51% o bobl hŷn wrthym fod eu hiechyd corfforol wedi bod yn her yn ystod y 12 mis blaenorol, a oedd wedi cynyddu ers i ni gynnal yr arolwg yn 2023.

Heb welliannau mewn mynediad at wasanaethau meddygon teulu ar unwaith sy'n caniatáu help cynnar, rydym yn pryderu y gall newidiadau rhagamcanol poblogaeth iechyd sydd eisoes wedi eu rhagfynegi danseilio gostyngiadau iechyd erbyn hynny.

Profiad cleifion meddygon teulu

Mae ein hymgysylltiad yn dangos bod yna broblemau ledled Cymru o ran mynediad at wasanaethau meddygon teulu a newidiadau mewn argaeledd gwasanaethau. Rydym yn bryderus iawn bod y cyfyngiadau presennol mewn mynediad at ofal meddygon teulu sy'n chwarae rôl mor hanfodol wrth atal cyflyrau rhag gwaethygu eisoes yn effeithio ar allu pobl hŷn i gael y gofal sydd ei angen arnynt yn ddigon cynnar er mwyn iddynt fedru gwella.

Mae methiannau’r system 'ffoniwch am 8am' yn hysbys ac rydym yn parhau i glywed gan bobl hŷn ledled Cymru am eu rhwystredigaethau na allant wneud apwyntiadau cyffredin nac apwyntiadau brys. Gall yr amser sydd angen treulio ar y ffôn a'r straen y mae hyn yn ei achosi olygu nad oes rhai pobl yn ffonio tan fod y sefyllfa’n troi’n argyfwng. I ofalwyr di-dâl gall hyn fod yn arbennig o heriol oherwydd cyfyngiadau ar eu hamser.

Mae ein hymgysylltiad diweddar yn dangos bod derbynyddion meddygon teulu bellach yn dweud wrth gleifion gofal sylfaenol i fynd at yr adrannau damweiniau ac

[1] www.agecymru.org.uk/annualsurvey

achosion brys ar gyfer anghenion brys pan nad oes apwyntiadau ar gael. Mae hyn yn golygu bod cleifion hŷn yn mynychu adrannau damweiniau ac achosion brys, ond maen nhw'n cael eu gwrthod gan nad yw eu hanghenion yn cael eu hystyried fel argyfwng, gan olygu nad oes unrhyw le ganddyn nhw i fynd.

Mae pobl hŷn yn teimlo eu bod yn cael eu gorfodi i geisio triniaeth breifat pan nad ydynt yn gallu aros, er nad yw hyn yn opsiwn i lawer. Rydym yn pryderu bod y diffyg mynediad at ofal sylfaenol yn creu system ddwy haen, gan ehangu anghydraddoldebau iechyd.

Mae problemau amlwg mewn ardaloedd gwledig ac ynysig yng Nghymru wrth i bobl geisio cael mynediad at ofal oherwydd bod meddygfeydd wedi cau neu uno â safleoedd eraill sy'n golygu bod angen teithio ymhellach. Mae pobl hŷn yn llai tebygol o yrru a gyda gostyngiadau yn argaeledd llwybrau trafnidiaeth gyhoeddus, mae cyrraedd meddyg teulu yn annibynnol yn fwyfwy problematig.

I'r rhai nad ydynt yn gallu cyrraedd eu meddygfa yn hawdd, mae'n hanfodol nad oes rhaid i bobl deithio'n gorfforol i'r feddygfa er mwyn casglu presgripsiwn rheolaidd. Mae gorfod mynd i'r feddygfa'n rheolaidd yn ddrud ac yn gwastraffu llawer o arian.

Mae llawer o bobl hŷn wedi'u hallgau'n ddigidol. Ar gyfer ardaloedd mwy gwledig gall fod 'na fannau lle nad oes signal symudol, ac nid yw rhai pobl hŷn yn medru fforddio gwasanaethau digidol. Felly mae'n bwysig bod ystyriaeth yn cael ei roi i ddarparu atebion an-ddigidol i'r rhai sydd eu hangen pan fydd unrhyw newidiadau mewn modelau gwasanaeth meddygon teulu.

Cyfleoedd i wella gwasanaethau meddyg teulu i'w gwneud yn addas ar gyfer y dyfodol a chymryd dull mwy ataliol o ofal

Mae'n rhaid i'r model gofal sylfaenol yn y dyfodol ystyried sut y gall ddiwallu'r anghenion iechyd cynyddol a rhagwelir ac anghenion iechyd mwy cymhleth y boblogaeth hŷn yng Nghymru.

I lawer o bobl hŷn â chyflyrau iechyd lluosog, mae parhad gofal gan weithwyr proffesiynol dibynadwy sy'n deall eu hanes meddygol yn hanfodol.

Trwy ein hymgysylltiad â phobl hŷn, rydym wedi clywed rhai enghreifftiau da lle mae bylchau mewn argaeledd gwasanaethau meddygon teulu wedi'u llenwi'n rhannol ag arferion arloesol. Mewn ardal wledig yng Ngogledd Cymru mae un meddyg teulu wedi trefnu bod ymgynghorwyr o'r ysbyty yn mynychu eu meddygfa i siarad â chleifion sydd heb ddull teithio dibynadwy i'r ysbyty.

Rydym wedi manylu uchod ar faterion ychwanegol sy'n wynebu gofalwyr hŷn wrth gael mynediad at ofal gan feddygon teulu. Mae gofalwyr di-dâl yn werth tua £10.6 biliwn i economi Cymru bob blwyddyn ac amcangyfrifir bod gofalwyr yn darparu 96% o'r gofal a'r cymorth gartref. Mae angen gwella'r broses o adnabod gofalwyr. Felly, mae'n hanfodol bod gan fodelau meddygon teulu systemau arferol ar waith i adnabod gofalwyr di-dâl a sicrhau bod ganddynt fynediad at wybodaeth a chyngor a all eu cefnogi i barhau â'u rôl.

Enghraifft o arfer da yw cael meddygfa bwrpasol ar gyfer gofalwyr di-dâl ar adegau rheolaidd sy'n cael ei hysbysebu i ofalwyr di-dâl. Mae hyn yn caniatáu iddynt drefnu apwyntiadau ymlaen llaw a chaniatáu iddynt wneud trefniadau ar gyfer gofalu am y rhai sy'n derbyn gofal pan fyddan nhw'n mynd bant. Mae cael amseroedd pwrpasol yn caniatáu cynnwys cymorth asiantaeth arall yn haws i gael gwybodaeth, cyngor a chymorth ychwanegol. Mae mentrau o'r fath yn caniatáu i ofalwyr gael yr help sydd ei angen arnynt i gadw'n iach a pharhau i ofalu yn hytrach na gorfod wynebu diffyg mynediad sy'n arwain at dderbyniadau brys.

Mae Age Cymru yn elusen gofrestredig 1128436. Cwmni cyfyngedig trwy warant ac wedi'i gofrestru yng Nghymru a Lloegr 6837284. Cyfeiriad y swyddfa gofrestredig yw Y Llawr Gwaelod, Tŷ'r Morwyr, Llys Trident, Ffordd Ddwyrain Moors, Caerdydd CF24 5TD. © Age Cymru 2025.