



# Yr hyn i'w ddisgwyl gan eich meddyg: canllaw i gleifion

Wedi'i seilio ar *Arfer meddygol da*

Gweithio gyda meddygon Gweithio dros gleifion

Cyngor  
Meddygol  
Cyffredinol

Mae cleifion yn cael y gofal gorau pan fyddant yn gweithio mewn partneriaeth gyda meddygon. Mae'r canllaw hwn yn esbonio sut y mae modd i chi helpu i greu partneriaeth gyda'ch meddyg.

Synnwyr cyffredin yw cryn dipyn ohono, ond dylai ei ddilyn eich helpu chi i fanteisio i'r eithaf ar eich hamser gyda'ch meddyg.

Fe'i seiliwyd ar y safonau y mae'r Cyngor Meddygol Cyffredinol (CMC) yn eu pennu ar gyfer meddygon yn ein harweiniad craidd, *Arfer meddygol da*.



## Rhaid i feddygon ddarparu gofal da

---

Mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod gan y mwyafrif helaeth o gleifion berthynas ardderchog ac ymddiriedus gyda'u meddygon. Gyda pharch a dealltwriaeth ar y ddwy ochr, dylai fod modd i chi feithrin perthynas o'r fath. Mae'r cymorth a'r adborth y mae cleifion yn ei ddarparu yn hanfodol i feddygon, wrth eu helpu i weithio mewn ffordd effeithiol ac i barhau i wella safon eu gwaith.

O'r cychwyn cyntaf, er mwyn darparu'r gofal a'r driniaeth orau i chi, bydd angen i'r meddyg ddarganfod yr hyn sydd yn bod arnoch.

Rhaid iddynt wrando ar eich esboniad chi ynghylch pam yr ydych wedi dod i'w gweld, gan ystyried eich iechyd a'ch anhwylderau presennol a blaenorol, yn ogystal â'ch ffordd o fyw a'ch safbwyntiau. Dylent gynnal archwiliad corfforol ohonoch yn ôl yr angen.

Mae'n bwysig eich bod mor onest ac agored ag y gallwch. Efallai y bydd o gymorth i chi baratoi rhai nodiadau ymlaen llaw fel na fyddwch yn hepgor unrhyw wybodaeth a fydd yn helpu'r meddyg i ddeall eich sefyllfa.



## **Beth fydd fy meddyg yn dweud wrthyf?**

Byddant yn cynnig cyngor, meddyginiaethau neu driniaeth arall i chi ar sail y dystiolaeth orau sydd ar gael. Mae nifer ohonom yn ei chael hi'n anodd amgyffred yr holl wybodaeth y mae'n meddyg yn ei rhannu gyda ni, ac mae'n bwysig eich bod yn gofyn am eglurhad yn ôl yr angen. Yn arbennig, dylech ddeall a fydd angen i chi baratoi ar gyfer y driniaeth neu unrhyw brofion, ynghyd â'r cyfarwyddiadau er mwyn cymryd meddyginiaethau.

Unwaith eto, dylech holi'r meddyg os na fyddwch yn siŵr am unrhyw beth y mae ef neu hi wedi'i ddweud, gan gynnwys pryd neu sut y dylech chi gymryd unrhyw feddyginiaeth neu pam y bydd yn rhaid i chi gael unrhyw brofion.

Os byddwch yn teimlo nad yw'r meddyg wedi gwneud y diagnosis cywir neu nad yw'n cynnig y driniaeth gywir, bydd modd i chi ofyn am ail farn gan feddyg arall.

## **Helpu i hyfforddi myfyrwyr a meddyg**

Dylai pawb sy'n eich gweld gyflwyno eu hunain, gan esbonio sut y maent yn rhan o'r tîm sy'n gofalu amdanoch. Mae hyfforddi cenhedlaeth nesaf y meddygon yn rhan allweddol o unrhyw system gofal iechyd. Nid oes modd i fyfyrwyr meddygol ddysgu popeth y bydd angen iddynt ei wybod o lyfrau, ac ar brydiau, byddant yn rhan o'r tîm. Os byddai'n well gennych beidio helpu trwy fod yn rhan o hyfforddiant myfyrwyr meddygol am ba reswm

Dylai pawb sy'n eich gweld gyflwyno eu hunain, gan esbonio sut y maent yn rhan o'r tîm sy'n gofalu amdanoch.



bynag, mae gennych yr hawl i wrthod.

Ar ôl i feddygon gymhwyso, byddant yn cael hyfforddiant pellach mewn maes arbenigol neu er mwyn bod yn feddyg teulu, a byddant yn aelodau o dimau sy'n gofalu am gleifion. Byddant yn gweld cleifion ac yn cymryd rhan yn eu gofal mewn ffyrdd sy'n briodol i lefel eu hyfforddiant. Rhaid i bob meddyg barhau i ddysgu trwy gydol eu gyrfaedd, gan fod yn ymwybodol o'r datblygiadau diweddaraf yn eu meysydd gwaith.

Mae'n rhan allweddol o'u rôl bod meddygon yn cyfeirio'u cleifion at feddygon eraill neu weithwyr ieuchy proffesiynol eraill. Yr unig adeg y dylent ddarparu triniaethau a gwasanaethau eraill yw pan fyddant yn meddu ar y

wybodaeth a'r sgiliau perthnasol er mwyn gwneud hynny mewn ffordd ddiogel.

Nid oes modd i unrhyw feddyg wybod popeth. Yn aml, byddant yn gofyn i gydweithiwr am help neu'n eich cyfeirio at feddyg arall pan fo'r gofal y byddwch ei angen y tu hwnt i'w harbenigedd nhw.

## **Rhaid i feddygon ddefnyddio adnoddau mewn ffordd gyfrifol**

Mae modd i chi eu helpu i wneud hyn trwy reoli mân anhwylderau eich hun, a chan sicrhau eich bod yn dilyn cyfarwyddiadau ar gyfer triniaethau ac yn mynychu apwyntiadau, neu'n eu canslo ymlaen llaw. Er enghraifft, bydd cwblhau cyrsiau gwrthfotigau hyd yn oed pan fyddwch yn teimlo'n well, yn helpu i atal ymwrthedd i wrthfotigau, sy'n gallu niweidio cleifion eraill.



Both images © Crown copyright/NHS Photo Library

## Rhaid i feddygon roi'r pwys mwyaf ar ddiogelwch cleifion, gan sicrhau bod y gofal y byddant yn ei ddarparu yn ddiogel ac yn effeithiol

---

Rhaid i feddygon weithredu yn ddi-oed os byddant o'r farn bod diogelwch, urddas neu esmwythdra claf yn cael ei beryglu. Dylech ddweud wrth feddyg, nyrs neu weithiwr iechyd proffesiynol arall os byddwch yn gweld unrhyw beth a allai'ch rhoi chi – neu rywun arall – mewn perygl.

Rhaid i feddygon adrodd am achosion pan fydd pethau'n mynd o chwith ar gyfer cleifion – er enghraifft,

damweiniau a chamgymeriadau, neu pan fydd cleifion yn dioddef sgil-effeithiau difrifol gan feddyginiaethau – fel bod modd dysgu gwersi. Dylech sicrhau eich bod yn dweud wrth feddygon am unrhyw amheuaeth o ran sgil-effeithiau a achoswyd gan feddyginiaethau yr ydych wedi'u cymryd, neu os byddwch yn pryderu am unrhyw beth arall.



Dylech sicrhau eich bod yn dweud wrth feddygon am unrhyw amheuaeth o ran sgil-ffeithiau a achoswyd gan feddyginiaethau yr ydych wedi'u cymryd, neu os byddwch yn pryderu am unrhyw beth arall.

## **Rhaid i feddygon adolygu eu harfer**

Dylai pob meddyg gael arfarniad blynyddol er mwyn adolygu eu perfformiad a nodi meysydd lle y bydd modd iddynt ddatblygu eu harfer.

Yn ogystal, o leiaf unwaith bob pum mlynedd, rhaid iddynt geisio adborth ffurfiol gan eu cleifion. Mae modd i chi helpu trwy lenwi holiaduron a'u llenwi mewn ffordd onest a theg.

Bydd meddygon yn adolygu eu gwaith a'u canlyniadau, gan gymharu eu perfformiad gyda pherfformiad meddygon eraill a thimau eraill. Bydd yr adolygiad hwn o'u gwaith yn eu helpu i nodi unrhyw feysydd o fewn eu harfer y bydd modd iddynt eu gwella. Fel arfer, bydd eich enw chi ac unrhyw fanylion eraill a allai ddatgelu pw ydych chi, yn cael eu tynnu allan o'r cofnodion cyn iddynt gael eu defnyddio yn y fath ffordd. Ond weithiau, ni fydd hyn yn ymarferol. Mae modd i chi helpu meddygon i wella'u perfformiad trwy gytuno bod modd i'ch cofnodion gael eu defnyddio.



Rhaid i feddygon fod yn gwrtais ac yn ystyriol ohonoch chi a'r bobl sy'n agos atoch, a'ch trin gydag urddas a pharch.

Yn ogystal, dylech chi fod yn gwrtais a dangos parch tuag at eich meddygon.

## Rhaid i feddygon drin cleifion fel unigolion

---

Rhaid i feddygon wrando arnoch, gan ymateb i'ch cwestiynau a'ch pryderon.

Dylai meddygon roi gwybodaeth a chyngor i chi mewn ffordd y gallwch ei deall. Dylech ddweud wrth eich meddyg, eich practis neu'ch clinig ymlaen llaw os bydd angen help arnoch wrth gyfathrebu (er enghraifft, dehonglwr iaith arwyddion cofrestredig). Gofynnwch i'ch meddyg esbonio unrhyw beth nad ydych yn ei ddeall, gan gynnwys unrhyw jargon neu eiriau technegol.

Bydd meddygon yn dweud wrthyhch am y dewisiadau o ran triniaeth a fydd yn gweithio i chi, neu'n esbonio os nad oes triniaeth ar gael.

Efallai y byddant yn argymhell un dewis o ran triniaeth, ond chi sy'n gyfrifol am benderfynu pa ddewis yr ydych yn dymuno'i gael a bydd modd i chi ddewis peidio cael triniaeth. Dylech sicrhau eich bod yn dilyn y cyfarwyddiadau ynghylch sut i gymryd meddyginiaethau, neu'n dilyn cyngor am yr hyn i'w wneud cyn ac ar ôl gweithdrefn feddygol.

Rhaid i feddygon fod yn gwrtais ac yn ystyriol ohonoch chi a'r bobl sy'n agos atoch, a'ch trin gydag urddas a pharch. Yn ogystal, dylech chi fod yn gwrtais a dangos parch tuag at eich meddygon.





## Rhaid i feddygon fod yn onest ac yn ddibynadwy

---

Rhaid i feddygon drin eu holl gleifion mewn ffordd deg a heb wahaniaethu yn eu herbyn. Os allwch weld unrhyw ffyrdd lle y byddai modd i feddygon wella'u gwasanaethau, dylech ddweud wrthynt.

Bydd eich meddygon yn cadw gwybodaeth amdanoch chi mewn ffordd ddiogel, ond bydd angen iddynt rannu gwybodaeth gyda'u cydweithwyr er mwyn sicrhau eich bod yn cael y gofal y byddwch ei angen. Ym maes gwaith meddygon teulu, er enghraifft, gall staff derbynfa reoli presgripsiynau amlroddadwy, teipio llythyrau cyfeirio

a chyflawni tasgau eraill, sy'n golygu y bydd angen iddynt weld eich cofnodion.

Os bydd gennych chi unrhyw bryderon am y sawl y bydd modd iddynt weld eich cofnodion, dylech siarad gyda'ch meddyg teulu neu reolwr eich practis.

Rhaid i'ch meddygon ufuddhau i'r gyfraith a gweithredu mewn ffordd onest wrth ymwneud gyda materion ariannol a masnachol.

Rhaid i feddygon fod yn onest ac yn agored gyda chi os bydd rhywbeth wedi mynd o'i le gyda'ch gofal neu'ch triniaeth. Byddant yn esbonio'r hyn a



ddigwyddodd, gan ymddiheuro pan fo hynny'n briodol.

Ni ddylai'ch meddygon ddefnyddio'u perthynas broffesiynol neu eu cyswllt gyda chi er mwyn gwthio'u credoau nhw arnoch chi, neu er mwyn canlyn perthynas rywiol.

Os byddwch yn pryderu am rywbeth y mae'ch meddyg wedi ei wneud, bydd modd i chi wneud cwyn. Fel arfer, dylech gwyno yn lleol – i bractis eich meddyg teulu neu'ch ysbyty lleol.



Os na fyddwch yn fodlon gyda'r ymateb, bydd modd i chi fynegi'ch pryderon trwy gyfrwng gweithdrefnau GIG lleol neu gyda sefydliadau cleifion lleol, megis:

- Healthwatch yn Lloegr
- Patient and Client Council yng Ngogledd Iwerddon
- Patient Advice and Support Service yn yr Alban
- Cyngor Iechyd Cymuned yng Nghymru.

Os byddwch yn pryderu o hyd, bydd modd i chi wneud cwyn uniongyrchol i CMC.

# Am CMC

---

Dim ond meddygon ar ein cofrestr ni sy'n gallu gweithio yn y DU, naill ai fel meddyg teulu neu feddyg mewn ysbyty, yn y Gwasanaeth Iechyd Gwladol neu yn y sector preifat.

Ein gwaith ni yw pennu safonau, goruchwyllo addysg a hyfforddiant ar gyfer meddygon a sicrhau bod pob meddyg sy'n meddu ar drwydded i wneud gwaith meddygol yn y DU yn gymwys ac yn meddu ar y sgiliau diweddaraf.

Ar lefel leol, mae gan bob meddyg swyddog cyfrifol bellach – meddyg uwch sy'n sicrhau eu bod yn bodloni ein safonau, gan gynnwys diweddarau eu sgiliau a'u gwybodaeth.

Mae ymddiriedaeth wrth wraidd y berthynas rhwng meddygon a chleifion ac ar gyfer y mwyafrif helaeth, mae hyn yn gweithio'n dda. Fodd bynnag, pan fydd gan glaf neu berthynas bryder neu gŵyn am arfer neu ymddygiad meddyg, bydd modd datrys y rhain yn lleol fel arfer. Ac os na fydd meddyg yn ddiogel – ac os na ddylai fod modd iddynt weithio mewn practis meddyg teulu neu ysbyty arall – bydd CMC yn cymryd camau.

Mae CMC yn annibynnol ar y llywodraeth, ond yn atebol i senedd y DU. Mae'r meddygon y mae'n eu cofrestru yn talu amdano.

## Sut y gallwn ni eich helpu chi

Mae modd i chi ddysgu am y safonau a ddisgwyliwn gan eich meddygon trwy droi at [www.gmc-uk.org/guidance](http://www.gmc-uk.org/guidance).

Mae modd i chi gael gwybod pryd a ble y gwnaeth eich meddyg gymhwyso ac a ydynt wedi cwblhau hyfforddiant arbenigol. Mae modd i chi ddarllen am achosion pan fu'n rhaid i ni gymryd camau er mwyn diogelu cleifion.

## Yr hyn i'w wneud os na fyddwch yn fodlon gyda'r gofal neu'r driniaeth a ddarparwyd gan eich meddyg

Mae modd datrys y rhan fwyaf o gwynion a sylwadau yn lleol. Os na fyddwch yn siŵr pwy y dylech droi atynt, gallwn ni helpu. Trowch at ein gwefan sef [www.gmc-uk.org/patientshelp](http://www.gmc-uk.org/patientshelp) neu ffoniwch ni ar **0161 923 6602**.

**Sylwer:** Paratowyd y canllaw hwn ar gyfer cleifion – nid arweiniad ffurfiol ar gyfer meddygon ydyw. Rhaid iddynt ddilyn y safonau a'r egwyddorion a nodir yn *Arfer meddygol da* a'i ddogfennau arweiniad ategol.

E-bost: [gmc@gmc-uk.org](mailto:gmc@gmc-uk.org)

Gwefan: [www.gmc-uk.org](http://www.gmc-uk.org)

Ffôn: **0161 923 6602**

Cyngor Meddygol Cyffredinol, 3 Hardman Street, Manchester M3 3AW

Ffôn testun: **deialwch y rhifau cyntaf 18001** yna **0161 923 6602** er mwyn defnyddio'r gwasanaeth Trosglwyddo Testun

Ymunwch â'n sgwrs

 [@gmcuk](https://twitter.com/gmcuk)

 [facebook.com/gmcuk](https://facebook.com/gmcuk)

 [linkd.in/gmcuk](https://linkd.in/gmcuk)

 [youtube.com/gmcutv](https://youtube.com/gmcutv)

I ofyn am fersiwn Saesneg o'r cyhoeddiad hwn, neu fersiwn mewn ffurf neu iaith arall, ffoniwch ni ar **0161 923 6602** neu anfonwch e-bost atom **[publications@gmc-uk.org](mailto:publications@gmc-uk.org)**.

Cyhoeddwyd Ebrill 2013

© 2013 Cyngor Meddygol Cyffredinol

Gellir atgynhyrchu'r testun yn y ddogfen hon yn rhad ac am ddim mewn unrhyw ffurf neu gyfrwng, ar yr amod ei bod yn cael ei hatgynhyrchu'n gywir, ac nid mewn cyd-destun camarweiniol. Rhaid cydnabod hawlfraint CMC dros y deunydd a nodi teitl y ddogfen.

Mae CMC yn elusen wedi'i chofrestru yng Nghymru a Lloegr (1089278)  
a'r Alban (SC037750)

Cod: GMC/WEFYD-W/0316

Cyngor  
Meddygol  
Cyffredinol