Pwy yw'r gweithwyr proffesiynol yn eich Tîm Diabetes Paediatrig?

Meddyg Ymgynghorol/Meddyg Arbenigol Diabetes Paediatrig

Fel arfer, bydd meddyg ymgynghorol neu feddyg arbenigol yn arwain eich gofal diabetes ac yn cwrdd â chi yn eich apwyntiadau clinig diabetes, tua phob 3 mis. Byddan nhw'n gallu:

- ✓ Adolygu eich cynllun inswlin/triniaeth
- ✓ Awgrymu newidiadau i'ch helpu i reoli ddiabetes
- ✓ Gwirio canlyniadau eich profion a newid eich presgripsiynau

Nyrs Arbenigol Diabetes Paediatrig (PDSN)

Gall eich Nyrs Arbenigol eich cefnogi chi a'ch teulu i reoli eich diabetes mewn llawer o wahanol ffyrdd:

- ✓ Eich dysgu chi, eich teulu, a'ch ysgol/coleg
- ✓ Eich helpu gyda thechnoleg diabetes
- ✓ Ateb eich cwestiynau dros y ffôn neu mewn apwyntiadau ychwanegol

Dietegydd Arbenigol Diabetes Paediatrig

Gall eich dietegydd diabetes rhoi llawer o wybodaeth i chi am fwyd, am fwyta'n iach ac am gyfrif carbohydradau. Byddan nhw'n gallu:

- ✓ Eich dysgu chi, eich teulu, a'ch ysgol/coleg
- ✓ Eich cefnogi os ydych chi'n cael trafferth rheoli eich diabetes a'ch bwyd
- ✓ Rhoi cyngor i chi o ran gwneud gweithgareddau ac ymarfer corff gyda diabetes

Seicolegydd Clinigol Diabetes Paediatrig

Gall eich seicolegydd diabetes eich helpu chi a'ch teulu pan fyddwch chi'n teimlo gwahanol emosiynau am reoli eich diabetes. Byddan nhw'n gallu:

- ✓ Siarad am yr emosiynau hyn gyda chi
- ✓ Eich cefnogi i reoli eich lles gyda diabetes

Am ragor o wybodaeth, siaradwch â'ch tîm diabetes neu defnyddiwch y Cod QR/Dolen hon i gael mynediad at wefannau ac adnoddau defnyddiol

https://padlet.com/ctmpaediatricdiabetes/information-for-children-young-people-and-families-cp58lii0nssdl27y

GIG CYMRU NHS WALES
Bwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg University Health Board

Canllaw Cyflym ar

Beth i'w Ddisgwyl Mewn Clinig Tîm Amlddisgyblaeth ol Diabetes

Children & Young Peoples Diabetes Service

PAEDIATRIC DIABETES SERVICE

BWRDD IECHYD PRIFYSGOL CWM TAF MORGANNWG

Beth yw Clinig Tîm Amlddisgyblaethol Diabetes?

Bob blwyddyn, dylai pob plentyn a pherson ifanc sydd â diabetes gael cynnig o leiaf 4 apwyntiad (tua 3 mis ar wahân) gyda'u tîm diabetes. Gelwir y rhain yn Glinigau Tîm Amlddisgyblaethol, gan eich bod yn debygol o weld mwy nag un gweithiwr gofal iechyd proffesiynol o'ch tîm diabetes.

Fel arfer, mae pob apwyntiad yn para **30 munud**.
Bydd llythyrau apwyntiad yn cael eu hanfon i'ch cartref yn y post.

Mae'n bwysig eich bod chi'n dod i'ch apwyntiadau clinig diabetes er mwyn cael y gefnogaeth rydych chi ei hangen neu fyddech chi'n hoffi gan wahanol weithwyr proffesiynol eich tîm diabetes er mwyn rheoli eich diabetes.

Ble fydd eich apwyntiadau?

Fel arfer, bydd apwyntiadau gyda'r tîm diabetes yn cael eu cynnal yn Adran Cleifion Allanol Plant eich ysbyty lleol, sydd weithiau'n cael ei alw'n Glinig Plant neu'n Ganolfan Plant. Mae'r adran ar wahân i Ward y Plant, lle gallech fod wedi bod o'r blaen fel claf mewnol.

Beth ddylech chi ddod gyda chi i'ch apwyntiad diabetes?

- Eich mesurydd glwcos gwaed (a'ch dyddiadur glwcos gwaed os oes gennych chi un)
- Eich rheolydd pwmp/dyfais PDM (defnyddwyr Omnipod)
- Eich ffôn symudol (defnyddwyr ap Mylife/Sensor)
- Triniaethau hypo – rhag ofn
- Rhywbeth i'w wneud tra byddwch chi'n aros

Oes oes modd, gwnewch yn siŵr bod eich mesurydd glwcos gwaed, eich pwmp inswlin neu eich adroddiad Mylife wedi'i lawrlwytho/ei anfon (trwy Glooko, Carelink neu e-bost) cyn i chi ddod i'ch apwyntiad.
Siaradwch â'r tîm diabetes os ydych chi'n cael problemau gyda hyn.

Pam rydyn ni'n edrych ar y wybodaeth eich mesurydd glwcos gwaed, ap Mylife neu bwmp inswlin?

Mae'r wybodaeth hon yn gallu eich helpu chi a'r tîm diabetes i weld beth sydd yn mynd yn dda o ran rheoli eich diabetes a beth allai gael ei wella.

Beth fydd yn digwydd pan fyddwch chi'n dod i'r clinig?

Pan fyddwch yn cyrraedd yr Adran Cleifion Allanol Plant, bydd angen i chi gofrestru yn y dderbynfa.

Ar ôl cofrestru, bydd nyrs cleifion allanol neu weithiwr cymorth gofal iechyd yn:

- Mesur eich taldra a'ch pwysau. Mae hyn i wneud yn siŵr eich bod chi'n tyfu'n dda ac yn ôl y disgwyl ar gyfer eich oed. Efallai y byddan nhw hefyd yn mesur eich pwysau gwaed.

- Gwirio eich HbA1c gyda phrawf gwaed pigo bys. Gallwch chi ddefnyddio eich dyfais pigiadau eich hun ar gyfer hyn os oes well gennych. Efallai y bydd y tîm diabetes yn trafod eich canlyniad HbA1c yn eich apwyntiad.

Beth yw HbA1c?

Prawf gwaed yw HbA1c sy'n mesur faint o glwcos sydd wedi glynu wrth yr haemoglobin yn eich gwaed a rhoi cyfartaledd o lefelau glwcos y gwaed dros y 3 mis diwethaf. Y targed HbA1c rydym yn anelu ato gyda phlant a phobl ifanc yw **48mmol/mol**.

Pwy fydd yn y clinig?

Pan fyddwch yn dod i'ch apwyntiad, fel arfer byddwch yn cwrdd â mwy nag un o'r gweithwyr proffesiynol sydd yn eich tîm diabetes (rhagor o wybodaeth ar gefn y daflen).

Gallai myfyrwyr dietegol, meddygol a nyrsio fod yno hefyd i ddysgu.

Felly efallai y bydd nifer o weithwyr proffesiynol yn yr ystafell glinig gyda chi, felly cofiwch sôn os ydych chi'n teimlo bod hynny yn ormod a gallwn ni wneud trefniadau fel bod llai o bobl yn bresennol.

Bydd y tîm diabetes yn eich helpu a'ch cefnogi i reoli eich diabetes eich hun. Drwy gydweithio, gallwn eich cefnogi i gyrraedd eich nodau o ran rheoli eich diabetes a'ch iechyd. Cofiwch, chi yw aelod pwysicaf y tîm!

Unwaith y flwyddyn, byddwch yn cael rhai archwiliadau iechyd ychwanegol fel rhan o'ch Adolygiad Blynyddol. Gofynnwch i'ch tîm diabetes am ragor o wybodaeth am hyn.