

**Canllaw Cymru Gyfan:
Penderfyniadau Gofal ar gyfer Dyddiau Olaf Bywyd**

Atodiad Ystyried Amrywiaeth

Adnodd ar gyfer staff gofal iechyd i gefnogi darparu gofal sy'n canolbwyntio ar y person yn ystod dyddiau ac oriau olaf bywyd

Mehefin 2021

Ymhlith yr adrannau mae:

1. Pwyntiau arfer da cyffredinol
 2. Y Gyfraith: 9 Nodweddion gwarchoddedig a 2 Safon
 3. Pethau i fod yn ymwybodol ohonynt
 - 3.1 Oedran
 - 3.2 Anabledd
 - 3.3 Ailbennu rhywedd
 - 3.4 Priodas a phartneriaeth sifil
 - 3.5 Beichiogrwydd a mamolaeth
 - 3.6 Hil
 - 3.7 Crefydd, cred a diffyg cred
 - 3.8 Rhyw
 - 3.9 Cyfeiriadedd rhywiol
 - 3.10 Cymraeg (Safonau)
 - 3.11 Anfantais economaidd-gymdeithasol (Dyletswydd)
 4. Cymorth cyfieithu a dehongli iaith
 5. Cydnabyddiaeth a Gwybodaeth Bellach
- Atodiad 1: Crynodeb o Ddeddf Cydraddoldeb 2010
- Atodiad 2: Anabledd a'r iaith a awgrymir
- Atodiad 3: Beth yn union yw ffoadur, ceisiwr lloches ac ymfudwr?
- Atodiad 4: Crefydd, cred a diffyg cred yn nyddiau olaf bywyd - Adran Manylion

Ystyriaethau wrth ddarparu gofal cyfannol i unigolion wrth ddefnyddio'r Canllaw Penderfyniadau Gofal ar gyfer Dyddiau Olaf Bywyd

Fy nhrin gyda pharch.

Rwy'n berson â hawliau, credoau a hoffterau, yn union fel chi.
Dwi ddim eisiau bod yn ddim ond enw neu rif arall ar eich rhestr!
Dyma'r pethau bach sy'n gwneud gwahaniaeth go iawn.

Dyfyniadau gan ddefnyddwyr gwasanaeth a gofalwyr 2021

Mae pob person yn unigolyn, ffaith amlwg efallai, ond mae rhai pethau y mae'n rhaid inni eu hystyried o dan ddeddf gwlad yn ogystal â bod eisiau darparu ein gofal gyda'r lefel uchaf o urddas a pharch. Bwriad y ddogfen hon yw rhoi arweiniad i staff gofal iechyd i fod yn effro i amrywiaethau unigol ac ymateb iddynt wrth ofalu am oedolion yn ystod dyddiau neu oriau olaf bywydau unigolion.

Noder fod hon yn ddogfen waith y bydd modd ychwanegu ati ac a fydd yn cael ei datblygu ymhellach dros amser. Croesewir adborth ac awgrymiadau gan Caredecisions@wales.nhs.uk

1. Arfer dda cyffredinol

Mae deall blaenoriaethau, dewisiadau ac anghenion cleifion sy'n marw a'u hanwyliaid yn bwysig iawn, dim ond un cyfle a gawn i wneud pethau'n iawn. Er mwyn cyflawni hyn, dylech:

- **Siarad mewn iaith y gall pobl ei deall yn hawdd.** Ceisiwch osgoi defnyddio jargon neu acronymau, gwiriwch os yw'r person yn gallu clywed a deall yr hyn sy'n cael ei ddweud, dylid cael cyfieithydd neu ddehonglydd os oes angen (gweler adrannau 3.10 & 4) a bod yn ymwybodol o anllythrennedd iechyd (h.y. nad ydynt efallai yn deall cymhlethdodau eu cyflyrau iechyd neu'r hyn rydych chi'n ei ddweud wrthyn nhw ond efallai nad ydyn nhw am godi cywilydd arnyn nhw na chi trwy ddangos hynny).
- Byddwch yn ymwybodol o **iaith eich corff a thôn eich llais** - maen nhw'n cyfleu hyd yn oed mwy o wybodaeth na'r geiriau a ddefnyddiwyd.
- **Gwrandewch yn ofalus** ar yr hyn mae'r person sy'n marw yn ei ddweud (neu ar eu teulu / gofalwyr os nad yw'r person yn gallu cyfathrebu) - dim ond un cyfle i gael hyn yn iawn sydd. Cynlluniwch y gofal *gyda* nhw a chynnwys y rhai sy'n bwysig iddyn nhw yn y sgysiau hyn lle mae'n bosibl ac os yw'r claf eisiau hynny. Yr hyn sy'n allweddol yw eich bod yn cael **sgwrs** agored, onest a rheolaidd sy'n gyfathrebu dwy ffordd, yn enwedig wrth i bethau newid.
- Ystyriwch yr **amgylchedd a'r sefyllfa** pan fyddwch yn siarad â'r unigolyn a'r teulu. A yw'n breifat, yn dawel, a oes amser iddynt gymryd popeth i mewn a gofyn cwestiynau? Ond yn ogystal â hyn gwiriwch eu bod yn deall - A yw hyn yn gwneud synnwyr? Alla i fynd dros unrhyw beth eto? Mae hyn yn rhoi cyfle i ofyn a ydyn nhw'n ansicr ac yn dangos eich bod ar gael gan roi cyfle i'w helpu i ddeall. Bydd hyn yn golygu llawer iddyn nhw.
- Dylid yn gyflym ac yn hynod o sensitif **gadarnhau priodoldeb a pharodrwydd** yr unigolyn a'u teuluoedd i **ddefnyddio'r geiriau 'marwolaeth' a 'marw'** ac unwaith eto byddwch yn ymwybodol o anllythrennedd iechyd (gweler uchod).
- **Dylid osgoi amwysedd**- er enghraifft, dweud marw yn hytrach na 'ein gadael' ac ati, oni bai fod y person yn dweud yn glir nad ydynt yn dymuno hyn (gweler uchod) .
- **Ystyriwch ddefnyddio gwrthrychau, llyfrau, a fersiynau hawdd eu darllen** o ddogfennau, ffotograffau neu luniau i ategu gwybodaeth sy'n cael ei rannu.

- Ystyriwch anghenion **teuluoedd a gofalwyr anffurfiol** hefyd. Gall cefnogaeth cyn profedigaeth ac wedi profedigaeth fod yn amhrisiadwy felly byddwch yn barod i gynnig gwybodaeth neu gyfeirio cleifion a'u teuluoedd / gofalwyr at gymorth ychwanegol.
- **Mae preifatrwydd** yn bwysig i bawb ond yn hanfodol i bobl LGBTQ + lle nad yw llawer, yn enwedig rhai cenhedlaeth hŷn, wedi dweud wrth eu teuluoedd am eu cyfeiriadedd rhywiol na'u partner.
- Gall cleifion fod ag un neu fwy o **ddibynyddion** (plant neu oedolion), anifeiliaid anwes efallai, neu ofalwr sydd o bosib angen eu hystyried. Gall peidio â chael sicrwydd o'r trefniadau sydd yn eu lle ar gyfer gofalu am y dibynyddion hyn achosi straen a phryder mawr i'r unigolyn sy'n marw.
- Yn aml, y pethau bychain a all wneud gwir wahaniaeth i brofiadau pobl.
- Cymrwch y bydd pob person a'i sefyllfa yn **unigryw**. Bydd gan bawb eu ffordd eu hunain o wneud synnwyr o'r hyn sy'n digwydd iddyn nhw a'u ffordd eu hunain o ddelio gyda hynny.

Mae 9 nodwedd warchoddedig o dan gyfraith y Deyrnas Unedig (DU) o dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010, ac yng Nghymru mae gennym y Safonau yn unol â Mesur yr Iaith Gymraeg (Cymru) (2011). O Ebrill 2021 daeth Y Ddyletswydd Economaidd-gymdeithasol hefyd i rym wedi ei phasio gan Lywodraeth Cymru. Fe'i cynhwysir yn adran 1 Deddf Cydraddoldeb 2010. Nodir 11 elfen i'w hystyried.

Y rhain yw:

- Oedran
- Anabledd
- Ailbennu rhywedd
- Priodas neu bartneriaeth sifil
- Beichiogrwydd a mamolaeth
- Hil
- Crefydd neu gred
- Rhyw
- Cyfeiriadedd rhywiol
- Cymraeg (Safonau)
- Anfantais economaidd-gymdeithasol (Dyletswydd)

2. Y gyfraith

Mae deddfwriaeth (Deddf Cydraddoldeb, 2010) yn nodi y dylid cymryd pob rhagofal posibl er mwyn peidio â gwahaniaethu yn erbyn unrhyw berson. Rhaid inni hefyd osgoi unrhyw fath o aflonyddu neu erledigaeth. Gall nodweddion gwarchoddedig unigolyn (a restrir uchod) eu gwneud yn fwy agored i wahaniaethu, boed hynny'n anfwriadol neu fel arall. Yn ôl y Ddeddf mae'n rhaid i bawb hyrwyddo cyfle cyfartal yn gadarnhaol a meithrin cysylltiadau da rhwng pobl sydd â'r nodweddion gwarchoddedig hyn a'r rhai nad oes ganddyn nhw'r nodweddion yma. Nid yw trin pobl yn gyfartal yn golygu trin pawb yr un peth. Yn hytrach, mae'n ymwneud â gwneud addasiadau rhesymol i ddiwallu anghenion yr unigolyn ei hun fel bod pawb yn y pen draw yn derbyn yr un safon o ofal. (Gweler Atodiad 1 am ragor o wybodaeth am y Ddeddf.) Mae darparu gofal da yn nyddiau olaf bywyd yn cynnwys dangos parch i bob unigolyn, gofal wedi'i deilwra i ddiwallu eu hanghenion penodol, nodau a dewisiadau, yn ogystal â chynnal eu preifatrwydd a'u hurddas.

Nod y wybodaeth ganlynol yw eich helpu i osgoi unrhyw wahaniaethu anfwriadol wrth ddarparu'r gofal gorau posibl. Cyflwynir gwybodaeth i helpu i arwain a chefnogi eich ystyriaethau, gwneud penderfyniadau ac yn y pen draw i wella'r gofal a roddwch.

3. Pethau i fod yn ymwybodol ohonynt...

Gall sut mae'r person sy'n marw yn ffitio i un neu fwy o'r 11 categori a restrir uchod effeithio ar ei anghenion gofal. Yr unig ffordd i gadarnhau'r **hyn sy'n bwysig iddyn nhw a nodi eu hanghenion a'u dewisiadau yw GOFYN IDDYNT**. (Os na allant gyfathrebu, efallai y bydd anwyliad y person sy'n marw - eu teulu, ffrindiau, gofalwyr, perthynas agosaf yn gallu helpu gyda rhywfaint o'r wybodaeth hon.)

Isod ceir rhai cwestiynau a allai eich helpu i ofyn am bethau mewn ffordd sensitif:

- Helpwch fi i sillafu / ynganu eich enw?
- Sut ydych chi'n disgrifio'ch ethnigrwydd?
- A oes angen unrhyw help arnoch i gyrraedd y ward (ar yr ail lawr) neu gyda chyfathrebu? (hygyrchedd, dehonglydd)
- Pwy ydych chi eisiau eu cynnwys wrth wneud penderfyniadau am eich gofal?
- A oes gennych unrhyw anghenion crefyddol neu ysbrydol y mae'n rhaid i mi / y rhai sy'n gofalu amdanoch fod yn ymwybodol ohonynt?
- Hoffech chi gael gwybodaeth ysgrifenedig? Ym mha iaith fyddai orau gennych chi hyn?
- Pa mor hawdd yw hi i chi drefnu gofal (ee a oes gennych chi gyfrifiadur neu ffôn clyfar, rhywun yn eich helpu gartref)?

Isod, rhoddir ystyriaethau o dan yr un ar ddeg categori lle bo hynny'n bosibl, gan roi cyngor cyffredinol ac awgrymiadau arfer dda fwy penodol. Y nod yw eich helpu chi i deilwra'r gofal er mwyn darparu'r gofal personol gorau sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn yn ystod dyddiau neu oriau olaf bywyd.

Dalier Sylw: Gall y newidiadau a ddefnyddir i ddisgrifio pobl sy'n rhannu nodweddion newid dros amser. Mae gan bobl hefyd, wrth gwrs, yr hawl i hunan-ddiffinio ac oherwydd hynny gael eu parchu, felly efallai na fyddant yn dewis defnyddio'r un termau ag eraill. Dylid cofio hyd eithaf ein gallu bod y termau a roddir yn y ddogfen hon yn gyfredol ar adeg ei chynhyrchu (mae gwybodaeth bellach wedi'i chynnwys yn Atodiad 2 a 3). Byddem yn gwerthfawrogi'ch cymorth i ddiweddarau'r ddogfen hon: CareDecisions@wales.nhs.uk

3.1 Oedran

Cyffredinol:

- Gall oedolion ifanc wrth farw amlygu ymddygiad atchweliadol (regressive behaviour).
- Mae cynnydd yn nifer yr achosion lle ceir gostyngiad mewn capasiti neu gapasiti cyfnewidiol yn gysylltiedig â heneiddio, ee yn cael ei achosi gan Dementia .
- Mae mwy o gleifion hŷn yn cael trafferth gyda'u golwg a'u clyw, nag a geir ymhlith y boblogaeth yn gyffredinol. (Gweler hefyd 3.2 isod.)
- Gall cleifion hŷn fod angen cymorth gyda rhwymedigaethau cyfreithiol.
- Peidiwch â chymryd yn ganiataol fod pawb yr un mor gyfarwydd â'i gilydd wrth ddefnyddio cyfrifiadur neu gael mynediad i gyfrifiadur / ffôn clyfar. Yn gyffredinol, mae

grwpiau oedran iau yn fwy hyderus yn defnyddio technoleg o'r fath. Gwiriwch fod rhywun yn gallu cael mynediad at Dechnoleg Gwybodaeth (IT) ac yn teimlo'n hyderus wrth ei ddefnyddio, os ydych yn eu cyfeirio at wefannau neu wybodaeth arall ar-lein.

- Os yw'r cartref a'r gofalwyr yn oedrannus, gofynnwch a oes angen mwy o help arnynt i ofalu dros y cyfnod hwn.

3.2 Anabledd

Gweler Atodiad 2 i weld enghreifftiau o iaith a awgrymir wrth drafod anabledd (Mai 2021), sy'n unol â Model Cymdeithasol Anabledd mabwysiedig Llywodraeth Cymru.

Cyffredinol:

- Gall anabledd fod yn gorfforol, yn feddyliol neu'n synhwyraidd (clyw, golwg ac ati). Efallai na fydd yn amlwg fod gan yr unigolyn sy'n marw neu'r rhai sy'n bwysig iddynt anabledd.
- Ceisiwch ddeall yn gyflym beth yw anghenion cyfathrebu yr unigolyn ac anghenion eraill sy'n gysylltiedig â'u hanabledd ac ymateb i'r rhain. Siarad yn glir yw un o'r ffyrdd mwyaf effeithiol a chyffredin o gyfathrebu, er enghraifft, gyda phobl fyddar-ddall sydd yn gallu gweld a chlywed ychydig bach. Efallai y bydd angen cymorth cyfathrebu mwy personol ar eraill fel dehonglwyr a chyfieithwyr Iaith Arwyddion Prydain (BSL) / Saesneg, adroddwyr lleferydd i destun neu ddehonglwyr ar gyfer byddar-ddall - gweler adran 4.
- Bydd unigolion gydag anabledau gwybyddol angen esboniadau clir, syml dro ar ôl tro o bosibl.
- Efallai y bydd pobl sy'n darllen gwefusau yn cael trafferth os yw pobl yn gwisgo mygydau. Gall cyfathrebu gan ddefnyddio mygydau tryloyw (os ydynt ar gael) neu drwy Microsoft Teams helpu.
- Efallai y bydd rhai pobl anabl yn elwa o gael cynnig gwasanaethau ar-lein. Fodd bynnag, ni fydd gan bob un fynediad at wasanaethau rhynggrwyd neu ddigidol am nifer o resymau. Efallai y bydd angen cefnogaeth i alluogi mynediad.
- Mae diwallu anghenion gofalwr y claf yr un mor bwysig. Ystyriwch anghenion rhywun sydd gyda'r person anabl, neu'r rhai sy'n bwysig i'r claf a allai fod yn anabl ee yn fyddar ac yn defnyddio iaith Arwyddion Prydain, yn ddall neu angen cyfleusterau sy'n hygyrch mewn cadair olwyn fel lle parcio, lifftiau, toiledau ac ati.
- Ystyriwch anghenion mynediad unigolion gyda nhw a threfnwch gefnogaeth ychwanegol lle bo angen.

3.3 Ailbennu rhywedd

Cyffredinol:

- Gofynnwch iddyn nhw sut hoffent gael eu cyfeirio atynt. Byddwch yn sensitif i'r potensial o fod angen defnyddio gwahanol ragenwau yn dibynnu ar ba rywedd y maen nhw'n cyflwyno eu hunain ynddo. Mae'n well defnyddio'r lluosog 'nhw' neu enw'r person yn lle 'ef'/'hi' nes eich bod chi'n gallu gofyn pa ragenwau maen nhw'n eu defnyddio. Mae angen i hyn fod yn ystyriaeth i anwyliaid y claf hefyd. Efallai na fyddwch yn gallu gofyn i bob unigolyn am eu rhagenwau dewisol eu hunain felly ceisiwch sylwi ar yr hyn y mae'r claf yn ei ddefnyddio a dilynwch eu hesiampl.
- Mae'n bwysig cynnal lefel uchel o breifatrwydd, fel cuddio corff yr unigolyn yn dda wrth gael ei archwilio a'i olchi.
- Rhaid peidio â datgelu hunaniaeth rhywedd a pharhau i wneud hynny er mwyn sicrhau fod preifatrwydd yn cael ei gynnal ar gyfer y person trawsryweddol. Hyd yn oed wedi marwolaeth mae hwn yn ofyniad cyfreithiol, waeth pa mor adnabyddus y gall trawsrywedd yr unigolyn fod i staff, gofalwyr neu berthnasau.

3.4 Priodas a Phartneriaeth Sifil (heterorywiol neu o'r un rhyw)

Cyffredinol:

- Wrth drafod anwyliaid y claf a'r perthnasau agosaf, ceisiwch ddefnyddio iaith gynhwysol fel 'partner' nid gŵr neu wraig - oni bai eu bod wedi cadarnhau pa derm y mae'n well ganddyn nhw ei ddefnyddio.
- Lle bo modd, mae'n fwy priodol cael y sgysiau hyn gyda'r claf yn breifat. Nid yw llawer o bobl sy'n LGBTQ +, yn enwedig rhai hŷn, wedi dweud wrth eu teuluoedd am eu cyfeiriadedd rhywiol na'u partner.
- Os ystyrir bod rhywun yn agosáu at ddiwedd oes ac yn methu â gadael yr hosbis/ysbyty, yna mae'n bosibl trefnu seremoni sifil o dan ddarpariaethau Trwydded y Cofrestrwydd Cyffredinol (Registrar General's Licence-RGL). (Mae RGL yn ddarpariaeth gyfreithiol arbennig sy'n caniatáu i briodas neu bartneriaeth sifil ddigwydd ar fyr rybudd mewn amgylchiadau lle mae un o'r partïon yn ddifrifol wael ac na ddisgwylir iddo wella.) (Dalier Sylw: Gall cyfyngiadau fod yn berthnasol ee yn ystod Covid-19, felly gwiriwch y wybodaeth ddiweddaraf ar-lein neu trafodwch â'r Tîm Caplaniaeth yn eich Ysbyty lleol.)

3.5 Beichiogrwydd a Mamolaeth

Cyffredinol:

- Os yw'r claf yn feichiog neu'n rhiant newydd, ystyriwch gyda nhw, a'u partneriaid/teuluoedd os dymunant, pa gymorth penodol y gallai fod ei angen.
- Ystyriwch anghenion mamau sy'n bwydo ar y fron, gofynnwch iddyn nhw beth sydd ei angen arny'n nhw ee sedd gyffyrddus, gobennydd, cornel dawel, gwydraid o ddŵr.

3.6 Hil

Byddwch yn ymwybodol o amrywiannau ym mhob hil, diwylliant a ffydd. Osgowch wneud rhagdybiaethau. Gofynnwch iddynt roi gwybod ichi beth sy'n bwysig iddyn nhw. Er enghraifft, gall gofyn mewn modd sensitif ddechrau gyda chwestiwn fel: Sut ydych chi'n disgrifio eich ethnigrwydd?

Arfer dda cyffredinol:

- Ceisiwch ddefnyddio terminoleg briodol yn ymwneud â hil ac ethnigrwydd. Dechreuwch trwy holi am ethnigrwydd person (nid hil). Rhaid ystyried fod nifer o dermau ar gyfer gwahanol ethnigrwydd a chenedligrwydd, a bydd yn well gan wahanol bobl ddefnyddio gwahanol dermau. Y peth gorau yw cymryd eich arweiniad o'r ffordd y mae person yn disgrifio'i hun. Er enghraifft 'du' neu 'Affro-Caribiaidd' neu 'Caribiaidd Affricanaidd'.
- Osgowch ystyried 'gwyn' fel y norm a Du a Lleiafrif Ethnig fel gwriad oddi wrth y norm. Dylech hefyd osgoi yn llwyr defnyddio geiriau annerbyniol fel "egsotig" neu "heb fod yn wyn".
- Ceisiwch fod yn benodol wrth gyfeirio at genedligrwydd neu hil rhywun - mae termau fel 'Asiaidd' neu 'Affricanaidd' yn cwmpasu ardal ddaearyddol enfawr ac felly'n dileu amrywiaeth gwahanol wledydd ac ethnigrwydd. Felly, er enghraifft, efallai y gellid eu disgrifio'n fwy penodol fel Pacistanaidd (yn hytrach nag Asiaidd).
- 'Cefndir ethnig cymysg' yw'r term a awgrymir ar hyn o bryd (gan ddisodli'r term blaenorol 'hil cymysg').
- Defnyddiwch y term 'mewnfudwr' yn gywir ac yn ofalus. Mewnfudwyr yw pobl sy'n symud i fyw i wlad newydd fel unigolion neu deulu. Yn aml mae'r term 'mewnfudwr' yn cael ei ddefnyddio i gyfeirio at bobl o gefndir Du a Lleiafrif Ethnig sy'n aml yn ddinasyddion Prydeinig.

I ddeall mwy am 'Beth yn union yw ffoadur, ceisiwr lloches ac ymfudwr?' gweler Atodiad 3.

Gweler adran 4 am ganllawiau ar gymorth iaith a dehongli.

Cymunedau Sipsiwn, Roma a Theithwyr

Yn yr ysbyty:

- Mae'r rhan fwyaf o Sipsiwn, Roma a Theithwyr yn tueddu i gynnal lefelau uchel o lendid i atal croeshalogi a gallant boeni am fethu â chynnal y lefel hon o lendid mewn ysbyty.

Yn ystod oriau olaf bywyd:

- Bydd yn bwysig i lawer gael kannwyll wedi ei chynnu ger gwely'r person sy'n marw a chynnal y fflam.

Ar ôl marwolaeth:

- Yn aml bydd y gymuned yn dymuno cael angladd yn fuan iawn ar ôl y farwolaeth. O'r herwydd, efallai y bydd angen rhyddhau'r corff yn fuan.

Ffoaduriaid a Cheiswyr Lloches

- Efallai na fydd gan y person sy'n marw a'i deulu ymddiriedaeth mewn asiantaethau o ganlyniad i'w profiadau blaenorol. Gall dangos sensitifrwydd ac empathi helpu i ddatblygu eu hymddiriedaeth.
- Efallai na fydd gan yr unigolyn sy'n marw a'i deulu ymwybyddiaeth / dealltwriaeth o ofal lliniarol.
- Efallai y bydd angen delio â materion iaith a chyfathrebu - gweler adran 4
- Cymrwch ofal wrth nodi a deall credoau a hoffterau diwylliannol, crefyddol a/neu iechyd. Mae perygl o gamdealltwriaeth rhwng y sawl sy'n derbyn gofal a'r gweithiwr gofal iechyd proffesiynol - gweler adran 3.

3.7 Crefydd, cred a diffyg cred

Rydym yn byw mewn byd deinamig aml-ffydd o wahanol gredoau, diwylliannau, hiliau a thraddodiadau. Bydd ymateb i'r anghenion hyn yn helpu i sicrhau ein bod yn darparu gofal cyfannol. Er nad yw wedi'i gynnwys yn y ddogfen hon, gan nad yw hyn fel arfer yn newid yn ystod dyddiau olaf bywyd, gall ystyriaethau dietegol fod yn rhan o grefydd a chredoau unigolyn. Bydd yr ystyriaethau yma hefyd yn effeithio ar yr hyn sy'n dderbyniol i'r person ai peidio.

Mae'r adran hon yn cyflwyno darlun cyffredinol o'r hyn y *gallai* fod ei angen. Gweler Atodiad 4 am ragor o wybodaeth fanwl am bob un o'r crefyddau a chredoau mwyaf blaenllaw a'r rhai heb gredoau yng Nghymru (Atlas y Byd). Fodd bynnag, gofyn i'r unigolyn (neu ei deulu/gofalwyr) yw'r unig ffordd i wybod sut maen nhw'n dehongli / byw yn ôl eu credoau eu hunain.

Ystyriaethau cyffredinol am grefydd/ffydd:

- Gofynnwch yn sensitif a oes gan y claf unrhyw ffydd, crefydd neu gredoau penodol. Ceisiwch osgoi gwneud rhagdybiaethau – gofynnwch beth sy'n bwysig iddyn nhw yn y cyswllt hwn, yn ystod dyddiau/oriau olaf eu bywyd.
- Os yn briodol, gofynnwch i'r claf a hoffent ymweliad gan gynrychiolydd o'u ffydd ac a oes ganddynt arweinydd crefyddol y byddent yn dymuno eu gweld, os gallant.
- Lle bydd rhywun yn nodi nad ydynt yn grefyddol gallant yn dal fod ag anghenion ysbrydol ac emosiynol, yn ogystal â fframwaith moesol sy'n llywio eu bywydau. Dylid cydnabod yr anghenion hyn yn benodol a dylid ymdrechu i sicrhau nad yw'r unigolion yma'n colli allan ar ofal bugeiliol/cefnogaeth. I'r mwyafrif, ni fydd hyn yn golygu caplan ffydd, ond yn lle hynny mae gan rai ysbytai a hosbisau wirfoddolwyr neu staff sy'n cyflawni rôl o'r fath. Mae rhai o'r gwirfoddolwyr hyn yn rhan o dîm rhyng-ffydd neu ysbrydol ehangach ac felly gellir cael eu cymorth trwy Gaplaniaeth yr Ysbyty. (Gweler hefyd Gwybodaeth Bellach yn adran 5.)
- Efallai y bydd rhai crefyddau yn mynegi pryderon diwylliannol ynghylch cael eu trin gan staff gofal iechyd o'r rhyw arall.(Gweler adran 3.8.)

- Dylai staff gofal iechyd geisio bod mor barod â phosibl i groesawu grwpiau mawr o ymwelwyr, rhwydweithiau teulu estynedig a'r angen am ofod gweddïo.

Ffynonellau cyngor a chefnogaeth bellach:

Mae tîm caplaniaeth ymroddedig / aml-ffydd ar gael 24/7 sy'n gallu cefnogi a chynghori staff gofal iechyd ar bob agwedd o wahanol gredoau a thraddodiadau. Croesewir eich ymholiadau. Cysylltwch â nhw trwy eich switsfwrdd DGH lleol. Gellir cael mwy o wybodaeth am wahanol gredoau ar safle mewnwyd y Bwrdd Iechyd hefyd.

3.8 Rhyw

Cyffredinol:

- Gofynnwch i'r person sut yr hoffent gael eu cyfeirio atynt. Byddwch yn sensitif i'r potensial o fod angen defnyddio gwahanol ragenwau mewn ymateb i'r ffordd y bydd person yn cyflwyno / adnabod eu hunain. (Gweler hefyd adran 3.3 ar ailbennu rhywedd.)
- Efallai y byddai'n well gan gleifion gael eu trin gan berson o'r un rhyw, os yw hyn yn bosibl. Fodd bynnag, os nad yw'n bosibl, mae'n bwysig egluro pam nad yw'n bosibl. Mae hefyd yn bwysig bod yn agored i'r posibilrwydd y gallant deimlo'n anghyfforddus neu'n llai cyfforddus gyda'r rhyw arall yn eu trin, yn enwedig os yw'n ymwneud ag agwedd ar eu gofal personol. Os felly, mae angen cydnabod hyn hefyd.

3.9 Cyfeiriadedd Rhywiol

Cyffredinol:

- Lle bynnag y bo hynny'n bosibl, cynhaliwch y trafodaethau hyn yn breifat – gweler adran 1.
- Wrth drafod y rhai sy'n bwysig i'r claf a'r perthynas agosaf, defnyddiwch iaith gynhwysol fel 'partner' nid gŵr neu wraig - oni bai eu bod yn cadarnhau pa derm y mae'n well ganddyn nhw ei ddefnyddio.

3.10 Iaith Gymraeg - Yr iaith / cyfathrebu a ffafrir (Safonau Cymraeg yn unol â Mesur y Gymraeg (Cymru) (2011))

Cyffredinol:

- Yng Nghymru, mae gan y Gymraeg a'r Saesneg statws swyddogol. Mae'r Mesur yn ei gwneud yn ofynnol galluogi, annog a chefnogi'r defnydd o'r Gymraeg ar bob achlysur.
- Yn ystod dyddiau olaf bywyd, mae pobl yn tueddu i ddychwelyd yn reddfodol i siarad eu mamiaith, neu eisiau dychwelyd ac yn teimlo'n fwyaf cyfforddus wrth wneud hynny. Byddant hefyd yn teimlo'n fwyaf bodlon a thawel eu meddwl o glywed eu mamiaith yn cael ei siarad â nhw ac o'u cwmpas. Sicrhewch fod dewis iaith y claf yn cael ei gofnodi yn eu nodiadau / yn y Canllawiau Penderfyniadau Gofal (Dogfen A), a sicrhewch fod gofalwr sy'n siarad Cymraeg yn cael ei clustnodi i ddarparu ei ofal. Gall hyd yn oed ychydig o Gymraeg fynd yn bell i roi cysur a thawelu meddwl cleifion ac ymgysylltu â nhw ar eu telerau eu hunain.

3.11 Anfantais economaidd-gymdeithasol (Dyletswydd)

Cyffredinol:

- Yn unol â Rheoliadau'r Ddeddf Cydraddoldeb (Awdurdodau sy'n ddarostyngedig i Reoliadau Anghydraddoldeb Economaidd-Gymdeithasol) (Cymru) 2021 rhaid ystyried lefelu cyfleoedd pobl ac atal anfantais neu eithriad oherwydd bod unigolion yn byw mewn amgylchiadau cymdeithasol ac amgylchiadau economaidd llai ffafriol nag eraill yn yr un gymdeithas. Hynny yw, mae'n rhaid inni weithredu er mwyn mynd i'r afael ag anghydraddoldebau sy'n deillio o wahaniaethau mewn galwedigaeth, addysg, lle mae unigolion yn byw neu ddisbarth cymdeithasol. Rydym i gyd yn gyfrifol am helpu i leihau anghydraddoldebau sy'n gysylltiedig ag anfantais a sut mae hynny'n effeithio ar bobl. Felly mae angen bod yn sensitif yn yr hyn yr ydym yn ei ddweud ac yn ei wneud.

Cyngor da yw peidio â gwneud unrhyw ragdybiaethau a hwyluso pobl sy'n profi anfantais gymdeithasol neu economaidd i gael mynediad cyfartal at bethau ar bob cyfle. Nid yw hyn yn golygu trin pawb yr un peth - gweler adran 2.

- Nid oes gan rai pobl, ee teulu / ffrindiau'r person sy'n marw, fynediad at gyfrifiadur a band eang neu ffôn clyfar. Bydd hyn yn eu hatal rhag gallu cael at wybodaeth i lywio eu penderfyniadau neu i ddilyn eich cynghorion ee rhoi gwybod iddynt am y gefnogaeth sydd ar gael yn ystod profedigaeth. Os felly, efallai y bydd angen i chi argraffu gwybodaeth iddynt. Yn ystod Covid-19, mae gallu gweld rhywun ar y sgrin hefyd wedi bod yn amhrisiadwy ond hefyd yn amhosibl i rai oherwydd diffyg adnoddau pwrpasol.
- Mae teithio i ymweld â rhywun sy'n marw yn yr ysbyty neu'r hosbis yn gallu bod yn fwy na'r hyn y gall rhai ei fforddio. Un ffordd sensitif o ofyn yw: 'Sut ydych chi'n bwriadu teithio ac a yw hynny'n bosibl ac yn fforddiadwy i chi?' Mae angen gallu bod yn hyblyg yn yr amgylchiadau hyn. Efallai y bydd angen cymorth ychwanegol ar rai i helpu gydag ymweld. Mae Rheoliadau'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol (Treuliau Teithio a Chaniatáu Taliadau) (Cymru) 2007 yn gwneud darpariaeth i bobl sy'n derbyn rhai budd-daliadau neu incwm isel allu hawlio rhai taliadau a threuliau teithio i'r ysbyty yn ôl. Dylai'r rhai a allai fod â hawl (gan gynnwys gofalwyr, aelodau o'r teulu a chleifion eu hunain) gael eu cyfeirio at adran Cyllid y Bwrdd Iechyd a/neu dderbyn copi o'r weithdrefn berthnasol i sicrhau nad ydyn nhw dan anfantais economaidd-gymdeithasol a'u bod yn cael eu cefnogi lle mae hynny'n bosibl.

4. Cymorth cyfieithu a dehongli iaith:

Am y Gymraeg gweler 3.10 uchod.

- Er mwyn cael datrysiad ar unwaith, gofynnwch i'ch cydweithwyr rhag ofn fod ganddynt sgiliau iaith ychwanegol. Os nad oes gweithiwr gofal iechyd proffesiynol dwyieithog ar gael, dylid cysylltu â chyfieithydd cofrestredig.
- Gellir gofyn am fynediad at ddehonglwyr (interpreters) neu gyfieithwyr (translators) dros y ffôn neu wyneb yn wyneb (gan gynnwys Iaith Arwyddion Prydain) trwy Wasanaeth Dehongli a Chyfieithu Cymru (WITS): 02920 537555, E-bost: WITS@cardiff.gov.uk neu ewch i'r wefan: <http://wits.wales/#1d>. Mae'r gwasanaeth hwn ar gael 24/7 a 365 diwrnod y flwyddyn.
- Fel arfer mae gwybodaeth ddefnyddiol iawn am weithio gyda (neu heb) ddehonglwyr a chyfieithwyr ar safle mewnwyd eich Bwrdd Iechyd.
- Gall cyfieithu gan aelodau'r teulu, waeth pa mor dda ydyw, fod yn gymhleth ac ni ddylai fod yn norm gan y gall hyn amharu ar gyfrinachedd cleifion, preifatrwydd clinigol a gallai godi materion cydsynio. (Gweler uchod.)

5. Cydnabyddiaeth a Gwybodaeth Bellach :

Mae'r adnodd hwn wedi ei seilio ar sawl ffynhonnell werthfawr gan gynnwys:

- Amnest Rhyngwladol ar gyfer diffiniadau o ffoadur, ceisiwr lloches ac ymfudwr (gweler Atodiad 3) [Refugees, Asylum-seekers and Migrants | Amnesty International](#)
- Anawsterau Dysgu & EOLC. <https://www.pcpld.org/links-and-resources/>
- Ffydd ar Ddiwedd Oes (2016), Iechyd Cyhoeddus Lloegr
- Gofal Dyneiddiol: Gofal bugeiliol i bobl heb grefydd [Non-religious people \(humanistcare.org.uk\)](#)
- Gwybodaeth rheoli byddar-ddallineb 2018 - gellir gweld y ddogfen trwy wefan y GIG Ebrill 2021 www.nhs.uk/conditions/deafblindness/treatment
- Gwybodaeth Tîm Gofal Ysbrydol BIPBC (ystyriwyd Mawrth 2021 trwy fewnwyd BIPBC) 'Cefnogi a darparu gofal tosturiol'.
- It's just good care: A guide for health staff caring for people who are trans* Iechyd Cyhoeddus Cymru <http://howis.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/861/It%27s%20Just%20Good%20Care.pdf>

- Model Cymdeithasol o Anabledd (gellir ei gyrchu trwy wefan Llywodraeth Cymru)
- Rhwydwaith Cymorth Bugeiliol anghrefyddol: <https://nrpsn.org.uk/areas-of-work/>
- Taflen wybodaeth aml-ffydd Gwybodaeth Tîm Gofal Ysbrydol BIPBC (cyrchwyd ym mis Mawrth 2021 trwy fewnwyd BIPBC).
- Ysbrydolrwydd, pam ei fod yn bwysig? <spiritualcaremattersfinal.pdf> (scot.nhs.uk)

Cydnabyddiaethau Eraill – Diolch i bawb sydd wedi helpu i gynhyrchu'r adnodd hwn trwy rannu eu harbeniged a mewnwleidiad. Mae'r rhain yn cynnwys:

- Anabledd Cymru
- Caplaniaeth Tîm Gofal Ysbrydol BIPBC
- Compassion in Dying (Cymru)
- Cymru Garedig
- Grŵp Defnyddwyr o Amgylch y Bwrdd (Roundtable) Marie Curie (Cymru)
- Hospice UK (Cymru)
- Marie Curie (DU a Chymru)
- Sefydliad y Galon Prydain
- Tîm Cydraddoldeb BIPBC
- Tîm Gwasanaeth Iaith Cymraeg BIPBC
(Gwahoddwyd eraill ond yr oedd y cyfyngiadau pandemig ac eraill yn rhwystr ar y pryd.)

Adnoddau defnyddiol eraill:

- Gweddïau a cherddi aml-ffydd ac anghrefyddol am Ddiwedd Oes: Adnodd ar gyfer caplaniaid, aelodau o'r teulu, ffrindiau ac aelodau o'r tîm gofal iechyd, Ymddiriedolaeth GIG Swydd Buckingham [Microsoft Word - EOL Multifaith Resource BHT.docx](https://www.buckshealthcare.nhs.uk/Downloads/AA_COVID_19/COVID-19_STAFF%20INFO/CHAPLAINCY/200428_EOL%20Multifaith%20Resource%20BHT.pdf) ([buckshealthcare.nhs.uk](https://www.buckshealthcare.nhs.uk))
<https://www.buckshealthcare.nhs.uk/Downloads/AA_COVID_19/COVID-19_STAFF%20INFO/CHAPLAINCY/200428_EOL%20Multifaith%20Resource%20BHT.pdf>
- Adnodd aml-ffydd ar gyfer staff gofal iechyd gan NHS Education Scotland: [Final new Judaism section.indd](https://www.scot.nhs.uk/HealthcareProfessionals/ReligionAndSpirituality/ReligionAndSpiritualityResources/ReligionAndSpiritualityResourcesFinalNewJudaismSectionIndd) (scot.nhs.uk)

Mehefin 2021

Cynhyrchwyd yr Atodiad i'r Canllawiau gan Tîm Penderfyniadau Gofal ar gyfer Dyddiau Olaf Bywyd Cymru Gyfan. (Diolch i Einir Roberts, Rheolwr Rhaglen Penderfyniadau Gofal ar gyfer Cymru gyfan am arwain y gwaith hwn.)

Os oes gennych unrhyw sylwadau, awgrymiadau i ychwanegu gwybodaeth ddefnyddiol bellach neu os oes angen mwy o wybodaeth arnoch am y ddogfen hon neu Benderfyniadau Gofal ar gyfer Dyddiau Olaf Bywyd yn gyffredinol, cysylltwch â ni: Care.Decisions@wales.nhs.uk

Crynodeb o Ddeddf Cydraddoldeb 2010

Detholiad o Ddeddf Cydraddoldeb 2010

Yn gryno, rhaid i'r rhai sy'n ddarostyngedig i'r ddyletswydd cydraddoldeb, wrth arfer eu swyddogaethau, roi sylw dyledus i'r angen i:

- Ddileu gwahaniaethu anghyfreithlon, aflonyddu ac erledigaeth ac ymddygiad arall a waherddir gan y Ddeddf.
- Hyrwyddo cyfle cyfartal rhwng pobl sy'n rhannu nodwedd warchoddedig a'r rhai nad ydynt.
- Meithrin cysylltiadau da rhwng pobl sy'n rhannu nodwedd warchoddedig a'r rhai nad ydynt.

Weithiau cyfeirir at y rhain fel tair nod neu gangen y ddyletswydd gyffredinol mewn perthynas â chydraddoldeb. Eglura'r Ddeddf fod rhoi sylw dyledus i hyrwyddo cydraddoldeb yn cynnwys:

- Dileu neu leihau anfanteision y mae pobl yn eu dioddef oherwydd eu nodweddion gwarchoddedig.
- Cymryd camau i ddiwallu anghenion pobl o grwpiau gwarchoddedig lle mae'r rhain yn wahanol i anghenion pobl eraill.
- Annog pobl o grwpiau gwarchoddedig i gymryd rhan mewn bywyd cyhoeddus neu mewn gweithgareddau eraill lle mae eu cyfranogiad yn anghymesur o isel.

Model Cymdeithasol Anabledd

Mae'r Model Cymdeithasol Anabledd yn ffordd o edrych ar y byd a gafodd ei ddatblygu gan bobl anabl yn gynnar yn y 1970au, a fabwysiadwyd gan Lywodraeth Cymru yn 2002, ac a ymgorfforwyd yn y gyfraith yn Neddf Gwahaniaethu ar sail Anabledd 2005. Mae'n dweud bod anabledd yn cael ei achosi gan y ffordd y mae cymdeithas yn cael ei threfnu, yn hytrach nag oherwydd nam neu wahaniaeth yr unigolyn. Mae'n edrych ar ffyrdd o gael gwared ar rwystrau sy'n cyfyngu ar ddewisiadau bywyd i bobl anabl.

Mae'r Model Cymdeithasol Anabledd yn nodi rhwystrau systemig, agweddau negyddol a rhwystrau gan gymdeithas sy'n golygu mai cymdeithas yw'r prif ffactor sy'n cyfrannu at i bobl fod yn analluog i gyflawni pethau.

Mae'r Model Cymdeithasol yn symud y ffocws oddi wrth namau neu gyflyrau unigolion ac yn hytrach mae'n edrych ar rwystrau gwahaniaethol, boed yn gorfforol, yn sefydliadol neu'n agweddol, a grëwyd neu a gynhelir gan gymdeithas. Mae'r dull seiliedig ar hawliau hwn yn helpu i ddatblygu agweddau cadarnhaol mewn cymdeithas.

Iaith y Model Cymdeithasol

Noder: Ni fwriedir i hyn fod yn agwedd ragnodol (prescriptive) tuag at iaith. Bob amser rhaid cydnabod hawl yr unigolyn i hunan-ddiffinio sut y dylid ei gyfarch.

Diolch i Anabledd Cymru am eu cymorth gyda diweddarau a chadarnhau'r termau yn y tabl adeg cyhoeddi. Gweler hefyd eu gwefan: [Iaith a Delwedd Cynhwysol - Disability Wales](#)

Iaith y Model Cymdeithasol:	Awgrymir <u>peidio</u> â defnyddio:
person anabl	person ag anabledau
person nad yw'n anabl <i>neu</i> di-anabl	Person corff abl / normal
nam corfforol	anabledd corfforol
defnyddiwr cadair olwyn	caeth / cyfyngedig i gadair olwyn
gofynion penodol	anghenion arbennig
anghenion dysgu ychwanegol	anghenion addysgol arbennig
person â chanser / HIV ac ati.	person sy'n dioddef o. . .
Byddar, defnyddiwr iaith Arwyddo Prydain (BSL) <i>neu</i> person â nam clyw	Mud a byddar
nam dysgu [gellir hefyd ddefnyddio anhawster dysgu ond ddim mor gynhwysfawr]	anabledd dysgu
person ag epilepsi	epileptig
cyflwr iechyd meddwl <i>neu</i> person sydd â chyflwr iechyd meddwl	salwch meddwl / problemau iechyd meddwl
person awstistig neu ar y sbectrwm awtistiaeth neu berson niwro-amrywiol [mae rhai pobl ar y sbectrwm hefyd yn dewis y termau 'awtist']	awtistig
Cefnogaeth gymdeithasol [mae pobl anabl yn mynnu nad ydyn nhw angen nac eisiau cael "gofal". Mae pobl eisiau cefnogaeth i fyw'r bywydau maen nhw'n eu dewis]	gofal cymdeithasol
Gweithiwr cymorth / Cynorthwydd Personol [Yn dilyn y diffiniad cyfreithiol o Ofalwr fel un di-dâl yn Neddf 2014 nid yw'n briodol mwyach cyfeirio at staff cyflogedig fel 'gofalwyr' neu 'weithwyr gofal']	gofalwr / gweithiwr gofal
Derbynnydd gwasanaeth / person / unigolyn / dinesydd	Defnyddiwr / defnyddiwr gwasanaeth
Dehonglydd iaith arwyddion [dehonglir iaith lafar - cyfieithir testun ysgrifenedig]	Arwyddwr / cyfieithydd
toiled, parcio, cyfleusterau hygrych	toiled, parcio, cyfleusterau i'r anabl
Pobl ddall / â nam ar eu golwg	y deillion
Pobl Fyddar ('d/Deaf') [mae'r lythyren fawr ychwanegol yn y Saesneg yn cydnabod bod rhai pobl heb glyw sy'n defnyddio iaith arwyddion yn gweld eu hunain yn aelodau o gymuned ieithyddol ac nid â nam clyw.	y byddar

Beth yn union yw ffoadur, ceisiwr lloches ac ymfudwr?

Ffynhonnell: Amnest Rhyngwladol: Ffoaduriaid, Ceiswyr Lloches ac Ymfudwyr

- Mae'r termau "ffoadur", "ceiswyr lloches" a "ymfudwyr" yn cael eu defnyddio i ddisgrifio pobl sydd yn y broses o symud, wedi gadael eu gwledydd ac wedi croesi ffiniau.
- Mae'r termau "ymfudwyr" a "ffoadur" yn aml yn cael eu defnyddio'n gyfnewidiol ond mae'n bwysig gwahaniaethu rhyngddynt gan fod gwahaniaeth cyfreithiol.

Diffiniadau:

Pwy sy'n ffoadur?

- Mae ffoadur yn berson sydd wedi ffoi o'i wlad ei hun oherwydd ei fod mewn perygl o ddiodef torri ar ei hawliau dynol ac erledigaeth yno. Roedd y risgiau i'w diogelwch a'u bywyd mor fawr nes eu bod yn teimlo nad oedd ganddyn nhw ddewis ond gadael a cheisio diogelwch y tu allan i'w gwlad oherwydd na allai neu na fyddai eu llywodraeth eu hunain yn eu hamddiffyn rhag y peryglon hynny. Mae gan ffoaduriaid hawl i amddiffyniad rhyngwladol.

Pwy sy'n ceisio lloches?

- Mae ceisiwr lloches yn berson sydd wedi gadael ei wlad ac yn ceisio amddiffyniad rhag erledigaeth a thorri ar ei hawliau dynol mewn gwlad arall, ond nad yw eto wedi cael ei gydnabod yn gyfreithiol fel ffoadur ac yn aros i dderbyn penderfyniad ar ei gais am lloches. Mae ceisio lloches yn hawl ddynol. Mae hyn yn golygu y dylid caniatáu i bawb ddod i mewn i wlad arall i geisio lloches.

Pwy sy'n ymfudwr?

- Nid oes diffiniad cyfreithiol a dderbynnir yn rhyngwladol am ymfudwr. Fel y mwyafrif o asiantaethau a sefydliadau, mae Amnest Rhyngwladol yn ystyried ymfudwyr fel pobl sy'n aros y tu allan i'w gwlad wreiddiol, nad ydyn nhw'n geiswyr lloches nac yn ffoaduriaid.
- Mae rhai ymfudwyr yn gadael eu gwlad oherwydd eu bod er enghraifft eisiau gweithio, astudio neu ymuno â theulu. Mae eraill yn teimlo bod yn rhaid iddynt adael oherwydd tlodi, aflonyddwch gwleidyddol, trais gangiau, trychinebau naturiol neu amgylchiadau difrifol eraill sy'n bodoli yno.
- Nid yw llawer o bobl yn ffitio'r diffiniad cyfreithiol o ffoadur ond serch hynny gallent fod mewn perygl pe baent yn mynd adref.
- Mae'n bwysig deall er nad yw ymfudwyr yn ffoi rhag erledigaeth, fod ganddyn nhw hawl o hyd i gael eu hamddiffyn a pharchu eu holl hawliau dynol, waeth beth yw'r statws sydd ganddyn nhw yn y wlad y gwnaethon nhw symud iddi. Rhaid i lywodraethau amddiffyn pob ymfudwr rhag trais hiliol a senoffobig, cam-fanteisio a llafur gorfodol. Ni ddylid byth gadw ymfudwyr mewn dalfa neu eu gorfodi i ddychwelyd i'w gwlad heb reswm dilys.

Crefydd, cred a diffyg cred - Adran Manylion

Mae'r rhestr hon yn seiliedig ar y credoau / absenoldeb cred mwyaf amlwg yng Nghymru ar hyn o bryd.

Gan fod y ddogfen hon yn ffurfio adnodd fel rhan o'r Canllawiau Penderfyniadau Gofal Cymru Gyfan, rhoddir gwybodaeth sy'n ymwneud â **dyddiau neu oriau olaf bywyd yn unig**. Law yn llaw â hyn, lle bo hynny'n hysbys, nodir unrhyw ofynion arbennig ar gyfer y corff ar adeg marwolaeth, neu'n fuan iawn wedi hynny, gan y gallai fod yn ofynnol i staff gofal iechyd weithredu'n briodol heb i aelodau'r teulu fod yn bresennol, fel y bu'n rhaid yn ystod pandemig Covid-19. Ceir mwy o fanylion yn y dolennau i wybodaeth ehangach, os bydd angen.

Cynnwys yn nhrefn yr wyddor:

- Agnostig
- Bwdhaeth
- Cristionogaeth (yn cynnwys: Anglicanaidd, Pabyddol, Eglwys Rydd)
- Crynwr
- Derwyddiaeth
- Dyneiddiwr / Anffyddiwr
- Hindŵaeth
- Iddewiaeth
- Islam
- Paganïaid
- Sikhaeth
- Tystion Jehofa

Noder: Bydd y wybodaeth hon yn berthnasol i'r mwyafrif yn y categorïau hyn ond nid yw pob dilynwr y mabwysiadu'r un arferion felly mae'n bwysig gofyn beth sy'n bwysig iddyn nhw.

Agnostig (di-gred)

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Wrth wynebu'r sefyllfa hon, efallai y bydd rhai am ailedrych ar grefydd neu gred eu plentyndod / blaenorol
- Efallai y bydd rhai yn ystyried cyd-destun ysbrydol newydd, gan archwilio eu symbolaeth a'u naratif eu hunain o bosibl.

Anffyddiwr- gweler Dyneiddiwr

Bwdhaeth

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Mae'n well gan y mwyafrif o bobl Fwdhaidd wybod eu bod yn marw oherwydd ei fod yn caniatáu paratoi meddyliol ac ysbrydol.
- Gall rheoli poen fod yn bwnc sensitif.

- Dylai proffesiynau iechyd ymatal rhag unrhyw arddangosiad o emosiynau neu ymddygiad a fydd yn tarfu ar gyflwr yr unigolyn o feddwl.

Ar ôl marwolaeth:

- I'r mwyafrif o bobl Fwdhaidd, er mwyn darparu ar gyfer yr arferion ysbrydol, dylid cadw'r corff mor llonydd â phosib ac osgoi aflonyddwch wrth ei gludo.
- Gall aelodau'r teulu ofyn nad yw'r corff yn cael ei gyffwrdd a'i fod ar gael iddynt berfformio defodau crefyddol.

Cristnogaeth

Eglwys Loegr / Cymru: Anglicanaidd

Yn oriau olaf bywyd:

- Efallai y bydd rhai Anglicaniaid yn gofyn am dderbyn Cymun Sanctaidd a / neu gael eu heneinio.

Catholigion Rhufeinig

Yn oriau olaf bywyd:

- Yn aml gyda'r Cymun Sanctaidd, gall Sacrament y Cleifion gydag eneniad (a elwir yn gyffredin y Defodau Olaf) fod yn arbennig o bwysig i Gatholigion Rhufeinig.

Eglwysi Rhydd

Yn oriau olaf bywyd:

- Bydd y mwyafrif o bobl sy'n gysylltiedig â'r eglwysi rhydd yn croesawu gweddïau, ond ni fydd llawer yn disgwyl derbyn Cymun Sanctaidd. Gallant ofyn am weddïau cyn a/neu yn syth ar ôl marwolaeth.

Crynwr

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Efallai y bydd Crynwr yn dymuno rhoi gwybod i Glerc y Tŷ Cwrdd Cyfeillion y mae'n ei fynychu ei fod yn marw os yw angen cymorth ysbrydol. Byddai preifatrwydd yn cael ei werthfawrogi ar gyfer yr ymweliad hwn, os yn bosibl.

Derwyddiaeth

Ar adeg marwolaeth / ar ôl marwolaeth:

- I'r rhan fwyaf o Dderwyddon, mae'r ddefod gysegredig o basio yn aml yn amrywio a gellir ei chynnal yn fuan ar ôl marwolaeth, yn dibynnu ar ddymuniadau'r unigolyn.
- Ysgrifennir y ddefod i gael ei harwain gan weinydd (celebrant), sef offeiriad sy'n sicrhau y gwneir popeth sy'n rhaid ei wneud, yn dal egni a sancteiddrwydd amser a lle. Fodd bynnag, gellir ei hwyluso'n llai ffurfiol gan bwy bynnag sy'n trefnu'r digwyddiad.

Hindŵaeth

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Yn achos y rhan fwyaf o Hindŵiaid mae angen ymgynghori gyda'r teulu i weld a ydyn nhw'n dymuno cyflawni'r defodau olaf. Gellir achosi trallod os yw'r corff yn cael ei gyffwrdd gan rywun nad yw'n Hindŵaidd.
- Gall rhwymedd (constipation) fod yn salwch tawel mawr y mae angen delio ag o yn sensitif.
- Gellir defnyddio gwrthrychau personol neu grefyddol, dŵr Ganges a thestunau crefyddol (gan gynnwys gweddïau neu ddarlleniadau).

Yn oriau olaf bywyd:

- Mae purdeb corfforol ac ysbrydol yn bwysig i'r mwyafrif o Hindŵiaid, ac mae rhai'n gofyn am ddefnyddio dŵr ar gyfer puredigaeth (glanhau seremonïol).
- Ychydig cyn marwolaeth, efallai y bydd y person eisiau deilen tulasi gysegredig a dŵr Ganges i'r person sy'n marw gan ei deulu neu offeiriad. Yn ddelfrydol dylid gwneud hyn mor agos at y farwolaeth â phosibl.

Ar ôl marwolaeth:

- Pan nad oes teulu ar gael, mae'n bwysig bod staff gofal iechyd yn cau llygaid yr ymadawedig, yn sythu eu cyhyrau, yn sicrhau nad yw gemwaith a gwrthrychau crefyddol yn cael eu tynnu a bod y corff wedi'i lapio mewn cynfas wen blaen.

Dyneiddiwr / Anffyddiwr

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Mae'r rhan fwyaf o Ddyneiddwyr neu Anffyddwyr yn credu yn sancteiddrwydd bywyd ond nid ym modolaeth bod uwch. Felly ni fyddant am i unrhyw weddïau gael eu hadrodd na chyfeiriadau at Dduw.

Iddewiaeth

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Gall cleifion barhau i gadw at reolau dietegol llym.
- Bydd y mwyafrif o Iddewon Uniongred yn parhau i gadw at y rheolau dietegol llym kosher ac arferion y Saboth.

Yn oriau olaf bywyd:

- I'r rhan fwyaf o Iddewon, ni ddylid gadael y person sy'n marw ar ei ben ei hun ac mae'n arferol i deuluoedd drefnu 'gwyliwr' i warchod y corff ar ôl marwolaeth.
- Wrth i gamau olaf bywyd agosáu, efallai y bydd y mwyafrif o Iddewon yn dymuno i Rabbi gael ei hysbysu fel y gallant alw ar y Gymdeithas Sanctaidd i berfformio defodau claddu.

Ar ôl marwolaeth:

- Ar ôl cadarnhau marwolaeth dylid cau'r llygaid a gorchuddio'r corff â chynfas wen fel arwydd o barch.
- Gall rhai teuluoedd ddymuno cynnal defodau penodol megis gosod y corff yn wynebu i fyny a lleoli'r traed i wynebu'r drws.
- Mae'r traddodiad Iddewig yn annog claddu cyn gynted â phosibl a dylai ddigwydd cyn pen 24 awr ar ôl marwolaeth.

Islam

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- I'r rhan fwyaf o Fwslimiaid, gall y broses o wneud penderfyniadau fod yn broses ar y cyd a chynnwys y teulu cyfan. Mae'r rhan fwyaf o deuluoedd person sy'n marw, felly, yn gofyn am wybodaeth a chymryd rhan yn y broses o wneud penderfyniadau.
- Gall cleifion barhau i arsylwi amodau dietegol llym (halal).

Yn oriau olaf bywyd:

- Efallai y bydd angen help ar gleifion i berfformio puredigaeth (glanhau seremonïol).
- Efallai y bydd y claf yn dymuno gorwedd neu eistedd yn wynebu tuag at Mecca (Qibla, i'r De Ddwyrain yn y DU).

Ar ôl marwolaeth:

- Yn dilyn marwolaeth, gall Mwslimiaid ofyn i'r corff wynebu Mecca, gyda'u llygaid a'u ceg ar gau a'r coesau a breichiau'n sythu.
- Efallai y bydd aelodau'r teulu'n teimlo'n anghyfforddus i'r corff gael ei gyffwrdd gan staff gofal iechyd, felly dylid cadw cyn lleied â phosibl o gyswllt i berfformio'r Ghysl.
- Mae amdo gwyn yn cael ei ddefnyddio i lapio'r corff.
- Nid yw'r mwyafrif o Fwslimiaid yn dymuno i bost-mortem gael ei gynnal oni bai bod hynny'n ofynnol yn ôl y gyfraith.
- Mae gofyniad crefyddol i'r corff gael ei gladdu cyn gynted â phosibl, felly dylai'r rhai sy'n ymwneud â phrosesu'r dystysgrif marwolaeth fod yn sensitif i hyn.

Tystion Jehofa

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Ar gyfer y rhan fwyaf o Dystion Jehofa, mae cefnogaeth gan aelodau'r eglwys yn bwysig a gall claf sy'n marw dderbyn nifer o ymwelwyr. Os yw hyn yn achosi anawsterau i'r claf, efallai y bydd modd siarad â'r Blaenor sy'n ymweld i ofyn am help i reoli nifer yr ymwelwyr.

Yn yr ychydig oriau olaf bywyd:

- I'r mwyafrif, nid oes unrhyw ddefod grefyddol ffurfiol pan fydd rhywun yn marw, ond efallai y gwerthfawrogir cyfle i weddïo'n breifat a thawel gyda Blaenor lleol.
- Perfformir y trefniadau olaf fel yr arfer, oni bai bod gan y teulu ddymuniadau arbennig.

Ar ôl marwolaeth:

- Dylai'r corff gael ei lapio mewn cynfas blaen. Nid oes gwaharddiad crefyddol yn erbyn post-mortem, ond mae'r rhan fwyaf o Dystion Jehofa yn eu gwrthod os nad oes gofyniad cyfreithiol. Nid oes gwaharddiad crefyddol yn erbyn rhoi organau.

Paganiaid

Yn ystod dyddiau olaf bywyd:

- Bydd y mwyafrif o bobl eisiau gwybod eu bod yn marw fel y gallant baratoi'n gadarnhaol ar gyfer marwolaeth.
- Gan fod llawer o draddodiadau amrywiol o fewn paganiaeth, dylech ofyn i'r claf a oes ganddo unrhyw ofynion arbennig.
- Efallai y bydd eisiau newidiadau corfforol a symbolaidd yn yr ystafell i helpu i sbarduno'r pedwar synnwyr.

Ar bwynt marwolaeth:

- Efallai y bydd eu caplan neu arweinydd ysbrydol yn cael ei wahodd i fynd â nhw ar fyfyrdod dan arweiniad i'r man hwnnw lle maen nhw'n disgwyl cwrdd â'u haelod ysbrydol neu aelod o'u teulu.

Ar ôl marwolaeth:

- I'r rhan fwyaf o Baganiaid, mae'r corff yn cael ei olchi a'i eneinio â dŵr a thri diferyn o olew, fel arfer thus, myrr ac un arall fel saets.
- Ar y pwynt hwn mae eu pwyntiau chakra yn cael eu cau i lawr, o'r chakra gwraidd hyd at, ond heb gynnwys, chakra'r pen. Gwneir hyn trwy symud llaw yn wrthglocwedd dros yr ardal benodol gan ddechrau ar ymylon allanol yr aura a gostwng y llaw i lawr hyd at ychydig uwchben yr wyneb.
- Mae gweddïau a darlleniadau yn cael eu hadrodd fel y bo'n briodol ac yna mae'r person ymadawedig yn cael ei roi mewn cynfas droellog neu amdo ac wedi'u gwisgo yn eu dillad seremonïol neu wisg orau yn barod i gwrdd eu dwyfoldeb.

Sikhiaeth

Yn oriau olaf bywyd:

- I'r mwyafrif o Sikhiaid, mewn sefyllfa lle na all y teulu berfformio datganiad emynau, gellir gofyn i Granthi (Offeiriad Sikhiaid) gamu i mewn ac adrodd gweddïau. Yn absenoldeb Granthi, dylai recordiad o'r ysgrythurau Sikhiaid fod yn chwarae'n agos at y person sy'n marw.

Ar ôl marwolaeth:

- Os bydd y claf yn marw pan nad yw'r teulu'n bresennol, dylai staff gofal iechyd gysylltu â'r teulu ar unwaith.
- Dylai staff gofal iechyd geisio rhyddhau'r corff yn brydlon er mwyn gallu amlosgi'r corff.

Os nad ydych wedi dod o hyd i'r grefydd neu'r gred yr ydych angen gwybodaeth amdano neu os hoffech gael mwy o wybodaeth, gweler y Wybodaeth Bellach neu'r Adnoddau Defnyddiol Eraill yn adran 5.