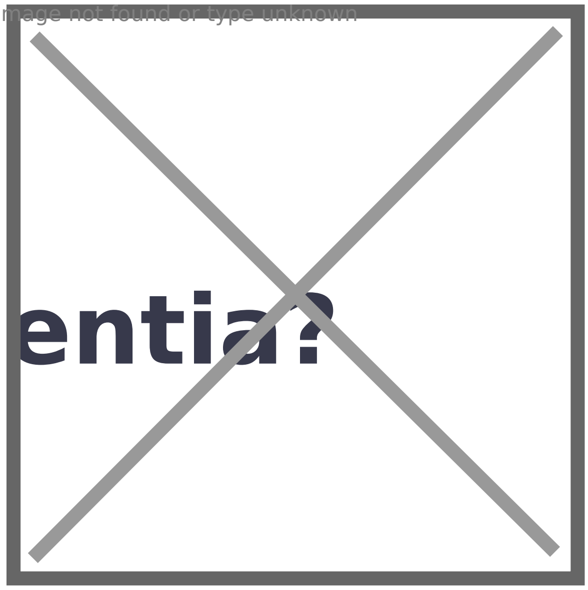

Beth yw dementia? Cyflwyniad

Cyhoeddwyd gyntaf: 8 Hydref 2018

Diweddariad olaf: 28 Hydref 2024

> Lawrlwythwyd y ddogfen hon o gofalcymdeithasol.cymru ac efallai nid hwn yw'r fersiwn diweddaraf.
> Ewch i http://cynnwys.gofalcymdeithasol.cymru/adnoddau-canllawiau/gwella-gofal-a-chymorth/pobl-â-dementia/beth-yw-dementia-cyflwyniad am y fersiwn diweddaraf.

Dysgwch fwy am y mathau gwahanol o ddementia, gan gynnwys Clefyd Alzheimer's, Dementia Fasciwlar, Dementia gyda Chyrff Lewy, Dementia Cymysg a Dementia Frontotemporal

Beth yw dementia? Cyflwyniad

Gweld trawsgrifiad

[00:00:00] [Radio’n chwarae]

MENYW:

[00:00:39] Dyw hi ddim yn glawio, da iawn.

[00:00:54] Ym, beth wnes i, dwi wedi anghofio, ym, ddylwn i, fe rois i - -

GYRRWR BWS:

[00:01:02] Gwrandewch, ewch i eistedd. Jyst ewch i eistedd.

MENYW:

[00:01:04] O diar. Iawn.

[00:01:21] O. Y ffordd yna. Dwi ddim eisiau - -

[00:01:25] pedwar, dwi ddim yn gwybod, dwi, dwi, o.

[00:01:36] Wnewch chi - - Dwi - - o.

[00:01:50] Dyma fy rhestr, ddylwn i fynd, dwi ddim yn siŵr beth - - o diar. Ble mae fy mara?

[00:02:02] Cyw iâr caws.

GWEITHIWR SIOP:

[00:02:04] Beth?

MENYW:

[00:02:05] Cyw iâr caws?

GWEITHIWR SIOP:

[00:02:08] Ym, sori.

MENYW:

[00:02:09] O. O.

[00:02:18] Dwi, dwi, dwi ddim yn gwybod.

CYFLWYNYDD:

[00:02:31] Mae pobl â dementia'n cael profiadau fel hyn bob dydd.

[00:02:36] Mae ychydig o ddealltwriaeth, goddefgarwch ac amynedd yn gwneud gwahaniaeth mawr.

GYRRWR BWS:

[00:02:43] Beth am i chi fynd i eistedd yn y seddi draw fan'na - -

MENYW:

[00:02:46] Iawn.

GYRRWR BWS:

[00:02:48] - - a phan gyrhaeddwn ni fe ddyweda i wrthoch chi, iawn?

BANCIWR:

[00:02:50] Chi’n iawn, madam?

MENYW:

[00:02:51] Alla i ddim cael fy, alla i ddim cael - -

BANCIWR:

[00:02:52] O, gadewch i mi helpu. Y ffordd yma.

MENYW:

[00:02:55] Diolch.

GWEITHIWR SIOP:

[00:02:57] Ga i weld y rhestr?

MENYW:

[00:02:58] Cewch.

GWEITHIWR SIOP:

[00:03:00] Cyw iâr a chaws oeddech chi eisiau?

MENYW:

[00:03:02] O.

GWEITHIWR SIOP:

[00:03:03] Draw ffordd hyn.

MENYW:

[00:03:04] Diolch.

CYFLWYNYDD:

[00:03:06] Dysgwch sut i fod yn ystyriol o dementia.

[00:03:09] Cysylltwch â Chymdeithas Alzheimer’s heddiw.

Gallen ni feddwl am ddementia yn derm ymbarél am nifer o gyflyrau sy’n effeithio ar bobl.

Dementia yw’r ymbarél ac bydd y mathau gwahanol o ddementia, fel Clefyd Alzheimer, o dan yr ymbarél.

Mae dros 100 math gwahanol o ddementia.

Gan ddibynnu ar y math o ddementia, gallwch ddisgwyl gweld newidiadau yng ngallu’r person i gofio, meddwl, rhesymu a datrys problemau.

Gall fod newidiadau i sgiliau cyfathrebu person a’i allu i gyflawni gweithgareddau pob dydd.

Gall y symptomau hyn fynd yn gynyddol waeth dros nifer o flynyddoedd ac byddant yn effeithio ar bobl wahanol mewn ffyrdd gwahanol.

Gan na fydd pobl gyda dementia yn gwella, rhaid i ni sicrhau ein bod yn rhoi’r gofal a chymorth gorau iddyn nhw er mwyn helpu lleihau ei effaith ar eu bywyd beunyddiol.

Tra bydd pethau’n newid yn anochel tasai dementia ar berson, mae pobl yn gallu byw’n dda gyda’r cyflwr.

Gall addasiadau syml helpu gwneud yn iawn am rai o’r symptomau a newidiadau.

Mae’r rhain yn cynnwys newidiadau oddi fewn ac o gwmpas y tŷ, ‘graddio’ neu symleiddio gweithgareddau hamdden, a chynnal perthnasau gyda ffrindiau a theulu.

Byddwn yn trafod llawer o’r syniadau hyn yma. Ar ben hynny, bydd newidiadau i’r gymuned ehangach i’w gwneud hi’n fwy cyfeillgar i ddementia yn cefnogi pobl i barhau gwneud y pethau maen nhw’n eu gwerthfawrogi.

Mae’r Cynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia gan Lywodraeth Cymru yn ymroi i godi ymwybyddiaeth a dealltwriaeth ledled y wlad.

Cynllun Gweithredu Cymru ar gyfer Dementia 2018-2022

Clefyd Alzheimer

Clefyd Alzheimer's yw’r math mwyaf cyffredin o ddementia, sy’n effeithio ar chwech o bob deg o bobl gyda dementia yn y DU.

Mae protînau’n adeiladau yn yr ymenydd i ffurfio strwythurau o’r enw ‘plac’ a ‘chlymau’, sy’n esgor ar newidiadau strwythurol i’r ymenydd.

Mae’r ymenydd yn lleihau o ran maint a phwysau oherwydd hyn.

Mae ‘Acetylcholine’, negesydd cemegol sy’n caniatáu anfon negeseuon o gwmpas yr ymenydd, hefyd yn cael ei effeithio fel nad yw negeseuon yn cael eu darlledu mor effeithiol.

Mae’r symptomau’n datblygu’n araf, dros nifer o flynyddoedd, gan ddod yn raddol waeth ac yn cael effaith gynyddol ar allu y person i gyflawni tasgiau bob dydd.

Dementia fasciwlar

Dementia Fasciwlar yw math mwyaf cyffredin ond un o ddementia ac yn cael ei achosi gan leihad yng nghyflenwad gwaed i’r ymenydd.

Gall hyn ddod yn sgîl strôc, neu gyfres o strociau bach neu newidiadau i’r feselau bach o fewn yr ymenydd.

Mae dementia fasciwlar yn datblygu mewn camau. Bydd pobl yn profi cwymp yn eu galluoedd yn sgîl digwyddiad fasciwlar.

Ffeithlen - Beth yw dementia fasciwlar? (Saesneg yn unig)

Dementia cymysg

Dementia cymysg mae hwn yn digwydd pryd mae Clefyd Alzheimer yn cyd-ddigwydd gyda math arall o ddementia, fel arfer dementia fasciwlar.

Dementia gyda Chyrff Lewy

Dementia gyda Chyrff Lewy yw’r math mwyaf cyffredin ond dau o ddementia, sy’n effeithio ar 15 o bob 100 o bobl gyda dementia.

Mae'n cael ei achosi gan brotein arall yn adeiladu yn yr ymenydd sy'n creu cyrff Lewy.

Mae cyrff Lewy yn casglu mewn mannau o'r ymenydd sy'n gyfrifol am feddwl, cofio a symud.

Mae hwn yn esgor ar y problemau cofio a meddwl sy'n gysylltiedig â Chlefyd Alzheimer a phroblemau symud o Glefyd Parkinson.

Mae gwaethygu a gwella o symptomau'r cyflwr yn gyffredin ac amhosibl i'w rhagweld. Mae gweld lledrithau'n nodweddiadol o'r cyflwr.

Dysgu mwy am Ddementia gyda Chyrff Lewy gan Parkinson's UK (Saesneg yn unig)

Frontotemporal Dementia (FTD)

Dementia Frontotemporal yw math cymharol brin o ddementia, sy'n gyfrifol am lai na phump y cant o achosion dementia, gan effeithio fel arfer ar bobl iau.

Mae'n cael ei achosi gan niwed i gelloedd yr ymenydd yn lôbau blaen a temporal yr ymenydd, sy'n esgor ar newid i bersonaliaeth, emosiynau ac ymddygiad. Mae anhawsterau iaith yn gyffredin.

Gwybodaeth am ddementia frontotemporal gan GIG Cymru (Saesneg yn unig)

Adnoddau defnyddiol

Mae gan Gymdeithas Byddar Prydain fideos Iaith Arwyddion Prydain am y mathau gwahanol o ddementia

Rhestr o wefannau dementia arbenigol (Saesneg yn unig)

Wynebau amrywiol dementia - cwrs rhyngweithiol am ddim i'ch siarad â chi drwy'r storiau, symptomau a gwyddoniaeth tu ôl i fathau llai cyffredin o ddementia (Saesneg yn unig)

Dementia UK, sy'n cynnwys rhestr o sefydliadau cymorth lleol yng Nghymru (Saesneg yn unig)

Darllenwch fwy am Fyd Winston (Saesneg yn unig)

Dolenni ymchwil

Gwellwch eich ymarfer drwy ddefnyddio canlyniadau ymchwil diweddaraf.

Mae CADR (Y Ganolfan Ymchwil Heneiddio a Dementia) yn ganolfan ymchwil ar lwyfan y byd sy'n dod i'r afael â chwestiynau o bwysigrwydd rhyngwladol ym maes heneiddio a dementia. Mae'r ganolfan yn waith ar y cyd rhwng Prifysgolion Abertawe, Bangor a Chaerdydd.

Beth sy'n achosi lledrithiau gweledol mewn dementia gyda chyrff Lewy? (Saesneg yn unig)

Y dull ABC: hyrwyddo llesiant a chymorth cyfoedion ar gyfer pobl iau gyda dementia (Saesneg yn unig)

Eisiau eich adborth

Helpwch ni i wella'r Adnodd dementia ar gyfer gweithwyr gofal proffesiynol drwy gael dweud eich dweud amdano yn ein harolwg byr pedair cwestiwn.