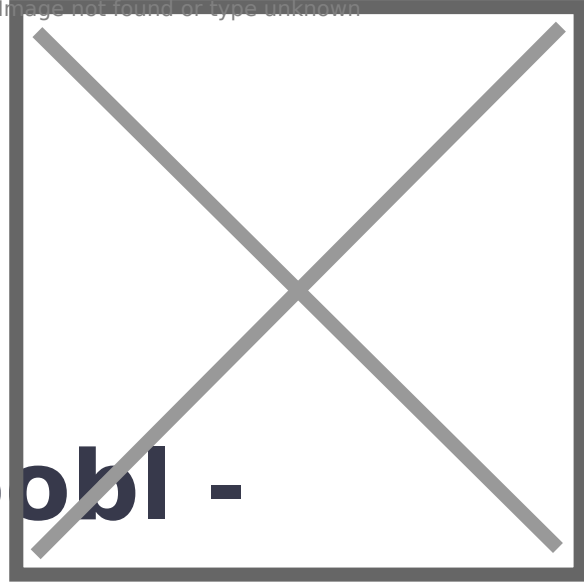


# Newid mewn ymddygiad pobl - iechyd corfforol

Image not found or type unknown



Cyhoeddwyd gyntaf: 11 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/newid-mewn-ymddygiad-pobl-iechyd-corfforol> am y fersiwn diweddaraf.

Os oes newid sydyn yn ymddygiad rhywun sy'n byw gyda dementia, efallai bod rheswm corfforol am hyn.

## **Deliriwm a dementia**

Ydy'r person wedi cael haint? Oes ganddynt dymheredd? Ydynt yn rhwym? Ydy eu meddyginiaeth wedi newid? Ydyn nhw wedi cael anaesthetig?

Gallai unrhyw un o'r rhain achosi deliriwm.

Mae deliriwm yn fwy cyffredin ymysg pobl â dementia na phobl heb ddementia.

Mae deliriwm yn gyflwr o ddryswch meddyliol a all ddigwydd pan mae'r person yn sâl yn feddygol.

Gall y person fod yn fwy cynhyrfus, yn fwy anghofus, yn colli mwy o gyswllt gyda'i amgylchedd, yn profi rhithweledigaethau, yn enwedig yn y nos.

Bydd rhai yn dod yn fwy swrth ac yn mynd i'w cragen.

Mae deliriwm yn argyfwng meddygol, mae angen i ni ei gydnabod a thrin yr achos sylfaenol.

[Ataliwch y risg o ddeliriwm drwy fabwysiadu Deliriwm 10](#)

## **Ydy'r person mewn poen?**

Mae'r profiad o boen yn wahanol i bawb. Mae'n bersonol i ni.

Meddyliwch am amser rydych chi wedi bod mewn poen ac ystyriwch sut y gwnaeth i chi deimlo a sut y newidiodd eich ymddygiad,

Dengys ymchwil nad yw poen yn cael ei gydnabod yn ddigonol yn aml ac felly nid yw'n cael ei drin yn ddigonol ymysg pobl â dementia.

Dyna pam mai dim ond traean y lefel o gyffuriau lladd poen y mae pobl â dementia datblygedig yn eu derbyn o gymharu â phobl ag iechyd tebyg nad ydynt yn byw gyda dementia. (Horgas & Tsai 1998).

Ni ein hunain sy'n rhoi gwybod i rywun am boen fel arfer, h.y. byddem yn disgrifio ein poen ac yn ei raddio o bosibl gan ddefnyddio graddfa 1 i 10 er enghraifft.

Lle nad yw'n bosibl i ni roi gwybod amdano ein hunain neu os yw hynny'n annibynadwy, yn sgil dementia person neu ei anhawster yn cyfathrebu, gallwch edrych ar ddangosyddion i weld a yw person mewn poen:

## **Newidiadau corfforol**

Gwelwedd, chwysu, cyflymedd y galon, newid mewn anadlu, gorbwysedd

## **Mynegiant y wyneb**

Tynnu wyneb, gwingo, cuchio, agor a chau llygaid yn gyflym, codi neu ostwng aeliau, codi bochau, tynhau'r amrannau, crychu'r trwyn, tynnu cornel y wefus, codi'r ên, rhychu gwefusau

## **Symudiadau'r corff**

Cerdded yn wahanol, camu nôl a mlaen, ysgwyd, gwasgu'r dwylo, symudiadau ailadroddus, siarad yn uwch, osgo amddiffynnol neu gadarn

## **Geirioli / Lleisio**

Griddfan, rhochian, ochneidio, cwyno, sgrechian, gweiddi, siarad yn ymosodol/sarhaus

## **Newidiadau mewn ymddygiad**

Ymosodol, cilio, gwrthwynebus

## **Newidiadau mewn patrymau gweithgarwch**

'Crwydro', newid mewn patrymau cysgu/gorffwys, newidiadau o ran bwyta/newidiadau mewn rhyngweithio

## **Newidiadau i gyflwr y meddwl**

Dryswch, llefain, gofid, sensitifedd, newidiadau mewn hwyliau

Mae sawl math gwahanol o adnoddau asesu poen arsylwadol, ond argymhellir [Graddfa Boen Abbey](#) gan ei fod yn hawdd i'w ddefnyddio (Saesneg yn unig).

## **Nam ar y synhwyrau a dementia**

Mae nam ar y synhwyrau yn gyffredin wrth i ni heneiddio.

Bydd 2 filiwn o bobl yn profi rhyw fath o nam ar y synhwyrau, a bydd bron i hanner y bobl 70 oed a hŷn yn colli eu clyw yn gymedrol i ddifrifol.

Gan fod y rhan fwyaf o bobl â dementia dros 65 oed, mae'n debyg iawn y byddant yn profi rhyw fath o nam ar y synhwyrau a allai waethygu symptomau dementia.

Dylai pobl gael profion golwg a chlyw rheolaidd.

Mae'n werth nodi bod gan rai cwmnïau staff sy'n arbenigo mewn ymwybyddiaeth o ddementia, felly mae'n syniad da rhoi gwybod iddynt am ddiagnosis y person wrth drefnu apwyntiad.

Hefyd, wrth i'r dementia waethygu, bydd newidiadau i'r maes gweledol. Mae hyn oherwydd dehongliad yr ymennydd o'r hyn y mae'r llygaid yn ei weld.

Yn y lle cyntaf, bydd pobl yn colli synnwyr o'r hyn sydd y tu ôl iddynt wrth iddynt golli golwg cyrion y maes, yna byddant yn colli'r ochr nad yw gryfaf, h.y. bydd person llaw dde yn colli eu golwg i'r chwith ond yn cadw eu golwg i'r dde.

Bydd newidiadau i graffter person, y gallu i adnabod a gwahaniaethu mewn byd 3D.

Gall [newidiadau i amgylchedd y cartref](#) helpu gyda hyn.

## **Adnoddau defnyddiol**

Dysgwch fwy am newidiadau mewn ymddygiad pobl gyda dementia.

[Dementia a Heriau Synhwyraidd: Gall dementia fod cymaint mwy na chof](#)  
(Saesneg yn unig)

[Ffilm Dementia a Heriau Synhwyraidd \(i gyd-fynd gyda'r llyfryn uchod\)](#)  
(Saesneg yn unig)

[Ffilm am ddementia a cholli synhwyrau](#) (Saesneg yn unig)

[Dillad Able Label \("Dillad pert wedi'u dylunio i hwyluso gwisgo"\)](#) (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](#).