

# seiren

EHIFYN 16

newyddlen Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwylans Cymru

alan murray yn rhoi'r gorau iddi **tud 2**  
teyrnged meddyg **tud 5**  
ein harwyr **tud 7**  
cipolwg **tud 9**



- Tud 2 a 3:**  
Dim awydd aros ar Levi | Alan Murray yn rhoi'r gorau iddi
- Tud 4:**  
Teyrnged meddyg
- Tud 5:**  
Diolch gwirfoddolwr
- Tud 6 a 7:**  
Ein harwyr
- Tud 8:**  
Helpu Les | Pad yn y pwll | Efelychu argyfwng
- Tud 9 a 10:**  
Cipolwg

## y tîm cyfathrebu

Rheolwr Cyfathrebu  
 Dros Dro Richard  
 Timothy  
 01495 765404  
 07515 191347

Swyddog Cyfathrebu  
 Adam Johnson  
 01745 532996  
 07824 499379

Os oes gennych unrhyw sylwadau neu syniadau am y cylchgrawn neu awgrymiadau ynglŷn â sut i'w wella yna cysylltwch ag aelod o'r tîm golygyddol. Eich cylchgrawn chi yw hwn ac os ydych yn ei ddarllen ac yn meddwl nad yw'n delio â'r materion sy'n bwysig i chi, yna mater i chi yw cysylltu â'ch cynrychiolydd rhanbarthol a dweud wrtho. Rydym yn croesawu unrhyw straeon neu syniadau felly da chi, cyfrannwch a gwnewch hwn yn gylchgrawn i chi.

# yr ambiwlans awyr yn achub levi



Cloe Green a'i mab Leo a'r parafeddyg Ambiwllans Awyr Ian Binnington gyda Levi, y babi.

Aeth mam ifanc i orsaf Ambiwllans Awyr Gogledd Cymru i ddiolch iddyn nhw'n bersonol yn dilyn taith frys ddramatig gan barafeddygon yr hofrennydd a achubodd fywyd ei baban cynamserol.

Pan ddechreuodd Cloe Green, 21, gael poenau esgor gartref, roedd hi dal fis yn fuan ond nid oedd awydd aros ar Levi bach.

Aeth chwaer Cloe, Amy ati'n syth i ddod â'r babi i'r byd yn y tŷ yn Nyffryn Ardudwy, Harlech, hyd yn oed cyn i'r alwad 999 fynd trwodd ond roedd yr ambiwlans awyr yno o fewn munudau wrth i Levi bach ymladd am ei fywyd.

Yna daeth parafeddygon Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, Ian Binnington o Wrecsam, a Martin Lisin, o Dreffynnon, i gymryd drosodd a rhoi ocsigen i'r babi 5 pwys 8 owns a'i helpu i anadlu'n iawn.

Dyweddodd lan, arweinydd tîm parafeddygon i'r Ambiwllans Awyr: "Roedd yn las ac er ei fod yn anadlu roedd angen sylw brys arno felly rhoesom ocsigen iddo ac unwaith yr oedd wedi 'pincio' i mewn i'r hofrennydd ag o, a hedfan am Ysbyty Gwynedd.

"Roeddem wedi cael galwad i Harlech at rywun oedd wedi cael trawiad y galon felly roeddem yn yr ardal ac yn gallu cyrraedd yno'n gyflym.

"Da ni ddim yn gwneud achosion mamolaeth fel arfer achos byddai'n

anodd iawn geni babi mewn hofrennydd - byddai'n edrych braidd yn rhyfedd ar y dystysgrif geni hefyd - ond y tro yma roedd y babi allan yn barod.

"Roedd hyn ar yr hen hofrennydd sydd heb gymaint o le â'r un newydd sydd gennym ni nawr ond gan ei fod yn achos brys cawsom ganiatâd.

"Roedd y fydwraig wedi cyrraedd hefyd felly fe lwyddon ni i'w chael hi, Cloe a'r hogyn bach i'r hofrennydd ond rhaid oedd gadael Martin ar ôl.

"Roeddem mor falch bod popeth wedi bod yn iawn yn y diwedd ac mae'n grêt gweld Cloe a Levi yn edrych mor dda."

Aeth Cloe ac Amy, a'u plantos, yn cynnwys Levi bach, draw i orsaf Ambiwllans Awyr Gogledd Cymru yn Ninas Dinlle, ger Caernarfon, i ddiolch i'r criw am eu gwaith sydyn.

Dyweddodd Cloe: "Gwnaeth pawb waith gwy, yn enwedig Amy, a dw i mor ddiolchgar i'r ambiwlans awyr am ein cael ni i'r ysbyty mor gyflym a helpu Levi i ddod drwyddi."

## Genedigaeth ar-lein rhif pedwar

Mae cwpl diolchgar o'r Bari wedi talu teyrnged i'r person ar ochr arall y ffôn yng Ngwasanaeth Ambiwllans Cymru a'u helpodd i eni babi gartref yn oriau mân y bore.

Roedd yn ddigwyddiad mawr i Amanda Kingsley ac Alan Carter wrth i'r babi Tia wneud ymddangosiad cynnar ond yn rhan o shifft waith Rachel Spracklen ochr arall y lein.

Erbyn hyn, mae Rachel o Abertyleri sy'n 26 oed, ac a ymunodd â staff ystafell reoli Rhanbarth De Ddwyrain y Gwasanaeth Ambiwllans yn Ionawr 2009, wedi helpu pedwar baban – genethod i gyd – i'r byd. Yr un yn y Bari oedd y diweddaraf a dywedodd Rachel: "Trydydd plentyn Amanda oedd hwn ond un cyntaf Alan felly es i drwy'r drefn gydag e ac aeth popeth yn iawn.

"Dw i'n meddwl ei fod e wedi credu y byddai'n eistedd ar y sofa yn disgwyl i'r ambiwlans gyrraedd, ddim yn torchi ei lewys.

"O'n i'n chwerthin achos fe ofynnodd e oeddwn i'n helpu geni babi bob nos ond mae rhai pobl oedd yn hyfforddi run pryd heb wneud yr un – dyna sut mae hi."

Dyweddodd Amanda: "Roedd Rachel yn wych ar y ffôn – a chriw'r ambiwlans yn ardderchog, mor barod i helpu ac mor gyfeillgar."

Gofynnodd y criw, sef y parafeddyg Paul Crowley, o Gaerdydd, a'r technegydd Ed O'Brien, o Borthcawl, i'r tad newydd dorri'r llinyn bogail a dywedodd Paul: "Mae bob amser yn dda cael canlyniad da fel hyn a chael rhywun yn gwerthfawrogi'ch gwaith hefyd."

## Alan Murray yn rhoi'r gorau iddi

Rhoddodd Alan Murray, Prif Weithredwr Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwllans Cymru, y gorau i'w swydd ddiwedd mis Mawrth.

Dyweddodd Mr Murray: "Yn ystod y tair blynedd a hanner diwethaf, rydym wedi gallu rhoi newidiadau pellgyrhaeddol ar waith, gan arwain at wneud tipyn o gynnydd o ran gwella'n perfformiad.

"Mae nyrsys yn brysbennu galwadau 999 llai difrifol ac yn datrys bron i dri chwarter ohonyn nhw ar y ffôn.

"Bydd y parafeddygon cyntaf i gael eu haddysgu mewn prifysgol yn graddio ym mis Awst. Mae'n hymarferwyr arbenigol cyntaf ar waith erbyn hyn, yn gweld ac yn trin llawer mwy o bobl yn eu cartrefi eu hunain, gan eu cadw allan o'r ysbyty.

"Er bod seiliau cryf wedi'u gosod i'r dyfodol, mae llawer o waith caled ar ôl i'w wneud.

"Dw i'n falch o'r hyn a gyflawnodd ein staff, ond credaf fy mod wedi mynd â'r Ymddiriedolaeth mor bell ag y gallaf.

"Mae'n swydd amlwg iawn, gyda llawer o bwysau a chredaf fod yr amser wedi dod i drosglwyddo'r awenau i rywun newydd.

"Hoffwn ddiolch i bawb sy'n gweithio i Wasanaeth Ambiwllans Cymru, yn staff a gwirfoddolwyr, am eu gwaith caled a'u hymroddiad. Maent yn llwyr haeddu ffydd ac edmygedd pobl Cymru."

Dyweddodd Stuart Fletcher, Cadeirydd Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwllans Cymru: "Hoffwn ddiolch i Alan am ei gyfraniad pwysig yn ystod cyfnod allweddol yn hanes Gwasanaeth Ambiwllans Cymru.

"Mae ein perfformiad wedi gwella'n sylweddol ers iddo gymryd yr awenau yn 2006.

"Ef yw prif ddyfeisydd ein rhaglen foderneiddio gynhwysfawr, Amser i Wneud Gwahaniaeth, sydd wedi rhoi strategaeth ardderchog i ni i wella'r gwasanaeth.

"Mae yna dipyn o ffordd i fynd ond rydym mewn sefyllfa gryfach nawr wrth i ni symud i gamau nesaf y rhaglen foderneiddio. Ein dymuniadau gorau i Alan yn y dyfodol.

"Byddwn yn mynd ati'n ofalus i ddod o hyd i olynydd a all fynd â Gwasanaeth Ambiwllans Cymru ymlaen i'r lefel nesaf o ran ein cynnydd a chreu corff y gall Cymru fod yn falch ohono."

Yn y cyfamser, mae Elwyn Price-Morris, Cyfarwyddwr swyddfa ranbarthol Gogledd Cymru Adran Iechyd Llywodraeth y Cynulliad yn gweithredu fel Prif Weithredwr dros dro wrth i'r Bwrdd chwilio am Brif Weithredwr parhaol.





# teyrnged meddyg i arwyr yr ambiwlans

Mae meddyg wedi ymddeol wedi talu teyrnged i griw o Wasanaeth Ambiwllans Cymru a achubodd ei bywyd meddai hi wedi iddi gael anaf brawychus ar lechwedd bellennig mewn tywydd gaeafol ofnadwy.

Roedd Dr Anne Watson yn cerdded ar hyd llwybr garw pan lithrodd a syrthio mewn glaw trwm, gan dorri ei chlun a gwneud difrod drwg i'w phen-glin.

Ddeuddeg mis yn ddiweddarach, ar ôl goresgyn nid yn unig ei hanafiadau ond canser hefyd, dychwelodd i Gymru i gwrdd â'i hachubwyr, y parafeddyg Jon Coile a'r technegydd Gareth Morris.

Roedd Anne a'i gŵr Christopher, o Rydychen, wedi bod yn aros mewn bwthyn 300 oed ger Llangenni ym Mannau Brycheiniog, lle buont yn

treulio eu gwyliau ers 40 mlynedd.

Sylweddolodd y cyn feddyg teulu 70 oed yn syth fod ei hanafiadau'n ddirifol a defnyddiodd ei ffôn symudol i ddeialu 999: "Mis Tachwedd oedd hi ac roeddem newydd gloi'r bwthyn pan lithrais ar y gwair gwlyb a theimlo fy mhen-glin a'm morddwyd yn malurio - roedd y boen yn ddirdynnol.

"Allwn i ddim symud a gallwn weld fod fy morddwyd yn y lle anghywir a'm coes ar sgiw.

"Cafodd y car ambiwlans drafferth i'm cyrraedd oherwydd y ffyrdd ond pan gyrhaeddodd nhw roedden nhw'n wych. Dw i'n meddwl y byddwn wedi marw hebddyn nhw achos byddai fy ngŵr wedi ceisio fy rhoi i mewn yn y car.

"Roedd y criw ambiwlans yn anhygoel. Roedd hi mor oer gallwn glywed eu dannedd yn rhincian ac roedd eu dwylo'n ysgwyd wrth iddyn nhw'n 'nhirin i.

"Ges i hypothermia ond fe wnaethon nhw'u gorau i'm cadw'n gynnes, drwy geisio fy ngorchuddio yn y papur arian yna er mod i'n gorwedd ar y llwybr garw gyda'r glaw yn pistyllio heibio.

"Roedd yn rhaid iddyn nhw sythu 'nghoes ac oedd, roedd hynny'n gwneud dolur ond roedden nhw'n ardderchog ac fe wnaethon nhw jobyn gwych mewn amgylchiadau anodd iawn.

"Maen nhw'n griw arbennig ac fe achubon nhw 'mywyd i."

Aed ag Anne mewn ambiwlans i Ysbyty Nevill Hall yn y Fenni ac

yna cafodd ei symud i Ysbyty John Radcliffe yn Rhydychen lle y cafodd lawdriniaeth naw awr i ailosod ei chlun.

Ers hynny mae hi wedi brwydro yn erbyn canser ond dychwelodd i Grughywel i gwrdd â'r criw ambiwlans eto a dywedodd Jon, 32, o Nant y Glo: "Roedd hi'n grêt ei gweld hi eto. Roedd yn dywydd dirifol pan syrthiodd hi ond roedd hi'n gadarnhaol ac mewn ysbryd da. Claf ardderchog, dewr iawn.

"Mae'n glod iddi hi ei bod hi'n gwella cystal, ac er ei fod yn anodd i ni, roedd yn llawer gwaeth iddi hi."

Ychwanegodd ei gydweithiwr, Gareth, 35, o Frynmawr: "Mae'n hi'n ddynes anhygoel ac roedd hi'n dda ei gweld yn edrych cystal, ac yn ôl yng Nghymru."



Pan helpodd Wendy Rowe i achub bywyd dyn a oedd wedi llewygu mewn eglwys, ychydig a feddyliai ei fod yn gefnder yr oedd wedi colli cysylltiad ag ef ers blynyddoedd.

Dim ond yn ddiweddarach y sylweddolodd y fam 46 oed bod Mark Davies, a ddioddefodd drawiad ar y galon, yn perthyn iddi.

Roedd hi a Marian Roberts, sydd hefyd yn aelod o'r eglwys, mewn cyfarfod gyda Mark yn yr Eglwys Ysbrydegol yn Oxford Road, Abertawe, pan lithrodd i'w gadair.

Gyda chymorth Marian, rhoddodd Wendy CPR - adferiad cardiopwlmonari - i Mark, cyn helpu parafeddy Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, Alan Richards, wrth iddo roi pedair sioc iddo i'w adfywio.

Enwebodd Alan y ddwy fenyw ar gyfer gwobr Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, a gyflwynwyd iddynt gan Gyfarwyddwr Rhanbarthol y Canolbarth a'r Gorllewin, Richard Lee, a ddywedodd: "Oni bai amdany'n nhw, dw i ddim yn meddwl y byddem wedi llwyddo."

Cyrhaeddodd Alan, 52, Eglwys Ysbrydegol Abertawe mewn Cerbyd Ymateb Cyflym a darganfod Wendy a Marian yn trin Mr Davies: "Roedden nhw'n rhoi CPR da iawn iddo," meddai: "Doedd dim pwls ganddo ond aethant ati

i gywasgu ei frest a rhwng y tri ohonom fe lwyddwyd i'w ddiffibrilio bedair gwaith.

"Yn y diwedd cawsom guriad calon cryf dros ben ac ymdrech resbiradol wych ac roedd criw ambiwlans yno ymhen dim i fynd ag o i'r ysbyty."

Ychwanegodd Alan, o Langennech, ger Llanelli, sydd wedi bod gyda'r gwasanaeth ambiwlans yn Abertawe ers 27 mlynedd:

"Yr hyn wnaeth y gwahaniaeth oedd bod y menywod hyn yn gallu rhoi CPR da i'r claf ar unwaith bron a dywedais wrthyn nhw, 'Dwn i ddim os ydych yn sylweddoli'n union beth rydych wedi'i wneud ond fyddai gan y dyn yma ddim siawns oni bai amdano chi."

Meddai Wendy, o Mayhill, Abertawe, mam i dri sy'n gweithio fel cynorthwydd anghenion arbennig un-i-un: "Es ar gwrs cymorth cyntaf gyda'r ysgol llynedd ond doedden i ddim yn disgwyl y byddai'n rhaid i mi ei ddefnyddio yn y math yma o sefyllfa.

"Ers hynny rydw i wedi darganfod fod Mark yn gefnder i mi ac ar ôl iddo fod yn yr ysbyty bu'n aros gyda ni am wythnos. Mae'n edrych yn dda iawn erbyn hyn."

Dywedodd Mark, 42: "Heb Wendy a Marian ac Alan rwy'n siŵr na fyddwn yma heddiw. Rwy'n ddiolchgar iawn ac rydw i hyd yn oed wedi dod o hyd i berthynas newydd."

## diolch gwirfoddolwr i bedwarawd

Mae gyrrwr car ambiwlans gwirfoddol wedi talu teyrnged emosynol i bedwar aelod o staff y Gwasanaeth Gofal Cleifion am ei dynnu'n ôl o'r dibyn ar ôl iddo ddioddef trawiad ar y galon tu allan i Ysbyty Maelor Wrecsam.

Galwodd Gareth Jones heibio'r Swyddfa Cyswllt Ambiwllans yn yr ysbyty i gael ei uno eto â'r cydweithwyr GGC Dave Hanson, David Beard, Ken Vickers a Brian Wright.

Derbyniodd y pedwar wobwr tîm rhanbarthol y gwasanaeth ambiwlans am eu rhan yn achub bywyd Gareth pan lewygodd ar dir yr ysbyty.

Eglurodd David Beard: "Gwelais Gareth yn cerdded tuag atom a'r funud nesaf roedd o ar lawr. Es ato a'i roi yn yr ystum adferol."

Aeth David i rybuddio'r criw ambiwlans agosaf wrth i Dave, Ken a Brian roi CPR i Gareth. Rhoesant ocsigen iddo nes i'r Gwasanaethau Meddygol Brys gyrraedd i fynd ag o i'r adran damweiniau ac achosion brys.

Ychwanegodd Dave Hanson: "Daeth Gareth ato'i hun ar ôl y set gyntaf o gywasgiadau ac yna rhoddwyd o yn yr ambiwlans. Mae'n dangos gwerth bod â sgiliau achub bywyd sylfaenol."

Dywedodd Gareth, a gafodd ddargyfeiriad y galon ac sy'n gobeithio dychwelyd i fod yn yrrwr gwirfoddol: "Hoffwn ddiolch i bob un ohonyn nhw... maen nhw wedi rhoi bywyd yn ôl i mi. Wna'i byth anghofio eu caredigrwydd a'r diwrnod yr achubwyd fy mywyd."



Fy achubwyr: Dr Anne Watson gyda pharafeddyg Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, Jon Coile, ar y chwith, a'r technegydd Gareth Morris.



# ein harwyr: o'r llinell flaen i'r ystafell gefn



aryr ymylon

Mae dadansoddydd data Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, Kayleigh Malson, yn gwybod mai chwerthin yw'r ffsig gorau – a gall brofi hynny.

Dychwelodd Kayleigh o Wyl y 'Fringe' yng Nghaeredin ar ôl sioe sgethis ddoniol 80-munud lle'r oedd ei chynulleidfa yn chwerthin nerth eu pennau.

Fel aelod o Gymdeithas 'Spotlight' y Fenni (ASS), perfformiodd y ferch 23 o flaen cynulleidfa lawn, bron iawn, am dair noson.

"Fe wnaethom sioe sgetsys 80 munud o hyd. Roedd yn eithaf tebyg i'r Fast Show," meddai Kayleigh, o Abersychan ger Torfaen: "Un funud mae'n feddygfa, a'r nesaf mae'n gêm deledu. Actiais bopeth o feddyg i ferch tu ôl i'r bar."

Cyfadddefodd Kayleigh, sy'n gweithio yn Nhŷ Vantage Point, ystafell reoli rhanbarth y De Ddwyrain, y gall actio comedi fod yn straen ar y nerfau.

"Gall fod yn ofnadwy os nad ydych yn gwneud iddyn nhw chwerthin ond cawsom dderbyniad da iawn yng Nghaeredin.

Dechreuodd Kayleigh fynd o flaen cynulleidfa bedair blynedd yn ôl er mwyn cael rhywbeth i'w difyrro ar ôl dadansoddi data'r gwasanaeth ambiwlans drwy'r dydd.

"Roedd cyn gydweithiwr wedi ymuno â Grŵp Theatr y Fenni ac roedd gen i ddiddordeb ers hynny. Rhywbeth i'w wneud oedd e'n hytrach na gwneud dim gyda'r nos. Doeddwn i ddim wedi gwneud drama yn yr ysgol.

"Yna meddyliodd grŵp ohonom yr hoffem ddod â chomedi i'r Cymoedd gan mai'r lle agosaf i'w weld yw Caerdydd.

"Roeddwn yn betrus iawn i ddechrau ac rwy'n dal i fynd yn nerfus er ei fod yn waeth cyn dechrau. Rwy'n iawn unwaith i mi fynd ar y llwyfan.

"Byddwn wrth fy modd yn cael cyfle i wneud perfformiad mawr mewn theatr," meddai, "ond byddai hynny'n golygu gorfod rhoi'r gorau i'm gwaith bob dydd, a fyddai ddim yn gwneud hynny am dipyn."

Bellach mae gan gymunedau yn un o rannau tlotaf Affrica achubwyr bywyd gwirfoddol, diolch i ymdrechion criw o staff Gwasanaeth Ambiwllans Cymru o Dde Cymru.

Treuliodd y criw o naw o barafeddygon a thechnegwyr ambiwlans o ranbarth De Ddwyrain y Gwasanaeth byrthefnos yn Mbale, Uganda, yn hyfforddi ac yn darparu offer i weithwyr ieuchyd lleol.

Roedden nhw yno fel rhan o'r cysylltiadau a ffurfiwyd gan yr elusen PONT (Ymddiriedolaeth Rhwydweithio Partneriaethau Tramor) o Bontypridd.

Hyfforddwyd 60 o wirfoddolwyr lleol mewn sgiliau achub bywyd yn ystod eu harhosiad, a darparwyd pedwar diffibriliwr – peiriannau sioc drydanol – iddyn nhw. Roedd y rhain yn werth £6,000 ac fe'u darparwyd gan Heartstart UK mewn cytundeb noddi a drefnwyd gan un o'r criw, Swyddog Ymatebwyr Cyntaf rhanbarth y De Ddwyrain, Tony Rossetti, o Ben-y-bont ar Ogwr.

Roedd yn gyfle i'r goruchwyliwr

parafeddygon Julian Newton a'r technegydd ambiwlans Andrew Pipien, o Orsaf Ambiwllans Hawthorn yn y Rhondda wireddu breuddwyd. Nhw roddodd gychwyn ar y prosiect ar ôl ymweld â Mbale y llynedd.

Aethant yn ôl yno ym mis Tachwedd gyda Tony a chwech o gydweithwyr, y parafeddygon Jonathan Good, Steph Roberts, Geraint Tucker a Giovanni Riva a'r technegwyr Stacey Carter a Mandy George.

Talodd y grŵp eu treuliau eu hunain i gyd, rhyw £1,000 yr un, a defnyddio'u gwyliau eu hunain ar gyfer y daith. Meddai Julian: "Aeth popeth yn dda iawn ac fe hyfforddwyd 60 o bobl gyda Tony Rossetti a Stef Roberts wrth y llyw a'r gweddill ohonom yn helpu.

"Fe wnaethom hefyd lwyddo i ddod o hyd i dri ambiwlans ac rydym yn gobeithio y byddant ar y ffordd ymhen 12 mis gyda gyrrwyr ambiwlans hyfforddedig.

"Efallai na fyddem ni'n eu galw'n ambiwlansys, ond maen nhw'n ateb y

pwrpas ac rydym hefyd yn gobeithio y gallan nhw ddefnyddio beiciau modur fel ambiwlansys a hyd yn oed feiciau a all dynnu stretsier.

"Y syniad yw y gall y bobl a hyfforddwyd gennym ddychwelyd i'w cymunedau yn awr a throsglwyddo'r sgiliau yma i eraill – roedd awydd a brwdfrydedd y bobl i ddysgu a'r croeso a gawsom yn falm i'r galon."

Yn y pen draw, y gobaith yw y bydd yna fwy na 2,200 o Weithwyr Iechyd Lefel Gweithredol a Hyrwyddwyr Iechyd Cymunedol ar gael ac mae Gwasanaeth Ambiwllans Cymru wedi cydnabod eu hymdrechion mewn partneriaeth swyddogol gyda PONT a chynrychiolwyr o Mbale.

Mae Julian ac Andrew yn awyddus i glywed gan aelodau eraill o Wasanaeth Ambiwllans Cymru a fyddai'n hoffi cymryd rhan yn y gwaith sydd ar y gweill yn Uganda.

Gellir cysylltu â nhw ar e-bost yn julian.newton@talktalk.net ac andrewpip@hotmail.co.uk



eirwen yn ateb yr alwad dros gymru

teyrnged newyddion

Mae newyddiadurwr gydag un o brif bapurau newydd Cymru wedi talu teyrnged i griw Gwasanaeth Ambiwllans Cymru a'i helpodd ar ôl i rywun ymosod yn ffaidd arno ar y stryd.

Fel Gohebydd Iechyd y South Wales Echo, mae Greg Tindle wedi ysgrifennu'n aml am Wasanaeth Ambiwllans Cymru, ond cafodd y newyddiadurwr uchel ei barch flas go iawn o'r gwasanaeth pan oedd yn cerdded drwy ganol y ddinas i'w waitn un bore.

Cafodd Greg ei daro yn ei wyneb mewn ymosodiad cwbl ddiachos ac ymbalfalodd i swyddfa'r papur newydd gerllaw a galw'r ambiwlans. Cyrhaeddodd y parafeddyg Christine Bigmore a'r technegydd Rob Tyler yno ymhen munudau.

Meddai: "Hoffwn ddiolch o waelod calon i'r ddau aelod o staff yr ambiwlans a ddaeth yno. Roedd y ddau yn llawn cysur a charedigrwydd.

"Rydwy i wastad wedi edmygu gwaith y gwasanaeth ambiwlans a chadarnhaodd y ddau yma'r hyn oeddwn yn credu - wna'i byth eu hanghofio."

Cafodd Greg, 59, ei aduno â'r criw yng Ngorsaf Ambiwllans Blackweir, ac meddai Christine: "Fyddech chi ddim yn disgwyl cael eich taro'r adeg yna o'r dydd ond mae'n digwydd weithiau.

"Roedd ei lygad wedi cleisio a chwyddo ac fel y byddech yn disgwyl, roedd e'n dioddef o sioc."

Ychwanegodd Greg: "Roedden nhw'n hollol wych. Ar ôl edrych dros a'i a'm trin fe aethon nhw â fi adref oherwydd doedd dim angen i mi fynd i'r ysbyty.

"Roedd gallu eu cyfarfod nhw eto a diolch yn iawn iddyn nhw'n fraint aruthrol."

Mae dosbarthwr galwadau ambiwlans o Gyffordd Llandudno yn gwneud defnydd o'i sgiliau newydd yn yr iaith Gymraeg ar ôl wythnos o hyfforddiant dwys.

Enillodd Eirwen Roberts y cyfle i dreulio wythnos yng Nghanolfan Iaith Nant Gwrtheyrn, sy'n uchel iawn ei fri, mewn cystadleuaeth i staff Gwasanaeth Ambiwllans Cymru.

Bellach mae Eirwen, 46, sy'n fam i ddau ac yn gweithio yn ystafell reoli Pencadlys Rhanbarthol Gogledd Cymru yn Llanfairfechan, yn gallu ateb galwadau yn Gymraeg.

Meddai: "Roeddwn wedi gwirioni fy mod wedi ennill y gystadleuaeth ac aeth pethau'n dda iawn yn Nant Gwrtheyrn a chefais hwyl aruthrol.

"Mae cymaint o bobl yn siarad Cymraeg, yn bobl sy'n galw yma a'm cydweithwyr, ac roeddwn innau eisieu ei siarad hefyd.

"Roedd arna'i angen mwy o hyder a gwella fy ngeirfa a rŵan rwy'n ôl yn y gwaith rhaid i mi ddal ati. Rwy'n siŵr y bydd fy ffrindiau yn y gwaith yn fy helpu."

Enillodd Eirwen ei lle yn Nant Gwrtheyrn yn y gystadleuaeth drwy ddweud mewn llai na 100 gair pam yr oedd yn teimlo y byddai dysgu'r iaith o gymorth iddi ac un o'i rhesymau oedd: "Rydym yn derbyn galwadau brys gan aelodau'r cyhoedd sy'n aml mewn panig a byddent yn teimlo'n llawer mwy cyfforddus pe bydden nhw'n siarad â rhywun Cymraeg ei iaith."

Dyweddodd Sharon Jones y Swyddog Iaith Gymraeg fod y staff wedi ymateb yn rhagorol ac ychwanegodd: "Mae'r Ymddiriedolaeth wedi ymrwymo i gyflwyno gwasanaeth dwyieithog a chaiff siaradwyr Cymraeg o fewn yr Ymddiriedolaeth eu hannog i helpu cydweithwyr sy'n dysgu Cymraeg"

Gall unrhyw un sydd ag ymholiadau am Gynllun Iaith Gymraeg yr Ymddiriedolaeth neu am ddysgu Cymraeg ddod o hyd i wybodaeth ar fewnrrwyd yr Ymddiriedolaeth neu gysylltu â Sharon yn y Pencadlys ar 01745 532900 neu e-bostio Sharon.l.jones@ambulance.wales.nhs.uk

## gwneud gwahaniaeth yn uganda



Taith genhadol: o'r chwith, Mandy George, Andrew Pipien, Geraint Tucker, Julian Newton, Steff Roberts, Jonathan Good, Stacey Carter a Tony Rossetti.



# gwirfoddolwyr yn helpu i achub les



Mae peiriannydd wedi ymddeol a dynnwyd yn ôl o farw bum gwaith wedi cael cyfle i gyfarfod y gwirfoddolwyr o Wasanaeth Ambiwllans Cymru a helpodd i achub ei fywyd – ar ôl derbyn neges destun.

Pan lewygodd Les Stevenson, 66, sy'n hoff iawn o gadw'n heini, ar ôl cael trawiad enfawr ar y galon, roedd yr Ymatebwyr Cyntaf Malcolm East a Dan Murphy o swyddfeidd Llywodraeth Cynulliad Cymru yn Llandrindod yno o fewn munudau gyda'r criw ambiwlans yn dynn ar eu sodlau.

Meddai Malcolm: "Cawsom neges destun o'r ystafell reoli ac roeddem ar ein ffordd.

"Doedd Les ddim yn anadlu felly dechreuodd Dan roi CPR iddo a rhoddais innau'r diffibriliwr yn ei le. Roedd yn dweud y dylem roi sioc iddo felly fe wnes i hynny a'r foment honno cyrhaeddodd y criw ambiwlans. Rhyngom fe wnaethom ddal ati i weithio arno gan roi tair sioc arall iddo."

Daliodd Colin Stroud a Martin Scott i roi triniaeth, ac yna'r parafeddyg Chris Morgan, a ddywedodd: "Rhoddodd yr Ymatebwyr Cyntaf sioc iddo'n fuan a thrwy hynny buom yn llwyddiannus pan gyrhaeddodd y criw. Rhyngddydd nhw fe wnaethon nhw waith gwych."

Meddai Les, o Gwrt Maelog, Llandrindod: "Fe wnaethon nhw achub fy mywyd. Oni bai eu bod nhw yno mor gyflym fyddwn i ddim yma – does dim dwywaith amdani."

## pad yn y pwll

Un o brif safleoedd treftadaeth Cymru, y Pwll Mawr eiconig ym Mlaenafon, Torfaen, yw'r amgueddfa gyntaf yn y wlad i gael diffibriliwr newydd sbon ar y safle.

Diolch i bartneriaeth arloesol rhwng Llywodraeth Cynulliad Cymru a Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, mae'r teclyn achub bywyd hanfodol yma bellach wedi'i osod yn y Baddonau Pen Pwll yn Amgueddfa Lofaol Cymru.

Llywodraeth Cynulliad Cymru sydd wedi darparu'r diffibriliwr ac mae hyfforddwy'r Gwasanaeth Ambiwllans Cymru wedi dysgu staff sut i'w ddefnyddio a sut i roi CPR dan y rhaglen Diffibriliwr Mynediad Cyhoeddus.

Mae'n golygu mai safle sy'n cynrychioli'r hyn a oedd yn un o'r llefydd mwyaf peryglus i weithio ynddo ym Mhrydain yw un o'r llefydd mwyaf diogel i ymweld ag ef erbyn hyn.

Meddai'r cyn-löwr Paul Green, sydd bellach yn Uwch Ddirprwy yn yr Amgueddfa: "Mae'n hollol wych. Gobeithio na fydd raid i ni ei ddefnyddio fyth, ond mae yno rhag ofn ac rydym yn falch iawn o fod yr amgueddfa gyntaf yng Nghymru i gael un."

Yn ei ddydd roedd y Pwll Mawr yn

cyflogi 1300 o bobl ac yn dod â glo i fyny o grombil y ddaear ar ei siafft 300 troedfedd ond heddiw cyn-lowyr yw ei staff i gyd, neu bobl sydd â chysylltiadau â'r diwydiant glo. Mae'n denu rhyw 160,000 o ymwelwyr bob blwyddyn.

Gerard Rothwell, Swyddog Diffibriliwr Mynediad Cyhoeddus Cymru yw'r dyn a ddaeth â'r diffibriliwr ac a hyfforddodd y staff, ac meddai: "Mae mwyngloddio yn rhan mor bwysig o'n treftadaeth ac mae'r Pwll Mawr yn ein hatgoffa o hynny."

"Mae'n denu cymaint o bobl fel ei bod yn hollbwysig cael diffibriliwr yma ac rydym wrth ein bodd o allu gweithio gyda Llywodraeth Cynulliad Cymru oherwydd mae hyfforddiant arbenigol mewn sgiliau cynnal bywyd sylfaenol yn arbed bywydau."



Ceidwad a Rheolwr y Pwll Peter Walker a'r Uwch Ddirprwy Paul Green gyda Gerard Rothwell, Swyddog Diffibriliwr Mynediad Cyhoeddus Gwasanaeth Ambiwllans Cymru.

## anafu 83 mewn ffrwydrad nwy mawr – ymarfer hyfforddi'n efelychu trychineb

Bu Gwasanaeth Ambiwllans Cymru yn delio ag 83 o bobl a anafwyd mewn ffrwydrad nwy mewn canolfan siopa brysyr yn Ne Cymru, fel rhan o ymarferiad mawr a barodd dros bum awr.

Ond gan mai ymarfer hyfforddi oedd hwn a gynhaliwyd ger Castell-nedd, cerddodd bob un o'r anafedig oddi yno'n holliach a dysgodd y gwasanaethau brys wersi gwerthfawr i'r fargen.

Ochr yn ochr ag Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwllans Cymru, roedd Heddlu De Cymru, Gwasanaethau Tân ac Achub De Cymru a Chanolbarth a Gorllewin Cymru, Cyngor Castell-nedd Port Talbot, y

Groes Goch Brydeinig, Air Fire a Thîm Chwilio ac Achub Cymru (USAR) i gyd yn cymryd rhan yn yr ymarfer hyfforddi pwysig.

Dywedodd Patrick Rees, Swyddog Cynllunio Argyfwng Canolbarth a Gorllewin Gwasanaeth Ambiwllans Cymru fod Diffoddwyr Tân Ifanc, myfyrwyr parafeddygaeth a'r Groes Goch Brydeinig wedi darparu actorion er mwyn gwneud i'r ymarfer edrych yn fwy real.

Ychwanegodd: "Cynhelir ymarferion rheolaidd i brofi ac ymarfer yr ymateb er mwyn sicrhau bod pob asiantaeth yn barod ar gyfer argyfwng fel hyn. Cynhaliwyd yr ymarfer mawr byw yng nghyfleuster Chwilio

ac Achub Trefol Cymru yn Earlswood, Jersey Marine, ger Castell-nedd.

"Cytunwyd ar y sefyllfa, y nod, yr amcanion a'r amserlen, ond roedd pob asiantaeth yn rhydd i ymarfer elfennau o'i hymateb, er mwyn sicrhau bod pawb yn cael y budd mwyaf"

Roddodd Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwllans Cymru, yn gweithio mewn partneriaeth â Phrifysgol Abertawe, gyfle i 40 o Fyfirwyr Parafeddygaeth Sefydliad Addysg Uwch gymryd rhan, gan roi cyfle iddyn nhw weld sut mae'r gwasanaethau brys yn ymateb i ddigwyddiad mawr.

# ciPOLWYG

## gwobr i lais digynnwr

Mae gweithiwr brys 999 wedi derbyn gwobr ryngwladol ar ôl helpu mam i eni plentyn pan ddechreuodd esgor a hithau ar ei phen ei hun.

Enwyd Teresa Ross, negesydd gyda Gwasanaeth Ambiwllans Cymru, yn Negesydd Meddygol Brys y Flwyddyn gan yr Academy of International Dispatch.

Rhoddodd Teresa bob anogaeth i Sarah Lewis, o Gaerau, Caerdydd, wrth iddi eni ei mab Jacob, ar ôl iddi



ddechrau esgor pan oedd ei gŵr James, 28, yn ei waith.

Dywedodd Sarah fod llais Teresa wedi gwneud byd o wahaniaeth iddi wrth iddi eni Jacob ar lawr ei hystafell fyw lai na phum munud ar ôl iddi wneud yr awad.

Meddai: Roedd Teresa yn rhyfeddol. Hi oedd fy mhartner geni yn lle fy ngŵr, a dweud y gwir. Roedd yn teimlo fel ei bod yn yr ystafell gyda mi.

Doeddwn i ddim angen rhywun yn teimlo trueni drosod, roeddw'n angen rhywun yn fy annog, a dyna beth wnaeth hi.

Cyfaddfodd Teresa, 39, o Bont-y-pŵl, sydd wedi siarad menyw arall drwy enedigaeth debyg ers hynny, ei bod yn nerfus wrth siarad Sarah drwy'r enedigaeth, ond dywedodd fod y profiad wedi bod yn fraint iddi.

Meddai: "Roedd cymryd rhan yn rhywbeth fel'n a bod y person cyntaf, ynghyd â Sarah, i glywed cri gyntaf ac anadliad cyntaf y baban, yn anrhydedd i mi."

## parafeddygon ar feiciau

Mae cynlluniau ar y gweill i ymestyn y cynllun arloesol Parafeddygon ar Feiciau sy'n gweithredu yng Nghanol Dinas Caerdydd ar benwythnosau.

Mae Rhanbarth De Ddwyrain Gwasanaeth Ambiwllans Cymru wedi apelio am fwy o barafeddygon ar ddwy olwyn.

Mae angen y recriwtiaid newydd i ymuno â'r cynllun llwyddiannus sy'n gweithredu yn yr ardal o'r ddinas ar gyfer cerddwyr yn unig.

Yno mae tîm ymroddedig o dri pharafeddyg, sydd i gyd yn feicwyr profiadol, wedi cyfnewid eu hambiwlansys a'u Cerbydau Ymateb Cyflym am feiciau mynydd - ac mae amseroedd ymateb wedi cwmpo o ganlyniad.

Ar ddyddiau Gwener, Sadwrn a Sul o 9am i 6pm bydd parafeddyg yn crwydro canolfannau siopa'r ddinas ar feic - sydd bellach yn brysyrach nag erioed yn sgil agor canolfan enfawr Dewi Sant 2.

Mae'r cynllun yn mynd ers dwy flynedd ac meddai'r Arweinydd Tim a'r trefnydd Simon Morgan, parafeddyg o Ferthyr a'r dyn a ddyfeisiodd y cynllun: "Mae wedi profi i fod yn effeithiol dros ben wrth gyrraedd cleifion yn gyflym."

"Yn aml bydd y parafeddyg ar gefn beic yn cyrraedd y claf tra mae'r sawl sy'n galw 999 yn dal ar y ffôn."

Mae Simon a'i gydweithwyr Kevin Dyer a Lawrence Evans, ill dau o Gaerdydd, i gyd yn feicwyr brwd ac yn defnyddio

beic mynydd arbenigol - sy'n cynnwys amrywiaeth o offer achub bywyd yn cynnwys diffibriliwr bach, pecyn adfywio a chyffuriau ataliad y galon, therapiwtig a resbiradol, yn ogystal ag offer cymorth cyntaf.

Gall unrhyw un sydd â diddordeb mewn ymuno â'r cynllun gysylltu â Simon Morgan yng Ngorsaf Ambiwllans Merthyr.

## parafeddygon arbenigol

Mae Gwasanaeth Ambiwllans Cymru yn torri tir newydd yn y DU gyda chynllun i roi brid newydd o barafeddygon ar y ffordd.

Bydd yn gweld rhwydwaith o Ymarferwyr Arbenigol hynod fedrus a hyfforddwyd yn llawn gyda'r offer angenrheidiol wedi'u dosbarthu ledled Cymru yn barod nid yn unig i ymateb i argyfyngau, ond i wneud penderfyniadau am ôl-ofal.

Dewiswyd y garfan gyntaf o blith parafeddygon a nyrsys y Gwasanaeth a byddant yn dilyn hyfforddiant arbenigol i lefel gradd ac ôl-radd fel eu bod yn barod i ddarparu gofal i safon uwchlaw'r gwasanaeth presennol.

Dyma'r cynllun cyntaf o'i fath yn y DU ac meddai Parafeddyg Ymgynghorol y Gwasanaeth, Andrew Jenkins: Bydd gennym fath newydd o barafeddyg allan yna, clinigydd ambiwlans, a fydd nid yn unig yn darparu gofal brys uniongyrchol ond hefyd yn gwneud penderfyniadau am y math o ofal





parhaus sydd ei angen ar y claf.

Cânt eu hyfforddi i ddefnyddio amrywiaeth ehangach o feddyginiaethau i reoli cyflyrau arbennig a bydd ganddynt sgiliau ehangach i ddarparu ymgynghoriadau a gwneud penderfyniadau clinigol gwybodus. Yn aml byddant yn gallu trin cleifion yn eu cartrefi, gan leihau'n sylweddol nifer y bobl a anfonir i adrannau Damweiniau ac Achosion Brys a'u cyfeirio tuag at ofal parhaus.

Byddant yn gallu ymgynghori ac archwilio cleifion a dyfeisio cynllun triniaeth, cynnig amrywiaeth o wrthfotigau o dan Gyfarwyddiadau Grŵp Cleifion (PGD), yn ogystal â rheoli clwyfau.

Mae Ymarferydd Gofal Uwch y Gwasanaeth, Tim Jones, hefyd wedi bod yn rhan fawr o'r cynllun ac ychwanegodd bod hyd at filiwn o gleifion y flwyddyn yn cael eu cludo i adrannau Damweiniau ac Achosion Brys heb fod angen ar draws y DU.

Meddai: "Bydd gan y radd newydd o glinigydd, a elwir yn Ymarferwyr Parafeddygaeth/Nyrsio Arbenigol, ddigon o hyfforddiant ac addysg i reoli'r bobl hynny sydd â chyflyrau difrifol yn well – fel asthma, a threfnu gofal iddynt, yn aml yn eu cartrefi eu hunain.

"Ond mae ganddyn nhw hefyd ail swyddogaeth oherwydd maen nhw ar gael i'w hanfon i argyfyngau lle mae bywyd yn y fantol yn eu hardaloedd gan fod ganddyn nhw'r sgiliau parafeddygol i ddelio â'r sefyllfaoedd hynny.

Un o'r brid newydd yna fydd y parafeddyg Roger John, o Ynys-y-bŵl, yn y Rhondda, sydd ar hyn o bryd ar y Cerbydau Ymateb Cyflym yng Nghaerdydd.

Ymunodd Roger, 55, â'r gwasanaeth ambiwlans yn 1991, a bu'n barafeddyg ers 12 mlynedd ond mae ganddo hefyd radd BSc Anrhydedd mewn Gofal Cyn-ysbyty o Brifysgol Abertawe ac mae ar drydedd flwyddyn gradd Feistr mewn Ymarfer Clinigol Uwch ym Mhrifysgol Morgannwg.

Meddai: "Bydd angen gwell dealltwriaeth o'r ffordd mae'r corff dynol yn gweithio ar gyfer y swydd arbenigol newydd er mwyn trin y claf yn y ffordd fwyaf priodol, yn ei gartref os oes modd.

"Roedd y swydd yn fy nenu oherwydd ei bod yn ddilyniant naturiol o'r hyn rwyf wedi bod yn ei wneud wrth ddatblygu fy hun fel parafeddyg."

Bydd lluo o gleifion yn mynd i adrannau Damweiniau ac Achosion Brys ac allan y pen arall heb gael eu trin ac mae hynny'n rhwymo adnoddau.

Dyna lle mae swydd yr ymarferydd arbenigol yn hollbwysig oherwydd mae'n rhyddhau'r adnoddau hynny ac ar yr un pryd yn mynd â gofal iechyd at



*Yn barod i fynd: Ymarferwyr Arbennig newydd Gwasanaeth Ambiwllans Cymru gyda Pharafeddyg Ymgynghorol y Gwasanaeth, Andrew Jenkins, yn y canol, o'r chwith, Paul Burrows, Caerdydd; Jonathan Parker, Casnewydd; Roger John, Caerdydd ac Andy Davies, Caerdydd.*

y claf yn hytrach na mynd â'r claf at y gofal iechyd.

"Os gallwch asesu claf, un i un, yn y pwynt cyswllt a phenderfynu a oes angen iddo fynd i'r ysbyty neu a ellir ei drin yn ei gartref, yna mae hynny'n well i bawb.

"Mae cymaint gwell i'r claf ac mae'n golygu nad oes gennych ambiwlans saith tunnell yn rhuthro i rywle lle nad oes angen ymateb golau glas.

Wrth gwrs, mae rhai pobl angen mynd i'r ysbyty ond nid yw hynny'n wir am lawer ac mae arnoch angen y broses addysgol a lefel uwch o sgiliau ac arbenigedd clinigol er mwyn gallu penderfynu hynny, a dyna yw holl bwrpas hyn.

### gwyn yn ymddeol

Mae dyn o Ruthun wedi ffarwelio â gyrfa gyda'r gwasanaeth ambiwlans sydd wedi ymestyn dros bum degawd.

Ymddeolodd Gwyn Thomas ar ôl 44 o flynyddoedd yn y proffesiwn gwasanaeth meddygol brys a diolch i'w ymroddiad i hyfforddiant, braint llawer o'r staff ar y ffyrdd yn awr yw eu bod "Wedi'u Hyfforddi gan Thomas".

Meddai Gwyn: "Ymunais â Sant Ioan ac ar y pryd, nhw a'r Groes Goch yn Rhuthun oedd yn rhedeg gwasanaeth tu allan i oriau'r ambiwlans. Rhoddodd hynny brofiad gwerthfawr i mi o weithio gyda'r ambiwlansys. Ochr yn ochr â hynny roeddwn yn dilyn prentisiaeth mewn plastro.

Ymunodd Gwyn â Gwasanaeth Ambiwllans Sir Ddinbych yn Rhuthun ym 1965 ac ar ôl bron i 10 mlynedd cafodd ei ddyrchafu'n Brif Ddyn Ambiwllans a chwblhaodd gwrs cynhyfforddwr yn Wrenbury Hall, Swydd Gaer.

Cwblhaodd Gwyn ei gwrs Hyfforddwr DHSS ym 1980 a gweithio yn Ysgol Hyfforddi Ambiwllans Rhanbarthol Lerpwl yn ogystal â chwarae rhan flaenllaw wrth gyflwyno diffbriliwyr i Ogledd Cymru.

Helpodd i sefydlu hyfforddiant parafeddygon Gwasanaeth Ambiwllans Clwyd a daeth yn Swyddog Hyfforddiant Adfywio ac yn diwtor ar Gyrsiau Cynnal Bywyd Paediatreg Uwch yn Bolton, Lerpwl a Rhydychen ar ôl dod yn aelod o'r Gyfadran Cynnal Bywyd Uwch yn Ysbyty Hope, Manceinion.

Ar ôl hynny parhaodd Gwyn i ddatblygu hyfforddiant a rheolaeth glinigol yn y gwasanaeth ambiwlans a gorffen ei yrfa'n Rheolwr Offer Cenedlaethol.

Meddai: "Yr uchafbwynt mwyaf yn y swydd hon yw'r ambiwlansys newydd a chyfrannu at eu dylunio a dylunio'r offer sy'n cael eu cludo yn y cerbydau.

Yr hyn sydd wedi rhoi'r pleser mwyaf i mi yw gallu helpu pobl i ddydsu a'u gweld yn datblygu. Mae gennym griw rhagorol o bobl yn gweithio gyda ni ac maen nhw'n gwneud eu gwaith yn dda iawn.

