



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Rhwydwaith Iechyd
Meddwl Amenedigol
Perinatal Mental
Health Network

Meini Prawf Lefelau Gwasanaeth ac Atgyfeirio i Wasanaethau

(Canllaw yn unig yw EPDS / Seicometreg - dylid eu
hystyried yn unol â sut mae'r claf yn
cyflwyno'n glinigol)



Arwyddion Rhybudd a Dangosyddion Risg Amenedigol

- Cyflwyno yn y pedair wythnos gyntaf ar ôl geni (y cyfnod lle mae'r risg o gyflwyno gyda seicosis ar ei huchaf)
- Teimladau a meddyliau newydd, nad ydynt wedi'u cael o'r blaen, sy'n achosi trallod a gorbryder iddynt?
- Cyflwyniad iechyd meddwl sy'n gwaethygu'n sydyn
- Meddwl am ddull hunanladdiad treisgar
- Meddwl am ffoi
- Ydyn nhw'n teimlo'n gymwys, fel nad ydyn nhw'n gallu ymdopi neu'n teimlo eu bod wedi ymddieithrio oddi wrth eu babi? Ydy'r teimladau hyn yn codi'n gyson?
- Ydyn nhw'n teimlo eu bod yn gwaethygu neu mewn risg o waethygu?
- Hanes blaenorol o hunanladdiad neu hunan-niweidio
- Hunan-niweidio neu ymgais ar hunanladdiad yn ystod beichiogrwydd
- Unrhyw feddyliau am niweidio'r plentyn neu feddyliau seicotig ynglŷn â'r plentyn yn cynyddu risg
- Cyflwyniad anwadal

Categori			Iechyd Meddwl	Canlyniad Sgrinio		
Dwys	Haen 2	Llwybr 7	Cymedrol-Difrifol	EPDS: 20+	GAD: 15	PHQ9: 20-27

Meini Prawf Cyflwyniad Posibl a Derbyn Atgyfeirio

CYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Diagnosis o salwch meddwl difrifol; Hanes blaenorol o salwch amenedigol **difrifol**, er enghraifft iselder ôl-enedigol difrifol neu seicosis ôl-enedigol; Cyflwyno gyda symptomau newydd salwch meddwl yn ystod y cyfnod amenedigol neu salwch meddwl sy'n bodoli eisoes sy'n cyfyngu ar fywyd yn gwaethygu; Anawsterau seicolegol sy'n ymwneud yn benodol â'r cyfnod amenedigol, er enghraifft trawma geni, tocoffobia, anawsterau ymlyniad difrifol; Hanes o salwch **meddwl ysgafn/cymedrol** sydd â hanes o risg sylweddol (hunanladdiad/hunan-niweidio).

Gellir derbyn atgyfeiriadau y tu allan i'r meini prawf atgyfeirio ffurfiol yn ôl disgrisiwn y gwasanaeth yn seiliedig ar anghenion clinigol y defnyddiwr gwasanaeth unigol ac ar ôl ymgynghori â'r sawl sy'n atgyfeirio.

Cyn beichiogi: cynllunio i gael plant a gyda salwch meddwl difrifol neu ar feddyginiaeth seicotropig lluosog (LLWYBR 1)

FFACTORAU CYFRANNOL YCHWANEGOL A ALLAI FOD YN BRESENNOL OCHR YN OCHR Â CHYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Hunanesgeuluso; Tocofofia; Risg i'r newydd-anedig; Niwed i eraill; Meddyginiaeth gyfredol; Problemau cyffuriau ac alcohol; Risgiau diogelu; Euogrwydd treiddiol/anobaith; Credoau newydd neu barhaus ei bod yn annigonol fel mam; Cam-drin domestig cyfredol/bregusrwydd; Niwrowahanol; Digartrefedd/cysgu allan; Menywod sydd heb ymateb i driniaeth gan Wasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Gofal Sylfaenol.

Ymyriadau a Awgrymir

- Ymyriadau seicolegol drwy Dîm Iechyd Meddwl Amenedigol Arbenigol (LLWYBRAU 7 ac 8)
- Ymyriadau seicolegol trwy Wasanaeth Therapiau Seicolegol Integredig (IPTs) (LLWYBR 10)
- Cydweithio posibl â Thimau Triniaeth yn y Cartref Datrys Argyfwng
- Cydweithio posibl â Thimau Iechyd Meddwl Cymunedol/Plant a'r Glasoed (LLWYBRAU 7 ac 8)
- Atgyfeirio posibl a derbyn i Uned Mamau a Babanod (LLWYBR 9)

Categori			Iechyd Meddwl	Canlyniad Sgrinio		
Uwch a mwy	Haen 1	Llwybr 6	Cymedrol	EPDS 15-20	GAD 10	PHQS 15-19

Cyflwyniad Posibl a Meini Prawf Derbyn Atgyfeiriad

CYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: salwch meddwl difrifol cyfredol – Iechyd meddwl sefydlog; Hanes o salwch meddwl cymedrol gyda hanes o risg gymedrol (hunanladdiad/risg gymedrol o hunan-niweidio); Hanes yn y teulu o salwch meddwl difrifol – Seicosis/Anhwylder Deubegwn; Ofn cymedrol o enedigaeth; OCD amenedigol cymedrol; Gorbryder cymedrol; Iselder cymedrol; PTSD cymedrol ynghylch genedigaeth.

FFACTORAU CYFRANNOL YCHWANEGOL A ALLAI FOD YN BRESENNOL OCHR YN OCHR Â CHYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Genedigaeth drawmatig; Problemau ymlyniad; Newidiadau mewn amgylchiadau teuluol; Problemau perthynas; Cam-drin rhywiol yn ystod plentyndod; Hanes o farw-enedigaeth, marwolaeth babi newyddanedig neu farwolaeth sydyn baban; Problemau cyffuriau ac alcohol; Niwrowahanol; Mam ifanc.

Camau a Awgrymir

- Atgyfeirio at Feddyg Teulu am ofal cyn beichiogi (LLWYBR 2)
- Atgyfeirio at Feddyg Teulu (LLWYBR 6)
- Ymyriadau seicolegol drwy Wasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol (Llwybr 10)
- Yn ogystal ag ystyried priodoldeb atgyfeirio/hunan-atgyfeirio at Dîm o Amgylch y Teulu/ Gwasanaethau Gwirfoddol Cymunedol.

Ystyriwch y cyflwyniad ac effaith ar fywyd bob dydd/dwyster a risg.

Categori			Iechyd Meddwl	Canlyniad Sgrinio		
Uwch	Haen 1	Llwybr 5	Ysgafn	EPDS 13-14	GAD 5	PHQS 10-14

Cyflwyniad Posibl

CYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Cyflwyniad iechyd meddwl ysgafn; Hwyliau isel; Iselder ysgafn; Gorbryder ysgafn.

FFACTORAU CYFRANNOL YCHWANEGOL A ALLAI FOD YN BRESENNOL OCHR YN OCHR Â CHYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Dim llawer o gymorth cymdeithasol; Trawma canfyddedig yn ystod genedigaeth; Pryderon ymlyniad ysgafn; Problemau cyfathrebu; Mam tro cyntaf; Beichiogrwydd heb ei gynllunio; Sefyllfa economaidd-gymdeithasol wael; Statws iechyd meddwl y tad; Pwysau geni isel iawn (llai na 150gm); Anabledd/salwch y babi; Materion diwylliannol; Niwrowahanol.

Camau a Awgrymir

- Ymweliadau Gwranddo Lles Emosiynol (Ymweliadau Gwranddo) (LLWYBR 5)
- Atgyfeirio at reoli straen a/neu Bywyd Actif neu gyfwerth
- Gwybodaeth ysgrifenedig – canllawiau hunangymorth (gwefan IAWN); Gwasanaethau Gwirfoddol Cymunedol; Gwirfoddol
- Adnodd ar-lein – Silver Cloud

Categori			Iechyd Meddwl	Canlyniad Sgrinio		
Cyffredinol a Mwy	Haen 0/1	Llwybr 4	Ysgafn	EPDS 10-12		PHQS 5-9

Cyflwyniadau Posibl

CYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Hwyliau isel; Iselder ysgafn; Pryder ysgafn (ddim yn cyfyngu ar fywyd).

FFACTORAU YCHWANEGOL A ALLAI FOD YN BRESENNOL OCHR YN OCHR Â CHYFLWYNIAD IECHYD MEDDWL: Dagreuol; Anawsterau ariannol; Problemau perthynas; Anawsterau tai; Problemau sylwedd; Niwrowahaniaeth; Eisiau cwnsela cyffredinol.

Camau a Awgrymir

- Cadw golwg (LLWYBR 4)
- Atgyfeirio at grwpiau cymunedol a gwasanaethau priodol; Tai; Cyngor ar Bopeth; Cwnsela; Gwasanaethau cyffuriau ac alcohol
- Adnoddau ar-lein – Enjoy your bump, Enjoy your Baby, Enjoy your Infant; Living Life to the Full; Gwasanaethau Gwirfoddol Cymunedol.

Categori			Iechyd Meddwl	Canlyniad Sgrinio		
Cyffredinol	Haen 0	Llwybr 3	Dim	EPDS 0-9		PHQS 0-4

Cyflwyniadau Posibl

Niwrowahanol; Dim tystiolaeth o broblemau iechyd meddwl.

Gofal cyn beichiogi drwy feddyg teulu (LLWYBR 2)

Gofal cyn beichiogi trwy Dîm Iechyd Meddwl Amenedigol Arbenigol (LLWYBR 1)

Camau a Awgrymir

- Cyfeirio at Pob Plentyn – Eich Plentyn Eich Beichiogrwydd a'r Enedigaeth [Adnoddau Gwybodaeth i Rieni | Pob Plentyn \(everychildwales.co.uk\)](#);
- Grwpiau Cymunedol a Gwasanaethau Gwirfoddol yn eich ardal leol

Noder: Nid yw Timau Iechyd Meddwl Amenedigol Arbenigol yn derbyn atgyfeiriadau ar gyfer:

- Menywod ag anaf i'r ymennydd neu anhwylder organig arall gan gynnwys dementia
- Menywod ag anhwylder niwroddatblygiadol neu anabledd dysgu neu fenywod sy'n camddefnyddio sylweddau oni bai eu bod fel arall yn bodloni meini prawf atgyfeirio safonol a amlinellir uchod
- Menywod y gellir rheoli eu hanghenion iechyd meddwl yn ddiogel o fewn Lefelau 1 – 4 Iechyd Meddwl Amenedigol Cymru
- Nid yw'r gwasanaeth yn darparu asesiadau rhianta statudol - mae'r awdurdod lleol yn parhau i fod yn gyfrifol am asesu rhianta os oes yna bryderon diogelu.

Bydd atgyfeiriadau nad ydynt yn bodloni'r trothwy ar gyfer y Tîm Iechyd Meddwl Amenedigol Arbenigol yn cael eu dychwelyd at yr atgyfeiriwr gyda chanllawiau priodol ar lefelau gofal a chynghor cyfeirio a bydd pob atgyfeiriwr yn derbyn cadarnhad ysgrifenedig ynghylch canlyniad yr atgyfeiriad y maent wedi'i wneud i'r tîm arbenigol, o fewn 14 diwrnod i'r atgyfeiriad.