

Cwblhau'r ffurflen Adolygiad Dyfarniad

Mae'r ffurflen hon er mwyn i chi ddweud wrthym **sut** rydych yn cyflawni'r 12 gweithgaredd bywyd bob dydd a symudedd ac a oes unrhyw beth wedi newid ers i ni ddyfarnu PIP i chi ddiwethaf.

Fel y gallwn sicrhau fod eich dyfarniad yn parhau i fod yn gywir, mae angen i ni wybod:

- beth sydd wedi newid a phryd y digwyddodd hwn? A yw'n fwy hawdd neu'n fwy anodd i wneud pethau nawr neu a yw pethau wedi aros yr un peth?
- os oes angen i chi ddefnyddio teclynnau. Mae hyn yn golygu teclynnau i wneud gweithgareddau'n haws. Er enghraifft, bachyn botymau ar gyfer gwisgo, stôl uchel ar gyfer ei defnyddio yn y gawod neu dapiau wedi'u haddasu er mwyn gwneud pethau'n haws yn y gegin neu'r ystafell ymolchi
- os ydych yn cael yr help sydd ei angen arnoch. Ydych chi angen mwy neu lai o help nawr?
- oes oes angen i chi cael eich goruchwylio er mwyn gwneud rhywbeth yn ddiogel. Dywedwch wrthym beth gall ddigwydd os nad ydych yn cael eich goruchwylio

Mae hwn yn **enghraifft** sut i ateb y cwestiynau a'r **wybodaeth ategol** y gallech eu hanfon atom.

1. Paratoi a choginio bwyd

Dywedwch wrthym os oes rhywbeth wedi newid ac oddeutu pryd y digwyddodd hyn.

Mae fy arthritis wedi gwaethygu ers Awst 2016. Ni allaf sefyll am gyfnodau hir ac rwyf yn cymryd meddyginiaeth fwy cryf.

Dywedwch wrthym sut rydych yn ymdopi â'r gweithgaredd hwn nawr, gan gynnwys defnyddio unrhyw declynnau sydd eu hangen arnoch.

Rwyf dal yn gallu coginio pryd o fwyd ond nawr rwyf angen eistedd ar stôl yn y gegin i'w wneud.

Dywedwch wrthym am unrhyw newidiadau i'r help sydd ei angen arnoch neu'r help rydych yn ei gael gan berson arall.

Mae fy mhartner yn fy helpu i nawr gyda pharatoi cynhwysion gan nad oes gennyf y cryfder i'w torri nhw fyny.

Mae unrhyw wybodaeth, nid yn unig gwybodaeth feddygol, am sut y mae'ch cyflwr neu anabledd yn effeithio arnoch chi'n ddefnyddiol iawn. I ategu eich atebion, gallwch anfon y **wybodaeth** ganlynol:

- adroddiad diweddar gan therapydd galwedigaethol
- rhestr presgripsiwn ailadrodd
- cynllun gofal diweddar
- llythyr neu ddyddiadur gofalwr

Gwybodaeth y mae angen i chi ei hanfon atom gyda'ch ffurflen Adolygiad Dyfarniad

Wrth anfon gwybodaeth ategol i ni gyda'ch ffurflen, efallai na fydd angen i chi gael ymgynghoriad wyneb yn wyneb gyda gweithiwr iechyd proffesiynol. Efallai y byddwn yn gallu gwneud penderfyniad am eich dyfarniad yn fwy cyflym a byddwch yn parhau i gael y dyfarniad cywir o PIP.

Mae'n bwysig eich bod yn anfon atom:

- gwybodaeth sy'n esbonio **sut y mae'ch cyflwr iechyd neu anabledd yn effeithio arnoch**
- **llungopiau** gan na allwn ddychwelyd dogfennau gwreiddiol atoch. Ysgrifennwch eich enw a'ch rhif Yswiriant Gwladol ar frig bob dogfen

Beth i'w hanfon

Anfonwch unrhyw wybodaeth rydych wedi'i chael ers eich dyfarniad diwethaf, er enghraifft:

- ✓ Crynodeb o'ch cofnod claf
- ✓ Llythyrau gadael yr ysbyty neu glinig claf allanol
- ✓ Rhestr o'ch presgripsiwn ailadrodd presennol

Adroddiadau neu **gynlluniau gofal** neu **driniaeth** gan:

- ✓ Therpyddion galwadigaethol
- ✓ Meddyg Teulu neu Ymgynghorwyr Meddygol
- ✓ Gweithwyr cymdeithasol
- ✓ Nyrsys seiciatrig cymunedol
- ✓ Timau cymorth anabledd dysgu
- ✓ Ffisiotherapyddion
- ✓ Gofalwyr ac aelodau'r teulu

Canlyniadau profion gan:

- ✓ Sganiau
- ✓ Profion diagnostig
- ✓ Profion clywed neu weld

Beth i **BEIDIO** â'i hanfon

- ✗ Llythyrau neu gardiau apwyntiad
- ✗ Llythyr eglurhaol gan eich Meddyg Teulu
- ✗ Llythyrau sy'n trefnu arhosiadau mewn ysbyty
- ✗ Gwybodaeth gyffredinol neu ffeithlenni am eich cyflwr
- ✗ Ffeithlenni am eich meddyginiaeth
- ✗ Gwybodaeth am brofion rydych yn mynd i'w cael
- ✗ Tocynnau bws neu drên ar gyfer apwyntiadau sydd yn rhaid i chi eu mynychu
- ✗ Gwybodaeth rydych eisoes wedi'i hanfon atom

Peidiwch oedi wrth anfon eich ffurflen yn ôl atom os ydych yn aros am wybodaeth, anfonwch beth sydd gennych yn barod atom.

Nid oes angen i chi anfon y daflen hon yn ôl atom gyda'ch ffurflen.