

Bydwraig yn y dyfodol: Safonau hyfedredd ar gyfer bydwragedd

DRAFFT – Ionawr 2019



Cynnwys

Cyflwyniad

2

Parth 1:

Bod yn fydwraig atebol ac annibynnol

9

Parth 2:

Gallu'r fydwraig i ddarparu a hybu parhad o ran gofal a gofalwr

14

Parth 3:

Gofal cyffredinol i bob menyw, babi newydd-anedig a theulu

17

Parth 4:

Gofal ychwanegol i fenywod, babanod newydd-anedig a theluoedd â chymhlethdodau a/neu anghenion gofal pellach

35

Parth 5:

Hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr, ysgolhaig ac arweinydd

46

Rhestr Termau

51

Cyflwyniad

Mae gan y Cyngor Nyrsio a Bydwreigiaeth ddyletswydd i adolygu'r safonau hyfedredd y mae'n eu pennu ar gyfer y proffesiynau y mae'n eu cofrestru'n rheolaidd er mwyn sicrhau bod safonau yn parhau i fod yn gyfoes ac yn addas at y diben. Wrth adolygu'r safonau hyn, rydym wedi ystyried tystiolaeth newydd a'r newidiadau sy'n digwydd mewn cymdeithas, ym maes bydwreigiaeth ac ym meysydd mamolaeth a gofal newyddenedigol yn ehangach, a goblygiadau hyn i fydwragedd y dyfodol o ran eu rôl, eu gwybodaeth, eu dealltwriaeth a'u sgiliau gofynnol.

Mae'r safonau hyfedredd yn y ddogfen hon yn nodi'r wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau y mae'n rhaid i fydwragedd eu dangos wrth ofalu am [fenywod](#), [babanod newydd-anedig](#), [partneriaid](#) a [theuluoedd](#) ym mhob lleoliad gofal. Maent yn adlewyrchu'r hyn y gall y cyhoedd ddisgwyl i fydwragedd ei wybod a gallu ei wneud er mwyn darparu gofal bydwreigiaeth diogel, effeithiol, parchus, caredig a thosturiol.

Maent hefyd yn darparu meincnod i fydwragedd o'r Ardal Economaidd Ewropeaidd (AEE), o'r Undeb Ewropeaidd (UE) ac o wledydd tramor sydd am ymuno â'r gofrestr yn y DU, yn ogystal â'r rheini sy'n bwriadu aildechrau ymarfer ar ôl cyfnod o absenoldeb.

Mae bydwreigiaeth yn broffesiwn byd-eang. Mae gan fenywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd anghenion tebyg lle bynnag y bônt yn byw ac mae bydwragedd yn gwneud cyfraniad hollbwysig at eu goroesiad, eu hiechyd a'u llesiant ledled y byd. Yn y DU, mae bydwragedd yn weithwyr proffesiynol annibynnol ac mae'r teitl 'bydwraig' yn deitl gwarchoddedig; dim ond bydwragedd sydd wedi cyrraedd a chynnal y safonau gofynnol a bennir gan yr NMC fel y rheoleiddiwr proffesiynol ac sydd ar gofrestr yr NMC all ddefnyddio'r teitl bydwraig.

Rôl bydwraig yn yr 21ain ganrif

Rôl bydwraig yw darparu gofal medrus, gwybodus, parchus a thosturiol i bob menyw, babi newydd-anedig a'u teuluoedd. Mae bydwragedd yn gweithio ar draws y continwrm o'r cyfnod cyn beichiogi i feichiogrwydd, esgor a geni, y cyfnod ôl-enedigol ac wythnosau cynnar bywyd, gan gynnwys iechyd atgenhedlol menywod yn y dyfodol, eu llesiant a'u dewisiadau, yn ogystal â datblygiad cynnar iawn y plentyn a'r broses o ddod yn rhieni. Mae bydwragedd yn galluogi hawliau dynol menywod a phlant, a'u blaenoriaeth yw sicrhau bod gofal bob amser yn canolbwyntio ar anghenion, barn a dewisiadau'r fenyw a'r babi newydd-anedig.

Gall bydwragedd wneud cyfraniad hollbwysig at gydraddoldeb a diogelwch gofal mamolaeth. Maent yn cyfuno gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau â [chymhwysedd rhyngpersonol a diwylliannol](#), gan sicrhau bod gofal yn cael ei deilwra'n unol ag amgylchiadau menywod a babanod newydd-anedig unigol, a phartneriaid a theuluoedd. Maent yn gwneud cyfraniad pwysig at iechyd y boblogaeth ac yn deall anghydraddoldebau cymdeithasol ac iechyd a sut i'w lliniaru drwy ofal bydwreigiaeth da. Hefyd, maent yn darparu addysg iechyd ac yn hybu a diogelu iechyd er mwyn hybu iechyd a llesiant meddyliol a chorfforol ac atal [cymhlethdodau](#). Dengys tystiolaeth

y cyfraniad y gall bydwragedd ei wneud, nid yn unig at iechyd ond hefyd at lesiant byrdymor a hirdymor y fenyw, y babi a'r teulu. Mae bydwragedd yn asesu, cynllunio, darparu a gwerthuso gofal yn barhaus, a hynny mewn partneriaeth â menywod – a'u partneriaid os yw hynny'n briodol – gan atgyfeirio at weithwyr proffesiynol eraill ym maes iechyd a gofal cymdeithasol a chydweithio â nhw yn ôl yr angen.

Mae bydwragedd yn gwbl atebol fel y gweithwyr arweiniol ar gyfer gofal a chymorth i fenywod a babanod newydd-anedig, a phartneriaid a theuluoedd. Maent yn darparu gofal yn seiliedig ar y dystiolaeth orau sydd ar gael, ac yn sicrhau eu bod yn meddu ar y wybodaeth a sgiliau cyfredol, ac felly'n helpu i sicrhau bod eu gofal yn ymateb i dystiolaeth sy'n dod i'r amlwg a datblygiadau yn y dyfodol. Gan barchu hawliau dynol, maent yn gweithio mewn partneriaeth â menywod, gan eu galluogi i fynegi eu barn a'u dewisiadau a'u helpu i gryfhau eu galluoedd. Mae bydwragedd yn sicrhau'r prosesau ffisiolegol gorau posibl, ac yn cefnogi sefyllfaoedd seicolegol, cymdeithasol a diwylliannol diogel, gan weithio i hybu canlyniadau cadarnhaol a rhagweld cymhlethdodau a'u hatal.

Mae bydwragedd mewn sefyllfa ddelfrydol i ragweld ac adnabod unrhyw newidiadau a all arwain at gymhlethdodau. Gall y cymhlethdodau ac anghenion gofal hyn fod yn glinigol, seicolegol, cymdeithasol, diwylliannol ac ysbrydol, a gallant gynnwys amddifadu economaidd-gymdeithasol, anabledd, [cam-drin](#) a thrais gan bartner agos. Gall fod angen bydwragedd i ofalu am fenywod, partneriaid a theuluoedd sy'n profi colled neu sydd angen gofal diwedd oes arnynt, a rhoi cymorth iddynt. Pan fydd sefyllfaoedd o'r fath yn codi, y fydwraig sy'n gyfrifol am eu hadnabod ac am ymateb iddynt a'u rheoli ar unwaith, gan gynnwys gweithwyr proffesiynol eraill ac atgyfeirio at gydweithwyr amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol a chydweithio â nhw, yn unol â thystiolaeth o arfer gorau. Mae bydwragedd yn ymateb i sefyllfaoedd sy'n gwaethygu a sefyllfaoedd brys, ac yn blaenoriaethu ymatebion priodol sy'n sicrhau cyn lleied â phosibl o risg a niwed i'r fenyw, y ffetws a'r babi newydd-anedig, gan gynnwys uwchgyfeirio ar frys. Dan amgylchiadau o'r fath, mae gan y fydwraig gyfrifoldeb penodol am barhad a chydlyniant gofal, gan ddarparu gofal bydweigiaeth parhaus fel rhan o'r tîm amlddisgyblaethol, a gweithredu fel eiriolwr er mwyn sicrhau bod gofal bob amser yn canolbwyntio ar anghenion, barn a dewisiadau'r fenyw a'r babi newydd-anedig.

Rôl bydwraig yw darparu gofal diogel, parchus a theg sy'n grymuso pobl, beth bynnag fo'r cyd-destun cymdeithasol a'r lleoliad; maent yn gweithio yn y cartref, yn yr ysbyty, yn y gymuned, mewn uned a arweinir gan fydweigiaeth ac mewn amgylcheddau eraill fel lleoliadau gofal cymdeithasol, y system cyfiawnder troseddol a gwasanaethau iechyd atgenhedlol ehangach. Ym mhob cyd-destun, y fydwraig sy'n gyfrifol am greu amgylchedd sy'n ddiogel, yn barchus ac yn garedig, ac sy'n meithrin ac yn grymuso.

Mae bydwragedd yn cyflawni rôl arweiniol o ran sicrhau bod modd rheoli'n a gweithio mewn tîm yn effeithiol, gan hyrwyddo gwelliant parhaus ac annog diwylliant o ddysgu. Mae bydwragedd yn cydnabod eu cryfderau eu hunain, yn ogystal â chryfderau pobl eraill. Maent yn cymryd rhan mewn datblygiad proffesiynol parhaus ac yn gwybod sut y gallant gyfrannu at ddatblygiad ac

addysg pobl eraill, gan gynnwys myfyrwyr a chydweithwyr. Maent yn gweithio i ddatblygu gyrfa gydol oes, boed yn ymarfer neu'n gweithio ym meysydd addysg, ymchwil, rheoli, arwain neu bolisi. Hefyd, maent yn parhau i feithrin a mireinio eu gwybodaeth, eu sgiliau, eu dyfeisgarwch, eu hyblygrwydd a'u cryfder, eu hunanofal, eu gallu i feddwl yn feirniadol ac yn strategol, eu deallusrwydd emosiynol a'u sgiliau arwain drwy gydol eu gyrfaoedd. Mae meddwl yn feirniadol, dangos esiampl gadarnhaol a datblygu arweinyddiaeth yn elfennau sylfaenol o ymarfer bydwreigiaeth diogel ac effeithiol ym mhob cyd-destun.

Ynglŷn â'r safonau drafft hyn

Datblygwyd y safonau drafft hyn drwy broses helaeth a thrwyadl o adolygu tystiolaeth ac ymgysylltu â phobl ledled y DU, gan gynnwys menywod a theuluoedd, bydwagedd, myfyrwyr, addysgwyr, cydweithwyr amlddisgyblaethol, sefydliadau proffesiynol, ymchwilwyr, llunwyr polisiâu a grwpiau elusennol ac eiriolaeth. Maent yn adlewyrchu'r dystiolaeth genedlaethol a rhyngwladol gyfredol orau mewn perthynas ag iechyd, llesiant, anghenion, barn a dewisiadau menywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd. Maent yn gyson ag argymhellion adolygiadau'r llywodraeth o wasanaethau mamolaeth a bydwreigiaeth ym mhedwar gwlad y DU (Cymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon), ac yn ystyried y cyd-destun newidiol y mae bydwagedd yn gweithio ac yn ymarfer ynddo yn y DU. Ymhlith y newidiadau cadarnhaol yn y cyd-destun ehangach mae cynnwys menywod, eu partneriaid a'u teuluoedd yn fwy wrth wneud penderfyniadau ynglŷn â'u gofal, newidiadau i gynyddu parhad o ran gofalwr a dewis i fenywod mewn perthynas â'r man geni, a ffocws clir ar wella ansawdd gofal ym mhob rhan o'r GIG ac, yn benodol, yn y gwasanaethau mamolaeth. Ymhlith yr heriau presennol a'r heriau sy'n datblygu yng nghyd-destun bydwreigiaeth a mamolaeth yn y DU mae newidiadau ym mhroffiliau iechyd y boblogaeth sy'n arwain at heriau iechyd mwy cymhleth, tloedi ac anghydraddoldebau cynyddol, yr angen clir i wella gwasanaethau ar ôl genedigaeth ac ar gyfer iechyd a llesiant meddyliol menywod a phlant, a gweithlu llai yn y GIG.

Mae'r safonau hyn yn cydnabod y sail dystiolaeth sy'n datblygu, datblygiadau polisi, a newidiadau yn y cyd-destun iechyd a gofal ehangach. O ganlyniad i hynny, rhoddir mwy o bwyslais yn y safonau hyn ar rolau bydwagedd o ran iechyd y cyhoedd a hybu iechyd, deall anghydraddoldebau cymdeithasol ac iechyd, a gwella gofal ôl-enedigol, iechyd meddwl, bwydo babanod a'r camau cynnar o feithrin perthnasoedd teuluol. Bydd y safonau hyn yn helpu bydwagedd i sicrhau parhad o ran gofalwr a darparu gofal diogel ac effeithiol mewn amrywiaeth o leoliadau gan gynnwys y cartref, y gymuned, unedau a arweinir gan fydwreigiaeth, ac ysbytai. Ceir ffocws cryf ar gydweithio'n effeithiol â chydweithwyr amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol er mwyn rhagweld, atal a rheoli cymhlethdodau clinigol a chymdeithasol, a meithrin cryfder a hyblygrwydd wrth ymateb i sefyllfaoedd sy'n peri straen.

Mae'r safonau wedi defnyddio'r diffiniad a lywiwyd gan dystiolaeth o fydwreigiaeth a'r fframwaith ansawdd o Gyfres Lancet ar Fydwreigiaeth (2014). Mae'r adnoddau hyn wedi helpu i ffurfio'r cwmpas a'r cynnwys gan sicrhau ffocws cyson ar anghenion, barn a dewisiadau menywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd ar draws y continwwm gofal cyfan.

Sut i ddarllen y safonau drafft hyn

Mae'r safonau wedi'u grwpio o dan bum parth, ynghyd â'r sgiliau perthnasol. Gyda'i gilydd, mae'r rhain yn adlewyrchu'r hyn rydym yn disgwyl i fydwraig newydd ei wybod, ei ddeall a gallu ei wneud yn ddiogel ac yn fedrus gan ddangos parch a charedigrwydd ar ddechrau ei gyrfa. Nod y dull hwn yw rhoi eglurder i'r cyhoedd a'r proffesiynau ynghylch y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau y gallant ddisgwyl i bob bydwraig eu dangos. Maent yn cynnwys safonau hyfedredd a fydd yn sicrhau y gall bydwragedd gyflawni eu cyfrifoldebau i bob menyw a babi newydd-anedig, gan gynnwys y rhai sydd â chymhlethdodau ac anghenion gofal pellach a'r rhai nad oes ganddynt gymhlethdodau nac anghenion o'r fath; ac y bydd bydwragedd yn meddu ar y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau i allu cael y wybodaeth ddiweddaraf a datblygu eu hymarfer wrth i amgylchiadau newid yn y dyfodol. Mae'r datganiadau canlyniadau ar gyfer pob parth yn gymwys i bob rhan o'r [continwwm gofal](#), ac ym mhob amgylchedd.

Mae sail thema allweddol wedi'u plethu drwy'r parthau, er mwyn cydnabod eu pwysigrwydd. Maent yn cynnwys:

- gofal ar sail tystiolaeth a phwysigrwydd meddu ar y wybodaeth gyfredol
- cyfathrebu a meithrin cydberthnasau
- diogelwch
- iechyd y cyhoedd, hybu iechyd a diogelu iechyd
- galluogi hawliau dynol a barn a dewisiadau menywod, partneriaid a theuluoedd ac eiriol drostynt
- sicrhau bod gan fenywod, partneriaid a theuluoedd yr holl wybodaeth sydd ei hangen i lywio eu penderfyniadau yn llawn
- pwysigrwydd ffactorau meddyliol, corfforol, cymdeithasol, diwylliannol ac ysbrydol
- deall a lliniaru anghydraddoldebau iechyd a chymdeithasol
- sicrhau'r prosesau normal gorau posibl a rhagweld cymhlethdodau, eu hatal ac ymateb iddynt
- gwaith amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol
- gweithio ar draws y continwwm gofal cyfan ac ym mhob lleoliad
- parhad o ran gofal a gofalwr
- effaith beichiogrwydd, esgor a geni, y cyfnod ôl-enedigol, bwydo babanod ac wythnosau cynnar bywyd ar iechyd a llesiant tymor hwy.

Mae'r parthau'n cydberthyn i'w gilydd ac yn adeiladu ar ei gilydd, ac ni ddylid ystyried eu bod ar wahân i'w gilydd. Bwriedir i barth 1 lywio'r broses o gymhwyso pob parth arall; er enghraifft, mae'r gallu i feithrin cydberthynas a gweithio mewn partneriaeth â menywod yn sylfaenol i ofal bydwreigiaeth da ym mhob cyd-destun. Mae parth 2 yn disgrifio gallu'r fydwraig i weithio ym mhob cyd-destun lle bo angen gofal ar fenywod a babanod newydd-anedig, ac i sicrhau parhad. Mae parth 3 yn disgrifio'r gofal sydd ei angen ar bob menyw, babi newydd-anedig, partner a theulu; mae'r gofal hwn yr un mor gymwys i fenywod a babanod newydd-anedig sydd â chymhlethdodau a'r rhai nad oes ganddynt gymhlethdodau. Mae'r gofal a ddisgrifir ym mharth 4 yn ychwanegu at yr hyn a geir ym mharth 3, a dyma'r gofal a'r gwasanaethau ychwanegol sydd eu hangen ar fenywod a babanod newydd-anedig â chymhlethdodau ac anghenion gofal pellach. Mae parth 5 yn disgrifio rôl allweddol bydwraig wrth weithio fel unigolyn a chyda phobl eraill i hybu ansawdd a diogelwch ym mhob cyd-destun, i barhau i feddu ar y dystiolaeth a'r data diweddaraf, i weithredu fel arweinydd a rheolwr, ac i ddatblygu gyrfa heriol sy'n llawn boddhad.

Y parthau yw:

- [Bod yn fydwraig atebol ac annibynnol](#)**
- [Gallu'r fydwraig i ddarparu a hybu parhad o ran gofal a gofalwr](#)**
- [Gofal cyffredinol i bob menyw, babi newydd-anedig a theulu](#)**
 - [Rôl y fydwraig o ran iechyd y cyhoedd a hybu iechyd: hysbysu ac addysgu menywod, a'u partneriaid a'u teuluoedd](#)
 - [Rôl y fydwraig wrth asesu, sgrinio a chynllunio gofal](#)
 - [Rôl y fydwraig wrth sicrhau'r prosesau ffisiolegol gorau posibl, a chefnogi sefyllfaoedd seicolegol, cymdeithasol a diwylliannol diogel, gan weithio i hybu canlyniadau cadarnhaol a rhagweld cymhlethdodau a'u hatal](#)
- [Gofal ychwanegol i fenywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd â chymhlethdodau a/neu anghenion gofal pellach](#)**
 - [Rôl y fydwraig wrth asesu a rheoli cymhlethdodau ac anghenion gofal pellach ar y cam cyntaf](#)
 - [Rôl y fydwraig wrth ofalu am fenywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd y mae angen gwasanaethau meddygol, obstetrig, newyddenedigol, iechyd meddwl, gofal cymdeithasol, a gwasanaethau eraill a'u cefnogi](#)
- [Hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr, ysgolhaig ac arweinydd](#)**
 - [Y fydwraig yn cydweithio ag eraill i hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr](#)
 - [Hybu gofal diogel ac effeithiol drwy feithrin gwybodaeth, dangos esiampl gadarnhaol ac arweinyddiaeth: y fydwraig fel ysgolhaig ac arweinydd](#)

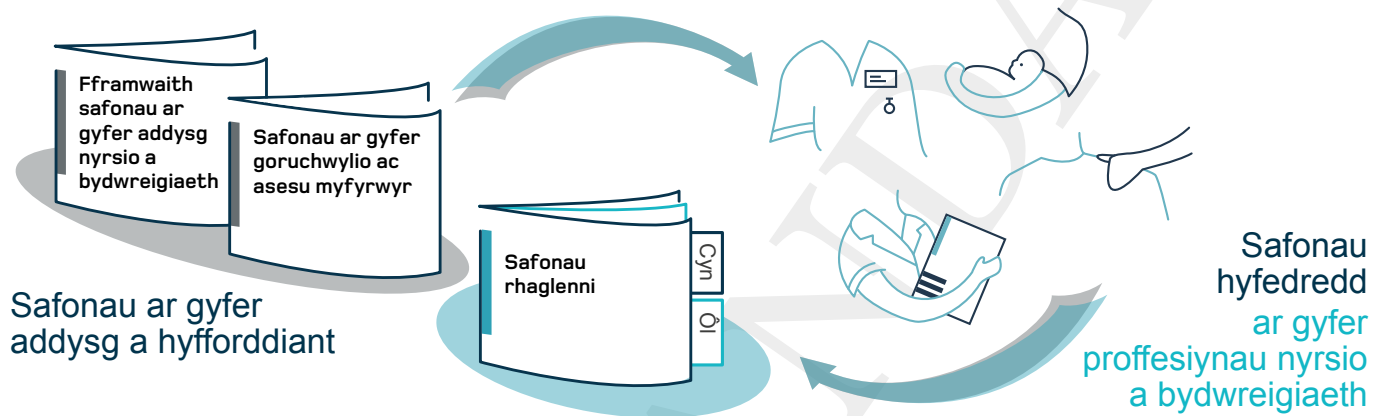
Bydd y safonau hyfedredd hyn yn sicrhau bod bydwagedd graddedig newydd sy'n ymuno â'r proffesiwn yn meddu ar y wybodaeth, y ddealltwriaeth a'r sgiliau sydd eu hangen arnynt ar adeg cofrestru. Bydd bydwagedd yn adeiladu ar y wybodaeth a'r ddealltwriaeth hon a'r sgiliau hyn wrth iddynt fagu profiad a chyflawni eu cyfrifoldeb proffesiynol. Byddant yn dangos eu hymrwymiad i ddatblygu fel bydwraig ac adeiladu llwybr gyrfa, gan gymryd rhan mewn cyfleoedd addysg a datblygiad proffesiynol parhaus sy'n angenrheidiol ar gyfer ail-ddilysu.

Rydym wedi cyhoeddi gwybodaeth ategol ar gyfer gweithredu'r safonau hyfedredd hyn i fydwragedd (NB this will be available via the NMC website in time for publication of the final standards). Mae'r wybodaeth ategol hon yn cwmpasu pob un o'r pum parth a'u gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau cyfatebol. Ei nod yw helpu'r rhai sy'n gyfrifol am weithredu'r safonau hyn a dylid hefyd ei darllen ochr yn ochr â'n safonau ar gyfer rhaglenni bydwreigiaeth cyn cofrestru.

Mae'r safonau hyfedredd hyn yn gymwys i holl fydwragedd yr NMC. Dylent gael eu darllen ar y cyd â Realising professionalism: Standards for education and training sy'n amlinellu ein disgwyladau o ran cyflwyno holl raglenni addysg bydwreigiaeth cymeradwy'r NMC cyn cofrestru ac ar ôl cofrestru. Mae'r safonau hyn yn gymwys i bob darparwr addysg cymeradwy ac fe'u cyflwynir mewn tair rhan: [Rhan 1: Fframwaith safonau ar gyfer addysg nyrso a bydwreigiaeth](#); [Rhan 2: Safonau ar gyfer goruchwyllo ac asesu myfyrwyr](#); a Rhan 3: Safonau rhaglenni sef y safonau sy'n benodol ar gyfer pob rhaglen cyn neu ar ôl cofrestru.

Mae'r safonau hyn yn cyrraedd y safonau rhyngwladol a bennwyd gan [Gydffederasiwn Rhyngwladol y Bydwagedd](#) ac a ddiweddarwyd yn ddiweddar, ac yn rhagori ar y safonau hynny. Ar hyn o bryd, maent yn cael eu mapio i [Safonau Menter Cyfeillgar i Fabanod Unicef y DU](#).

Rhaid i sefydliadau addysg gydymffurfio â'n safonau er mwyn cael eu cymeradwyo i redeg unrhyw raglenni a gymeradwywyd gan yr NMC. Gyda'i gilydd, mae'r safonau hyn yn anelu at roi'r hyblygrwydd i sefydliadau addysg cymeradwy (SACau) a'u partneriaid dysgu ymarfer ddatblygu dulliau arloesol o addysgu bydwagedd, gan fod yn gyfrifol am gyflwyno a rheoli rhaglenni bydwreigiaeth cyn cofrestru cymeradwy'r NMC yn lleol yn unol â'n safonau. Dangosir hyn yn y diagram isod.



Fframwaith deddfwriaethol

Mae Erthygl 15(1) o Orchymyn Nyrso a Bydwreigiaeth 2001 ('y Gorchymyn') yn ei gwneud yn ofynnol i'r Cyngor sefydlu safonau ar gyfer addysg a hyfforddiant sy'n angenrheidiol er mwyn cyrraedd safon hyfedredd ar gyfer ymuno â'r gofrestr, fel sy'n ofynnol gan Erthygl 5(2) o'r Gorchymyn. Caiff y safonau ar gyfer darparwyr addysg nyrso a bydwreigiaeth eu sefydlu yn unol â darpariaethau Erthygl 15(1) o'r Gorchymyn. Mae Erthygl 5(2) o Orchymyn Nyrso a Bydwreigiaeth 2001 yn ei gwneud yn ofynnol i'r NMC bennu'r safonau hyfedredd sydd eu hangen er mwyn ymuno â phob rhan o'r gofrestr ac er mwyn ymarfer yn ddiogel ac yn effeithiol o dan y rhan honno o'r gofrestr. Mae'r safonau hyfedredd wedi cael eu pennu o dan y ddarpariaeth hon.

Parth 1: Bod yn fydwraig atebol ac annibynnol

Canlyniadau

1. Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:
 - 1.1 Deall 'Cod yr NMC: safonau ymarfer proffesiynol ac ymddygiad ar gyfer nyrsys, bydwragedd a chymdeithion nyrsio' (2018), gweithredu yn unol ag ef a bodloni'r holl ofynion cofrestru.
 - 1.2 Deall gofynion cyfreithiol, rheoleiddiol a llywodraethu, polisiau a fframweithiau moesegol perthnasol, gan gynnwys unrhyw ddyletswyddau adrodd gorfodol, gan wahaniaethu, lle y bo'n briodol, rhwng deddfwrfeydd datganoledig y Deyrnas Unedig, a gweithredu yn unol â nhw; ym mhob maes polisi ac ymarfer perthnasol.
 - 1.3 Deall hawliau dynol menywod a phlant, gan gynnwys hawliau rhywiol ac atgenhedlol menywod, a gweithredu i'w hybu a'u galluogi bob amser.
 - 1.4 Nodi tystiolaeth a data, eu dadansoddi'n feirniadol a'u dehongli, gan gynnwys defnyddio ffynonellau digidol, er mwyn defnyddio, rhannu a chymhwyso canfyddiadau ymchwil a gwersi o ddata lleol a chenedlaethol yn ddiogel er mwyn hybu a llywio arfer gorau ym maes bydwreigiaeth, a galluogi penderfyniadau ar sail tystiolaeth mewn partneriaeth â menywod.
 - 1.5 Bod yn atebol, fel y gweithwyr arweiniol ar gyfer gofal a chymorth bydwreigiaeth i fenywod a babanod newydd-anedig drwy gydol y continwmm gofal cyfan.
 - 1.6 Dangos dealltwriaeth o ymddygiad sy'n gwahaniaethu a'r gallu i'w herio er mwyn hybu [tegwch](#) a chynhwysiant i bawb.
 - 1.7 Darparu a hybu gofal parchus, tosturiol a sensitif nad yw'n gwahaniaethu, gan ystyried unrhyw addasiadau sydd eu hangen.
 - 1.8 Defnyddio sgiliau a strategaethau cyfathrebu effeithiol, gwirioneddol ac ystyrllon bob amser ac ym mhob sefyllfa gyda menywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd, a chyda chydweithwyr.
 - 1.9 Meithrin, galluogi, rheoli a chynnal cydberthnasau caredig a thosturiol sy'n llawn ymddiriedaeth a pharch â menywod, eu partneriaid a'u teuluoedd, a chyda chydweithwyr.
 - 1.10 Dangos y gallu i weithio mewn partneriaeth â menywod bob amser, gan seilio gofal ar anghenion, barn a dewisiadau menywod unigol a gweithio i gryfhau gallu'r menywod eu hunain i ofalu amdanynt eu hunain a'u babanod newydd-anedig.

- 1.11 Gweithredu er budd gorau menywod a babanod newydd-anedig bo amser drwy ddangos sgiliau eirioli ac arwain, cydweithio â chydweithwyr a'u herio yn ôl yr angen, a gwybod pryd a sut i uwchgyfeirio pryderon.
- 1.12 Dangos y gallu i eirioli dros fenywod a babanod newydd-anedig [sy'n agored i niwed](#) o ganlyniad i ffactorau megis allgau cymdeithasol, tlodi, statws cyfreithiol, iechyd meddwl, anabledd, trais, cam-fanteisio rhywiol neu amgylchiadau clinigol.
- 1.13 Esbonio'r sail resymegol sy'n dylanwadu ar eu dyfarniadau a'u penderfyniadau eu hunain, gan gydnabod unrhyw ffactorau personol ac allanol a all gael dylanwad gormodol ar eu penderfyniadau eu hunain mewn sefyllfaoedd arferol, cymhleth a heriol, a mynd i'r afael â'r ffactorau hynny.
- 1.14 Deall a chymhwyso egwyddorion dewrder, uniondeb, tryloywder a dyletswydd broffesiynol gonestrwydd, gan gydnabod a rhoi gwybod am unrhyw sefyllfaoedd, ymddygiadau neu gamgymeriadau a allai arwain at ofal gwael, agweddau ac ymddygiad gwael, gweithio'n aneffeithiol mewn tîm, neu ganlyniadau andwyol.
- 1.15 Dangos y gallu i geisio [cydsyniad ar sail gwybodaeth](#) gan fenywod cyn cyflawni pob ymyriad a thriniaeth, ar gyfer y fenyw a'i babi newydd-anedig, a pharchu hawl y fenyw i wrthod cydsynio.
- 1.16 Dangos y sgiliau rhifedd, llythrennedd, digidol, cyfryngau a llythrennedd technolegol sydd eu hangen i sicrhau ymarfer bydwreigiaeth diogel ac effeithiol.
- 1.17 Deall pwysigrwydd cadw cofnodion yn effeithiol, a chadw cofnodion cyson, cyflawn, clir, cywir ac amserol er mwyn sicrhau bod cofnod o'r holl ofal a roddwyd ar gael i'r fenyw, ei phartner, ei theulu a phob gweithiwr proffesiynol sy'n rhan o'r gofal ei weld.
- 1.18 Gweithredu fel cennad i'r proffesiwn a chynnal ei enw da, er mwyn hybu hyder y cyhoedd mewn gwasanaethau bydwreigiaeth ac iechyd a gofal.
- 1.19 Deall y cyfrifoldeb proffesiynol i fabwysiadu ffordd o fyw iach er mwyn cynnal y lefel ffitrwydd a llesiant personol sydd ei hangen er mwyn diwallu anghenion menywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd o ran gofal meddyliol a chorfforol.
- 1.20 Bod yn gyfrifol am hunanfyfyrion barhaus, gan geisio cymorth ac adborth gan fenywod, teuluoedd a chydweithwyr, ac ymateb iddynt, er mwyn adolygu, atgyfnerthu a datblygu ei gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau proffesiynol.
- 1.21 Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu dangos ymarfer gorau ar sail tystiolaeth mewn perthynas â phob un o'r sgiliau a'r gweithdrefnau a restrir isod:

Sgiliau: Parth 1: Bod yn fydwraig atebol ac annibynnol

- 1.21.1 Rhannu a chymhwyso canfyddiadau ymchwil er mwyn llywio ymarfer, gan gynnwys:
- canfod a defnyddio'r dystiolaeth gyfredol orau sy'n berthnasol i iechyd, gofal a pholisi
 - dadansoddi cryfderau a chyfyngiadau astudiaethau meintiol ac ansoddol yn feirniadol gan gynnwys dadansoddi data meintiol ac ansoddol
 - cymhwyso gwybodaeth am foeseq ymchwil, gan ystyried cynhwysiant a thegwch.
- 1.21.2 Rhoi polisiau a chanllawiau ar sail tystiolaeth ar waith yn ymarferol, gan gynnwys polisiau a chanllawiau lleol a chenedlaethol.
- 1.21.3 Defnyddio strategaethau i weithio o fewn y Cod Rhyngwladol ar gyfer Marchnata Amnewidion Llaeth y Fron a phenderfyniadau dilynol, ac yn ei maes ymarfer ei hun.
- 1.21.4 Cadw cofnodion effeithiol ar gyfer pob agwedd ar y continwmm gofal ar gyfer y fenyw, y babi newydd-anedig, y partner a'r teulu:
- ysgrifennu cofnodion a dogfennaeth gywir, clir a dealladwy
 - mewn ffordd hyderus ac eglur, cyflwyno a rhannu gwybodaeth ar lafar ac yn ysgrifenedig gydag unigolion a grwpiau
 - dadansoddi gwybodaeth a data digidol, eu cofnodi'n glir a'u rhannu
 - darparu gwybodaeth a chyfarwyddiadau clir ar lafar, yn ddigidol neu'n ysgrifenedig wrth ddirprwyo, cydweithio neu drosglwyddo cyfrifoldeb am ofal
 - darparu tystiolaeth glir o waith rheoli llwyth achosion ar draws y continwmm gofal gyda chynllun gofal sydd wedi'i ddogfennu'n glir a'i ddiweddarau
 - dogfennu'n glir ddealltwriaeth y fenyw a'i mewnbwn i'r cynllun gofal.
- 1.21.5 Myfyrio ar ei syniadau a'i theimladau ei hun ynglŷn ag adborth cadarnhaol a negyddol, ac ymgorffori newidiadau perthnasol mewn ymarfer ac ymddygiad.
- 1.21.6 Myfyrio ar bynciau y gwelir eu bod yn heriol neu'n gynhennus, fel rôl menywod wrth wneud penderfyniadau, dyletswydd gofal y fydwraig, iechyd y cyhoedd a bwydo babanod, a thrafod pynciau o'r fath.

Sgiliau: Parth 1: Sgiliau cyfathrebu, rhannu gwybodaeth, meithrin cydberthnasau ac eirioli

- 1.21.7 Defnyddio sgiliau cyfathrebu a meithrin cydberthnasau yn gyson gyda menywod, partneriaid, teuluoedd a chydweithwyr. Mae'r rhain yn cynnwys:
- defnyddio iaith glir a deunyddiau ysgrifenedig priodol wrth gyfathrebu â menywod, partneriaid a theuluoedd, yn ogystal â chydweithwyr
 - gwranddo ar arwyddion llafar ac arwyddion nad ydynt yn rhai llafar, eu cydnabod ac ymateb iddynt, er mwyn sicrhau'r ddealltwriaeth orau bosibl o anghenion, barn, dewisiadau ac amgylchiadau menywod, a sut y gall y rhain newid dros amser
 - defnyddio awgrymiadau ac atgyfnerthu cadarnhaol llafar neu nad yw'n llafar a thechnegau cyfathrebu priodol nad ydynt yn rhai llafar gan gynnwys cyffwrdd, cyswllt llygad a pharchu gofod personol
 - gwneud defnydd priodol o gwestiynau agored a chaeedig gan ddefnyddio iaith barchus, gofalgar a charedig
 - sicrhau bod eraill yn deall a defnyddio technegau egluro
 - osgoi ymddygiad sy'n gwahaniaethu a nodi arwyddion o duedd anymwybodol ganddi ei hun ac eraill
 - defnyddio iaith glir a deunyddiau ysgrifenedig priodol, gan wneud addasiadau rhesymol lle y bo'n briodol, gan sicrhau bod menywod, a'u partneriaid a'u teuluoedd, yn deall eu hiechyd a'u llesiant eu hunain, ac iechyd a llesiant eu babi newydd-anedig, yn y ffordd orau bosibl; dylai hyn gynnwys:
 - cydnabod yr angen i ddefnyddio gwasanaethau cyfieithu a chyfieithu ar y pryd a deunydd wedi'i gyfieithu a hwyluso hynny
 - cydnabod namau ar y synhwyrâu ym mhob gohebiaeth a darparu ar eu cyfer
 - cefnogi a rheoli'r defnydd o gymhorthion cyfathrebu personol
 - nodi'r angen am dechnegau cyfathrebu amgen, a chael gafael ar wasanaethau i gefnogi'r rhain
 - parhau i ddefnyddio technegau cyfathrebu effeithiol gyda menywod, partneriaid a theuluoedd a chydweithwyr mewn sefyllfaoedd heriol a sefyllfaoedd brys, gan gynnal parch a sensitifrwydd.
- 1.21.8 Meithrin a chynnal cydberthnasau caredig sy'n llawn ymddiriedaeth a pharch wrth weithio gyda menywod, partneriaid a theuluoedd.
- 1.21.9 Cymryd camau dilynol mewn perthynas ag unrhyw geisiadau am wybodaeth, anrhydeddu unrhyw ymrwymadau a wneir, a pharchu cyfrinachedd.
- 1.21.10 Cefnogi menywod a'u partneriaid a'u teuluoedd, sy'n teimlo'n agored i niwed yn emosiynol neu'n gorfforol, neu mewn trallod, gan gyfleu parch, trugaredd a sensitifrwydd.

- 1.21.11 Dangos y gallu i gynnal sgysiau am enedigaeth, bwydo babanod ar berthynas rhwng mam a babi ar sail tystiolaeth gyfredol o strategaethau hybu iechyd y cyhoedd.
- 1.21.12 Cymryd rhan mewn sgysiau anodd, gan gynnwys sgysiau am faterion sensitif a phenderfyniadau sy'n ymwneud â [rhywioldeb](#), beichiogrwydd, geni plant, y babi newydd-anedig, cyfyng-gyngor moesegol gan gynnwys cyfyngiadau hyfywedd, colled a phrofedigaeth, a thorri newyddion drwg.
- 1.21.13 Ymgysylltu'n barchus, yn sensitif ac yn effeithiol â menywod a'u partneriaid a'u teuluoedd sy'n profi colled a phrofedigaeth.
- 1.21.14 Ceisio cymorth, ymgynghori â gweithwyr proffesiynol eraill ym maes iechyd a gofal cymdeithasol ac atgyfeirio atynt mewn sefyllfaoedd arferol a rhai brys.
- 1.21.15 Gallu eirioli dros y fenyw pan na fydd ei phenderfyniad yn cyd-fynd â chanllawiau clinigol, gan ddeall cyd-destun ei phenderfyniad yn llawn, er mwyn sicrhau cyn lleied â phosibl o risg a chynnal ymgysylltiad.
- 1.21.16 Ystyried agweddau at eni plant, bwydo ar y fron a magu plant, ac ystyried traddodiadau diwylliannol gwahanol, credoau a moeseg broffesiynol wrth gyfathrebu â menywod.
- 1.21.17 Herio cydweithwyr mewn sefyllfaoedd lle y gall fod ganddynt farn wahanol am opsiynau gofal, gan ddangos sgiliau gwrthdaro effeithiol, dad-ddwysáu, peidio â chynhyrfu, gan ystyried barn pobl eraill a'r penderfyniadau a wneir ganddynt.
- 1.21.18 Uwchgyfeirio pryderon mewn sefyllfaoedd sy'n gysylltiedig ag iechyd a llesiant y fenyw neu'r babi newydd-anedig, neu ymddygiad neu fregusrwydd cydweithwyr.

Parth 2: Gallu'r fydwraig i ddarparu a hybu parhad o ran gofal a gofalwr

Canlyniadau

2. Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

- 2.1 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r system iechyd a gofal cymdeithasol ac o leoliadau gwahanol ar gyfer gofal bydwreigiaeth a mamolaeth, ac effaith y rhain ar fenywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd.
- 2.2 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r ffyrdd gwahanol o drefnu gofal bydwreigiaeth a mamolaeth, ac effaith gadarnhaol a negyddol bosibl y rhain ar fenywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd, gan gynnwys:
 - parhad gofal
 - parhad perthynol o ran gofalwr
 - gofal sy'n canolbwyntio ar y teulu
 - [gofal tameidiog](#)
 - gofal sy'n canolbwyntio ar ymyriadau.
- 2.3 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r amrywiaeth o ffactorau cymdeithasol a diwylliannol sy'n effeithio ar fenywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd a'r ffordd y caiff gofal bydwreigiaeth, gofal mamolaeth a gofal i fabanod newydd-anedig, a'r gwasanaethau iechyd, eu darparu, a'r effaith y gall y rhain ei chael ar unigolion a'r system iechyd, gan gynnwys:
 - anghydraddoldebau iechyd a chymdeithasol a'u penderfynyddion
 - datblygiadau a thueddiadau hanesyddol a chymdeithasol
 - dylanwadau diwylliannol a dylanwadau'r cyfryngau ar ddealltwriaeth y cyhoedd a dealltwriaeth broffesiynol
 - gwybodaeth, agweddau a chredoau gwahanol broffesiynau iechyd a gofal cymdeithasol.
- 2.4 Dangos y sgiliau sydd eu hangen i weithio mewn amrywiaeth o leoliadau iechyd a gofal cymdeithasol a chydweithio â staff eraill ym maes iechyd a gofal cymdeithasol, a hybu parhad o ran gofal a gofalwr.

- 2.5 Dangos y gallu i gynnig parhad o ran gofalwr bydwreigiaeth ar draws y continwrm cyfan i fenywod a babanod newydd-anedig sydd â chymhlethdodau ac anghenion gofal pellach a'r rhai nad oes ganddynt gymhlethdodau nac anghenion gofal pellach o'r fath.
- 2.6 Dangos y gallu i sicrhau bod anghenion menywod a babanod newydd-anedig yn cael eu hystyried gyda'i gilydd fel blaenoriaeth ym mhob lleoliad, hyd yn oed pan mae angen gofalu am fenywod a babanod newydd-anedig ar wahân.
- 2.7 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o ffyrdd o nodi a chyrraedd menywod a all ei chael hi'n anodd cael gafael ar wasanaethau, ac o addasu darpariaeth gofal i ddiwallu eu hanghenion.
- 2.8 Dangos a chymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o'r gymuned er mwyn hysbysu, cefnogi a chynorthwyo wrth ddiwallu anghenion a dewisiadau menywod a babanod newydd-anedig, eu partneriaid a'u teuluoedd.
- 2.9 Cydweithio â gweithwyr proffesiynol, asiantaethau a chymunedau eraill er mwyn rhannu dealltwriaeth o anghenion menywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd wrth ystyried ffactorau sy'n hybu ac yn diogelu iechyd a llesiant, gan gynnwys trafndiaeth, tai, llesiant, mynediad at fwyd, a gwasanaethau ar gyfer plant a theuluoedd ifanc iawn.
- 2.10 Cydweithio â gweithwyr proffesiynol, asiantaethau a chymunedau eraill er mwyn hyrwyddo, cefnogi a diogelu bwydo ar y fron a chefnogi menywod ar ôl iddynt benderfynu bwydo ar y fron, gan gynnwys amddiffyn menywod sy'n bwydo ar y fron mewn mannau cyhoeddus.
- 2.11 Dangos y gallu i gydgyssylltu gofal yn y timau amlddisgyblaethol ac amlddisgyblaethol ehangach, gan drefnu bod gofal yn cael ei drosglwyddo'n ddi-dor pan fydd gofal bydwreigiaeth wedi'i gwblhau.
- 2.12 Dangos dealltwriaeth o'r angen am ffocws parhaus ar hybu iechyd y cyhoedd a llesiant menywod a babanod newydd-anedig, eu partneriaid a'u teuluoedd ym mhob lleoliad.
- 2.13 Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu dangos ymarfer gorau ar sail tystiolaeth mewn perthynas â phob un o'r sgiliau a'r gweithdrefnau a restrir isod:

Sgiliau: Parth 2: Gallu'r fydwraig i ddarparu a hybu parhad o ran gofal a gofalwr

- 2.13.0 Cynnig parhad o ran gofalwr drwy gydol y continwrm ac mewn amrywiaeth o leoliadau gan gynnwys y cartref, y gymuned, yr ysbyty a lleoliadau gofal cymdeithasol, i fenywod a babanod newydd-anedig sydd â chymhlethdodau ac anghenion gofal pellach a'r rhai nad oes ganddynt gymhlethdodau nac anghenion o'r fath.
- 2.13.1 Nodi cydweithwyr o'i lleoliad iechyd a gofal ei hun ac o leoliadau iechyd a gofal eraill, ac asiantaethau gwirfoddol a thrydydd sector yn ôl yr angen, a chysylltu a chyfathrebu'n effeithiol â nhw.
- 2.13.2 Trafod â menywod, a'u partneriaid a'u teuluoedd fel y bo'n briodol, wybodaeth am opsiynau ar gyfer y man geni; cefnogi'r fenyw ar ôl iddi wneud penderfyniad, ac adolygu hyn yn rheolaidd gyda'r fenyw a chydweithwyr.
- 2.13.3 Cynllunio, gweithredu a gwerthuso gofal sy'n ystyried anghenion menywod a babanod newydd-anedig gyda'i gilydd, a hynny mewn modd cyson.
- 2.13.4 Nodi adnoddau lleol sy'n berthnasol i anghenion menywod a babanod newydd-anedig, gan gynnwys cymorth rhianta, gwasanaethau bwydo ar y fron, a chymorth i fenywod sy'n wynebu problemau, gan gynnwys salwch meddwl, defnyddio sylweddau, lles, tai a thrais gan bartner agos.
- Helpu a galluogi menywod i gael gafael ar y rhain yn ôl yr angen.
 - Lle nad oes gwasanaethau o'r fath yn bodoli, gweithio gyda chymunedau ac asiantaethau i hyrwyddo eu sefydliad.
- 2.13.5 Cydweithio'n effeithiol â chydweithwyr amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol, gan gynnwys dangos strategaethau cyd-drafod a dulliau eirioli priodol ar gyfer pob agwedd ar ofal y fenyw a'r babi newydd-anedig.
- 2.13.6 Trefnu bod gofal yn cael ei drosglwyddo'n effeithiol pan fydd gofal bydwreigiaeth wedi'i gwblhau, gan ystyried anghenion menywod, babanod newydd-anedig, partneriaid a theuluoedd.
- 2.13.7 Trefnu bod gofal yn cael ei drosglwyddo'n ddiogel ac yn brydlon i leoliad gofal gwahanol ar gyfer y fenyw a'r babi newydd-anedig.
- 2.13.8 Cymryd cyfrifoldeb am sicrhau bod pob cydweithiwr amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol yn cael gwybod am newidiadau mewn anghenion gofal a chynllunio gofal, ar lafar ac yn ysgrifenedig.

Parth 3: Gofal cyffredinol i bob menyw, babi newydd-anedig a theulu

A. Rôl y fydwraig o ran iechyd y cyhoedd a hybu iechyd: hysbysu, addysgu a chefnogi menywod, a'u partneriaid a'u teuluoedd

Canlyniadau

3. Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

- 3.1 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o gyd-destun cymdeithasol a diwylliannol profiadau'r fenyw yn ei bywyd pob dydd, a sut y gall gael gafael ar adnoddau iechyd y cyhoedd, gofal cymdeithasol a chymunedol.
- 3.2 Deall egwyddorion epodemiologol ac arfarnu a dehongli'n feirniadol dystiolaeth a data cyfredol ar strategaethau iechyd y cyhoedd, hybu iechyd a diogelu, a defnyddio'r dystiolaeth hon i lywio sgysiau â menywod, eu partneriaid a'u teuluoedd, a chydweithwyr; fel y bo'n briodol i'w hanghenion a'u dewisiadau a'r cyd-destun lleol.
- 3.3 Dangos y gallu i ddarparu gwybodaeth a mynediad at adnoddau a gwasanaethau mewn perthynas ag iechyd y cyhoedd a hybu iechyd sy'n gysylltiedig ag iechyd a llesiant menywod, beichiogrwydd, geni plant, y cyfnod ôl-enedigol, bwydo babanod a datblygiad cynnar iawn plant, er mwyn galluogi menywod i wneud penderfyniadau ar sail tystiolaeth.
- 3.4 Dangos y gallu i ddarparu gwybodaeth a mynediad at adnoddau a gwasanaethau i fenywod a theuluoedd mewn perthynas â thrais gan bartner agos, cam-drin presennol a hanesyddol, a diogelu.
- 3.5 Deall a dangos sut i gefnogi rhieni a rhoi addysg iddynt a'u paratoi ar gyfer bod yn rhieni, fel unigolion ac mewn grwpiau.
- 3.6 Hybu a chefnogi iechyd a llesiant meddyliol rhieni a babanod newydd-anedig, ymlyniad cadarnhaol a'r broses o ddod yn rhiant.
- 3.7 Dangos y gallu i ddiogelu iechyd yn effeithiol drwy ddeall a chymhwysu egwyddorion atal a rheoli heintiau, goruchwylio clefydau trosglwyddadwy a systemau stiwardiaeth ac ymwrthedd i wrthficrobiaidd.

B. Rôl y fydwraig wrth asesu, sgrinio a chynllunio gofal

Canlyniadau

Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

- 3.8 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o anatomi, ffisioleg, geneteg a genomeg merched a menywod ac o'r system atgenhedlu ar gyfer bechgyn a dynion.
- 3.9 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o newidiadau normal i anatomi, ffisioleg, ac [epigeneteg](#) y ferch/menyw yn ystod:
- beichiogrwydd
 - y cam esgor
 - genedigaeth
 - y cyfnod ôl-enedigol
- 3.10 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o anatomi, ffisioleg, ac epigeneteg y canlynol:
- datblygiad y ffetws
 - addasu i fywyd
 - y babi newydd-anedig
 - datblygiad cynnar iawn y plentyn.
- 3.11 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o anatomi, ffisioleg, ac epigeneteg y canlynol:
- llaeth y fron a bwydo ar y fron
 - amnewidion llaeth y fron a bwydo o'r botel
 - goblygiadau bwydo babanod i iechyd y fam a'r plentyn ac i ddatblygiad cynnar iawn y plentyn.
- 3.12 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o ffactorau meddyliol, emosiynol, ymddygiadol a gwybyddol ar gyfer:
- y glasoed ac oedolion
 - babanod newydd-anedig.
- 3.13 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o newidiadau i ffactorau meddyliol, emosiynol, ymddygiadol a gwybyddol yn ystod:
- beichiogrwydd, esgor, geni, y cyfnod ôl-enedigol
 - bwydo ar y fron a meithrin perthynas
 - dod yn rhiant ac ymlyniad teuluol cadarnhaol.

- 3.14 Dangos gwybodaeth am ffarmacoleg a'r gallu i adnabod effeithiau cadarnhaol ac andwyol meddyginiaethau; gan gynnwys alergeddau, sensitifrwydd i gyffuriau, sgil-effeithiau, gwrtharwyddion, anghydnawseddau, adweithiau andwyol, camgymeriadau rhagnodi ac effaith polyfferylliaeth a'r defnydd o feddyginiaeth dros y cownter.
- 3.15 Deall a chymhwyso egwyddorion rhoi ac optimeiddio meddyginiaethau rhagnodedig ac anrhagnodedig yn ddiogel ac yn effeithiol, ac eithriadau ar gyfer bydwragedd gan gyfeirio'n benodol at eu defnydd ar gyfer menywod yn ystod beichiogrwydd, esgor a geni, y cyfnod ôl-enedigol ac wrth fwydo ar y fron, ac ar gyfer babanod newydd-anedig; dangos y gallu i symud ymlaen i gymhwyster rhagnodi ar ôl cofrestru.
- 3.16 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r profion sgrinio a diagnostig cyfredol ar gyfer menywod a babanod newydd-anedig, a chyfyng-gyngor moesegol cysylltiedig.
- 3.17 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o bwysigrwydd sicrhau'r prosesau ffisiolegol gorau posibl, gan gefnogi sefyllfaoedd seicolegol, cymdeithasol a diwylliannol diogel, a gweithio i hybu canlyniadau cadarnhaol a rhagweld cymhlethdodau a'u hatal.
- 3.18 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r ffaith bod amgylchiadau menywod yn amrywio'n fawr, mewn perthynas â ffactorau meddyliol, gwybyddol, cymdeithasol a chorfforol, ffactorau'n ymwneud â [hunaniaeth o ran rhywedd](#), a ffactorau eraill; ac mai'r menywod eu hunain fydd yn gwybod eu cryfderau a'u galluoedd orau, yn ogystal â gwybod pa ofal a chymorth ychwanegol sydd eu hangen arnynt.
- 3.19 Defnyddio dulliau arfer gorau ar sail tystiolaeth i gynllunio a chynnal asesiadau integredig parhaus a gwaith cynllunio gofal unigol mewn partneriaeth â'r fenyw, gan gynnwys ailasesu, gwerthuso, addasu ac ailgynllunio; yn seiliedig ar wybodaeth a dealltwriaeth gadarn o brosesau normal ac adnabod gwyradau oddi wrth y rhain:
- ar gyfer y fenyw a'r ffetws yn ystod beichiogrwydd
 - ar gyfer y fenyw a'r ffetws ar y cam esgor
 - ar gyfer y fenyw a'r babi newydd-anedig yn ystod yr enedigaeth ac yn syth ar ôl yr enedigaeth
 - ar gyfer y fenyw yn y cyfnod ôl-enedigol, gan gynnwys gwaith cynllunio teulu ac iechyd rhywiol ac atgenhedlol
 - ar gyfer y babi newydd-anedig yn ystod y dyddiau ac wythnosau cynnar nes bod gofal yn cael ei drosglwyddo
 - ar gyfer y fenyw a'r babi newydd-anedig mewn perthynas â bwydo ar y fron, gan gynnwys:
 - bwydo ar y fron
 - bwydo gan ddefnyddio llaeth y fron wedi ei dynnu neu laeth y fron gan rywun arall
 - bwydo o'r botel gan ddefnyddio amnewidion llaeth y fron ac atal y llaeth ar gyfer y fenyw.

C. Rôl y fydwraig wrth sicrhau'r prosesau ffisiolegol gorau posibl, a chefnogi sefyllfaoedd seicolegol, cymdeithasol a diwylliannol diogel, gan weithio i hybu canlyniadau cadarnhaol a rhagweld cymhlethdodau a'u hatal

Canlyniadau

Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

- 3.20 Nodi sut y gall ffactorau yn yr amgylchedd gofal effeithio ar ddatblygiad cymhlethdodau cyffredin i'r fenyw a'r babi newydd-anedig; gan gynnwys diffyg cymhelliant, diffyg parch a thrugaredd, y defnydd o ymyriadau y mae tystiolaeth wedi dangos eu bod yn ddiangen neu'n niweidiol o bosibl, a gwahanu'r fam a'r babi newydd-anedig.
- 3.21 Defnyddio dulliau arfer gorau ar sail tystiolaeth i ddarparu gofal sy'n sicrhau'r prosesau normal gorau posibl, yn rheoli symptomau/problemau cyffredin, ac yn rhagweld ac atal cymhlethdodau; defnyddio canfyddiadau gwaith asesu, sgrinio a chynllunio gofal, a gweithio mewn partneriaeth â'r fenyw:
- ar gyfer y fenyw a'r ffetws yn ystod beichiogrwydd
 - ar gyfer y fenyw a'r ffetws ar y cam esgor
 - ar gyfer y fenyw a'r babi newydd-anedig yn ystod yr enedigaeth ac yn syth ar ôl yr enedigaeth
 - ar gyfer y fenyw yn y cyfnod ôl-enedigol, gan gynnwys gwaith cynllunio teulu ac iechyd rhywiol ac atgenhedlol
 - ar gyfer y babi newydd-anedig yn ystod y dyddiau ac wythnosau cynnar nes bod gofal yn cael ei drosglwyddo
 - ar gyfer y fenyw a'r babi newydd-anedig mewn perthynas â bwydo ar y fron, gan gynnwys:
 - bwydo ar y fron
 - bwydo gan ddefnyddio llaeth y fron wedi ei dynnu neu laeth y fron gan rywun arall
 - bwydo o'r botel gan ddefnyddio amnewidion llaeth y fron ac atal y llaeth ar gyfer y fenyw.
- 3.22 Deall a dangos y cyfuniad o gymhwysedd rhyngpersonol a diwylliannol sydd ei angen i ddarparu gofal diwylliannol sensitif ac unigol i bob menyw, a'u partneriaid a'u teuluoedd fel y bo'n briodol.
- 3.23 Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu dangos ymarfer gorau ar sail tystiolaeth mewn perthynas â phob un o'r sgiliau a'r gweithdrefnau a restrir isod:

Sgiliau: Parth 3: Gofal cyffredinol i bob menyw, babi newydd- anedig a theulu

A. Rôl y fydwraig o ran iechyd y cyhoedd a hybu iechyd: hysbysu, addysgu a chefnogi menywod, a'u partneriaid a'u teuluoedd

- 3.23.1 Cael gafael ar wybodaeth lafar, ysgrifenedig a digidol o ffynonellau gan gynnwys data cenedlaethol a lleol a thystiolaeth gyhoeddedig i lywio sgysiau â menywod, partneriaid a theuluoedd.
- 3.23.2 Cynnal sgysiau sy'n canolbwyntio ar unigolion â menywod, eu partneriaid a'u teuluoedd, a chydweithwyr ynghylch strategaethau hybu iechyd y cyhoedd, hybu iechyd, a diogelu; cynnig gwybodaeth ac ymyriadau priodol, a chefnogi mynediad at wasanaethau iechyd y cyhoedd a all gynnwys:
- gofal cyn beichiogi
 - rhoi'r gorau i smygu
 - defnyddio alcohol a sylweddau
 - rheoli pwysau
 - ymarfer corff
 - clefydau heintus
 - iechyd rhywiol ac atgenhedlol gan gynnwys clefydau a drosglwyddir yn rhywiol
 - iechyd gydol oes menywod
 - dulliau atal cenhedlu, beichiogrwydd anfwriadol, ac erthyly
 - imiwneiddio
 - bwyd a maeth
 - diogelwch bwyd
 - bwydo ar y fron a defnyddio amnewidion llaeth y fron
 - iechyd meddwl amenedigol
 - perthnasoedd rhwng y rhiant a'r babi a'r broses o ddod yn rhiant
 - trais a chamdriniaeth
 - diogelu
 - ffactorau sy'n gysylltiedig â thlodi ac anghydraddoldebau cymdeithasol ac iechyd gan gynnwys tai, gwresogi, mynediad at wasanaethau.
- 3.23.3 Rhannu gwybodaeth mewn perthynas â phwysigrwydd genedigaeth i iechyd a llesiant y cyhoedd, a'i heffaith ar gwrs bywyd ac ar ganlyniadau hirdymor.
- 3.23.4 Rhannu gwybodaeth mewn perthynas ag opsiynau ar gyfer esgor a geni sydd wedi'u llywio gan dystiolaeth, yn glir ac yn ystyrllon, a hynny mewn partneriaeth â'r fenyw, ei phartner a'i theulu.

- 3.23.5 Rhannu gwybodaeth am bwysigrwydd llaeth y fron a bwydo ar y fron i iechyd a llesiant y cyhoedd ac i ganlyniadau hirdymor sy'n glir, yn gywir ac yn ystyrlon â'r fenyw, ei phartner a'i theulu.
- 3.23.6 Ystyried gyda merched wybodaeth a all gael effaith ar fwydo ar y fron megis rhannu gwely.
- 3.23.7 Rhannu gwybodaeth am bwysigrwydd ymlyniad teuluol a'r [1,000 o ddiwrnodau cyntaf](#) bywyd y plentyn i iechyd a llesiant y cyhoedd, ac i ganlyniadau hirdymor.
- 3.23.8 Cymhwyso egwyddorion dysgu oedolion wrth ddarparu addysg i rieni a'u paratoi ar gyfer bod yn rhieni mewn ffordd sydd wedi'i theilwra yn unol ag anghenion, barn a dewisiadau unigolion a grwpiau.
- 3.23.9 Defnyddio sgiliau atal a rheoli heintiau, gan ddilyn protocolau lleol a chenedlaethol.
- 3.23.10 Cynnwys menywod, partneriaid a theuluoedd yn y broses o ddeall a chymhwyso egwyddorion rheoli heintiau mewn perthynas â gofalu am y babi newydd-anedig, gan gynnwys glanhau a sterileiddio offer bwydo babanod.
- 3.23.11 Cynnwys menywod, partneriaid a theuluoedd yn y broses o ddeall a chymhwyso egwyddorion stiwardiaeth wrthficrobaidd.
- 3.23.12 Adnabod adweithiau andwyol neu annormal i feddyginiaethau mewn menywod ar bob cam o'r continwmm, gan gynnwys effeithiau ar y ffetws a'r babi newydd-anedig, ac ymateb i'r adweithiau hynny.

B. Rôl y fydwraig wrth asesu, sgrinio a chynllunio gofal

- 3.23.13 Rhannu gwybodaeth mewn perthynas â phroffion sgrinio a diagnostig ar sail tystiolaeth ac sy'n glir, yn gywir ac yn ystyrlon, mewn partneriaeth â'r fenyw, ei phartner a'i theulu.
- 3.23.14 Cynnal asesiadau cychwynnol a pharhaus o fenywod a babanod newydd-anedig sy'n derbyn gofal, a gallu'r fenyw i gymryd ei meddyginiaeth ei hun fel y bo'n briodol.
- Cyfrifo cyffuriau yn gywir ar gyfer amrywiaeth o feddyginiaethau
 - Rhoi pigiadau gan ddefnyddio llwybrau mewngyhyrol ac o dan y croen, a rheoli cyfarpar pigiadau; i fenywod a babanod newydd-anedig
 - Dangos y broses o baratoi cyffuriau'n ddiogel ar gyfer eu rhoi drwy wythiennau, o dan oruchwyliaeth
 - Rhoi meddyginiaethau gan ddefnyddio amrywiaeth o lwybrau.

3.23.15 Arsyliw, adnabod, asesu'n gywir a dehongli canfyddiadau, gan gynnwys deall prosesau normal ac adnabod gwyradau oddi wrth y rhain, ar bob agwedd berthnasol ar iechyd a llesiant i'r fenyw yn ystod beichiogrwydd a'r [ffetws](#).

- Cadarnhau beichiogrwydd, gan gynnwys arwyddion cyffredin a symptomau a phroffion
- Nodi hanes ar y dechrau a'i ddiweddarau'n barhaus, gan gynnwys:
 - oedran
 - amgylchiadau teuluol
 - amgylchiadau cymdeithasol gan gynnwys sefyllfa o ran tai a phryderon ariannol
 - cyflogaeth
 - iechyd a lles meddyliol
 - iechyd a lles corfforol
 - iechyd rhywiol ac atgenhedlol gan gynnwys defnyddio dulliau atal cenhedlu a beichiogrwydd anfwriadol
 - beichiogrwydd a genedigaethau blaenorol a'u canlyniadau, gan gynnwys colled amenedigol blaenorol
 - hanes meddygol a llawfeddygol gan gynnwys [anffurfio organau cenhedlu benywod](#)
 - y gylchred fislifol a chyfrifo'r dyddiad geni disgwylidig
 - hanes teuluol, gan gynnwys clefyd ac achosion o enedigaethau lluosog
- Archwiliad cynenedigol holistaidd o iechyd a llesiant corfforol a seicolegol y fenyw a llesiant y ffetws, gan gynnwys:
 - adroddiad y fenyw ei hun ar ei hiechyd a'i lles, yn ogystal â'i chwestiynau a'i phryderon
 - arwyddion hanfodol y fam, wedi'u hasesu â llaw a gan ddefnyddio dyfeisiau technolegol fel y bo'n briodol
 - iechyd a llesiant meddyliol, gan gynnwys arwyddion o orbryder ac iselder, teimlo'n isel a newidiadau sydyn mewn hwyliau, gorludded, anhwylderau iechyd meddwl seicolegol
 - diogelwch corfforol ac emosiynol, gan gynnwys yr angen i ddiogelu
 - adnabod arwyddion o bob math o gam-drin ac esgeulustod
 - nodi problemau cymdeithasol a ffactorau sy'n ymwneud â ffordd o fyw, gan gynnwys tlodi, deiet, ymarfer corff, yfed alcohol, smygu a defnyddio sylweddau

- adroddiad y fenyw ar symptomau/problemau gyda beichiogrwydd, gan gynnwys cyfog a chwydu, gwythiennau chwyddedig, diffyg cwsg, amllder wrinol, rhwymedd, anghysur, a bronnau tyner
- asesu'r bledren a gweithrediad a phatrymau wrinol
- asesu gweithrediad a phatrymau'r coluddyn
- archwilio'r abdomen gan gynnwys archwilio a chyffwrdd i asesu twf, safle a chyflwyniad y ffetws
- asesu twf y ffetws
- monitro calon y ffetws, gan ddefnyddio dyfeisiau gwranddo a dyfeisiau technolegol fel y bo'n briodol
- archwilio'r coesau i ganfod edema pantio, gwythiennau chwyddedig a thystiolaeth o thrombosis gwythiennol dwfn
- adnabod edema mewn mannau eraill fel y bysedd a'r wyneb
- cynnal prawf wrin ym mhob archwiliad cynnedigol, gan gynnwys sampl o wrin ar ganol y llif er mwyn cynnal archwiliad bacteriolegol
- cynnal archwiliad â sbecwlwm a swabiau gweiniol isel ac uchel i brofi am arwyddion o haint ac esgor cynamserol
- gwythien-bigo a samplu gwaed, dehongli proffiliau gwaed normal ac annormal cyffredin
- mesur pwysau a thaldra yn gywir, cyfrifo mynegai crynswth corfforol ac adnabod ystod iach a darlleniadau isel/uchel sy'n arwyddocaol yn glinigol
- Trafod a darparu gwybodaeth am anghenion, barn a dewisiadau ynghylch agweddau ar feichiogrwydd, esgor, geni, y cyfnod ôl-enedigol, a gofalu am y babi newydd-anedig, gan gynnwys y dymuniad i fynychu dosbarthiadau rhianta, ac ynghylch pynciau gan gynnwys bwydo ar y fron, dulliau bwydo amgen, paratoi ar gyfer geni, paratoi ar gyfer rhianta, iechyd a llesiant corfforol ac emosiynol.

3.23.16 Arsylwi, adnabod, asesu'n gywir a dehongli canfyddiadau, gan gynnwys deall prosesau normal ac adnabod gwyradau oddi wrth y rhain, ar bob agwedd ar iechyd a llesiant i'r fenyw a'r ffetws ar y cam esgor, ac yn syth ar ôl yr enedigaeth. Mae hyn yn cynnwys:

- gwranddo ar adroddiad y fenyw ei hun ar ei hiechyd a'i llesiant, ac unrhyw gwestiynau a phryderon
- asesu'r amgylchedd er mwyn diogelu'r fenyw yn emosiynol a chorfforol gymaint â phosibl; gan gynnwys y posibilrwydd o ymyriadau, pa mor briodol yw'r amgylchedd yn gymdeithasol, yn ddiwylliannol ac yn ysbrydol, a'r gallu i ofyn am gymorth ychwanegol os bydd angen
- adnabod achosion o'r pilennau'n torri'n ddigymell ac asesu colled o'r fagina

- asesu dechrau'r cam esgor drwy chwilio am arwyddion a symptomau gan gynnwys:
 - presenoldeb dangosiad
 - adroddiad y fenyw ar boen cefn
 - cyfangiadau rhythmig a rheolaidd y groth yn mynd yn hwy, yn gryfach ac yn fwy aml
- asesu hynt y broses esgor drwy:
 - archwilio'r abdomen gan gynnwys archwilio a chyffwrdd i asesu twf, safle a chyflwyniad y ffetws
 - asesu cyfangiadau'r groth, gan nodi'r patrwm, cryfder, amllder a hyd
 - newidiadau yn ymddygiad y fenyw, gan gynnwys poen, anesmwythder, symudedd a safle
 - asesu disgyniad y rhan sy'n cyflwyno drwy deimlo'r abdomen
 - arwyddion corfforol gweladwy gan gynnwys Rhomboid Michaelis a llinell borffor
 - archwiliad o'r fagina er mwyn asesu ymlediad serfigol, dilead, cyflwyniad a disgyniad
- asesu iechyd a llesiant y fam a'r ffetws ar gam cyntaf, ail gam a thrydydd cam y roses esgor drwy asesu, cofnodi a dehongli:
 - arwyddion hanfodol y fam gan gynnwys tymheredd, pwls, pwysedd gwaed ac anadlu, gyda a heb ddyfeisiau technolegol; gwybod pryd mae defnyddio pob un yn briodol
 - ymatebion seicolegol y fenyw i'r broses esgor gan gynnwys cyffro, llawenydd, pryder, ofn
 - calon y ffetws drwy ddefnyddio dyfeisiau gwranddo a dyfeisiau technolegol lle y bo'n briodol, a dehongli cyfradd curiad calon y ffetws a'r patrwm
 - syched a chwant bwyd y fenyw yn ôl y fenyw ei hun a thrwy gofnodi cymeriant bwyd a hylif
 - cydbwysedd hylif yn ôl y fenyw ei hun a thrwy fesur a chofnodi faint o wrin sy'n gadael y corff, cofnodi hylifau mewnwythiennol yn gywir os cânt eu rhoi, arwyddion o ddadhydradu
 - profion wrin ar gyfer mesur glwcos, cetonau a phrotein
 - colli o'r fagina: lliw'r hylif amniotig a faint ohono sydd, nodi meconiwm, colli gwaed
 - yr angen am help gyda symudedd
 - yr angen am help i fynd i'r toiled, a gweithrediad y bledren a'r coluddyn
 - cyfog a chwydu

- profiad y fenyw o boen, ei hymateb i boen, a'i hangen am ddulliau rheoli poen, gan ddefnyddio technegau ar sail tystiolaeth, gan gynnwys:
 - dulliau nad ydynt yn rhai ffarmacolegol gan gynnwys cyffwrdd, ymlacio, symudedd, hydrotherapi
 - dulliau ffarmacolegol gan gynnwys cyffuriau cysgu, analgesia anadlu (Entonox), ac anesthetig rhanbarthol (epidiwrol)
- yr angen am episiotomi yn ystod yr ail gam esgor
- yr angen i sicrhau cyn lleied â phosibl o risg o drawma difrifol i'r fagina a'r perinewm
- yr angen i hwyluso'r enedigaeth pan fydd y ffetws mewn trallod ar yr ail gam esgor
- safle'r llinyn bogail yn ystod yr enedigaeth; er mwyn canfod prolaps y llinyn, llinyn o amgylch y gwddf neu llinyn byr
- ymateb corfforol ac emosiynol y fenyw i'r enedigaeth, ac unrhyw angen am gymorth
- trawma perineol/gweiniol/gweflol/serfigol/rhefrol a'r angen am bwytho
- hynt y trydydd cam esgor, gan gynnwys ymwithiad holl gynhyrchion y brych a cholli gwaed cysylltiedig
- pwls y llinyn cyn gwahanu oddi wrth y fam
- cyflawnrwydd ac iechyd y brych a'r pilenni, ac unrhyw annormaleddau, gan gynnwys calcheiddiad a chnawdnychiant diweddar a hirdymor
- ymateb cyntaf y fenyw i'r babi newydd-anedig gan gynnwys cyffwrdd, [cyswllt croen wrth groen](#), mynegiant emosiynol ac ymgysylltiad

3.23.17 Arsylwi, adnabod, asesu'n gywir a dehongli canfyddiadau, gan gynnwys deall prosesau arferol ac adnabod gwiriadau oddi wrth y rhain, ar bob agwedd berthnasol ar iechyd a lles i'r babi newydd-anedig.

- Asesu'r babi yn syth ar ôl yr enedigaeth ac o fewn yr awr gyntaf ar ôl yr enedigaeth, gan gynnwys:
 - addasu'n gychwynnol i fywyd gan gynnwys gweithrediad anadlol a chardiofasgwlaidd, cyfradd curiad y galon, lliw, ffyrfder niwrolegol, ac ymateb i ysgogiadau
 - addasu thermol; asesu'r posibilrwydd o golli gwres drwy anweddiad, dargludiad a phelydriad
 - yr angen i ddadebru babi newydd-anedig lle na ellir cadarnhau ei fod yn anadlu
 - dechrau a chynnal cyswllt croen wrth groen di-dor

- y gallu i ymlynu, sugno a llyncu wrth fwydo ar y fron am y tro cyntaf, neu sugno a llyncu wrth fwydo o'r botel am y tro cyntaf, ac ymateb i arwyddion y fam o ran bwyd, cariad a chysur.
- Asesu iechyd a llesiant y babi newydd-anedig yn barhaus, gan gynnwys:
 - barn y fenyw ei hun ar iechyd a llesiant ei babi newydd-anedig, ac unrhyw gwestiynau a phryderon
 - datblygiad y berthynas rhwng y fam a'r babi newydd-anedig
 - ymlyniad a hyder y rhieni wrth drin y babi newydd-anedig a gofalu amdano, gan gynnwys cyswllt croen wrth groen
 - bwydo ymatebol
 - diogelwch corfforol ac emosiynol, gan gynnwys yr angen i ddiogelu
 - archwiliad corfforol systematig gan gynnwys:
 - arwyddion hanfodol: tymheredd, anadlu, a chyfradd curiad y galon, gyda a heb ddyfeisiau technolegol, fel y bo'n briodol
 - y pen: cylchedd y pen, teimlo'r ffontanel anterior er mwyn mesur maint a thyndra, teimlo'r llinellau pwytho a nodi ffurfiant creuanol, canfod caput succedaneum a cephalhaematoma
 - y llygaid: arwyddion o haint, gan gynnwys cochni, chwydd neu redlif
 - y geg: i ganfod gwefus a/neu daflod hollt, arwyddion o gwllwm tafod, llindag
 - y galon: i ganfod anomaleddau cynhwynol
 - y clustiau: i ganfod arwyddion o'r gallu i ymateb i sain
 - y croen: lliw, arwyddion o glefyd melyn, ysgythriad plygiadau croen, brechau neu smotiau sgeptig
 - yr abdomen: siâp a thrwch
 - symudiad y breichiau a'r coesau: y ddwy fraich a'r ddwy goes yn symud heb unrhyw anghysur amlwg
 - y cluniau: i ganfod dadleoliad cynhwynol
 - yr asgwrn cefn: archwilio a theimlo'r asgwrn cefn, nodi toriadau yn y croen
 - y system nerfol ganolog: ffyrfder, gweithredoedd atgyrch, ymddygiad, symudiadau ac osgo
 - llinyn y bogail: i ba raddau y mae wedi gwella a gwahanu, arwyddion o haint
 - organau rhywiol: cyflawnrwydd ac amlygrwydd, disgyniad y ceilliau mewn gwrywod

- bysedd a bysedd traed: nifer, darlifiad gwaed, arwyddion o haint yng ngwelyau'r ewinedd
 - pwysau geni, twf a datblygiad parhaus
 - carthion: amllder, lliw a thrwch, gan ystyried y math o fwydo ac oedran y babi newydd-anedig
 - wrin: amllder, cyfaint, arogl a lliw
 - crio: amllder, traw, ymateb i fesurau cysuro; ac ymateb y rhieni a'r teulu.
- profion sgrinio a diagnostig gan gynnwys:
- profion smotyn gwaed
 - gweithredoedd atgyrch.

3.23.18 Arsylwi, adnabod, asesu'n gywir a dehongli canfyddiadau, gan gynnwys deall prosesau arferol ac adnabod gwyradau oddi wrth y rhain, ar bob agwedd berthnasol ar iechyd a lles i'r fenyw yn ôl-enedigol, gan gynnwys:

- adroddiad y fenyw ei hun ar ei hiechyd a'i lles, gan gynnwys cwestiynau a phryderon
- iechyd a lles meddyliol: gan gynnwys pryder ac iselder, hwyl, lefelau egni, chwant bwyd, patrwm cysgu, y gallu i ymdopi â bywyd bob dydd a gofalu am y babi newydd-anedig, perthynas deuluol
- diogelwch corfforol ac emosiynol, gan gynnwys yr angen i ddiogelu
- dwyochredd; ni waeth beth fo'u dull bwydo, deall egwyddorion dwyochredd er mwyn helpu menywod i gadw eu babi newydd-anedig yn agos atynt a bod yn ymatebol i anghenion y babi newydd-anedig o ran bwydo a chysur
- ymlyniad rhwng y rhiant a'r babi gan gynnwys yr hyder i drin, cyffwrdd, rhyngweithio ac ymateb i'r babi newydd-anedig
- arwyddion hanfodol: pwls, tymheredd, pwysau gwaed, anadlu, gyda a heb ddyfeisiau technolegol; gwybod pryd mae defnyddio pob un yn briodol
- poen a'r angen i reoli poen, gan gynnwys poen cefn, niwed perineol/gweiniol/gweflol/serfigol/rhefrol a phwytho, edwino crothol poenus, gorlawnder y bronnau, coesau poenus, haint
- colli o'r fagina, gan gynnwys faint a gollir, lliw, cysondeb gan gynnwys clotiau gwaed, arogl
- niwed perineol/gweiniol/gweflol/serfigol/rhefrol a phwytho, gan gynnwys cleisiau, edema, arwyddion o haint, yr angen i reoli poen
- edwino crothol, gan gynnwys uchder a lleoliad y pen isaf, cysondeb, pa mor dynner ydyw wrth ddylifo
- swyddogaeth y bledren a'r coluddyn, gan gynnwys rhwymedd ac unrhyw achosion o ollwng anfwriadol/anymataliaeth/cadw
- arwyddion o thrombosis gan gynnwys archwilio rhan isaf y coesau ar gyfer edema, chwydd, poen

- bwyd, maeth a faint o hylif a yfir, arwyddion o ddiffyg hylif, digonolrwydd dietegol
- symudedd, gan gynnwys gallu corfforol i gario a gofalu am y babi newydd-anedig
- yr angen am gyfleusterau cymunedol ac adnoddau a mynediad iddynt, gan gynnwys siopau a chanolfannau iechyd, a chymorth cymunedol ar gyfer rhianta, bwydo ar y fron, iechyd meddwl a diogelu.

3.23.19 Arsylwi, adnabod, asesu'n gywir a dehongli canfyddiadau, gan gynnwys deall prosesau arferol ac adnabod gwiriadau oddi wrth y rhain, ar bob agwedd berthnasol ar fwydo babi, ar gyfer y fenyw a'r babi newydd-anedig. Bydd hyn yn cynnwys:

- bwydo ar y fron
- llaeth y fron y fam ei hun wedi ei dynnu neu laeth y fron gan rywun arall
- amnewidion llaeth y fron (fformiwla)
- i bob menyw:
 - adroddiad y fenyw ei hun ar ei hiechyd a'i lles, gan gynnwys cwestiynau a phryderon
- ar gyfer menywod a babanod newydd-anedig sy'n bwydo ar y fron:
 - asesiad y fenyw ei hun o fwydo ar y fron a'i hyder wrth wneud hynny
 - cydio, lleoli, cydlynu ac effeithiolrwydd y sugno/llyncu
 - bronnau: tynerwch, poen, gorlawnder, yr angen i reoli poen
 - tethau: lliw, siâp, tynerwch, poen, niwed, gwaedu
 - bwydo ymatebol
 - cyswllt croen wrth groen parhaus
 - trosglwyddo a chynhyrchu llaeth yn effeithiol
 - tynnu llaeth â llaw: storio, cludo a rheoli haint
 - pwysau'r babi newydd-anedig, twf, datblygiad ac asesiad gan ddefnyddio siartiau twf priodol
 - yr angen am gymorth, gwybodaeth ac adnoddau cymunedol a'r hyn a ffefrir: cenedlaethol a lleol, llinellau cymorth, grwpiau, cyfoedion, ar-lein
 - asesiadau bwydo babi parhaus mewn partneriaeth â'r fenyw
 - prosesau atgyfeirio pan fydd problemau'n codi

- ar gyfer rhieni a babanod newydd-anedig sy'n bwydo o'r botel, yn rhannol neu'n llwyr:
 - asesiad y rhiant ei hun o ddefnyddio amnewidion llaeth y fron (fformiwla)
 - bwydo ymatebol bwydo o'r botel: dal y babi newydd-anedig yn agos, edrych i'w lygaid, rheoli'r adegau bwydo, cyfyngu ar nifer y gofawyr
 - defnydd y rhiant o amnewidion llaeth y fron (fformiwla) priodol a chyfarpar, glanhau a sterileiddio cyfarpar, ail-ansoddi amnewidion llaeth y fron
 - effeithiolrwydd sugno/llyncu
 - bronnau menyw: tynerwch, poen, gorlawnder, yr angen i reoli poen
 - amllder ac effeithiolrwydd yr adegau bwydo
 - pwysau, twf a datblygiad y babi newydd-anedig
 - yr angen am gymorth, gwybodaeth ac adnoddau cymunedol a'r hyn a ffefrir

3.23.20 Datblygu, asesu, gweithredu, adolygu ac addasu'n effeithiol gynllun gofal i'r unigolyn, wedi ei lywio gan dystiolaeth ac mewn partneriaeth â'r fenyw, gan ystyried y ffactorau meddyliol, corfforol, emosiynol, seicolegol, cymdeithasol, diwylliannol ac ysbrydol sy'n effeithio ar y fenyw, ei babi newydd-anedig, a'i phartner a'i theulu fel y bo'n briodol, a newidiadau i'r ffactorau hyn dros amser.

C. Rôl y fydwraig wrth sicrhau'r prosesau ffisiolegol gorau posibl, a chefnogi sefyllfaoedd seicolegol, cymdeithasol a diwylliannol diogel, gan weithio i hybu canlyniadau cadarnhaol a rhagweld cymhlethdodau a'u hatal

3.23.21 Darparu gofal mewn beichiogrwydd sy'n sicrhau'r prosesau arferol gorau posibl, yn rheoli symptomau/problemau cyffredin, ac yn rhagweld ac atal cymhlethdodau. Mae sgiliau'n cynnwys:

- trefnu cysylltiadau rheolaidd ar gyfer asesu, gofalu, cynllunio ac adolygu fel y bo angen gan y fenyw unigol
- hybu hyder y fenyw yn ei chorff ei hun, ei hiechyd a'i lles; ac yn ei gallu ei hun i fod yn feichiog, rhoi genedigaeth, meithrin cydberthynas a meithrin a bwydo ei babi newydd-anedig, gan gydnabod yr amgylchiadau corfforol, seicolegol, cymdeithasol, diwylliannol ac ysbrydol amrywiol
- darparu gwybodaeth a chymorth ar bob agwedd a asesir, gan gynnwys risgiau posibl (fel y'u rhestrir yn yr adran asesu) fel y gall y fenyw wneud penderfyniadau wedi'u llywio gan dystiolaeth, yn ogystal â'i phartner a'i theulu fel y bo'n briodol; gan gynnwys galluogi mynediad i gyfleusterau ac adnoddau cymunedol
- cydweithredu â chydweithwyr iechyd a gofal pan fydd gwyradau oddi wrth brosesau arferol a bod angen ymgynghori neu waith amlddisgyblaethol a/neu amlasiantaethol.

3.23.22 Darparu gofal ar y cam esgor ac yn ystod yr enedigaeth sy'n sicrhau'r prosesau arferol gorau posibl, yn rheoli symptomau/problemau cyffredin, ac yn rhagweld ac atal cymhlethdodau. Mae sgiliau'n cynnwys:

- sicrhau'r amgylchedd gorau posibl er mwyn diogelu'r fenyw yn emosiynol a chorfforol gymaint â phosibl; gan gynnwys cadw'r ystafell yn gynnes, lleihau'r posibilrwydd o ymyriadau, a sicrhau priodoldeb cymdeithasol, diwylliannol ac ysbrydol yr amgylcheddau, gan ddarparu amgylchedd croesawgar i'r partner/[cyfaill](#)/teulu yn unol â dymuniadau'r fenyw, gan sicrhau'r gallu i ofyn am gymorth ychwanegol os bydd angen
- darparu cymorth seicolegol ac emosiynol ac adborth cadarnhaol ar y cam esgor, yn ystod yr enedigaeth ac yn union wedyn; ac annog y partner/cyfaill i gefnogi'r fenyw
- darparu gwybodaeth a chymorth ar bob agwedd a asesir (fel y'u rhestrir yn yr adran asesu) fel y gall y fenyw wneud penderfyniadau wedi'u llywio gan dystiolaeth, yn ogystal â'i phartner a'i theulu fel y bo'n briodol
- darparu gofal un i un parhaus ar gyfer y fenyw ar y cam esgor, a'r babi newydd-anedig pan gaiff ei eni
- annog y fenyw i symud a gweithio gyda hi i nodi'r safleoedd gorau posibl ar gyfer esgor a geni
- darparu mesurau cysur a rheoli poen fel y bo'n briodol i'r cam esgor ac anghenion a dewisiadau'r fenyw, gan gynnwys cyffwrdd, tylino, gorffwys, ymlacio, symudedd, hydrotherapi, analgesia anadlu a chyffuriau cysgu
- annog y fenyw i fwyta ac yfed gan gynnwys diodydd isotonig fel y bo'n briodol
- helpu o ran mynd i'r toiled a gofalu am y bledren a'r coluddyn
- paratoi'r holl gyfarpar angenrheidiol
- cynghori'r fenyw ar yr ail gam esgor, gan hybu effeithiolrwydd cyfngiadau drwy safleoedd priodol, ac annog y fenyw i beidio â gwthio nes bod y rhan cyflwyno i'w gweld lle y bo'n bosibl
- arwain a chefnogi'r fenyw wrth iddi roi genedigaeth, a'i hannog i ddilyn ei thuedd ei hun neu gynnig arweiniad ar anadlu, gwthio/peidio â gwthio fel y bo'n briodol
- cefnogi'r fenyw a'r babi drwy allwthio'r babi o'r sianel geni gan ddefnyddio dulliau wedi'u llywio gan dystiolaeth ac ymateb i ddewisiadau'r fenyw ei hun
- gwneud episiotomi os bydd angen, gan gynnwys rhoi anesthetig lleol yn brydlon
- rheoli achosion pan fydd llinyn bogail byr neu pan fydd y llinyn o amgylch gwddf y babi pan gaiff ei eni
- annog a galluogi cyswllt croen wrth groen di-dor ar unwaith ac amser cadarnhaol i'r fam, y partner a'r teulu fod gyda'r babi newydd-anedig a gyda'i gilydd
- cofnodi dyddiad ac amser yr enedigaeth yn gywir
- atal y babi rhag colli gwres drwy gynnal y cyswllt croen wrth groen, a rhoi tywelion cynnes drosto os bydd angen; os nad oes cyswllt croen wrth groen, bod y babi yn sych ac wedi'i lapio mewn tywelion cynnes a'i fod yn gwisgo het
- cynnal proses reoli trydydd cam ffisiolegol fel y bo'n briodol

- cynnal proses reoli trydydd cam weithredol fel y bo'n briodol, gan gynnwys rhoi cyffuriau ocsitosig yn ddiogel
- clampio a thorri'r llinyn bogail ar ôl i'r llinyn orffen pylsadu (clampio llinyn gohiriedig)
- galluogi menywod i fwydo ar y fron cyn gynted â phosibl ar ôl yr enedigaeth, yn ddelfrydol o fewn yr awr gyntaf
- archwilio perinëwm/labia/fagina/anws y fenyw ar gyfer rhwygiadau
- pwytho episiotomi, a rhwygiadau gradd 1 a 2 o'r perinëwm, y labia a'r fagina fel y bo angen
- helpu'r fenyw fel y bo angen i ymolchi, cael cawod, mynd i'r toiled
- rhoi cyfle iddi gael bwyd a diod, yn ôl dymuniadau'r fam
- cadw'r fam a'r babi newydd-anedig gyda'i gilydd gymaint â phosibl wrth gynnal archwiliad cychwynnol o'r babi newydd-anedig, gan roi esboniad llawn i'r rhieni
- annog y teulu i ryngweithio ar bob cyfle posibl a sicrhau ymlyniad rhwng y rhiant a'r babi.

3.23.23 Darparu gofal i'r babi newydd-anedig sy'n sicrhau'r prosesau arferol gorau posibl, yn rheoli symptomau/problemau cyffredin, ac yn rhagweld ac atal cymhlethdodau. Mae sgiliau'n cynnwys:

- darparu gwybodaeth a chymorth wedi'u llywio gan dystiolaeth ar bob agwedd ar iechyd a lles babanod newydd-anedig a asesir (fel y'u rhestrir yn yr adran asesu) fel y gall y fenyw wneud penderfyniadau hyddysg, yn ogystal â'i phartner a'i theulu fel y bo'n briodol
- cefnogi a galluogi pob babi i gael cyswllt croen wrth groen pan gânt eu geni ac ar ôl hynny
- cynnwys y rhieni gymaint â phosibl, cynnal archwiliad cychwynnol (fel y'u rhestrir yn yr adran asesu).

3.23.24 Darparu gofal i'r fenyw yn ôl-enedigol sy'n sicrhau'r prosesau arferol gorau posibl, yn rheoli symptomau/problemau cyffredin, ac yn rhagweld ac atal cymhlethdodau. Mae sgiliau'n cynnwys:

- trefnu cyswllt rheolaidd a chyfleoedd ychwanegol fel y bo angen, darparu gofal ôl-enedigol sy'n diwallu anghenion, safbwyntiau a dewisiadau menywod, a phartneriaid a theuluoedd
- gwrandao ar adroddiad y fenyw ei hun ar ei hiechyd a'i lles, ac unrhyw gwestiynau a phryderon sydd ganddi ac ymateb iddynt
- rhoi gwybodaeth, cymorth a gofal ar bob agwedd ar ei hiechyd a'i lles ei hun a asesir, gan gynnwys iechyd meddwl (fel y'u rhestrir yn yr adran asesu); galluogi'r fenyw i wneud penderfyniadau hyddysg, yn ogystal â'i phartner a'i theulu fel y bo'n briodol
- rhoi cyfleoedd i'r fenyw, a'r partner fel y bo'n briodol, drafod yr enedigaeth ac unrhyw gwestiynau a all fod ganddynt

- helpu menywod i gadw eu babi newydd-anedig yn agos a bod yn ymatebol i anghenion y babi o ran bwydo a chysur ni waeth beth fo'u dull bwydo
- hybu, cefnogi ac annog cydberthnasau agos a chariadlon rhwng menywod, euartneriaid, eu teuluoedd a'r babi newydd-anedig, deall yr effaith a gaiff hyn ar eu hiechyd a'u lles emosiynol.

3.23.25 Darparu gofal o ran bwydo'r babi sy'n sicrhau'r prosesau arferol gorau posibl, yn rheoli symptomau/problemau cyffredin, ac yn rhagweld ac atal cymhlethdodau. Mae sgiliau'n cynnwys:

- i bob menyw:
 - gwrando ar safbwyntiau, cwestiynau a phryderon menywod
 - gweithio mewn partneriaeth â menywod ac eraill er mwyn sicrhau y diwellir anghenion bwydo'r babi ac i wella hyder y fam
 - defnyddio sgiliau arsylwi, gwrando gweithredol ac arfarnu beirniadol parhaus er mwyn dadansoddi effeithiolrwydd arferion bwydo
 - deall sut i gwblhau asesiad bwydo babi gyda'r fenyw, cadw cofnodion cywir gan gynnwys cynlluniau gofal ac unrhyw broblemau y deuir ar eu traws neu atgyfeiriadau a wneir
 - trafod â phob menyw a'i phartner sut i ofalu am eu babi newydd-anedig yn ystod y nos a sut i leihau'r risgiau o syndrom marwolaeth sydyn babanod
 - sicrhau trosglwyddiad llyfn i wasanaeth ymwelydd iechyd, meddyg teulu a gwasanaethau eraill pan fydd gofal y fydwraig wedi dod i ben
- i fenywod sy'n bwydo ar y fron:
 - ystyried gyda merched yr effaith y gallai arferion yr ystafell eni, megis effaith dulliau gwahanol o reoli poen a phwysigrwydd cyswllt croen wrth groen, ei chael ar les eu babi ac arnyn nhw eu hunain, ac ar sefydlu'r arfer o fwydo ar y fron
 - cymhwyso gwybodaeth fanwl am anatomi'r fron a ffisioleg llaetha er mwyn eu galluogi i helpu menywod i ddechrau bwydo ar y fron yn dda, gan gynnwys:
 - ystum
 - cydio
 - bwydo'n gynnar, yn aml ac yn effeithiol
 - cynhyrchu llaeth
 - trosglwyddo llaeth
 - bwydo ymatebol
 - ymddygiad mamol, lles a diogelwch.

- cymryd rhan yn y gwaith o ddysgu menywod sut i dynnu llaeth o'r fron a sut i'w storio, ei rewi a'i gynhesu gan ystyried agweddau ar reoli haint
- rhannu gwybodaeth â menywod a theuluoedd am wybodaeth genedlaethol a lleol a rhwydweithiau sydd ar gael i helpu menywod i barhau i fwydo eu babi ar y fron yn y gymuned, er enghraifft; ymwelwyr iechyd, cymorth gan gyfoedion, grwpiau cymorth, llinellau cymorth, gwybodaeth ar-lein ac ati
- ar gyfer rhieni sy'n bwydo o'r botel, yn rhannol neu'n llwyr:
 - helpu menywod a babanod i barhau i fwydo ar y fron a rhoi amnewidion llaeth y fron am gymaint o amser ag y dymunant, gan ddefnyddio llaeth y fron/bwydo ar y fron lle y bo'n bosibl a bwydo'r babi o'r botel gan ddefnyddio llaeth a dynnwyd o'r fron/llaeth a roddwyd gan rywun arall
 - annog bwydo ymatebol o'r botel: dal y babi newydd-anedig yn agos, edrych i'w lygaid, rheoli'r adegau bwydo, cyfyngu ar nifer y gofalwyr
 - annog defnydd y rhiant o amnewidion llaeth y fron (fformiwla) priodol a chyfarpar, glanhau a sterileiddio cyfarpar, ail-ansoddi amnewidion llaeth y fron
 - cynnig dulliau rheoli poen priodol ar gyfer bronnau tyner a phoenus y fam

Parth 4: Gofal ychwanegol i fenywod, babanod newydd–anedig a theuluoedd â chymhlethdodau a/neu anghenion gofal pellach

Mae'r gofal hwn yn ychwanegol at y gofal a gynhwysir eisoes ym mharth 3

A. Rôl y fydwraig wrth asesu a rheoli cymhlethdodau ac anghenion gofal pellach ar y cam cyntaf

Canlyniadau

4. Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

4.1 Dangos gwybodaeth, dealltwriaeth a'r gallu i adnabod cymhlethdodau cyffredin **sydd eisoes yn bodoli** a/neu anghenion gofal pellach y fenyw, ac yn benodol eu heffaith ar:

- iechyd rhywiol ac atgenhedlol
- beichiogrwydd
- cam sgôr
- genedigaeth
- ôl-enedigol.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- **cymhlethdodau clinigol:** gorbwysedd, diabetes, asthma, epilepsi, clefyd thrombo-embolig, clefyd y galon, canserau, anabled, anffurfio organau cenhedlu menywod, feiryssau a gludir yn y gwaed gan gynnwys HIV, Hepatitis B ac C, clefyd arenol, clefyd yr afu, camddefnyddio alcohol, cyffuriau a sylweddau
- **anghenion gofal pellach:** BMI uwch, caethiwed, amgylchiadau cymdeithasol/teuluol cymhleth.

4.2 Dangos gwybodaeth, dealltwriaeth a'r gallu i adnabod **cymhlethdodau cyffredin a/neu anghenion gofal pellach y fenyw**, mewn cysylltiad â'r canlynol:

- iechyd rhywiol ac atgenhedlol
- beichiogrwydd
- cam esgor
- genedigaeth
- y cyfnod ôl-enedigol.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- **cymhlethdodau clinigol:** anffrwythlondeb sylfaenol ac eilaidd, heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, hyperemesis, anemia, anhwylderau'r gwaed gan gynnwys clefyd y crymangeloedd a hemoffilia, gwaedlif, haint, iso-imiwneiddo rhesws, cyneclampsia ac eclampsia, syndrom HELLP, thrombosis, colestatid, beichiogrwydd heibio 41 wythnos o gyfnod cario wedi'u cwblhau, esgor a geni cyn pryd, cam-gyflwyno'r ffetws wrth esgor a geni gan gynnwys geni o chwith, brych blaen, cam esgor estynedig, embolws hylif amniotig, dystocia'r ysgwydd, problemau gyda'r llinyn gan gynnwys llinyn o amgylch y gwddf, llinyn byr, a phrolaps y llinyn, wterws toredig, gwrthdroad crothol, heb waredu'r brych a chynhyrchion y brych, anaf i'r serfics/fagina/fwlfa/perinewm/anws, anymataliaeth wrinol ac ysgarthol, poen, haint neu ymagoriad y rhan gesaraidd neu glwyf perineol, sioc/llewygu/anaffylaxis, sepsis, ataliad y galon, marwolaeth y fam
- **anghenion gofal pellach:** beichiogrwydd a genedigaethau lluosog, colled ôl-enedigol blaenorol neu gyfredol, amgylchiadau cymdeithasol/teuluol cymhleth, menywod a theluoedd sy'n wynebu prosesau benthyg croth neu fabwysiadu.

4.3 Dangos gwybodaeth, dealltwriaeth a'r gallu i adnabod **cymhlethdodau cyffredin a/neu anghenion pellach gan gynnwys cyflyrau sydd eisoes yn bodoli, o ran ffactorau meddyliol, emosiynol, ymddygiadol, gwybyddol a ffactorau sy'n deillio o benderfynyddion iechyd ehangach sy'n effeithio ar y fenyw** o ran:

- beichiogrwydd
- esgor a geni
- ôl-enedigol
- dod yn rhiant ac ymlyniad teuluol cadarnhaol.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- cymhlethdodau: straen, iselder, seicosis ôl-enedigol, camddefnyddio sylweddau/diddyfnu, canlyniadau trawma geni gan gynnwys anhwylder straen wedi trawma, trais gan bartner agos a thrais ar sail rhywedd person, profedigaeth
- **anghenion gofal pellach:** anabledd dysgu, amgylchiadau cymdeithasol/teuluol cymhleth, digartrefedd, tlodi.

4.4 Dangos gwybodaeth, dealltwriaeth a'r gallu i adnabod **cymhlethdodau cyffredin a/neu anghenion gofal pellach**, mewn cysylltiad â'r canlynol:

- datblygiad y ffetws
- addasu i fywyd
- y babi newydd-anedig ac wythnosau cyntaf ei fywyd
- datblygiad cynnar iawn y plentyn.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- **cymhlethdodau clinigol:** ffetws mewn perygl, gan gynnwys cyfyngu ar dwf ac anomaleddau genedigol cyffredin; pilennau yn torri cyn pryd, esgor a geni cyn pryd a babi newydd-anedig cyn pryd, trallod y ffetws, problemau anadlu a chardiaidd ar ôl geni, hypothermia, yn fach ar gyfer oedran y babi, yn fawr ar gyfer oedran y babi, heintiau gan gynnwys streptococws Grŵp B, syndrom ymatal cyn-enedigol, anomaleddau genedigol cyffredin yn y babi newydd-anedig, y clefyd melyn, marwolaeth y ffetws a'r babi newydd-anedig gan gynnwys marw-enedigaethau, marwolaeth sydyn babanod (SIDS)
- **anghenion gofal pellach:** genedigaethau lluosog, salwch neu farwolaeth y fam, amgylchiadau cymdeithasol/teuluol cymhleth a all effeithio ar ymlyniad teuluol.

4.5 Dangos gwybodaeth, dealltwriaeth a'r gallu i adnabod **cymhlethdodau cyffredin a/neu anghenion pellach, sydd eisoes yn bodoli ac sy'n deillio o feichiogrwydd, esgor a geni a'r cyfnod ôl-enedigol**, mewn cysylltiad â'r canlynol:

- bwydo ar y fron
- dulliau bwydo babi amgen
- goblygiadau.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- **cymhlethdodau clinigol:** l'r fam: cydio'n boenus wrth y fron, tethau poenus briwiedig, pryder ynghylch cyflenwi a throsglwyddo llaeth, gorlawnder, mastitis, crawniad ar y fron, ataliad y llaeth. l'r babi: methu sugno/llyncu mewn ffordd gydgysylltiedig, ddim yn magu digon o bwysau, chwydu, diffyg siwgr, cyfaint yr wrin a'r carthion yn abnormal, cwlwm tafod, gwefus/taflod hollt
- **anghenion gofal pellach:** gwahanu'r fam a'r babi, pryder ynghylch y berthynas rhwng y fam a'r babi a'r ymlyniad teuluol, dim cymorth teuluol na chymunedol, problemau blaenorol o ran bwydo ar y fron, problemau seicolegol sy'n gysylltiedig â bwydo ar y fron; cam-drin hanesyddol neu gyfredol, salwch neu farwolaeth y fam, amgylchiadau cymdeithasol/teuluol cymhleth.

4.6 Defnyddio dulliau arfer gorau ar sail tystiolaeth i ymateb yn brydlon i arwyddion o berygl a dirywiad yn y fenyw a'r babi newydd-anedig; a gwneud penderfyniadau clinigol ar sail tystiolaeth o angen ac arfer gorau, a gweithredu ar y penderfyniadau hynny.

4.7 Defnyddio dulliau arfer gorau ar sail tystiolaeth o **reoli sefyllfaoedd argyfyngus**.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- **cymhlethdodau clinigol:** I'r fenyw: gwaedlif, eclampsia, ataliad y galon ac anadlol, sepsis, sioc/llewygu/anaffylaxis, adwaith difrifol i drallwysiad gwaed, argyfwng iechyd meddwl, trallod difrifol y ffetws, cam-gyflwyno heb ddiagnosis gan gynnwys geni o chwith, prolaps y llinyn, wterws wedi torri, gwrthdroad crothol, sepsis, dystocia'r ysgwydd i'r babi newydd-anedig: ataliad y galon ac anadlol, camffurfiad genedigol sy'n bygwth bywyd, hypothermia difrifol, sepsis, clefyd melyn difrifol
- **anghenion gofal pellach:** sefyllfaoedd diogelu brys ar gyfer y fenyw a/neu'r babi newydd-anedig.

4.8 Defnyddio dulliau arfer gorau ar sail tystiolaeth ar gyfer **rheolaeth llinell gyntaf o gymhlethdodau cyffredin a/neu anghenion gofal pellach y fenyw, y ffetws a/neu'r babi newydd-anedig**; gan gynnwys cymorth, atgyfeirio, gwaith tîm amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol a gwaith dilynol, ac uwchgyfeirio ar unwaith os oes angen:

- oherwydd cyflyrau sydd eisoes yn bodoli
- yn arwain o feichiogrwydd, esgor, geni, cyfnod ôl-enedigol
- o fwydo ar y fron, dulliau bwydo babanod amgen a datblygiad cynnar iawn y plentyn
- o ran ffactorau meddyliol, corfforol, emosiynol, ymddygiadol, gwybyddol, a ffactorau cymdeithasol.

B. Rôl y fydwraig wrth ofalu am fenywod, babanod newydd-anedig a theluoedd y mae angen gwasanaethau meddygol, obstetrig, newyddenedigol, iechyd meddwl, gofal cymdeithasol, a gwasanaethau eraill arnynt a'u cefnogi

Canlyniadau

Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

4.9 Dangos y gallu i weithio ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol a darparu'r gofal gan fydwragedd sydd ei angen ar fenywod a babanod newydd-anedig, gan gynnwys gwaith dilynol, er mwyn sicrhau parhad gofal; sy'n gysylltiedig â'r canlynol:

- cymhlethdodau ac ymyriadau obstetrig, newyddenedigol, anesthetig, meddygol a llawfeddygol
- [cyflyrau](#) meddygol a llawfeddygol cyffredin sydd eisoes yn bodoli
- anghenion iechyd meddwl
- profiadau trawmatig menywod
- babanod newydd-anedig a'u mamau sydd mewn perygl
- genedigaethau lluosog
- colled amenedigol.

Mae hyn yn cynnwys gwybodaeth a dealltwriaeth o'r pethau canlynol hanfodol:

- profiadau trawmatig: colled amenedigol, genedigaeth cyn pryd, genedigaeth drawmatig, trais gan bartner agos, cam-drin hanesyddol a chyfredol.
- 4.10 Defnyddio dulliau arfer gorau ar sail tystiolaeth i gadw mamau a babanod newydd-anedig gyda'i gilydd lle y bo'n bosibl wrth ddarparu gofal gan fydwragedd, hyd yn oed pan fydd cymhlethdodau ac anghenion gofal pellach.
- 4.11 Dangos y gallu i weithio ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol i ddarparu gofal diwedd oes parchus, caredig a thosturiol i'r fenyw a/neu'r babi newydd-anedig, a'i phartner a'r teulu, gan gynnwys gofal diwedd oes a defodau olaf; gan gynnwys gwaith dilynol gyda'r teulu er mwyn sicrhau parhad gofal.
- 4.12 Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu dangos ymarfer gorau ar sail tystiolaeth mewn perthynas â phob un o'r sgiliau a'r gweithdrefnau a restrir isod:

Sgiliau: Parth 4: Gofal ychwanegol i fenywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd â chymhlethdodau a/neu anghenion gofal pellach

Mae'r gofal hwn yn ychwanegol at y gofal a gynhwysir eisoes ym mharth 3

A. Rôl y fydwraig wrth asesu a rheoli cymhlethdodau ac anghenion gofal pellach ar y cam cyntaf

- 4.12.1 Cyfleu gwybodaeth gymhleth am anghenion gofal menyw mewn ffordd glir a chryno i weithwyr iechyd a gofal cymdeithasol proffesiynol eraill fel y bo angen, a chydweithio â'r tîm amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol i gynllunio a rhoi gofal.
- 4.12.2 Cyfathrebu'n effeithiol ac yn amserol â menywod, a'u partneriaid a'u teuluoedd, sy'n wynebu cymhlethdodau ac anghenion gofal pellach; gan gynnwys cymorth, gwybodaeth gywir a'r wybodaeth ddiweddaraf am newidiadau; parhau i wrando ar eu pryderon, eu safbwyntiau a'u dewisiadau ac ymateb iddynt.
- 4.12.3 Helpu menywod dros y ffôn ac ar fformatau cyfathrebu digidol pan gysylltir â nhw am wybodaeth am gymhlethdodau ac anghenion gofal pellach; a gwybod sut i atgyfeirio a ble i ofyn am wybodaeth a chymorth perthnasol.
- 4.12.4 Asesu a dehongli canfyddiadau yn gywir (yn unol â'r sgiliau ar gyfer parth 3); mae sgiliau'n cynnwys:
 - nodi cymhlethdodau posibl sy'n deillio o gymhlethdodau cyffredin sydd eisoes yn bodoli ac anghenion gofal pellach ar gyfer:
 - beichiogrwydd, esgor a geni a'r cyfnod ôl-enedigol
 - ffactorau meddyliol, corfforol, emosiynol, ymddygiadol, gwybyddol a chymdeithasol
 - datblygiad y ffetws, addasu i fywyd, y babi newydd-anedig a datblygiad cynnar iawn y plentyn
 - heriau bwydo ar y fron
 - ymchwilio i'r sail tystiolaeth sy'n ategu gwybodaeth am gymhlethdodau ac anghenion gofal pellach a all gael effaith ar eu hiechyd eu hunain neu iechyd a lles eu babanod, dod yn rhiant, ac ymlyniad teuluol cadarnhaol, a chyfleu'r sail tystiolaeth honno yn glir i fenywod
 - helpu'r fenyw wrth gynllunio strategaethau i atal neu leddfu'r rhain, ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol fel y bo angen.
- 4.12.5 Gweithredu ar yr angen i gynnwys eraill ac ymgynghori'n brydlon ac yn rhagweithiol â gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol priodol pan fydd arwyddion o berygl a dirywiad neu argyfyngau.

4.12.6 Rhoi rheolaeth frys llinell gyntaf o gymhlethdodau a/neu anghenion gofal pellach ar waith o ran menywod a babanod newydd-anedig pan fydd arwyddion o berygl a dirywiad neu argyfyngau nes bod help arall ar gael, ym mhob lleoliad gofal. Mae sgiliau'n cynnwys:

- sicrhau cymaint â phosibl o symudedd a diogelwch, a phennu'r angen am gymorth ac ymyriadau
- defnyddio adnoddau rhybuddio cynnar ar sail tystiolaeth i fonitro dirywiad
- galw am gymorth yn brydlon os oes angen uwchgyfeirio
- cyfleu pryder yn gywir gan ddefnyddio adnoddau cydnabyddedig fel SBAR
- rhoi mesurau argyfwng ar waith nes bod cymorth ar gael, gan gynnwys cymorth bywyd ar unwaith i'r fenyw a'r babi newydd-anedig
- ymateb i boen a rhoi mesurau rheoli poen ar waith
- ymateb i gyfog a chwydu a'u rheoli
- rheoli gwaedlif difrifol gan ddefnyddio mesurau sy'n cynnwys lleoli'r fam, tylino crothol, cywasgu â'r ddwy law, defnydd priodol o gyffuriau wterotonig a chyffuriau perthnasol eraill, therapi ocsigen
- ymateb i arwyddion o sepsis gan atgyfeirio ar unwaith a chychwyn ar y llwybr gofal
- pibelliad mewnwythiennol a rhoi hylifau trwy wythien yn unol â pholisïau cenedlaethol a lleol
- cyfrifo, paratoi a/neu roi cyffuriau rhagnodedig a/neu gyffuriau y nodwyd eu bod yn feddyginiaethau eithriedig bydwragedd
- cathetreiddio wrinol y bledren i fenywod
- ystyried opsiynau i gyflymu genedigaeth y babi gan gynnwys ystumiau geni gwahanol
- cynnal episiotomi brys
- cefnogi'r enedigaeth os yw'r ffetws o chwith
- cadw cofnodion cywir a chllir, gan gynnwys taflenni brys
- cychwyn profion priodol, gan gynnwys gwaed, ECG, ac ocsimetreg pwls
- trefnu trosglwyddiad i leoliad gofal priodol
- trefnu amgylchedd diogel, ymgynghoriad/atgyfeiriad ar unwaith a chymorth priodol os oes angen neu gyflwr iechyd meddwl, trais gan bartner agos neu drais ar sail rhywedd person neu gam-drin sylweddau.

B. Rôl y fydwraig wrth ofalu am fenywod, babanod newydd-anedig a theuluoedd y mae angen gwasanaethau meddygol, obstetrig, newyddenedigol, iechyd meddwl, gofal cymdeithasol, a gwasanaethau eraill arnynt a'u cefnogi

4.12.7 Wrth ymgynghori â'r tîm amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol neu wrth atgyfeirio at y tîm hwnnw, parhau i ddarparu gofal bydweigiaeth i'r fenyw, y babi newydd-anedig, y partner a'r teulu fel rhan o'r tîm hwn, er mwyn sicrhau parhad gofal.

4.12.8 Gweithio mewn partneriaeth â'r fenyw ac ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol i gynllunio a rhoi gofal bydwreigiaeth ar waith i fenywod sydd â chymhlethdodau a/neu anghenion gofal pellach, i gynnwys:

- trefnu amgylchedd diogel, atgyfeiriad ar unwaith a chymorth priodol os nodwyd angen a/neu salwch iechyd meddwl, trais gan bartner agos neu drais ar sail rhywedd person neu gam-drin sylweddau
- helpu'r fenyw i reoli diabetes yn ystod beichiogrwydd er mwyn sicrhau'r rheolaeth orau posibl
- rhoi cymorth fel y bo angen gyda hunanofal gan gynnwys ymolchi, ymdrochi, gwisgo, mynd i'r toiled; cynnal urddas a phreifatrwydd a rheoli'r defnydd o gymhorthion priodol
- gosod, rheoli a thynnu tiwbiau yn y geg/trwyn/gastrig
- cofnodi faint o hylif sy'n mynd i mewn i'r corff ac yn dod allan ohono, ymateb i ddadhydradu, dargadw dŵr neu ormod o hylif yn y gwaed a'u rheoli
- rheoli'r broses o roi hylifau trwy wythien, gan gynnwys trallwysiad gwaed a chynhyrchion gwaed
- rheoli pypiau a dyfeisiau trwytho a hylif
- rheoli therapi ocsigen
- monitro'r ffetws drwy ddefnyddio dulliau gwrando a rhai technolegol, gan gynnwys helpu gyda samplu gwaed y ffetws; a dehongli canlyniadau yn gywir
- cynnal amniotomeg a chymhwyso electrod ar groen pen y ffetws
- cynnal dadansoddiad o waed y llinyn
- darparu gofal priodol gan gynnwys gofal ar adeg yr enedigaeth i fenywod yr anffurfiwyd eu horganau cenhedlu
- helpu i osod a rheoli analgesia epididrol, gan gynnwys ôl-ofal
- helpu gyda genedigaethau lle y defnyddir offer (Ventouse a gefeiliau)
- helpu gyda thoriad Cesaraidd; dewisol, cynlluniedig a brys
- helpu gyda llawdriniaethau hanfodol megis tynnu'r brych â llaw, gwagio cynhyrchion nas gwaredwyd, pwytho'r perinëwm os oes rhwygiadau gradd 3 a 4.

Gofal ôl- enedigol ychwanegol i'r fenyw, i gynnwys:

- arsylwadau ychwanegol yn ystod y cyfnod ôl-enedigol/ôl-lawdriniaethol
- egwyddorion aseptic ar gyfer gofalu am glwyfau, rhwymadau ar gyfer clwyfau a thynnu pwythau
- gofal ôl-enedigol i fenywod sydd wedi cael Ventouse, gefeiliau neu doriad Cesaraidd
- gofal a chymorth fylfol/perineol ôl-enedigol i fenywod yr anffurfiwyd eu horganau cenhedlu, gan gynnwys eu hatgyfeirio at wasanaethau lle y bo'n briodol
- cymorth i fenywod sy'n dioddef o anymataliaeth wrinol neu ysgarthol, gan sicrhau mynediad i adnoddau a gwasanaethau meddygol/llawfeddygol os oes angen
- cymorth i fenywod sydd â diabetes er mwyn sicrhau sefydlogrwydd, gan gynnwys wrth fwydo ar y fron

- cymorth i ferched a theuluoedd sy'n wynebu prosesau benthyg croth neu fabwysiadu
- ar y cyd â'r staff newyddenedigol, helpu menywod a'u partneriaid sydd â babi yn yr uned newyddenedigol er mwyn:
 - aros yn agos at eu babi newydd-anedig
 - bod yn bartneriaid mewn gofal
 - cael sgwrs am fanteision cyffwrdd a chysur i'w babi newydd-anedig
 - sicrhau'r gofal croen wrth groen/[cangarŵ](#) gorau lle y bo'n bosibl
 - tynnu llaeth o'r fron â llaw
 - gwybod ble i gael llaeth y fron gan rywun arall os oes angen
 - sicrhau bod y babi newydd-anedig yn cael cymaint o laeth y fron â phosibl
- helpu menywod sydd wedi'u gwahanu oddi wrth eu babanod newydd-anedig o ganlyniad i salwch y fam a threfnu ymweliadau agored a chyswllt â'r babi er mwyn sicrhau eu bod yn treulio cymaint o amser â phosibl gyda'i gilydd.

Gofal ychwanegol i'r babi newydd-anedig; cymorth, rheolaeth ac atgyfeirio i gynnwys:

- gofal asffycsia ac ôl-ddadebru
- haint
- clefyd melyn
- hypothermia a hypoglycemia
- materion diogelu.

4.12.9 Gweithio mewn partneriaeth â'r fenyw, ei phartner a'i theulu fel y bo'n briodol, ac ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol a/neu amlasiantaethol i gynllunio a rhoi gofal bydwreigiaeth i fenywod a/neu bartneriaid a theuluoedd sy'n wynebu colled amenedigol neu farwolaeth y fam.

Mae sgiliau'n cynnwys:

- dangos gofal tosturiol, parchus, empathig i fenywod a/neu eu teuluoedd sy'n wynebu camesgoriad, marw-enedigaeth neu farwolaeth y babi, gan gynnwys gwaith dilynol ar ôl gadael yr ysbyty; a deall y gofal sydd ei angen ar bartneriaid a theuluoedd os yw'r fam wedi marw
- rhoi gofal diwedd oes parchus, urddasol, tosturiol i fenywod ac i fabi newydd-anedig
- trefnu i roi gofal bugeiliol ac ysbrydol yn unol â dymuniadau a chredoau a ffydd grefyddol/ysbrydol y fenyw, y partner a'r teulu
- helpu a chynorthwyo i roi gofal lliniarol a'r defodau olaf yn unol â chais y fenyw a/neu'r partner a'r teulu
- cynnig cyfleoedd rhagweithiol i rieni a/neu deulu dreulio cymaint o amser preifat ag y dymunant gyda'r babi neu'r fenyw sy'n marw neu sydd wedi marw

- helpu'r fenyw alarus i atal y llaeth a/neu roi llaeth y fron os yw'n dymuno gwneud hynny
- rhoi gwybodaeth a chymorth clir, gan gynnwys agweddau ymarferol ar archwiliad post mortem a chofrestru marwolaeth, ac opsiynau ar gyfer trefniadau angladd a/neu wasanaeth coffa.

4.12.10 Gweithio mewn partneriaeth â'r fenyw, ei phartner a'i theulu fel y bo'n briodol, ac ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol a'r tîm amlasiantaethol i gynllunio a rhoi gofal bydwreigiaeth i fenywod a/neu bartneriaid a theuluoedd sydd ag anghenion iechyd meddwl a/neu salwch ac sydd wedi cael profiadau trawmatig. Mae sgiliau'n cynnwys:

- trafod anghenion iechyd meddwl a/neu salwch gyda menywod, partneriaid a theuluoedd, gan gynnwys gorbryder, iselder a seicosis ôl-enedigol
- helpu'r fenyw i aros yn agos at ei babi newydd-anedig er mwyn meithrin ymddygiadau ymlyniad cadarnhaol
- helpu'r fenyw i fwydo ei babi newydd-anedig mewn ffordd ymatebol, gan gydnabod effaith y cyffuriau a llaeth y fron a chanfod y ffordd orau o ddefnyddio llaeth y fron gan rywun arall/bwydo ar y fron cymaint â phosibl
- helpu menywod sy'n cael triniaeth ar gyfer camddefnyddio sylweddau
- hyrwyddo a chynnwys cymorth amlasiantaethol a thrydydd sector i fenywod sydd ag anghenion cymhleth
- nodi arwyddion o brofiadau trawmatig, p'un a ydynt yn bodoli eisoes neu'n deillio o feichiogrwydd a genedigaeth; a rhoi cymorth i fenywod, partneriaid a theuluoedd, a'u hatgyfeirio at wasanaethau priodol.

4.12.11 Gweithio mewn partneriaeth â'r fenyw, ei phartner a'i theulu fel y bo'n briodol, ac ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol a/neu amlasiantaethol i gynllunio a rhoi gofal bydwreigiaeth i fenywod, babanod newydd-anedig, a phartneriaid a theuluoedd fel y bo'n briodol, sy'n cael mwy nag un babi newydd-anedig. Mae sgiliau'n cynnwys:

- cynllunio, gweithredu, asesu ac ailasesu gofal i'r fenyw sy'n cael mwy nag un babi newydd-anedig; mewn beichiogrwydd, neu wrth esgor a geni, ac yn y cyfnod ôl-enedigol; ac i'r babanod newydd-anedig, cydnabod bod gan bob babi anghenion gwahanol a chanlyniadau gwahanol o bosibl
- sicrhau'r cyswllt mwyaf posibl gan gynnwys gofal croen wrth groen/cangarw i'r fenyw a'r babanod newydd-anedig, hyd yn oed os ydynt ar wahân ac yn cael gofal mewn lleoedd gwahanol
- sicrhau bod y fam yn bwydo ar y fron ac yn tynnu llaeth o'r fron ac yn ei fwydo i'r babanod cymaint â phosibl, os yw'n fam i fwy nag un babi, hyd yn oed os yw'r babanod ar wahân ac yn cael gofal mewn lleoedd gwahanol
- helpu'r rhieni i ddysgu sut i reoli a gofalu am fwy nag un babi newydd-anedig
- helpu'r rhieni pan fydd un babi yn goroesi ac un arall yn marw, gan gydnabod yr heriau seicolegol o ddelio â cholled a phrofedigaeth ac addasu i fod yn rhiant ar yr un pryd

- galluogi'r rhieni i nodi a chael gafael ar adnoddau cymunedol priodol i rieni babanod newydd-anedig lluosog, gan gynnwys cymorth rhianta a bwydo ar y fron.

4.12.12 Gweithio mewn partneriaeth â'r fenyw, ei phartner a'i theulu fel y bo'n briodol, ac ar y cyd â'r tîm amlddisgyblaethol a/neu amlasiantaethol i gynllunio a rhoi gofal bydweigiaeth i fenywod, babanod newydd-anedig, a phartneriaid a theuluoedd fel y bo'n briodol, pan fydd problemau'n codi gyda bwydo babanod. Mae sgiliau'n cynnwys:

- nodi a chynnal asesiadau parhaus pan na fydd babi newydd-anedig yn bwydo'n iawn ac ymateb os na fydd babi newydd-anedig yn magu digon o bwysau
- cyfeirio at weithwyr iechedd proffesiynol priodol lle nad yw gwyro oddi wrth batrymau bwydo babanod a phatrymau twf ar sail tystiolaeth yn ymateb i reolaeth llinell gyntaf (fel y disgrifir yn sgiliau parth 3).

Gofal ychwanegol i fenywod sy'n bwydo ar y fron:

- helpu menywod i oresgyn heriau bwydo ar y fron cyffredin, gan gynnwys tethau poenus, briwiedig, bronnau gorlawn, mastitis neu grawniad ar y fron, gan gynnwys rheoli problemau ystum ac ymlyniad; a chyfeirio at gymorth priodol os bydd angen
- helpu'r fenyw i fynd i'r afael â ffactorau negyddol megis techneg aneffeithiol, cyfyngu ar nifer y sesiynau bwydo ar y fron, defnydd gormodol o ddymis, ac ychwanegu amnewidion llaeth y fron
- helpu menywod i fwydo ar y fron mewn amgylchiadau heriol, ac os bydd angen ychwanegu amnewidion llaeth y fron (fformiwla), helpu'r fenyw i barhau i roi cymaint o laeth y fron/llaeth y fron gan rywun arall â phosibl, gan gynnwys gosod a defnyddio tiwbiau drwy'r trwyn i'r stumog a defnyddio cwpanau a photeli a thethi
- dangos dealltwriaeth o'r amgylchiadau arbennig a all effeithio'n andwyol ar yr ymlyniad rhwng y fam a'r babi, llaetha a bwydo ar y fron a gallu helpu menywod i oresgyn yr heriau, ar y cyd â staff yr uned newyddenedigol fel y bo'n briodol
- helpu menywod sydd wedi eu gwahanu oddi wrth eu babanod newydd-anedig i gychwyn tynnu llaeth o'r fron cyn gynted â phosibl, sicrhau bod cymaint o laeth y fron â phosibl yn cael ei ddefnyddio a defnyddio llaeth y fron gan rywun arall os bydd angen, gan weithio ar y cyd â staff yr uned newyddenedigol fel y bo angen
- nodi cwlwm tafod a rhoi cymorth a gwasanaeth atgyfeirio fel y bo angen
- nodi achos o ddadhydradu a chyfeirio'r babi at y tîm newyddenedigol
- cydweithio ag ymarferwyr eraill ac asiantaethau allanol, gan gynnwys arbenigwyr bwydo babanod/cefnogaeth gan gymheiriaid fel y bo angen.

Parth 5: Hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr, ysgolhaig ac arweinydd

A. Y fydwraig yn cydweithio ag eraill i hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr

Canlyniadau

5. Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

- 5.1 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o sut i weithio gyda menywod, partneriaid, teuluoedd, grwpiau eirioli a chydweithwyr er mwyn datblygu strategaethau gwella ansawdd a diogelwch effeithiol, gan rannu adborth a dysgu o ganlyniadau a phrofiadau cadarnhaol, camgymeriadau a chanlyniadau a phrofiadau andwyol.
- 5.2 Dangos dealltwriaeth o sut i nodi a rhoi gwybod am achosion y bu bron iddynt ddigwydd, digwyddiadau critigol, digwyddiadau difrifol a digwyddiadau andwyol difrifol a myfyrio'n feirniadol arnynt.
- 5.3 Dangos gwybodaeth am fethodolegau gwella ansawdd, a'r sgiliau sydd eu hangen i ymwneud yn weithredol â phrosesau gwella ansawdd ar sail tystiolaeth er mwyn hybu gofal o ansawdd i bawb.
- 5.4 Deall a chymhwyso egwyddorion [ffactorau dynol](#), ffactorau amgylcheddol a [dulliau gweithredu sy'n seiliedig ar gryfder](#) wrth weithio gyda chydweithwyr.
- 5.5 Deall y gydberthynas rhwng lefelau staffio diogel, cymysgedd priodol o sgiliau, diogelwch ac ansawdd gofal, adnabod y risgiau i ddiogelwch y cyhoedd ac ansawdd gofal, ac uwchgyfeirio pryderon yn briodol.
- 5.6 Dangos dealltwriaeth o'r rheswm pam mae gwaith tîm amlddisgyblaethol a'r hyn a ddysgir yn bwysig, a phwysigrwydd cymryd rhan mewn amrywiaeth o gyfleoedd dysgu amlddisgyblaethol.
- 5.7 Nodi a defnyddio ffynonellau data ar risg a nifer yr achosion lleol, cenedlaethol a rhyngwladol er mwyn datblygu ymwybyddiaeth o gymhlethdodau tebygol ac anghenion gofal pellach a all godi.
- 5.8 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o reoli newid a'r gallu i gydweithio ar newid ar sail tystiolaeth ar lefel unigolyn, grŵp a gwasanaeth, ei weithredu a'i werthuso.

- 5.9 Defnyddio amrywiaeth o dechnolegau digidol a thechnolegau eraill yn effeithiol ac yn gyfrifol er mwyn cael mynediad at ddata, eu mewnbynnu, eu rhannu a'u cymhwyso o fewn timau a rhwng asiantaethau.
- 5.10 Cyfrannu at weithgareddau myfyrio tîm er mwyn hyrwyddo gwelliannau mewn ymarfer a gwasanaethau.
- 5.11 Dangos y gallu i ddatblygu'r cryfder, y dyfeisgarwch, a'r hyblygrwydd sydd eu hangen i weithio mewn sefyllfaoedd anodd lle mae pobl dan straen, ac i ddatblygu strategaethau i gyfrannu at ymarfer diogel a chynaliadwy, gan gynnwys:
- myfyrdod gan unigolion a thimau, datrys problemau a chynllunio strategol
 - cyfathrebu amserol gydag uwch aelodau o staff a chydweithwyr
 - cydweithredu er mwyn sicrhau systemau a phrosesau diogel a chynaliadwy
 - y gallu i eirioli dros newid lle bo angen
 - defnyddio dulliau gweithredu sy'n seiliedig ar gryfder.
- 5.12 Dangos sut i adnabod arwyddion o fregusrwydd ynddynt hwy eu hunain neu yn eu cydweithwyr a'r camau gweithredu sydd angen eu cymryd i leihau risgiau i'w hiechyd a'u lles eu hunain neu iechyd a lles eraill, ac ymgorffori hunanofal tosturiol yn eu bywyd proffesiynol a phroffesiynol.

B. Hybu gofal diogel ac effeithiol drwy feithrin gwybodaeth, dangos esiampl gadarnhaol ac arweinyddiaeth: y fydwraig fel ysgolhaig ac arweinydd

Canlyniadau

Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu gwneud y canlynol:

- 5.13 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth o bwysigrwydd ymchwil ac ysgolheictod lleol, cenedlaethol a rhyngwladol ym maes bydwreigiaeth a meysydd cysylltiedig, a sut i ddefnyddio'r wybodaeth hon i gael y wybodaeth ddiweddaraf, i lywio'r broses o wneud penderfyniadau ac i ddatblygu ymarfer.
- 5.14 Dangos gwybodaeth a dealltwriaeth a lledaenu hynny, o'r rheswm pam y dylai bydwragedd gyfrannu at y sail tystiolaeth ar gyfer ymarfer a pholisi, a sut y gallant wneud hyn drwy ymchwil, ymgysylltu ac ymgynghori.
- 5.15 Dangos y gallu a'r ymrwymiad i ddatblygu fel bydwraig a chymryd rhan mewn cyfleoedd dysgu gydol oes, deall y llwybrau gyrfa gwahanol gan gynnwys ymarfer, rheoli, addysg, ymchwil a pholisi, ac adnabod yr angen i gael addysg barhaus a chyfleoedd i ddatblygu'n broffesiynol a fydd yn eu galluogi i ddatblygu gyrfa ac i ail-ddilysu.
- 5.16 Arwain a rheoli gofal bydwreigiaeth yn ddiogel ac yn effeithiol, gan ddangos y gallu i flaenoriaethu, dirprwyo a neilltuo cyfrifoldebau gofalu priodol i eraill sydd ynghlwm wrth ddarparu gofal.

- 5.17 Dangos esiampI gadarnhaol o arweinyddiaeth, gan gynnwys y gallu i arwain, cefnogi, ysgogi a rhyngweithio ag aelodau eraill o'r tîm amlddisgyblaethol er mwyn eu hannog i gyflawni eu potensial llawn.
- 5.18 Cynorthwyo a goruchwyllo myfyrwyr wrth iddynt ddarparu gofal bydwreigiaeth, gan hyrwyddo technegau myfyrio a rhoi adborth adeiladol, a gwerthuso a chofnodi eu perfformiad.
- 5.19 Ar adeg cofrestru, bydd y fydwraig yn gallu dangos ymarfer gorau ar sail tystiolaeth mewn perthynas â phob un o'r sgiliau a'r gweithdrefnau a restrir isod:

Sgiliau: Parth 5: Hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr, ysgolhaig ac arweinydd

A. Y fydwraig yn cydweithio ag eraill i hybu gofal diogel ac effeithiol: y fydwraig fel cydweithiwr

- 5.19.1 Gweithio gyda chydweithwyr amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol i hyrwyddo gwelliannau mewn ansawdd, i gynnwys:
- archwilio a rheoli risg
 - cyfrannu at ymchwiliadau i ddigwyddiadau critigol, digwyddiadau y bu bron iddynt ddigwydd ac adolygiadau o ddigwyddiadau difrifol
 - deall sut i gymryd camau gweithredu wrth ddysgu o adroddiadau cenedlaethol a lleol.
- 5.19.2 Gweithio gyda chydweithwyr amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol i roi dulliau rheoli newid ar waith, i gynnwys:
- eirioli dros newid
 - sgiliau negodi a herio
 - technegau ar sail tystiolaeth megis dull cyfweld ysgogol.
- 5.19.3 Wrth reoli, goruchwyllo, cefnogi, addysgu a dirprwyo cyfrifoldebau gofalu i aelodau newydd, iau ac eraill o dîm y bydwragedd ac amlddisgyblaethol gan gynnwys gweithwyr cymorth gofal iechyd ym maes mamolaeth:
- rhoi cyfarwyddiadau clir a sicrhau bod pawb yn eu deall
 - annog cydweithwyr mewn modd sy'n eu helpu i fyfyrion ar eu hymarfer
 - cadw cofnodion perfformiad clir.
- 5.19.4 Dangos sgiliau rheoli tîm effeithiol wrth:
- ddatblygu a rheoli timau
 - cefnogi a rheoli pryderon gan unigolion a/neu dimau
 - uwchgyfeirio pryderon a rhoi gwybod am y pryderon hynny
 - tawelu gwrthdaro
 - myfyrion ar ddysgu sy'n deillio o weithio gyda thimau amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol.
- 5.19.5 Dangos sgiliau i adnabod ac ymateb i fregusrwydd ynoch chi ac eraill, gan gynnwys:
- hunanfyfyrion
 - ceisio cefnogaeth a chymorth pan fyddwch yn teimlo'n wan
 - cymryd camau pan all eich bregusrwydd chi effeithio ar eich gallu i gyflawni eich rôl fel bydwraig
 - nodi bregusrwydd mewn aelodau unigol o'r tîm ac aelodau eraill o'r tîm a chymryd camau i gefnogi a/neu ymyrryd fel y bo angen
 - dangos dulliau gweithredu sy'n seiliedig ar gryfder wrth ymateb i fregusrwydd ynoch chi neu mewn eraill.

B. Hybu gofal diogel ac effeithiol drwy feithrin gwybodaeth, dangos esiampl gadarnhaol ac arweinyddiaeth: y fydwraig fel ysgolhaig ac arweinydd

5.19.6 Dangos ymgysylltiad â'r canlynol:

- cyfleoedd datblygiad proffesiynol parhaus, gan gynnwys mynd i gynadleddau a diwrnodau astudio, sicrhau bod yr hyfforddiant gorfodol yn gyfredol
- cyfleoedd addysg wyneb yn wyneb ac ar-lein
- darllen cyfnodolion proffesiynol cyfredol yn rheolaidd
- myfyrio ar y modd y mae'r dulliau ymgysylltu hyn yn llywio datblygiad ac ymarfer parhaus.

5.19.7 Gwybod sut i:

- gael gafael ar adnoddau a deunyddiau ar sail tystiolaeth i ategu gwybodaeth sy'n sail i ymarfer
- cael y wybodaeth ddiweddaraf er mwyn llywio meddwl yn feirniadol a datblygiad parhaus gan gynnwys e-rybuddion a chrynodebau ymchwil
- canfod gwybodaeth am lwybrau posibl o ran datblygu gyrfa gan gynnwys cyfleoedd ar gyfer cyrsiau ôl-raddedig ac ysgoloriaethau ymchwil.

5.19.8 Gwybod sut i:

- gefnogi a goruchwylio myfyrwyr yn effeithiol, gan gynnwys cyfathrebu â'u darlithwyr prifysgol er mwyn sicrhau bod ganddynt gyfleoedd dysgu priodol ac i fynd i'r afael ag unrhyw broblemau a nodwyd.

Rhestr Termau

D.S. Mae'r termau canlynol a'u hesboniadau yn ymwneud â chyd-destun y safonau hyfedredd ar gyfer bydwragedd.

Anffurfio organau cenhedlu benywod: Yr arfer o dynnu organau rhywiol menywod yn rhannol neu'n gyfan gwbl am resymau anfeddygol. Mae'r arfer hwn yn anghyfreithlon yn y DU.

Babi newydd-anedig: Babi o'i enedigaeth hyd at oddeutu dau fis oed.

Bod yn agored i niwed: Menywod, babanod newydd-anedig,artneriaid a theuluoedd sy'n wynebu mwy o risg o fod yn agored i niwed. Gall menyw fod yn fregus oherwydd amrywiaeth o ffactorau clinigol a seicogymdeithasol. Mae enghreifftiau'n cynnwys anabled, oedran, salwch meddwl neu gorfforol cyfredol neu flaenorol neu brofedigaeth, tlodi, statws cyfreithiol, ethnigrwydd, methu â siarad yr iaith frodorol, neu fod mewn sefyllfa lle mae partner agos yn dreisgar neu lle mae'r unigolyn yn cael ei gamddefnyddio'n rhywiol. Gall y math o niwed posibl fod yn emosiynol, yn gorfforol, yn rhywiol, yn seicolegol, yn faterol neu'n ariannol, neu gall fod o ganlyniad i esgeulustod.

Cam-drin: Rhywbeth a all achosi niwed i'r fenyw neu'r babi gan beryglu eu bywyd, neu dreisio eu hawliau. Gall yr unigolyn sy'n gyfrifol am y cam-drin fod yn gwneud hyn yn fwriadol neu efallai nad yw'n sylweddoli'r niwed y mae'n ei achosi. Gall y math o gam-drin fod yn emosiynol, yn gorfforol, yn rhywiol, yn seicolegol, yn faterol neu'n ariannol, neu gall fod o ganlyniad i esgeulustod.

Continwmm Gofal: Gofal ar draws y broses gyfan o eni plentyn o'r cyfnod cyn beichiogi, beichiogrwydd, esgor, geni, y cyfnod ôl-enedigol cynnar a dyddiau ac wythnosau cynnar bywyd.

Cydsyniad ar sail gwybodaeth: Y gofyniad cyfreithiol a moesegol i gael caniatâd gwirfoddol ar gyfer unrhyw gam gweithredu neu driniaeth gan y fenyw a/neu ei phartner, ar ôl iddynt gael eu hysbysu am y dystiolaeth o ran buddiannau, risgiau a chanlyniadau tebygol/posibl. Ystyrir bod hyn yn gyswllt pwysig rhwng gofal ar sail tystiolaeth a hawliau dynol.

Cydymaith: Yr unigolyn/pobl a ddewiswyd gan y fenyw i'w helpu yn ystod y cam esgor a geni.

Cymhlethdod ym maes gofal mamolaeth: Un neu fwy o gymhlethdodau clinigol, seicolegol, cymdeithasol neu feddygol neu anghenion pellach y mae angen mewnbyn a gofal gan y fydwraig gan gydweithio â'r tîm amlddisgyblaethol ac amlasiantaethol.

Cymhlethdodau a chyflyrau cyffredin: Cymhlethdod beichiogrwydd, esgor, geni, cyfnod ôl-enedigol neu wythnosau cyntaf bywyd, gan gynnwys cymhlethdodau a chyflyrau a oedd eisoes yn bodoli, sy'n digwydd yn gyffredin yn y boblogaeth y gofelir amdani. Gall cyflyrau o'r fath fod yn rhai clinigol neu seicogymdeithasol.

Cymhwysedd Diwylliannol: Gwybodaeth am sut i hyrwyddo gofal bydwreigiaeth parchus ac ymatebol mewn lleoliadau trawsddiwylliannol sy'n adlewyrchu anghenion diwylliannol ac ieithyddol y boblogaeth amrywiol.

Cyswllt croen wrth groen – gweler hefyd ofal cangarŵ (uchod): Fel arfer, cyfeirir at gyswllt croen wrth groen fel yr arfer lle y caiff babi ei sychu a'i osod yn uniongyrchol ar frest noeth y fam ar ôl ei eni, a rhoddir blanced gynnes ar y ddau a'u gadael am o leiaf awr neu nes bod y babi wedi cael ei fwydo am y tro cyntaf. (Gwefan Menter Baby Friendly UNICEF UK.) Mae cyswllt croen wrth groen cynnar a heb ymyrraeth yn helpu'r fam a'r babi i ffurfio ymlyniad cryf.

Dulliau gweithredu yn seiliedig ar gryfderau: Mae dull gweithredu yn seiliedig ar gryfderau yn broses gydweithredol rhwng y fenyw a'r fydwraig, sy'n eu galluogi i gydweithio i ddod i ganlyniad sy'n manteisio ar gryfderau ac asedau'r fenyw ei hun.

Epigeneteg: Newidiadau mewn organeddau a achosir drwy addasu'r mynegiad genynnau nad yw'n cynnwys newid yn y dilyniant DNA ei hun.

Gofal cangarŵ: Dull o ofalu, ar sail tystiolaeth, am fabi newydd-anedig lle y defnyddir cyswllt croen wrth groen i gadw'r babi'n agos at y frest, gan y rhiant fel arfer, am gymaint o amser â phosibl, bob dydd er mwyn hyrwyddo ymlyniad a thwf a datblygiad y babi.

Gofal tameidiog: Gofal mamolaeth a ddarperir gan amrywiaeth o ddarparwyr gofal ar gamau gwahanol ac mewn lleoedd gwahanol. Mae diffyg parhad gofalwyr a gall arwain at ofal a chynghor anghyson.

Ffactorau dynol: Camgymeriadau dynol sy'n dylanwadu ar ymddygiad unigolyn a'i alluoedd yn y gwaith mewn ffordd a all effeithio ar iechyd a diogelwch y fenyw a'r babanod newydd-anedig yn ei ofal.

Ffetws: Y plentyn heb ei eni, yn benodol o fewnblaniad yr embryo (tua naw wythnos) i'r enedigaeth.

Hunaniaeth o ran rhywedd: Canfyddiad rhywun o gael rhywedd penodol, a all neu na all gyfateb i'w rhyw adeg eu geni.

Menyw: Yr unigolyn sy'n mynd drwy'r broses o eni plentyn mewn perthynas â beichiogi, bod yn feichiog a rhoi genedigaeth. Gall hyn gynnwys rhywun nad yw eu hymdeimlad o hunaniaeth bersonol na'u rhywedd yn cyfateb i'w rhyw adeg eu geni.

Morbidrwydd mamol a newydd-anedig: Niwed corfforol neu seicolegol i fenyw neu fabi newydd-anedig o ganlyniad uniongyrchol neu anuniongyrchol i feichiogrwydd, genedigaeth neu gyfnod ôl-enedigol.

Partner: Yr unigolyn a ystyrir gan y fenyw yn bartner oes iddi. Gall hyn gynnwys y tad biolegol a phartneriaid o'r rhyw arall neu'r un rhyw.

Parhad gofal neu barhad o ran rheoli gofal: Parhad a chysondeb rheoli gofal, gan gynnwys darparu a rhannu gwybodaeth a chynllunio gofal, ac unrhyw waith angenrheidiol lle mae angen cydlynu gofal.

Parhad o ran gofalwr neu barhad perthynol o ran gofal: Cydberthynas barhaus â darparwr gofal neu grŵp bach o ddarparwyr gofal. Yn benodol ym maes bydwreigiaeth: gofal a ddarperir gan fydwraig neu grŵp bach o fydwragedd sy'n darparu gofal i fenyw a'i babi newydd-anedig, ei phartner a'i theulu drwy gydol continwmm ei thaith famolaeth.

Rhywioldeb: Cyfeiriadedd rhywiol neu ddewis rhywiol.

Tegwch: Absenoldeb gwahaniaethau y gellir eu hosgoi neu eu hunioni ymhlith grwpiau o bobl, boed yn gymdeithasol, economaidd, demograffig neu ddaearyddol (Sefydliad Iechyd y Byd). Mae hyrwyddo tegwch yn golygu bod angen teilwra gofal a gwasanaethau i anghenion poblogaethau ac unigolion.

Teulu: Y bobl a nodwyd gan y fenyw sy'n arwyddocaol ac yn bwysig iddi.

Y 1,000 diwrnod cyntaf: Y 1,000 diwrnod cyntaf o fywyd y babi, a fydd yn cael effaith sylfaenol ar ei iechyd, ei les a'i ddatblygiad corfforol a seicolegol.

Ymarfer bydwreigiaeth ar sail tystiolaeth: Proses o wneud penderfyniadau sy'n cyfuno arbenigedd bydwreigiaeth â gwybodaeth sy'n deillio o'r dystiolaeth orau sydd ar gael.



Rôl y Cyngor Nyrso a Bydwreigiaeth

Yr hyn a wnawn

Ni yw'r rheoleiddiwr annibynnol ar gyfer nyrsys, bydwragedd a chymdeithion nyrsio. Mae gennym gofrestr sy'n cynnwys pob un o'r 690,000 o nyrsys a bydwragedd a all ymarfer yn y DU a chymdeithion nyrsio a all ymarfer yn Lloegr.

Mae gofal gwell a mwy diogel i bobl wrth wraidd yr hyn a wnawn, gan helpu'r gweithwyr iechyd proffesiynol ar ein cofrestr i ddarparu gofal o'r safon uchaf.

Rydym yn sicrhau bod gan nyrsys, bydwragedd a chymdeithion nyrsio y sgiliau sydd eu hangen arnynt i ofalu am bobl yn ddiogel, ag urddas, arbenigedd, parch a thrugaredd, o'r eiliad y byddant yn camu i mewn i'w swydd gyntaf.

Ni fydd nyrsys, bydwragedd na chymdeithion nyrsio yn rhoi'r gorau i ddysgu ar y diwrnod y byddant yn cymhwyso. Er mwyn hybu diogelwch ac ymddiriedaeth y cyhoedd, rydym yn ei gwneud yn ofynnol i weithwyr proffesiynol ddangos drwy gydol eu gyrfaedd eu bod yn ymrwmo i ddysgu a datblygu er mwyn sicrhau bod eu sgiliau'n gyfredol a'u bod yn gwella fel ymarferwyr.

Rydym am annog proffesiynau gofal iechyd i fod yn agored a dysgu er mwyn gwella gofal a chadw'r cyhoedd yn ddiogel. Ar yr achlysuron pan fydd rhywbeth yn mynd o'i le ac y bydd pobl yn wynebu risg, gallwn gamu i mewn i ymchwilio i'r mater a chymryd camau gweithredu, gan roi llais i'r cleifion a'r teuluoedd yn y broses.

Cafodd y safonau hyn eu cymeradwyo gan y Cyngor yn ei gyfarfod ar (DATE TBC).