



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Addysg a Gwella Iechyd
Cymru (AaGIC)
Health Education and
Improvement Wales (HEIW)

ASTUDIAETH ACHOS

Rhaglen Sylfaen Nyrsio Practis Cyffredinol



EVE GRANT

Nyrs Practis Cyffredinol
Meddygfa Lansdowne

Beth wnaeth eich denu at y Rhaglen Sylfaen Nyrsio Practis Cyffredinol (GPN)?

Cyn dechrau fy ngradd nyrsio, roeddwn i'n gweithio mewn practis cyffredinol fel derbynnnydd. Roeddwn i bob amser yn teimlo y byddwn i'n dychwelyd i ofal sylfaenol un diwrnod, felly pan welais y Rhaglen Sylfaen GPN yn cael ei hysbysebu, roedd yn teimlo fel y cyfle perffaith. Roedd y rhaglen yn cynnig popeth yr oeddwn ei angen i ddod yn nyrs practis. Profiad ymarferol, datblygu sgiliau strwythuredig a chymhwyster cydnabyddedig, i gyd mewn amgylchedd cefnogol wedi'i gynllunio ar gyfer dysgwyr.

Sut oedd eich taith drwy'r lleoliad a'r rhaglen?

Roeddwn i'n gweithio pedwar diwrnod yr wythnos yn y practis. Ar y dechrau, treuliais amser yn arsylwi clinigau ac yn dod i arfer â'r amgylchedd. Wrth i'm hyder dyfu, ymgymerais â mwy o gyfrifoldebau yn raddol. Tua diwedd y rhaglen, roeddwn i'n rhedeg clinigau fy hun, bob amser gyda chefnogaeth fy mentor os oedd angen. Roedd un diwrnod yr wythnos ar gyfer astudio, roedd hwn yn gymysgedd o waith prifysgol, sesiynau hyfforddi a chyfleoedd i atgyfnerthu'r hyn roeddwn i'n ei ddysgu yn y practis. Roedd y cydbwysedd hwn yn golygu y gallwn dyfu'n gyson ac yn ddiogel dros y rhaglen naw mis.

Pa sgiliau a hyder wnaethoch chi ddatblygu?

Yn bendant fy marn glinigol a'm sgiliau gwneud penderfyniadau. Enillais sgiliau mewn meysydd gan gynnwys rheoli clefydau cronig, gofal clwyfau ac imiwneiddio, a dod yn fwy hyderus wrth redeg fy nghlinigau fy hun a chyfathrebu â chleifion a'r tîm amlddisgyblaethol ehangach. Mae'r sgiliau hyn wedi adeiladu'r sylfaen rwy'n dibynnu arni bob dydd yn fy rôl fel GPN.

Beth wnaethoch chi ei fwynhau fwyaf am y rhaglen?

Mwynheais gwrdd â'r hyfforddeion eraill, roedd cael grŵp o gyfoedion cefnogol yn gwneud gwahaniaeth enfawr. Byddwn yn dal i fyny yn rheolaidd ar ddiwrnodau hyfforddi, ac roedd yn galonogol i rannu profiadau gyda phobl a oedd yn mynd ar yr un daith. Roedd ychydig o ddiwrnodau hyfforddi yn sefyll allan i mi, yn enwedig sesiynau ar atal cenhedlu a gofal anadlol. Roedden nhw'n ddiddorol, yn ymarferol ac yn rhoi gwybodaeth i mi y gallwn ei gymhwyso yn ymarferol.

Sut wnaeth y profiad hwn ddylanwadu ar eich diddordeb mewn Gofal Cymunedol Sylfaenol?

Cadarnhaodd fy mhrofiad yr hyn yr oeddwn bob amser yn amau: gofal sylfaenol yw lle rwy'n perthyn. Rwyf wrth fy modd â'r cyfuniad o ofal personol, sy'n canolbwyntio ar y claf a'r parhad rydych chi'n ei gael o weld pobl ar wahanol gyfnodau o'u bywyd.

Des i yn ymarferydd mwy hyderus ac ymreolaethol. Rwy'n mwynhau cefnogi cleifion trwy sgrinio, addysg iechyd, imiwneiddio ac anghenion iechyd aciwt a chronig. Mae gofal sylfaenol yn dod â phopeth rwy'n ei werthfawrogi mewn nyrsio at ei gilydd



FLORENCE EDWARDS

Nyrs Practis Cyffredinol,
Llaneirwg Meddygfa
Brynderwen

Pam oeddech chi eisiau dilyn rôl mewn ymarfer cyffredinol?

Roeddwn i bob amser yn gwybod fy mod i eisiau bod yn nyrs practis – ond doeddwn i ddim yn gwybod sut i gael mynediad at y rôl. Pan wnaeth cydweithiwr gais am y rhaglen y flwyddyn flaenorol, sylweddolais pa mor werthfawr oedd y llwybr datblygu. Pan wnes i gais a chael fy nerbyn ar y rhaglen, roeddwn i'n teimlo'n gyffrous i ddechrau.

Roedd yr oriau mewn gofal sylfaenol hefyd yn atyniadol oherwydd eu bod yn cynnig cydbwysedd sy'n cefnogi fy lles a'm gallu i ddarparu'r gofal gorau posibl.

Beth oedd eich profiad lleoliad cynnar yn cynnwys?

Treuliais fy wythnosau cyntaf yn cysgodi'r tîm practis cyfan, o dderbynwyr, clercod rhagnodion, meddygon teulu, cynorthwywyr gofal iechyd a chyd-nyrsys practis. Mae gweld y daith gyfan o drefnu apwyntiad i ddilyniant claf wedi fy helpu i ddeall sut mae popeth yn cyd-fynd â'i gilydd. Treuliais y rhan fwyaf o'm hamser gyda'r nyrs arweiniol, yn arsylwi ymgynghoriadau ac yna'n raddol yn rhedeg fy nghlinigau fy hun. Dechreuais gyda thasgau sylfaenol fel piggiadau B12, gofal clwyfau a gwiriadau pwysedd gwaed. Wrth i mi gwblhau mwy o hyfforddiant, tyfodd fy nghyfrifoldebau. Nid oedd unrhyw ddau ddiwrnod yr un peth, ac nid ydynt hyd yma! Roeddwn hefyd yn ffodus i aros yn yr un practis ar ôl cwblhau'r rhaglen, a wnaeth adeiladu ar yr hyn yr oeddwn wedi'i ddysgu.

Sut tyfodd eich cyfrifoldebau yn ystod y lleoliad?

Mae yna gamsyniad eich bod chi'n "dad-sgilio" pan fyddwch chi'n symud o ofal eilaidd i ofal sylfaenol. Nid yw hynny'n wir o gwbl. Des i yn fwy profiadol nag erioed mewn gwythïen-bigiadau a gofal clwyfau, ac felly rwyf i bellach yn cyd-arwain gofal clwyfau yn fy mhractis ac rwy'n hyfforddi i fod yn aelod ymgynghorol clwyfau.

Fe wnes i hefyd gryfhau fy nealltwriaeth o lwybrau rhagnodi a dod yn hyderus gydag adolygiadau pwysedd gwaed uchel, gan ddefnyddio canllawiau BNF a NICE i lywio penderfyniadau. Roedd gweithio yn annibynnol yn addasiad enfawr, ond rwyf bellach yn teimlo'n hyderus wrth wneud penderfyniadau annibynnol, datrys problemau a rheoli fy llwyth gwaith fy hun.

HSut wnaeth y rhaglen siapio eich barn ar ofal sylfaenol?

Nid yw gofal sylfaenol i bawb, mae'n fath gwahanol iawn o nyrsio, ac mae'n dod â llawer o gyfrifoldeb. Ond, roedd yn teimlo fel y lle iawn i mi. Rhoddodd y rhaglen y wybodaeth, y sgiliau a'r hyder yr oeddwn eu hangen i ffynnu. Mae helpu cleifion i reoli cyflyrau cronig, adeiladu perthnasoedd a gwneud gwahaniaeth gweladwy yn eu bywydau bob dydd yn hynod werthfawr. Y Rhaglen Sylfaen oedd y dechrau delfrydol i fy ngyrfa mewn ymarfer cyffredinol.

Unrhyw uchafbwyntiau?

Un foment o falchder oedd newid o fy ngwisg las golau i las tywyll - roedd yn cynrychioli faint roeddwn i wedi tyfu. Nid oedd y rhaglen yn hawdd; roedd llawer i'w ddysgu mewn amser byr, ac mae gen i ddyslecsia, felly rwy'n dysgu'n wahanol i eraill. Roedd cwblhau'r rhaglen yn garreg filltir sylweddol ac yn cadarnhau fy mod wedi gwneud y dewis cywir.

I ddysgu mwy am y rhaglen, gallwch ddod o hyd i ragor o wybodaeth yma: [Rhaglen GPN - AaGIC](#)