

## Rhestrau Gwirio mewn Practisau Deintyddol

Practis Deintyddol Courtland

### Cyflwyniad

Mae'r Matrics Cynaliadwyedd yn Adnodd Hunanarfarnu sy'n caniatáu i'r tîm ganolbwyntio ar wella cynaliadwyedd yn y practis. Mae defnyddio'r matrics yn galluogi pawb yn y practis i feddwl am gynaliadwyedd yn y 7 maes neu ddimensiwn. Mae'r rhain wedi'u gosod ar grid a byddant yn ymdrin â'r pynciau canlynol:

- Rheoli gwastraff
- Ynni
- Teithio
- Caffael
- Bioamrywiaeth
- Atal a hyrwyddo
- Addysg a hyfforddiant

Mae'r dimensiynau wedi'u cynllunio i godi ymwybyddiaeth am gynaliadwyedd mewn ymarfer deintyddol a'r cyfraniad y gall y proffesiwn ei wneud at gyflawni sero net.

Yn ystod y sesiwn Matrics Ymgysylltu Cynaliadwyedd, penododd y tîm deintyddol Hyrwyddwr Cynaliadwyedd, Rachel, a nododd fod nifer sylweddol o restrau gwirio yn cael eu hargraffu yn y practis yn wythnosol ac yn fisol.

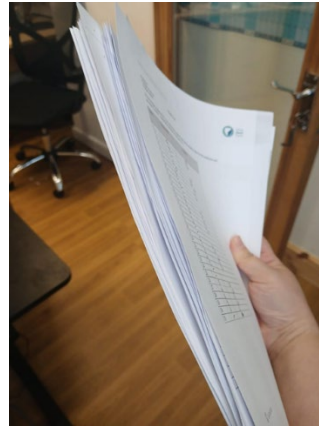
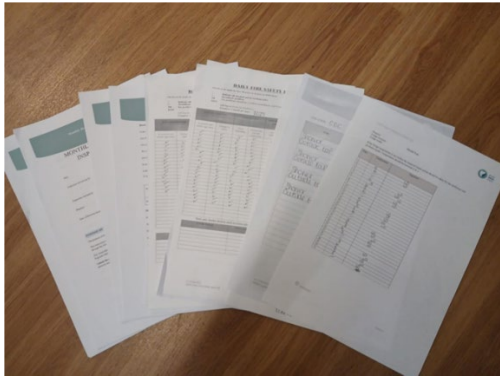
Gall cynhyrchu a gwaredu papur hefyd effeithio'n negyddol ar yr amgylchedd trwy ddatgoedwigo, defnyddio dŵr ac ynni, a llygredd. Ôl troed carbon papur swyddfa o'r crud i'r cwsmer yw tua 5g o CO<sub>2</sub>.

Mae cetrin argraffydd sengl yn allyrru 4.8kg o allyriadau carbon (neu nwyon tŷ gwyr) yn ystod y broses gynhyrchu. Pan fyddwch chi'n taflu'ch cetrin inc yn y sbwriel, maen nhw'n mynd i safle tirlenwi neu'n waeth, yn y mor. Gall y cyfansoddion organig anweddol (VOCs) a'r metelau trwm mewn inc argraffwyr arwain at lygredd pridd a hyd yn oed dŵr pan gânt eu gadael mewn safleoedd tirlenwi.

O ganlyniad, bydd unrhyw ostyngiad yn y defnydd o ddeunyddiau printiedig yn y practis o fudd sylweddol i'r amgylchedd.

### Datganiad problem

- Mae rhestrau gwirio papur wythnosol a misol a argraffir yn y practis deintyddol yn gwastraffu papur ac inc argraffydd.



### Datganiad nodau

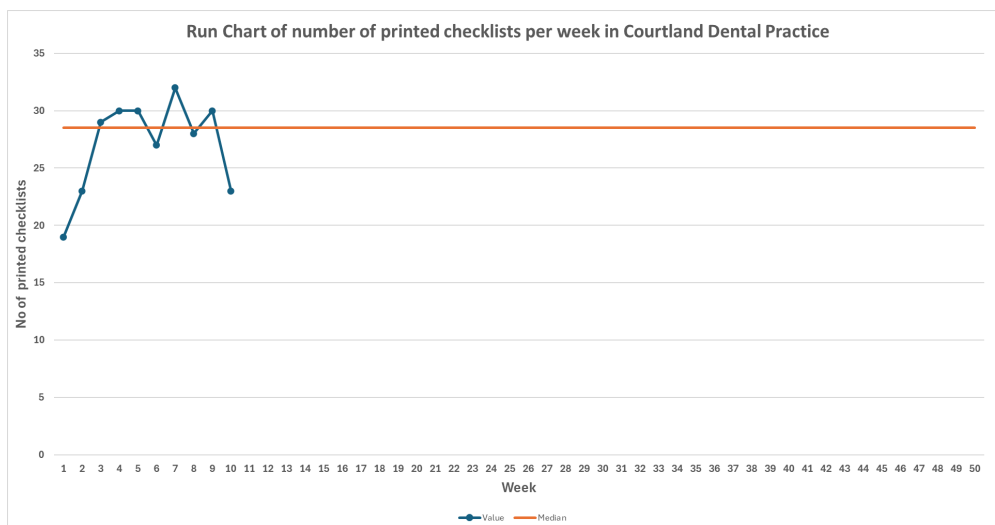
- Lleihau nifer y rhestrau gwirio papur wythnosol a misol a argraffir yn y practis deintyddol o 28 i 10 yr wythnos erbyn <sup>31</sup> Mai 2025.

### Mesur canlyniad

- Nifer y rhestrau gwirio papur wythnosol a misol a argraffwyd yn y practis deintyddol a fesurwyd yr wythnos.



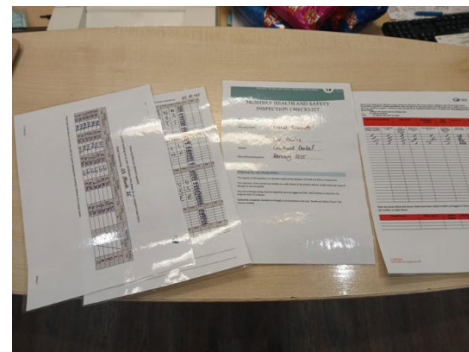
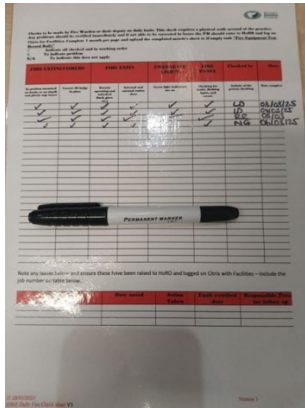
### Data sylfaenol



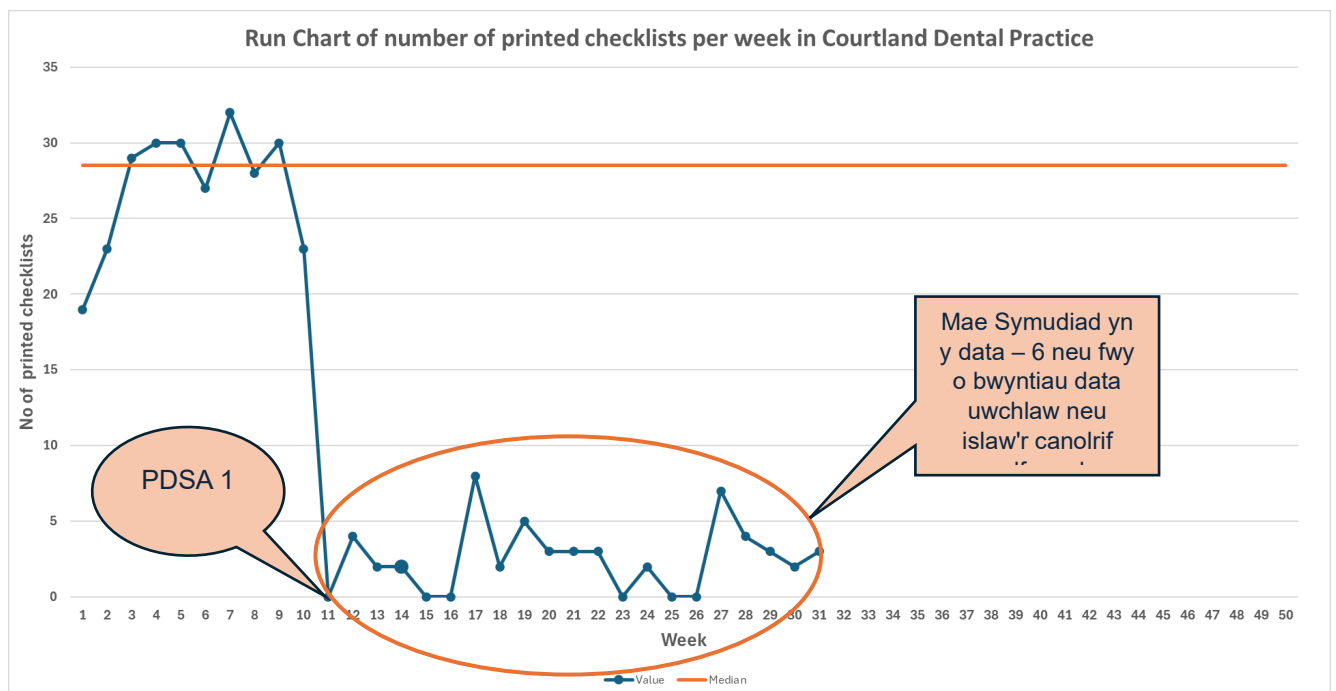
Mae'r data sylfaenol yn dangos amrywiad ar hap, a'r canolrif yw 28.5.

### Cylch PDSA 1

- I lamineiddio'r holl restrau gwirio wythnosol a misol. Pan fydd y rhestr wirio yn llawn, caiff y rhestr wirio ei sganio i ddangos tystiolaeth o gydymffurfiaeth a'i sychu'n lân i'w hailddefnyddio.



### Siart rhedeg yn dilyn PDSA 1



### Casgliad

- Cyflawnodd y prosiect y nod o leihau nifer y rhestrau gwirio papur wythnosol a misol a argraffwyd yn y practis deintyddol o 28 i 10 yr wythnos erbyn 31ain o Fai 2025.
- Mae'r tîm yn falch iawn o ganlyniadau'r prosiect ond bydd cylchoedd PDSA pellach yn y practis i oresgyn y problemau a restrir:
  - Mae'r ffurflenni lamedig wedi'u difrodi ac mae angen eu disodli
  - Mae angen ailargraffu'r ffurflenni os caiff y rhestr wirio ei diweddarau
  - Mae staff ar awtobeilot yn ailargraffu'r ffurflenni

- Dewis y beiro cywir i sicrhau y gellir dileu'r wybodaeth yn hawdd

### **Camau nesaf**

- Datblygu rhestrau gwirio electronig
- Buddsoddwch mewn Clinipads/iPads neu gyfrifiaduron
- Lledaenu i bractisau Rodericks eraill

### **Myfyrdod gan yr Hyrwyddwr Cynaliadwyedd, Rachel**

Yng Nghanolfan Deintyddol Courtland, y prosiect cynaliadwyedd y gwnaethom ganolbwyntio arno oedd arbed gwastraff papur. Er mwyn gwneud hyn, dechreuon ni edrych ar faint o daflenni gwirio papur a oedd yn cael eu llenwi bob wythnos i'w sganio i'n porth cydymffurfio, yna cafodd y ffurflenni hyn eu rhwygo'n fân ar ôl cael eu huwchlwytho. Er mwyn arbed gwastraff papur, penderfynon ni lamineiddio'r taflenni gwirio hyn a'u llenwi â phen marcio, yna cafodd y rhain eu sganio a'u sychu'n lân bob wythnos.

I ddechrau roedd hi'n anodd cael y tîm i ymuno â'r prosiect hwn gan eu bod nhw'n teimlo ei fod yn golygu gwaith ychwanegol nad oedd ei angen gan fod y system bresennol yn gweithio'n iawn. Pan esboniais iddyn nhw faint o bapur sy'n cael ei wastraffu bob wythnos a faint y gellid ei arbed, roedden nhw'n ymddangos yn fwy ymgysylltiedig â'r prosiect. Er mwyn cadw'r tîm yn brysur, sefydlais gystadleuaeth, os gallai unrhyw un feddwl am ffurflenni ychwanegol y gellid eu lamineiddio a'u hailddefnyddio, byddent yn cael gorffen awr yn gynnar. Roedd hyn yn dda gan fod pob aelod o'r tîm yn meddwl sut y gallent ddefnyddio ffurflenni mewn ffordd wahanol er mwyn arbed gwastraff papur.

Ni chafodd y prosiect hwn effaith ar gleifion gan nad oeddent yn gweld y taflenni gwirio a oedd yn cael eu llenwi felly nid oeddent yn ymwybodol o faint o wastraff papur oedd yn cael ei arbed, fodd bynnag, fe wnaeth i'r tîm feddwl llawer mwy am wastraff papur felly roeddent yn ymwybodol yn cynnig anfon negeseuon testun/e-byst ar gyfer apwyntiadau cyn cynnig printiau i gleifion, a helpodd hyn tuag at faint o bapur a oedd yn cael ei argraffu yn y practis.

Ar gyfartaledd cyn y prosiect roedden ni'n defnyddio 30 dalen o bapur ar gyfer taflenni gwirio a oedd wedyn yn cael eu rhwygo. Pan ddechreuon ni'r prosiect fe lwyddon ni i leihau hyn i gyfartaledd o 3 dalen yr wythnos, ac ar rai wythnosau doedden ni ddim yn rhwygo unrhyw daflenni gwirio o gwbl. Byddem yn gorfod argraffu taflenni gwirio newydd o bryd i'w gilydd pe bai canllawiau'n newid ond nid oedd hyn yn aml. Llwyddon ni i leihau faint o bapur sy'n cael ei rhwygo bob wythnos o 27 dalen ar gyfartaledd.

Yn ystod wythnos gyntaf y prosiect, daethom i sylweddoli bod dalennau wedi'u lamineiddio yn anodd eu bwydo drwy'r sganiwr, naill ai na fyddent yn ffitio neu byddent yn mynd yn sownd. I oresgyn hyn, sganiais y dogfennau ar ap nodiadau fy ffôn a'u cadw fel pdf yr oeddwn wedyn yn gallu ei uwchlwytho i'r porth cydymffurfio. Roedd hi hefyd yn anodd dod o hyd i ben atal smwtsh i'w ddefnyddio ar y taflenni gwirio ond llwyddon ni i ddod o hyd i un drwy profi a methu o fewn y pythefnos cyntaf.

Wrth symud ymlaen, er mwyn arbed hyd yn oed mwy o wastraff papur, rydym yn bwriadu dechrau llenwi taflenni gwirio ar-lein yn wythnosol, bydd hyn yn golygu na fydd angen

argraffu, lamineiddio na rhwygo unrhyw bapur yn y practis er mwyn cydymffurfio. Byddwn yn gallu llenwi'r ffurflenni hyn yn uniongyrchol i'r porth cydymffurfio. Bydd hyn yn golygu rhywfaint o waith gyda chydymffurfiaeth i sicrhau bod y taflenni gwirio yn cael eu llenwi'n gywir a gyda'r tîm cyfan i wneud yn siŵr eu bod yn eu llenwi bob dydd.

Mwynheais gwblhau'r prosiect hwn ac rwy'n teimlo ein bod wedi gwneud gwahaniaeth gyda'n gwastraff papur gan y bydd faint o bapur rydym wedi'i arbed yn parhau i gynyddu dros amser. Mae hefyd wedi gwneud i mi fod yn llawer mwy ystyriol nid yn unig yn y gwaith ond gartref gyda faint o wastraff rwy'n ei greu a'r hyn y gallaf ei ailgylchu.