

Astudiaethau Achos

1 Lleihau risg ac oedi dechreuad dementia

Mae Dave yn ddyn 55 oed ac mae dementia yn rhedeg yn ei deulu. Mae'n byw ar ei ben ei hun ac yn mwynhau chwarae pêl-droed unwaith yr wythnos. Mae'n ysmegu ac yn yfed yn achlysurol. Mae'n poeni y gallai ddatblygu dementia yn y dyfodol.

2 Codi ymwybyddiaeth a dealltwriaeth

Yn ddiweddar cafodd Eleri ddiagnosis o dementia Mae hi'n dechrau mynd yn fwy nerfus wrth fynd allan i siopa gan ei bod yn anghofio pethau neu'n mynd yn ddryslyd weithiau. Mae'n dechrau osgoi mynd allan er ei bod ambell waith yn hiraethu am y sgysiau yr oedd yn arfer eu cael gyda phobl. Mae ei merch wedi dechrau galw heibio i'w gweld yn amlach, ond mae'n gweithio'n llawn amser ac mae ganddi deulu ifanc felly mae'n poeni sut y bydd yn ymdopi â phopeth.

3 Cydnabod ac adnabod

Mae Sion yn poeni am ei bartner Bill sydd â dementia yn rhedeg yn y teulu. Mae'n meddwl bod Bill yn dechrau datblygu symptomau ond nid yw Bill eisiau trafod y peth gan ei fod yn poeni beth fydd yn digwydd nesaf.

4 Asesiad a diagnosis

Mae Mair wedi bod at y meddyg teulu gan ei bod yn poeni am ei chof. Mae'r meddyg teulu wedi ei hatgyfeirio i gael profion ond dywedodd y gallai gymryd amser hir i ganfod beth sy'n digwydd.

5 Byw gyda dementia cystal ag sy'n bosibl cyhyd ag sy'n bosibl

Mae Clive wedi bod yn byw gyda dementia ers cwpwl o flynyddoedd. Mae wrth ei fodd yn yr awyr agored yn enwedig yn beicio a dringo. Yn ddiweddar mae'n cael mwy o anhawster mynd allan ac mae'n teimlo'n isel. Mae ei wraig wedi bod yn chwilio am weithgareddau y byddai'n eu mwynhau ond mae'n cael anhawster canfod rhywbeth priodol, sy'n golygu ei bod hithau'n dechrau teimlo'n ynysig hefyd.

6 Yr angen am fwy o gefnogaeth

Y Gymraeg yw iaith gyntaf Sheila sydd wedi bod yn byw gyda dementia ers ychydig flynyddoedd. Yr wythnos ddiwethaf cafodd godwm yn ei chartref a thorodd ei chlun. Daeth ambiwlans i fynd â hi i'r ysbyty. Mae hi eisiau mynd adref cyn gynted ag sy'n bosibl ond ni ellir bod yn sicr y bydd yn gallu ymdopi ar ei phen ei hun yn ei chartref rŵan.

7 Cefnogi Gofalwyr

Mae John wedi bod yn gofalu am ei fam sy'n byw gyda dementia cam hwyr. Mae'n mynd yn anoddach iddo ymdopi felly mae wedi trefnu bod ei fam yn treulio wythnos mewn cartref gofal lleol er mwyn iddo gael seibiant. Ar yr ail ddiwrnod mae'n cael galwad gan y cartref gofal i ddweud nad ydynt yn gallu ymdopi ac yn gofyn iddo fynd i nôl ei fam.