Colli ein Hamynedd

Blaenoriaethau Gofal Canser Tenovus ar gyfer gwasanaethau canser tecach a chyflymach

Estyn gobaith. Estyn llaw.
tenovuscancercare.org.uk

tenovus
cancer care
gofal canser

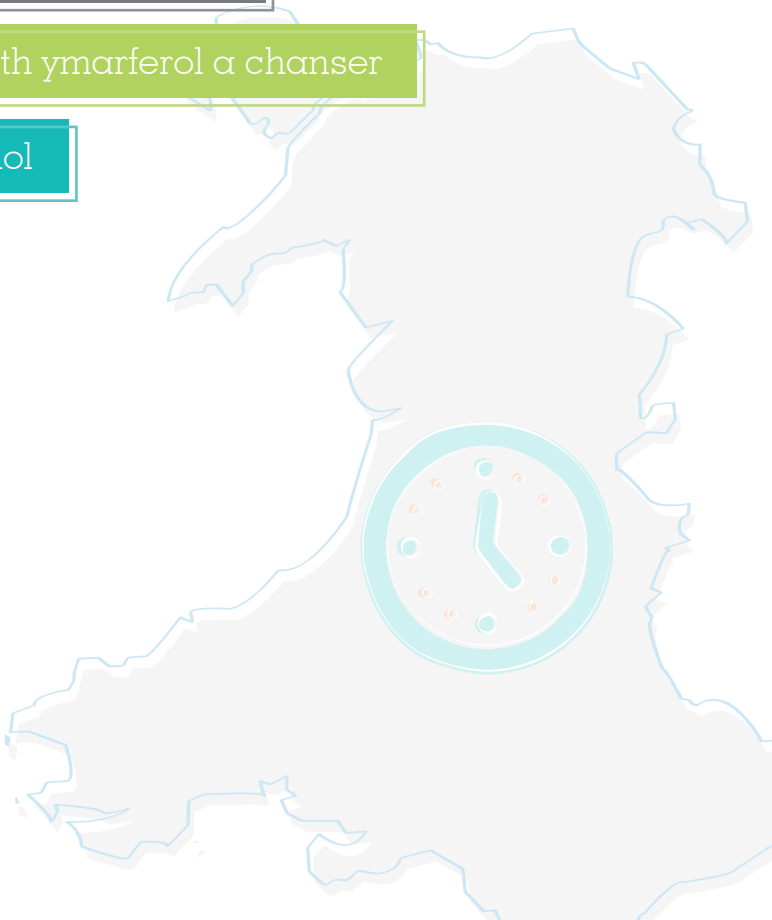
Gofal Canser Tenovus, Cwrt Jones, Stryd Womanby, Caerdydd CF10 1BR
029 2076 8850
info@tenovuscancercare.org.uk
tenovuscancercare.org.uk

Elusen Gofrestredig Rhif 1054015
Cwmni Cyfyngedig trwy Warant Rhif 943501

Ein blaenoriaethau ar gyfer y flwyddyn o'n blaen

Gwasanaethau Canser Tecach a Chyflymach - bydd ein cydymdrechion yn canolbwyntio ar gyflawni ar ein pum galwad polisi:

1. Canserau gynaecolegol
2. Canser yr ysgyfaint
3. Canserau llai goroesadwy
4. Arian, cymorth ymarferol a chanser
5. Lles emosiynol



1 Canserau gynaecolegol

Mae Gofal Canser Tenovus yn parhau i alw ar Lywodraeth Cymru a'r GIG i weithredu'n llawn adroddiad Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol y Senedd, Unheard: Women's journey through gynaecological cancer.

Roedd llawer o'r menywod a rannodd eu profiad gyda'r Pwyllgor yn credu nad oedd gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn gwrando ar eu pryderon nac yn cymryd eu symptomau o ddifrif.

Soniodd menywod am eu profiadau fel 'gaslighting meddygol' lle cawsant eu harwain i gwestiynu eu hyder ynghylch yr hyn oedd yn digwydd i'w cyrff eu hunain ac roedd rhai yn teimlo eu bod yn niwrotig pan oeddent yn adrodd symptomau anarferol.

Er bod camau wedi'u cymryd i fynd i'r afael â rhai o'r pwyntiau a godwyd yn yr adroddiad, mae angen gwneud mwy i fynd i'r afael â'r materion sy'n ymwneud â phryderon iechyd menywod nad ydynt yn cael eu cymryd o ddifrif.

Mae'n siomedig nad oedd yr adroddiad yn cyfeirio at yr heriau sy'n peryglu bywyd y mae menywod â chanser gynaecolegol yn eu hwynebu yn ein systemau iechyd.

Mae Gofal Canser Tenovus yn galw ar Lywodraeth nesaf Cymru ac uwch arweinwyr i:

- Ailystyried eithriad canser gynaecolegol yn y Cynllun Iechyd Menywod a chynnwys canser gynaecolegol fel rhan o adolygiad yn seiliedig ar y Cynllun yn cael ei gyhoeddi fel dogfen fyw ac ailadroddus.

Teyrnged i *Claire O'Shea*

Rydym wedi torri ein calonnau yn sgil marwolaeth ein ffrind ac ymgyrchydd canser Claire O'Shea a fu farw o ganser gynaecolegol yn 42 oed ar 12 Mai 2025.

Ar ôl derbyn ei diagnosis canser marwol yn dilyn profiad gwael, ymroddodd Claire at godi ymwybyddiaeth a sicrhau na fyddai'n rhaid i fenywod eraill yng Nghymru fynd trwy'r un peth.

Ysbrydolodd ei chryfder, ei chynhesrwydd a'i phenderfyniad gannoedd o fenywod i rannu eu profiadau a helpodd i yrru newid gwirioneddol yn y ffordd y mae canserau gynaecolegol yn cael eu deall, trafod a datrys ledled Cymru.

Mae marwolaeth gynamserol Claire yn enghraifft bwerus o pam mae Ymgyrch Claire mor bwysig.

Diolch, Claire, am bopeth.

2 Canser yr ysgyfaint

Canser yr ysgyfaint sy'n achosi'r nifer fwyaf o farwolaethau yng Nghymru - yn fwy na chanser y fron a chanser y coluddyn gyda'i gilydd. Mae'r cyfraddau goroesi blwyddyn (41%) a phum mlynedd (18.2%) ychydig y tu ôl i rai'r Alban a Lloegr.

O'r mathau mwyaf cyffredin o ganser, yr ysgyfaint sydd â'r marwolaethau canser anghyfartal ehangaf, gyda mwy o achosion a marwolaethau mewn ardaloedd o amddifadedd economaidd. Mae'r gwahaniaeth mewn marwolaethau rhwng ardaloedd mwy a llai difreintiedig hefyd wedi cynyddu dros amser.

Mae'r manteision clinigol ac ariannol sgrinio yn llethol - gyda rhaglen sgrinio canser yr ysgyfaint wedi'i thargedu yng Nghymru â'r potensial i achub cannoedd o fywydau ledled y wlad.

> "Does dim byd, nawr nac ar y gorwel, a fyddai'n gwneud mwy o wahaniaeth i farwolaethau canser ac anghydraddoldeb canser yng Nghymru na chyflwyno rhaglen sgrinio genedlaethol ar gyfer canser yr ysgyfaint."
>
> **Dr Sinan Eccles**
> Arweinydd Clinigol Anadlol, Prosiect Cwmpasu Sgrinio Canser yr Ysgyfaint wedi'i Dargedu

Mae Gofal Canser Tenovus yn galw ar arweinwyr nesaf Llywodraeth Cymru a'r GIG i:

- Gyflwyno rhaglen sgrinio ysgyfaint wedi'i thargedu ar frys.

Cwrdd â Phil

Gwahoddwyd Phil, sy'n ysmygwr ers dros 50 mlynedd, i gymryd rhan mewn rhaglen beilot sgrinio canser yr ysgyfaint a gynhaliwyd gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg. Cafodd ddiagnosis a'i drin ar gyfer y clefyd wedyn.

> Doedd gen i ddim symptomau felly fyddwn i ddim wedi rhoi fy hun ymlaen na cheisio unrhyw help gan fod bywyd yn iawn o'n safbwynt i. Cefais fy ngwahodd i apwyntiad sgrinio, ac heb oedi, fe es i. Mae'r gwiriad hwn wedi achub fy mywyd.

3 Canserau llai goroesadwy

Mae gan ganserau'r ysgyfaint, y pancreas, yr afu, yr ymennydd, yr oesoffagws a'r stumog gyfradd oroesi pum mlynedd o lai nag 20 y cant ar gyfartaledd. I bobl sydd ag un o'r chwe chanser hyn, mae diagnosis cynnar a chyflym yn hanfodol pan fydd iachâd dal yn bosibl.

Ni all Cymru fforddio - yn foesol nac yn ariannol - esgeuluso'r canserau llai goroesadwy a'u heffaith ar ein cymunedau. Rhaid i ymdrechion ar y cyd sy'n canolbwyntio ar bob un o'r chwech, fod yn rhan annatod o unrhyw waith i adeiladu a darparu gwasanaethau canser cynaliadwy. Mae'r gost o beidio â gweithredu nawr yn rhy fawr.

Nid oes angen iddi fod yn gêm sero chwaith. Bydd y camau gweithredu sydd eu hangen i ysgogi gwelliannau a sicrhau canlyniadau gwell ar gyfer canserau llai goroesadwy yn cael effeithiau cadarnhaol ar weddill y GIG. Byddai triniaethau yn llai costus, yn cael eu darparu dros gyfnod byrrach, yn aml yn y gymuned ac yn debygol o arwain at lai o amser adsefydlu. O ganlyniad, byddai capasiti ac adnoddau'r GIG yn cael eu datgloi.

Mae Gofal Canser Tenovus yn galw ar Lywodraeth nesaf Cymru ac uwch arweinwyr i:

- Gydnabod y chwe chanser llai goroesadwy, eu nodweddion unigryw, eu heffaith ar Gymru a chynllunio yn unol â hynny.

LUNG
PANCREATIC
LIVER
BRAIN
OESOPHAGEAL
STOMACH

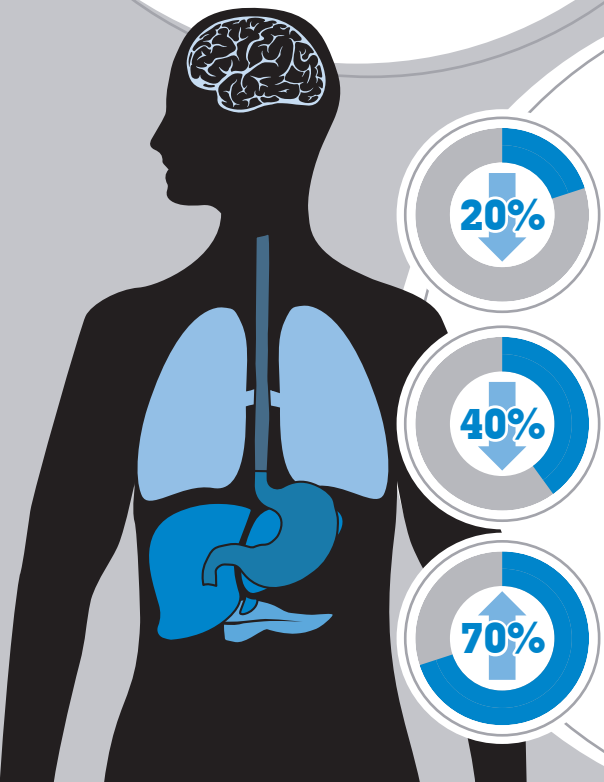
Y rhifau

Amcangyfrifir bod tua **120,000** o bobl yn byw gyda chanser yng Nghymru heddiw

Mae tua **20,000** o bobl yn cael diagnosis yng Nghymru bob blwyddyn

Erbyn diwedd tymor nesaf y Senedd, amcangyfrifir y bydd tua **230,000** o bobl yng Nghymru yn byw â chanser

Mae **50%** o'r diagnosisau yng ngham 3 neu 4



Ar gyfartaledd, mae gan y canserau llai goroesadwy gyfradd oroesi pum mlynedd o

LAI NAG 20%

Mae cyfradd goroesi blwyddyn i glaf â diagnosis o ganser llai goroesadwy yng Nghymru yn

LLAI NA 40%

Cyferbynnwyd hyn yn sylweddol â'r gyfradd oroesi blwyddyn gyffredinol ar gyfer pob canser, sydd

DROS 70%

4 Arian, cymorth ymarferol a chanser

Mae diagnosis canser yn arwain at gostau annisgwyl a all gynyddu'n gyflym. Gall colli incwm yn sydyn ac annisgwyl, ynghyd â chostau cudd, megis gwres, ymolchi ychwanegol a theithio i apwyntiadau, roi baich enfawr ar bobl.

Mae'r argyfwng costau byw wedi gwaethygu'r heriau hyn wrth i gostau bwyd ac ynni godi'n sydyn, gan orfodi llawer i wneud dewisiadau anodd dros wresogi neu fwyta.

Mae pawb sydd â chanser yn haeddu gwiriad budddaliadau lles gyda chynghorydd achrededig Safon Ansawdd Cyngor (AQS) i sicrhau bod incwm o hawliau ariannol yn cael ei uchafu a gallant drafod cymorth ymarferol. Yn ogystal â chefnogi'r person sydd â'r angen mwyaf, mae'r arian yn cyfrannu at gymunedau lleol ledled Cymru, gan gefnogi'r economi sylfaenol.

I gyrraedd y pwynt hwn, rhaid i Gymru symud i ffwrdd o'r system optio i mewn bresennol ar gyfer cyngor ar fudd-daliadau lles - pan fo atgyfeiriad ar gais y person sydd wedi'u heffeithio gan ganser. Mae'r system bresennol yn dibynnu ar bobl sy'n gwybod yn fras beth sydd ei angen arnynt a chael gweithiwr gofal iechyd proffesiynol sy'n gwybod am lwybr budd-daliadau lles, ac sydd â'r amser i wneud atgyfeiriad. Rydym am i Gymru ddechrau symud tuag at system optio allan lle mae'r atgyfeiriad yn rhan systematig o lwybr canser cyfannol.

Mae Gofal Canser Tenovus yn galw ar Lywodraeth nesaf Cymru ac uwch arweinwyr i:

- Gymryd bod angen cyngor budd-daliadau ar bob claf canser ac ymrwymo i archwilio symud atgyfeiriadau o'r model 'optio i mewn' presennol i un sy'n optio allan, gan ddefnyddio'r llwybr canser fel model ar gyfer cyflyrau iechyd eraill.

Cwrdd â Bethan

Derbyniodd Bethan gefnogaeth gan Gynghorwyr Budd-daliadau Gofal Canser Tenovus ar ôl cael diagnosis o ganser y fron pan oedd hi ddim ond yn 26 oed.

Roedd Beth yn amharod i stopio gweithio, ond fe ddaeth pwynt lle bu'n rhaid iddi gofrestru'n sâl. Roedd ganddi hawl i dâl salwch statudol a Thaliad Annibyniaeth Personol (PIP)

> Mae Gofal Canser Tenovus wedi helpu'n enfawr trwy'r amserau mwyaf anodd.

5 Lles emosiynol

Ochr yn ochr â thrawma corfforol diagnosis canser a'r trefniadau triniaeth dilynol, gall pobl yr effeithir arnynt gan ganser brofi ystod eang o deimladau ac emosiynau a allai arwain at angen cymorth.

Mewn Arolwg o Brofiad Cleifion Canser Cymru blaenorol, dim ond 20 y cant o'r bobl a gafodd ddiagnosis o ganser a dderbyniodd wybodaeth am gymorth seicolegol ac roedd 58 y cant o bobl yn teimlo nad oedd eu hiechyd meddwl yn cael ei ystyried mor ddifrifol â'u hiechyd corfforol.

> "Dim cymorth iechyd meddwl, dim cymorth budd-daliadau neu atgyfeiriad ariannol. Yn fy mhrofiad i, nid oedd unrhyw ofal cyfannol yn edrych arnaf fel unigolyn a'r hyn y gallai fod ei angen arnaf i a fy nheulu o ystyried fy mod wedi cael diagnosis metastatig terfynol"

> "Ar ôl fy nhriniaeth orffen ac roedd rhaid delio â bywyd, es i mewn i ryw fath o sioc. Torrais i lawr tua deufis ar ôl. Roeddwn i'n teimlo ar goll, ar fy mhen fy hun, ac nid oeddwn yn gwybod beth i'w ddisgwyl. Roedd hyn yn syndod mawr gan fy mod i'n berson cryf iawn. Rwyf wedi siarad ag eraill â chanser ac wedi darganfod bod hyn yn eithaf cyffredin, dim ond bryd hynny rydych chi'n sylweddoli bod gennych ganser."

Mae Gofal Canser Tenovus yn galw ar Lywodraeth nesaf Cymru ac uwch arweinwyr i:

- Sicrhau bod y Rhwydwaith Strategol ar gyfer Canser yn gweithio gyda'u partneriaid Byrddau Iechyd y GIG i weithredu Prosiect Seicoleg Canser Cymru Gyfan, gan leihau amrywiaeth o ran argaeledd, ymwybyddiaeth a mynediad at gymorth seicolegol.

Cwrdd â John

Defnyddiodd John, o gymuned ffermio wledig yn Sir Ddinbych, wasanaeth Cwnsela Gofal Canser Tenovus wrth ddelio â'i ddiagnosis canser terfynol.

> Roedd fy nghwnselwr yn deall yn llwyr beth oeddwn i'n mynd drwyddo. Roeddwn i'n gallu siarad â rhywun yn annibynnol o'r bobl a oedd yn fy adnabod, ac roedd hi'n dda.
>
> Fe gynghorodd i wneud fy hun yn flaenoriaeth, a oedd yn anodd ei wneud, ond roeddwn i'n gwybod bod angen i mi roi fy iechyd fy hun yn gyntaf. I ganolbwyntio arnaf i.

Casgliad

Mae pobl a effeithir gan ganser yng Nghymru wrth wraidd popeth rydyn ni'n ei wneud.

Neges y maniffesto hwn yw bod angen i Lywodraeth Cymru wrando ar y lleisiau hyn a dysgu oddi wrthynt. Pan fydd lleisiau cleifion yn cael eu hannog a'u clywed, caiff darlun cliriach ei amlygu o'r hyn sydd wir yn digwydd, a gellir dod o hyd i ddatrysiadau gwell.

Ers 2022, rydym wedi gweithio'n galed i ddatblygu ein Cymuned Ganser Cymru Gyfan, rhwydwaith sy'n cynnwys cleifion ar draws Cymru, lle mae eu lleisiau wedi bwydo i mewn i gannoedd o brosiectau sy'n cael eu cynnal gan ddarparwyr gofal iechyd, ymchwilwyr, llunwyr polisi a phartneriaid eraill yn y trydydd sector a'r sector preifat.

Darganfod mwy:

tenovuscancercare.org.uk/awcc

Rhannu'ch stori

Hoffem glywed gennych chi oherwydd gall eich stori ein helpu i gyrraedd mwy o bobl trwy dystiolaeth bersonol. Trwy ddod yn wirfoddolwr cyfryngau a rhannu'ch stori canser gyda ni, gallwch ein helpu i godi ymwybyddiaeth, gyflawni newid, a helpu eraill i deimlo'n llai unig.

Gyda diddordeb? Cysylltwch â ni ar yr ebost isod a bydd ein tîm yn cysylltu â chi i drefnu'r ffordd orau i rannu'ch stori.

stories@tenovuscancercare.org.uk

Diolch