SFHCHS149

Monitro ac adolygu cynnydd unigolion yn gysylltiedig â chynnal y statws maeth gorau posibl

Trosolwg

Mae’r safon hon yn ymwneud â monitro ac adolygu cynnydd unigolyn yn gysylltiedig â chynnal y statws maeth gorau posibl.

Meini prawf perfformiad

Rhaid i chi allu:

1. cael at a dehongli'n gywir yr holl wybodaeth a chyfarwyddiadau gwaith sy'n berthnasol
2. gweithio'n ddiogel bob amser ac yn unol â'r holl ddeddfwriaeth, canllawiau, polisïau, gweithdrefnau a phrotocolau perthnasol
3. delio'n brydlon ac yn effeithiol ag unrhyw broblemau o fewn eich rheolaeth a rhoi gwybod am broblemau nad allant gael eu datrys
4. nodi a lleihau peryglon a risgiau yn y gweithle
5. cyfathrebu â'r unigolyn a phobl allweddol yn ôl cyflymder, modd a lefel sy'n briodol i ddealltwriaeth ac anghenion yr unigolyn, a'r hyn sy'n well ganddo
6. parchu hawliau a dymuniadau'r unigolyn o ran ei breifatrwydd, ei gredoau a'i urddas
7. ennill cydsyniad gwybodus, dilys gan yr unigolyn yn unol â gweithdrefnau penodol
8. cadarnhau manylion yr unigolyn ar ddechrau'r sesiwn adolygu
9. creu amgylchedd sy'n addas ar gyfer trafodaeth onest, gyfrinachol ac ar gyfer cymryd mesuriadau
10. cymryd a dehongli mesuriadau penodedig o'r unigolyn
11. adolygu a dadansoddi dyddiadur bwyd yr unigolyn
12. gofyn i'r unigolyn esbonio'i brofiadau, ei lwyddiannau a'i anawsterau gyda'r cynllun maeth ers y sesiwn ddiwethaf
13. trafod profiadau'r unigolyn ac adolygu effeithiolrwydd y cynllun maeth wrth ateb yr amcanion cytunedig
14. awgrymu addasiadau sy'n gyson â'r amcanion maeth
15. pwysleisio buddion cadw at y cynllun maeth a newidiadau eraill i ffordd o fyw, a'r effeithiau gaiff hyn ar ei iechyd
16. gosod dyddiadau adolygu pellach, os yw hynny'n briodol
17. cwblhau a storio'r holl ddogfennaeth berthnasol yn unol â gofynion y sefydliad

Gwybodaeth a dealltwriaeth

Mae angen i chi wybod a deall:

1. y ddeddfwriaeth, y canllawiau, y polisïau, y gweithdrefnau a'r protocolau presennol sy'n berthnasol i'ch ymarfer yn y gwaith, ac y mae'n rhaid i chi gadw atynt
2. cwmpas a chyfyngiadau eich cymhwysedd, eich cyfrifoldebau a'ch atebolrwydd eich hun fel y bo'n berthnasol i'ch rôl
3. sut i gael at a dehongli'r holl wybodaeth a chyfarwyddiadau gwaith sy'n berthnasol
4. gweithdrefnau penodol ar gyfer rhoi gwybod am broblemau sydd y tu hwnt i'ch cymhwysedd, eich cyfrifoldebau a'ch atebolrwydd
5. y ddyletswydd i roi gwybod am unrhyw weithred neu anwaith a allai fod yn anniogel/yn niweidiol i chi neu i eraill
6. y peryglon a'r risgiau a allai godi wrth i chi gyflawni eich rôl a sut y gallwch eu lleihau
7. sut i addasu arddulliau cyfathrebu mewn ffyrdd sy'n briodol i anghenion yr unigolyn
8. y defnydd cywir o unrhyw gyfarpar a chyfarpar diogelu personol (PPE) i amddiffyn eich iechyd a'ch diogelwch chi a phobl eraill
9. yr egwyddorion, yr ymarfer a'r gweithdrefnau sy'n gysylltiedig â chydsyniad gwybodus
10. anghenion unigolion gan gynnwys ystyriaethau'n gysylltiedig ag urddas, cyfrinachedd a phreifatrwydd
11. strwythurau, rolau a chyfrifoldebau rheoli'r sefydliad
12. effeithiau gwahanol ddiwylliannau a chrefyddau ar faeth, amseru prydau bwyd, patrymau bwyta
13. pwysigrwydd monitro a gwerthuso cynnydd unigolyn yn gysylltiedig â chynnal y statws maeth gorau posibl
14. pwysigrwydd annog unigolion i ofyn cwestiynau, a sut i wneud hynny
15. sut i greu amgylchedd addas ar gyfer trafodaeth onest a chyfrinachol
16. pwysigrwydd cynnwys unigolion mewn trafodaethau, a sut i wneud hynny
17. pwysigrwydd cael gwybodaeth lawn a chywir am gynnydd unigolyn, a sut i wneud hynny
18. manylion y dietegydd cofrestredig lleol
19. pwysigrwydd darparu adborth ac anogaeth adeiladol yn gysylltiedig â chynnydd yr unigolyn a'r technegau ar gyfer gwneud hynny yn effeithiol
20. pwysigrwydd cael gwybodaeth lawn a chywir am unigolion, a sut i wneud hynny
21. technegau cyfweld ysgogiadol, a sut i'w defnyddio
22. anatomeg a ffisioleg a'u perthnasedd i gynnal y statws maeth gorau posibl
23. organau'r corff a'u swyddogaethau

24. sut i gymryd mesuriadau perthnasol unigolyn a phwysigrwydd y mesuriadau hyn yn gysylltiedig â rheoli pwysau a maeth
25. sut i ddehongli mesuriadau a wnaed o unigolyn i lywio'r math o gymorth rydych chi'n ei ddarparu
26. ystyr lefelau lipidau
27. sut i fesur pwysau unigolyn, cylchedd y wasg/canol, taldra a chylchedd canol y fraich
28. pwysigrwydd cylchedd y wasg/canol a thrwch plygiadau'r croen yn gysylltiedig â newid dietegol
29. sut i ddehongli mesuriadau a wnaed o'r unigolyn i lywio'r math o gymorth rydych chi'n ei ddarparu
30. y modelau a ddefnyddir wrth ddatblygu cynlluniau rheoli pwysau a maeth i unigolyn
31. y gwerthoedd maethol sy'n cael eu priodoli i wahanol grwpiau bwyd
32. cynnwys cynllun maeth delfrydol
33. ffyrdd o allu addasu a theilwra cynlluniau maeth i ateb anghenion unigolion
34. yr opsiynau eraill o fewn gwahanol grwpiau bwyd
35. gwahanol ddulliau coginio
36. effeithiau a sgil effeithiau ychwanegion a chadwolion
37. amrywiaeth ddiwylliannol a sut y gall hynny effeithio ar y cynllun maeth
38. ystyriaethau amgylchiadau ariannol/cymdeithasol ar gymeriant maethol
39. effaith cyflyrau meddygol ychwanegol ar gymeriant maethol
40. y mathau o gynllun maeth
41. y berthynas rhwng ymarfer corff, diet a rheoli pwysau
42. sut i gadw dyddiadur bwyd a'i adolygu
43. sut i gwblhau'r holl ddogfennaeth berthnasol yn unol â gofynion y sefydliad, a'i storio'n ddiogel

SFHCHS149

Monitro ac adolygu cynnydd unigolion yn gysylltiedig â chynnal y statws maeth gorau posibl

Datblygwyd gan	Skills for Health
Dyddiad cymeradwyo	30 Maw 2021
Dyddiad Adolygu Dangosol	31 Maw 2026
Dilysrwydd	Ar hyn o bryd
Statws	Gwreiddiol
Sefydliad cychwynnol	Skills for Health
RCU gwreiddiol	SFHCHS149
Galwedigaethau perthnasol	Rheolwyr ac Uwch Swyddogion, Gweithwyr Proffesiynol Cyswllt a Galwedigaethau Technegol, Gweithwyr iechyd proffesiynol, Gwasanaethau Cyhoeddus a Gofal, Swyddogion Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Lechyd, Galwedigaethau Gwasanaethau Personol, Iechyd a Gofal Cymdeithasol, Gwasanaethau Gofal Iechyd a Gwasanaethau Personol Cysylltiedig
Cyfres/Set	Iechyd Clinigol
Geiriau Allweddol	Monitro, adolygu, cynnydd, statws, maeth, gorau posibl