

## Trosolwg

Mae'r safon yma yn cydfodoli â, **SKAHDBRBNST1 Gweithredu a chynnal arferion gwaith diogel, glanwaith ac effeithiol \*a \*SKAHDBRBNS1 Ymgynghori, asesu, cynllunio a pharatoi ar gyfer gwasanaethau Gwallt, Barbro, Harddwch, Ewinedd, Lles a Holistig.** \*\*Mae'r safon yma ar gyfer rhywun proffesiynol ym maes harddwch sy'n darparu triniaethau tylinio'r corff gan ddefnyddio technegau therapi gwresol. Mae cyfarpar therapi gwresol yn cynnwys offer llaw neu baratoadau sy'n rhyddhau tymheredd. Mae nhw'n gofyn am gael eu cynhesu neu oeri cyn ac yn ystod y driniaeth. Bydd gofyn i chi hefyd wneud gwerthusiad ar ôl y driniaeth ac adfyfrio er mwyn gwelliant parhaus. Bydd rhaid i ddefnyddwyr y safon yma wneud yn siwr bod eu harferion yn adlewyrchu'r wybodaeth, polisïau a gweithdrefnau diweddaraf a chyfarwyddyd am arfer orau. Cynghorir defnyddwyr y safon yma i fod yn ymwybodol o, a chydymffurfio gyda gofynion cymorth cyntaf yn unol â deddfwriaeth a pholisïau a gweithdrefnau cyfundrefnol.

### Y prif ddeilliannau yw:

1. Darparu triniaeth tylinio'r corff gan ddefnyddio technegau therapi gwresol

## Meini prawf perfformiad

### Rhaid i chi allu:

1. cynnal ymgynghoriad cryno a chynhwysfawr gyda'r unigolyn
  2. cadw at eich cyfrifoldebau am iechyd a diogelwch yn unol â deddfwriaeth, rheoliadau, gorchmynion a chanllawiau
  3. trafod a sefydlu amcanion yr unigolyn, ei bryderon am ei gorff a'i groen, ei ddisgwyliadau a'r canlyniadau y mae'n eu dymuno er mwyn hysbysu'r cynllun triniaeth tylino gwresol y corff, i gynnwys:
    - 3.1 hanes triniaethau
    - 3.2 hanes profiad
    - 3.3 gweithgareddau diweddar
    - 3.4 y gyfundrefn gyfredol ar gyfer gofal o'r croen
    - 3.5 **proffil y ffordd o fyw**
    - 3.6 dewisiadau triniaeth amgen
  4. cadarnhau a chytuno gyda'r unigolyn, eu bod wedi deall y drinaeth tylino therapi gwresol, i gynnwys:
    - 4.1 canlyniadau disgwylidig
    - 4.2 gwrth-weithredoedd
    - 4.3 **adweithiau niweidiol**
    - 4.4 teimlad corfforol
5. sicrhau a chofnodi cydsyniad gwybodus yr unigolyn ar gyfer triniaeth tylino therapi gwresol corff yn unol â gofynion cyfundrefnol ac yswiriant
6. cynnal prawf(profion) o flaen y driniaeth er mwyn penderfynu sensitifrwydd y croen
7. paratoi a glanhau man triniaeth yr unigolyn yn unol â'r **protocol triniaeth tylino therapi gwresol**, i gynnwys:

7.1 cadw'r unigolyn yn gyfforddus a chadw ei urddas

8. gwneud dadansoddiad o'r corff a'r croen, i gynnwys:

8.1 dosbarthiad o'r math o gorff a **nodweddion y corff** \*\*

8.2 dadansoddiad o'r ystumiau

9. dewis a pharatoi'r **offer llaw a'r cyfarpar** a'r tymheredd ar gyfer y therapi gwresol, yn unol â'r protocol triniaeth tylino therapi gwresol, i gynnwys:

9.1 gwirio'r tymheredd yn aml

9.2 addasiadau yn unol â man triniaeth yr unigolyn

10. hyrwyddo lles drwy weithio gyda phwyntiau chakra'r unigolyn

### Tylino

11. dod i'r **cyfrwng tylino** a chyflawni tylino'r corff gan ddefnyddio technegau therapi gwresol, fel ag y cytunwyd yn y cynllun triniaeth therapi gwresol, i gynnwys:

11.1 cynnal eich ystumiau a'ch safiad eich hun

11.2 defnyddio technegau sy'n osgoi anaf i'r unigolyn

12. gwirio pwysedd, rhythm a llif y tylino therapi gwresol gyda'r unigolyn ac addasu'r **technegau tylino therapi gwresol** yn unol ag anghenion yr unigolyn

13. monitro iechyd, lles ac adwaith croen yr unigolyn drwy gydol y driniaeth tylino therapi gwresol

14. gweithredu yn y modd cywir os bydd adwaith niweidiol

15. cwblhau'r driniaeth yn unol â'r protocol triniaeth tylino therapi gwresol, gofynion deddfwriaethol a pholisïau a gweithdrefnau cyfundrefnol

16. cwblhau cofnodion triniaeth yr unigolyn a'u cadw'n unol â deddfwriaeth data

17. defnyddio ymarfer adfyfyriol er mwyn gwerthuso'r driniaeth tylino therapi gwresol a gweithredu'n briodol

18. rhoi **cyfarwyddiadau** a chynghor i'r unigolyn cyn ac ar ôl y driniaeth

---

19. cofnodi canlyniad y driniaeth tylino therapi gwresol a'r gwerthusiad ohoni

\*

\*

## Gwybodaeth a dealltwriaeth

### Mae angen i chi wybod a deall:

1. eich swyddogaeth a'ch cyfrifoldebau pan yn darparu triniaethau tylinio therapi gwresol a phwysigrwydd gweithio o fewn eich gallu

2. pam bod rhaid i chi gydymffurfio ag arfer moesegol a gweithio o fewn gofynion deddfwriaethol, i gynnwys:

2.1 y cyfrifoldebau o dan reoliadau trwyddedu'r awdurdod lleol i chi eich hun a'ch adeilad

3. pwysigwrydd ymwneud â, a chofnodi datblygiad proffesiynol parhaus i gynnwys, polisïau gwybodaeth, gweithdrefnau a chyfarwyddyd am yr arfer orau ddiweddaraf

4. yr **anatomeg a'r ffisioleg** sy'n berthnasol i'r safon yma

5. y gwrtharwyddion cymharol a llwyr sy'n berthnasol i'r driniaeth harddwch, i gynnwys: 5.1 y gofynion deddfwriaethol ac yswiriant ar gyfer cael diagnosis a chyfeirio meddygol

6. pwysigrwydd adnabod nodweddion afreolaidd amheus ac anafiadau ar y croen, a chyfeirio at rywun proffesiynol perthnasol ym maes gofal iechyd

7. diben triniaeth tylinio therapi gwresol, y defnydd ohoni a'i chyfyngiadau, mewn perthynas â'r canlynol:

7.1 hanes meddygol o'r gorffennol a chyfredol

7.2 proffil perthnasol y ffordd o fyw

7.3 meddyginiaeth a chyflyrau meddygol

7.4 diffygion a chyflyrau ystumiol

8. yr adweithiau niweidiol sy'n gysylltiedig â thriniaeth tylinio therapi gwresol a sut i ymateb iddynt

9. y cyfrifoldebau iechyd a diogelwch yn unol â deddfwriaeth cyn, yn ystod ac ar ôl y driniaeth tylinio therapi gwresol

10. pam ei bod yn bwysig trafod ac adnabod amcanion, pryderon

disgwyliadau'r unigolyn a'r canlyniadau y mae'n eu dymuno a chytuno ar y cynllun triniaeth tylinio therapi gwresol

11. y gofynion cyfreithiol ar gyfer darparu gwasanaethau harddwch i blant dan oed ac oedolion bregus

12. y strwythurau talu a dewisiadau ar gyfer triniaeth

13. y gofynion deddfwriaethol a digollediad er mwyn sicrhau cydsyniad gwybodus wedi'i lofnodi ar gyfer triniaeth tylinio therapi gwresol

14. pwysigrwydd cadw at y protocol triniaeth tylinio therapi gwresol

15. sut i wneud profion cyn triniaeth a'u dehongli

16. pa mor aml dylid darparu triniaethau tylinio therapi gwresol a'r effaith allant ei gael ar iechyd a lles yr unigolyn proffesiynol, i gynnwys:

16.1 ffyrdd y gellir osgoi risgiau i iechyd a lles

16.2 osgoi anafiadau sy'n gysylltiedig â gwaith

16.3 cadw eich lles personol chi

17. pwysigrwydd cadw ystum a safiad eich corff drwy gydol triniaeth tylinio therapi gwresol, i gynnwys:

17.1 cefnogi llif ac effeithiolrwydd y driniaeth

18. cadw'r unigolyn yn gyfforddus a gofalu amdano/i drwy gydol y driniaeth yn unol â thyliniad therapi gwresol, i gynnwys:

18.1 sicrhau bod yr amgylchedd yn hyrwyddo tawelu neu symbylu canfyddiadau amlsynhwyrol y corff yn unol â'r protocol triniaeth tylinio therapi gwresol

19. pwysigrwydd gwneud dadansoddiad o'r corff a'r croen er mwyn penderfynu ar y cynllun triniaeth therapi gwresol

20. pam ei bod yn bwysig nodi diffygion a chyflyrau ystumiol yr unigolyn a sut ellir eu gwella

21. y mathau o gynnyrch glendid ar gyfer y croen a phwysigrwydd dilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr, i gynnwys:

21.1 addasiadau yn dibynnu ar fan triniaeth yr unigolyn

22. y cyfryngau tylinio a ddefnyddir gyda thriniaeth tylinio therapi gwresol a'u heffeithiau, i gynnwys:

22.1 pryd mae hi'n briodol gwneud tyliniad therapi gwresol heb ddefnyddio cyfrwng

---

tylino

23. y mathau o gyfarpar therapi gwresol sydd ar gael, i gynnwys:
  - 23.1 y rhesymau pam na ddylid defnyddio therapi gwresol mewn modd statig ar y croen a pham bod angen symudiadau cyson
24. y mathau o, manteision a chyfyngiadau defnyddio technegau therapi gwresol mewn triniaeth tylino, i gynnwys:
  - 24.1 y manteision cysylltiedig ac osgoi anafiadau sy'n gysylltiedig â gwaith 24.2 risgiau cysylltiedig a sut i ymateb
25. y mathau o dechnegau tylino therapi gwresol a'u heffeithiau
26. sut y gall technegau tylino therapi gwresol gael eu haddasu i greu effeithiau therapiwtig
27. sut i baratoi a defnyddio cynnyrch, offer a chyfarpar yn unol â'r protocol triniaeth tylino therapi gwresol
28. pam ei bod yn bwysig egluro'r broses driniaeth a'r teimlad a ddaw yn ei sgil i'r unigolyn
  29. pwysigrwydd monitro iechyd a lles yr unigolyn, yn ystod ac ar ôl y driniaeth
  30. pwysigrwydd rhoi amser i'r unigolyn i ymadfer ar ôl triniaeth tylino therapi gwresol
31. y rhesymau dros gymryd delweddau gweledol gyda chydsyniad o fan triniaeth yr unigolyn, a'u cadw yn unol â gofynion y gwasanaeth, a'r rhai deddfwriaethol, yswiriant a chyfundrefnol
  32. y gofynion deddfwriaethol a rheoleiddiol ar gyfer cwblhau a chadw cofnodion triniaeth tylino therapi gwresol yr unigolyn
  33. canlyniadau disgwylidig triniaethau tylino therapi gwresol
  34. diben ymarfer adfyfyriol a gwerthuso a sut y mae'n darparu gwybodaeth ar gyfer triniaethau yn y dyfodol
35. pwysigrwydd cofnodi canlyniad y driniaeth tylino therapi gwresol a'r gwerthusiad ohoni
  36. y cyfarwyddiadau a'r cyngor, cyn ac ar ôl y driniaeth tylino therapi gwresol

---

## Cwmpas/Ystod

### Proffil ffordd o fyw

1. geneteg
2. ymborth
3. galwedigaeth
4. cwsg
5. lles
6. lefel straen

### Adweithiau niweidiol

1. gorwaedu
2. cleisio
3. alergedd
4. ymateb iachau gormodol

### Protocol triniaeth therapi gwresol

\* \*

1. amgylchedd waith
- iechyd a diogelwch
  - atal a rheoli haint
  - cynllun triniaeth
  - cydsyniad gwybodus
6. rheoli data
- canlyniadau profion
  - cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr

- archwilio ac atebolrwydd
- 10. cyfarwyddiadau a chynghor
- 11. cynaliadwyedd
- 12. rheoli gwastraff
- 13. ymarfer yn seiliedig ar dystiolaeth
- 14. ymarfer adfyfyriol

\*

\*

\*

\*

\*

\*

\*

\*

### **Nodweddion y corff**

1. tôn y cyhyrrau
2. tensiwn y cyhyrrau
3. dwysedd y blew
4. cylchrediad araf
5. dosbarthiad y croen
6. cyflwr y croen
7. hydwythedd llac
8. ystumiau

### **Offer a Chyfarpar**

1. offer llaw sydd angen eu cynhesu
2. offer llaw sydd angen eu oeri
3. cyfarpar cynhesu a pharatoadau
4. cyfarpar oeri a pharatoadau

### **Cyfrwng tylino**

1. olew
2. hufen

### **Technegau tylino therapi gwresol**

1. effleurage
2. petrissage
3. ffrithiant
4. tapio
5. pwynt pwysedd
6. draenio lymphatig
7. defnyddio offer llaw sy'n gofyn eu cynhesu
8. defnyddio offer llaw sy'n gofyn eu hoeri
9. doddi cerrig pwyntiau o'r corff
10. pwynt clicied, tycio a thapio

\*

\*

### Cyfarwyddiadau

1. hawliau a chyfrifoldebau cyfreithiol yr unigolyn a'r ymarferydd
2. cyfarwyddiadau a gofal cyn ac ar ôl y driniaeth
3. cyfyngiadau a risgiau cysylltiedig
4. triniaethau yn y dyfodol

### Anatomeg a ffisioleg

1. strwythur a swyddogaeth systemau'r corff a'u cyd-ddibyniaeth ar ei gilydd
2. gwrtharwyddion cymharol a llwyr a phatholegau
3. ffactorau cynhenid ac anghynghenid sy'n effeithio ar swyddogaethau'r corff dynol a bioleg gyflawn
4. effeithiau corfforol, seicolegol a ffisiolegol tyliniad o'r corff ar lefel uwch

### Anafiadau sy'n gysylltiedig â gwaith

\*\*\*\*\* \*\* > 1. anaf straen ailadroddus > 2. ystumiol > 3. llid y croen > 4. dadhydradiad > 5. blinder >  
 >  
 > > \*\*Effeithiau therapiwtig\*\* > > 1. dadwenwyno > 2. ysgogol > 3. tonio > 4. ymlacio > 5. teimlo'n well > 6. lleddfu poen ysgafn > 7. gwella'r swyddogaeth imiwnedd > 8. gwella'r swyddogaeth niwrolegol > >

## Geirfa

### **G\*wrtharwydd llwyr\***

Mae gwrtharwydd llwyr yn gyflwr sy'n rhwystro'r gwasanaeth rhag cael ei gyflawni ac all fod angen cael ei gyfeirio.

### **Adwaith niweidiol**

Adwaith niweidiol yw adwaith 'annisgwyl' neu ganlyniad yn dilyn gwasanaeth e.e. llewygu

### **Anatomeg a ffisioleg**

Y ffordd mae'r systemau sgerbydol, cyhyrol, cylchredol, lymffatig, resbiradol, ysgarthol, arogleuol\*, \*\*ymylol, treuliol, endocrinaidd a nerfol yn rhyngweithio gyda'i gilydd a sut mae nhw'n effeithio ar yr unigolyn, y gwasanaeth a'r canlyniadau

### **Dosbarthiad y math o gorff**

Nodir mathau'r corff fel dosbarthiadau endomorff, mesomorff ac ectomorff.

### **Gwrth Weithred**

Gwrth weithred yw adwaith 'ddisgwylledig endocrinaidd neu ganlyniad yn dilyn gwasanaeth e.e. erythema

### **Ymarfer wedi ei seilio ar dystiolaeth**

Mae ymarfer wedi ei seilio ar dystiolaeth yn seiliedig ar y dystiolaeth orau gyfredol, ddilys a pherthnasol sydd ar gael

### **Cymorth Cyntaf**

Gall cymorth cyntaf gyfeirio at gymwysterau cymorth cyntaf yn y gwaith neu ei gyffelyb neu ymwybyddiaeth o gymorth cyntaf iechyd meddyliol.

### **Bioleg Gyflawn**

Ffactorau amgylcheddol ac sy'n ymwneud â'r ffordd o fyw ac sy'n effeithio ar y corff dynol.

### **Canfyddiad amlsynhwyrol**

Disgrifir canfyddiad amlsynhwyrol fel annog ymwybyddiaeth ofalgar. Defnyddir technegau i godi'r effaith a ddymunir.

### **Protocol**

Protocol yw gweithdrefn safonol er mwyn sicrhau arfer orau a chydymffurfiad pan yn darparu gwasanaethau e.e. dilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr

\* \*

### **Gwrthawrydd cymharol**

Gwrtharwydd cymharol yw cyflwr sy'n gofyn am asesiad o addasrwydd ar gyfer y gwasanaeth a/neu os oes angen addasiadau. carreg, arenfaen, cwarts, cerrig basalt, pwltrisiau a chywasgwyr ac olewau tyfino kannwyll.

## Cysylltiadau â SGC eraill

---

SKAHDBRBNST1, SKAHDBRBNS1, SKABBR1, SKABBR2, SKABN1, SKABN2, SKABN3, SKAB1, SKAB2, SKAB3, SKAB4, SKAB5, SKAB6, SKAB7, SKAB8, SKAB9, SKAB10, SKAB11, SKAB12, SKABS1, SKABS2, SKABS2, SKABS3, SKABS4, SKABS5, SKABS7, SKAHDBMN1, SKAHDBRBNS2, SKAHDBRBNS3, SKAHDBRBNST2, SKAHDBRBNST3, SKAHDBRBNT1

Datblygwyd gan	SkillsActive
Dyddiad cymeradwyo	30 Maw 2021
Dyddiad Adolygu Dangosol	31 Maw 2024
Dilysrwydd	Ar hyn o bryd
Statws	Gwreiddiol
Sefydliad cychwynnol	SkillsActive
RCU gwreiddiol	SKABT19
Galwedigaethau perthnasol	Therapydd Harddwch
Cyfres/Set	Therapi Harddwch
Geiriau Allweddol	ffyn bambw, cregyn lafa, bambw seramig , marmor, carreg forol, arenfaen, cwarts, cerrig basalt, pwltrisiau a chywasgwyr ac olewau tyliino kannwyll