



## Rhestr wirio annibyniaeth bum rhan

Mae rhestr wirio annibyniaeth bum rhan Y Groes Goch Brydeinig yn nodi ffactorau allweddol a allai effeithio ar annibyniaeth unigolyn. Mae'n ganllaw i staff a thimau amlddisgyblaethol sy'n gweithio gyda'r claf ei ystyried.

### 1. Annibyniaeth ymarferol

#### Er enghraifft:

- P'un a oes gan y claf amgylchedd cartref ac addasiadau addas

### 2. Annibyniaeth gymdeithasol

#### Er enghraifft:

- P'un a allai'r claf fod mewn perygl o unigrwydd neu ynysu cymdeithasol
- P'un a oes gan glaf gysylltiadau ystyrlon a rhwydweithiau cymorth

### 3. Annibyniaeth seicolegol

#### Er enghraifft:

- Sut mae claf yn teimlo am fynd adref ac a yw claf yn gallu delio ag unrhyw straen sy'n gysylltiedig ag anaf

### 4. Annibyniaeth gorfforol

#### Er enghraifft:

- P'un a yw'r claf yn gallu bod yn annibynnol yn gorfforol wrth ymolchi, gwisgo, coginio ac ati
- P'un a yw'r claf yn symudol ac, os na, a oes angen gofynion ychwanegol fel benthyciad cadair olwyn

### 5. Annibyniaeth ariannol

#### Er enghraifft:

- A yw'r claf yn meddu ar y gallu i ymdopi â beichiau ariannol

## Five part independence checklist

### 1. Practical independence

#### For example:

- Whether the patient has a suitable home environment and adaptations

### 2. Social independence

#### For example:

- Whether the patient may be at risk of loneliness or social isolation
- Whether a patient has meaningful connections and support networks

### 3. Psychological independence

#### For example:

- How a patient feels about going home and whether a patient is able to deal with any stress associated with injury

### 4. Physical independence

#### For example:

- Whether the patient is able to be physically independent whilst washing, getting dressed, cooking etc.
- Whether the patient is mobile and if not, if there are additional requirements needed such as a wheelchair loan

### 5. Financial independence

#### For example:

- Whether the patient holds the ability to cope with financial burdens