NEURODEM Cymru

COFRESTR ACHOSION YMCHWIL

CYFROL 1, RHIFYN 1

IONAWR 2010

NEWYDDLEN

Pwyntiau o ddiddordeb arbennig

- *Dysgu mwy am dim NEURODEM !*
- *Dysgu mwy am rai astudiaethau ymchwil sydd ar y gweill ar hyn o bryd.*
- *Darllen am brofiadau myfyriwr PhD*

CROESO I'N NEWYDDLEN GYNTAF!!

Bu'n dipyn o flwyddyn i Gofrestr Achosion Ymchwil NEURODEM! Ym mis Mawrth 2009 cefais fy mhenodi'n swyddog cefnogi projectau ymchwil yn y Ganolfan Datblygu Gwasanaethau Dementia ym Mangor, a cefais y gwaith o edrych ar ôl y gofrestr a oedd newydd ei chychwyn. Ers hynny, rydym wedi diweddaru'r holl bosteri a thaflenni ac wedi dwysau ein hymgyrch i roi cyhoeddusrwydd i'r gofrestr mewn clinigau cof, clinigau anhwylderau symud, a meddygfeydd teulu; yn ogystal ag i ymchwilwyr a chlinigwyr mewn cynadleddau a chyfarfodydd. Rydw i wedi diweddaru'r wefan hefyd, ac mae'n werth ei gweld! Mwy am hynny ar dudalen 2! Pan gychwynnais i, dim ond 3 o bobl oedd ar y gofrestr, bellach mae 26 ym Mangor, a 5 yng Nghaerdydd. Cefais gyfarfod gyda chydweithwyr yn Abertawe a Chaerdydd ddechrau Rhagfyr ac rydw i'n falch o adrodd eu bod nhw i gyd yn awyddus i'w hyrwyddo yn eu hardaloedd. Dechreuodd hyn i gyd wrth i Sarah Hunt o Gaerdydd gael cyswllt o wefan Cymdeithas Alzheimer i dudalen ein Cofrestr Achosion Ymchwil! Gallwch ddarllen mwy am hynny'n nes ymlaen yn y newyddlen honno.

Gan mai ein newyddlen gyntaf yw hon, byddem yn falch iawn o gael eich sylwadau ar yr hyn yr hoffech ei weld. Croeso i chi gysylltu â ni os oes gennych sylwadau. Mae manylion cyswllt ar y dudalen gefn.

Hoffwn ddiolch i bawb sydd wedi ymuno â'r gofrestr. Mae arnom angen pobl sydd yn fodlon cymryd rhan mewn ymchwil er mwyn gwella triniaethau. Gallech gael y cyfle i gyfrannu at yr ymchwil ddiweddaraf er mwyn dod o hyd i achosion dementia, neu ffyrdd o'i atal neu ei wella, neu well gofal i bobl gyda'ch cyflwr chi. Ni allwn symud ymlaen heb eich help a'ch arbenigedd.

Gobeithio i chi gael Nadolig gwych a dymunaf flwyddyn newydd dda i chi i gyd gan dîm NEURODEM!

Kat Algar

Yr Athro Bob Woods
Arweinydd Rhwydwaith NEURODEM

CYFARFOD Y TÎM

Ym mhob newyddlen, byddwn yn eich cyflwyno i aelod o dîm NEURODEM.

Y mis yma, byddwn yn dechrau gyda'r Athro Bob Woods, arweinydd rhwydwaith NEURODEM, ymysg sawl swyddogaeth arall. Ers i Bob gymhwyso fel seicolegydd clinigol, mae wedi arbenigo mewn gweithio gyda phobl hyn. Mae wedi dal swyddi academaidd yn Llundain ac yna ym Mangor lle symudodd yn 1996. Prif ddiddordebau ymchwil Bob yw gofalwyr teuluol pobl â dementia ac ymyriadau i wella ansawdd bywyd a gweithredu pobl â dementia. Mae wedi cyhoeddi sawl papur ymchwil a llyfr. Mae'n Gennad dros Gymdeithas Alzheimer ac yn parhau ei waith clinigol yn y Clinig Cof.

Mae Bob hefyd yn gefnogwr brwd i Glwb Manchester United. Sut mae'n cael yr amser!!

Yn y rhifyn hwn

Cofrestr Achosion Ymchwil NEURODEM	2
Cyswllt â Chymdeithas Alzheimer	2
Cyfres arall o'r project Hel Atgofion	2
Manylion cyswllt pob Canolfan NEURODEM	3
Profiad ymchwilydd sy'n defnyddio'r gofrestr.	3

NEWYDDION COFRESTR ACHOSION YMCHWIL NEURODEM

Sarah Hunt

Aelod o dîm NEURODEM yng Nghaerdydd.

MAE COFRESTR ACHOSION YMCHWIL NEURODEM AR-LEIN

Wrth ddiweddaru deunydd hyrwyddo i'r gofrestr, rydym hefyd wedi ailwampio'r wefan. Ewch i'w gweld! Mae mewn tair rhan; un i bobl sy eisiau ymuno â'r gofrestr, un i bobl sydd eisoes ar y gofrestr, ac un i ymchwilwyr neu glinigwyr sydd am ddefnyddio'r gofrestr i recriwtio darpar gyfranwyr. Ym mhob adran fe welwch gysylltiadau â dogfennau perthnasol megis ffurflen newid cyfeiriad. Rydym eisoes wedi cael cais am ffurflen gofrestru trwy'r wefan!

www.neurodemcymru.org (ewch wedyn i'r Gofrestr Achosion Ymchwil o'r ddewislen ar y chwith)

MAE YMCHWILWYR WEDI DECHRAU DEFNYDDIO'R GOFRESTR

Mae tri ymchwilydd o Brifysgol Bangor wedi dod at dîm NEURODEM i ddod i hyd i bobl a allai gyfrannu yn eu projectau. Wrth ddwysau'n gwaith hyrwyddo, y gobaith yw y bydd y nifer hwn yn codi cyn bo hir, unwaith y bydd mwy o bobl ar y gofrestr. Rydym wedi gallu helpu pob un o'r tri, ac efallai fod rhai ohonoch wedi cael cais yn barod i gymryd rhan mewn astudiaeth. Mae un o'r ymchwilwyr hynny, Lisa Caddell, myfyriwr PhD, wedi ysgrifennu erthygl fer ar gyfer y newyddlen hon, a welir ar y dudalen gefn.

CYSWLLT RHWNG NEURODEM A CHYMDEITHAS ALZHEIMER

Mae Sarah Hunt, aelod o dîm NEURODEM o Gaerdydd wedi bod yn brysur yn hyrwyddo'r gofrestr. Dechreuodd trwy ysgrifennu erthygl fer oedd yn addas i amrywiaeth o newyddlenni a'u hanfon at ganghennau lleol Cymdeithas Alzheimer ymhlith eraill. Yn fuan wedyn, cafodd ateb gan y Gymdeithas yn dweud yr hoffent roi cyswllt i'n gwefan ar eu tudalen am dreialon clinigol!

Mae hyn i'w gweld ar :

www.alzheimers.org.uk/clinicaltrials

Ers hynny, mae Sarah hefyd wedi ysgrifennu erthygl sydd wedi ymddangos mewn newyddlen ymchwil sy'n mynd allan at gleifion, gofalwyr a defnyddwyr gwasanaeth ar draws y DU.

Mae'n bwysig iawn ein bod yn cael cefnogaeth mudiadau fel Cymdeithas Alzheimer gan eu bod yn deall yr angen am ymchwil.

Alzheimer's Society — Leading the fight against dementia

"Mae fy ngwraig fel petai'n dod yn fyw ym mhob cyfarfod ac mae'r effaith yn para am ychydig ddiwrnodau bob tro."

CYFRES ARALL O'R PROJECT HEL ATGOFION

Mae llawer ohonoch eisoes wedi cymryd rhan yn un o'r grwpiau Hel Atgofion dan arweiniad Prifysgol Bangor. Maent yn rhan o broject ymchwil mawr dan arweiniad yr Athro Bob Woods. Daeth y newyddion cyffrous bod cyfres arall o sesiynau ar y gweill. Dyma'r pedwerydd grŵp project dan arweiniad Joan Woods, swyddog hyfforddi yn y DSDC. Meddai Joan, "Mae'r ymateb cadarnhaol gan gyfranwyr a hwyluswyr wedi bod yn anhygoel. Dros dair cyfres o sesiynau dim ond dyrnaid o bobl sydd wedi cymryd rhan sydd wedi teimlo nad yw hel atgofion ddim yn apelio atynt. Mae'r mwyafrif, fodd bynnag, wedi dweud yn aml yn y grwpiau cymaint maen nhw wedi elwa ac wedi mwynhau'r hyn maen nhw wedi ei brofi neu wedi bod yn dyst iddo. Meddai un dyn - 'Dw i wrth fy modd yn dod yma. Does dim rhaid i mi gymryd arna i mod i'n ddwl fel bod eraill ddim yn teimlo'n lletchwith. Galla i fod yn fi fy hun. Yma does dim ots gan neb fod gen i Alzheimer's. Mae pawb yn fy nerbyn ac yn fy mharchu.' Ysgrifennodd dyn arall at y tîm i ddiolch iddynt ac ychwanegodd - 'Mae fy ngwraig fel petai hi'n dod yn fyw ym mhob cyfarfod ac mae'r effaith yn para am ychydig ddiwrnodau bob tro.' Mae'r sesiynau hel atgofion yn tueddu i ymledu i'r ardal leol hefyd, wrth i hwyluswyr gwirfoddol ddefnyddio'r syniadau yn eu gwaith".

Rhai o'r hwyluswyr o wahanol gyfresi'r project hel atgofion.

COFRESTR ACHOSION YMCHWIL

NEURODEM Cymru
Ardudwy
Safle'r Normal
Prifysgol Bangor
Ffordd Caergybi
Bangor
LL57 2PX

Ffon: (01248) 382598 / 382226
Ebost: neurodem@bangor.ac.uk

Caerdydd:
Cofrestr Achosion Ymchwil NEURODEM,
CRC Cymru,
Trydydd Llawr,
12 Heol y Gadeirlan,
Caerdydd
CF11 9LJ

(02920) 196851

Abertawe:
Cofrestr Achosion Ymchwil NEURODEM,
Ystafell 252, Adeilad Grove,
Prifysgol Abertawe,
Abertawe.
SA2 8PP

(01792) 602097

Rydym ni ar y we!
www.neurodemcymru.org

Byddem ni wrth ein bodd yn cael adborth! Wnaethoch chi fwynhau'r newyddlen? Sut gallem ei gwella? Beth hoffech chi ddarllen amdano?

PROFIAD YMCHWILYDD SY'N DEFNYDDIO'R GOFRESTR

Lisa Caddell
Myfyriwr PhD

Mae Lisa Caddell yn son am ei hymchwil a sut mae Cofrestr Achosion Ymchwil NEURODEM wedi ei helpu i recriwtio cyfranwyr:

"Rydw i wrthi'n astudio ar gyfer gradd ymchwil (PhD) ym Mhrifysgol Bangor ac rydw i'n gweithio efo pobl â chlefyd Alzheimer's a dementia fasgwlaidd yng Nghymru. Mae yna amryw ohonom yn gweithio yn y maes hwn, ac mae ein hymchwil yn cwmpasu ystod eang o bynciau o ba mor ymwybodol y mae pobl o'u problemau cof i sut mae gofalwyr yn teimlo ynghylch edrych ar ôl perthynas â dementia. Mae fy ymchwil i yn edrych ar sut mae dementia datblygol yn effeithio ar sut mae rhywun yn teimlo amdanyn nhw eu hunain a'u hunaniaeth, h.y. eu hymdeimlad o bwy ydyn nhw. Hoffwn ganfod ydy'r newid hwn yn gysylltiedig â galluoedd cof rhywun ac a all hyn yn ei dro effeithio ar hwyliau a lles rhywun. Nod tymor hir yr ymchwil hon yw gwella gofal pobl â dementia trwy ddeall mwy am sut mae'r ymchwil yn effeithio ar bobl a beth allai helpu. Yn ein holl brojectau rydym yn ddibynnol ar bobl â dementia a'u perthnasau i wirfoddoli i gymryd rhan, mae bob amser yn her i ddod o hyd i ddigon o bobl i gymryd rhan. Dyna pam mae NEURODERM yn adnodd gwerthfawr iawn i ni - heboch chi, allen ni ddim gwneud ein hymchwil. Mae Rhestr Achosion Ymchwil NEURODEM yn ein galluogi i weithio'n agosach gyda chleifion, ac mae hefyd yn rhoi cyfle i gleifion gymryd rhan agosach yn ein hymchwil os ydynt yn dymuno. Os ydym yn dal i weithio gyda'n gilydd yn y modd hwn, mae'n siŵr y bydd yn ein helpu i yrru'n hymchwil yn ei blaen, ac rydym yn hynod ddiolchgar i bawb a roddodd o'u hamser i'n helpu i gyrraedd y nod. "

Mae papur ymchwil cyntaf Lisa wedi ei gyhoeddi'n ddiweddar yn y cyfnodolyn Clinical Psychology Review. Da iawn Lisa!