Anhwylderau Cyhyrysgerbydol

Mae ffisiotherapi yn effeithiol o safbwynt triniaeth glinigol a chost wrth reoli a thrin anhwylderau cyhyrysgerbydol. Anhwylderau cyhyrsgerbydol yw un o'r problemau mwyaf cyffredin a gaiff eu trin gan ffisiotherapyddion

Ffisiotherapi

Gall ymyriad cynnar gyda ffisiotherapi ostwng faint o amser y mae pobl yn wael ac mae'n hanfodol er mwyn atal problem aciwt rhag datblygu'n broblem gronig.

Mae dwy o adrannau llywodraeth Gogledd Iwerddon wedi darparu mynediad cynnar i ffisiotherapi ar gyfer aelodau staff gydag anhwylderau cyhyrysgerbydol. Dywedodd 80% ohonynt fod ffisiotherapi wedi eu hatal rhag cymryd amser o'r gwaith, ac o'r sawl oedd eisoes i ffwrdd yn sâl, dywedodd dros 80% fod ffisiotherapi wedi lleihau eu cyfnod ymaith o'r gwaith. Dywedodd y sawl a ymatebodd fod y gwasanaeth wedi gostwng eu habsenoldeb gan chwe wythnos ar gyfartaledd.[1]

Canmolwyd Ymddiriedolaeth Ysbyty Gorllewin Suffolk, Bury St Edmunds, gyn adroddiad Boorman[2] am arbed £170,000 drwy system atgyfeirio ar sail blaenoriaeth i ffisiotherapydd lleol ar gyfer staff wedi eu hanafu. Am £21,000 roedd wedi sicrhau gostyngiad o 40% yn nifer y dyddiau a gollwyd oherwydd absenoldeb salwch ac arbedion o £170,000 yng nghost anhwylderau cyhyrysgerbydol.

Yn seiliedig ar ystadegau diweddaraf y Weithrediadaeth Iechyd a Diogelwch[3] mae gan 227,000 o anhwylder cyhyrysgerbydol yn y cefn, 215,000 yn y cymalau uchaf neu'r gwddf a 96,000 yn y cymylau isaf. Poen yng ngwaelod y cefn yw prif reswm absenoldeb hirdymor o'r gwaith ymysg gweithwyr corfforol ac anhwylderau cyhyrysberbydol yw'r rheswm mwyaf cyffredin am ymgynghoriadau mynych gyda meddygon teulu, gan gyfrif am hyd at 30% o ymweliadau gofal sylfaenol.[4]

Maint y Broblem !

- Anhwylderau cyhyrysgerbydol yn gyson yw'r salwch cysylltiedig â gwaith a adroddwyd amlaf ers i gofnodion ddechrau. Yn 2008/09 amcangyfrifwyd fod **538,000** o bobl ym Mhrydain Fawr, oedd wedi gweithio yn y flwyddyn ddiwethaf, yn credu eu bod yn dioddef o anhwylderau cyhyrysgerbodol a achoswyd neu a waethogwyd gan eu gwaith presennol neu flaenorol. Amcangyfrifwyd y collwyd **9.3 miliwn** o ddyddiau gwaith (cyfwerth â diwrnod llawn) yn y Deyrnas Unedig oherwydd anhwylderau cyhyrysgerbydol yn 2008/09.[5]
- O fewn y GIG caiff **hanner absenoldeb salwch** ei achosi gan anhwylderau cyhyrysgerbydol.

Hunanatgyfeiriad

Profodd hunanatgyfeiriad at ffysiotherapi yn llwyddiannus yn glinigol gyda boddhad uchel ymysg cleientiaid yn ogystal â bod yn effeithiol o ran cost.

Canfuwyd bod y cynlluniau peilot hunanatgyfeiriad a gynhaliwyd ar draws chwe safle GIG yn Lloegr rhwng 2006 a 2008 wedi gostwng nifer y costau cysylltiedig i'r GIG yn enwedig o ran asesiadau a rhoi presgripsiynau gyda 75% o gleifion a ddewisodd hunanatgyfeiriad heb fod angen

▸▸

Cost Anhwylderau Cyhyrysgerbydol

- Mae **22 y cant** o bobl sydd ar Fudd-dal Analluogrwydd (Lwfans Cefnogi Cyflogaeth) gydag anhwylderau cyhyrysgerbydol [7]
- Mae anhwylderau cyhyrysgerbydol yn costio tua **£7.4biliwn** i gymdeithas bob blwyddyn.[8,9]

presgripsiwn ar gyfer meddyginiaethau. Yn ychwanegol, ni fu unrhyw gynnydd yn y galw am wasanaethau a gostyngodd hunanatgyfeiriad absenoldeb yn y gwaith ymysg cleifion. [6]

Canfu dadansoddiad o hunanatgyfeiriad yn yr Alban fod y gost ar gyfartaledd o bennod yn £95.48 ar gyfartaledd i'r sawl a hunanatgyfeiriodd, £113.24 ar gyfer atgyfeiriad a awgrymwyd gan feddyg teulu a £126.17 ar gyfer atgyfeiriad gan feddyg teulu. Dynodwyd bod hunanatgyfeiriad yn arbed tua £2.5 miliwn y flwyddyn i GIG yr Alban.[10]

Cynhaliodd Ymddiriedolaeth Doncaster a Bassetlaw gynllun peilot llwyddiannus ar wasanaeth hunanatgyfeirio at ffisi therapydd ar gyfer 6500 o staff yn 2005. Cynigwyd y gwasanaeth yn barhaol ar ôl i asesiad ddynodi arbedion posibl o fwy na £330,000. Fe'i defnyddir gan aelodau o staff ym mhob cornel o'r Ymddiriedolaeth ac mae'n cynnig amser aros o 2.8 diwrnod ar gyfartaledd. Mae dros hanner y defnyddwyr yn dweud y byddent wedi cymryd amser o'r gwaith pe na bai'r gwasanaeth ar gael.

Yng Nghaergrawnt, gostyngodd hunanatgyfeiriad at wasanaethau cleifion allanol anhwylderau cyhyrysgerbydol oherwydd bod meddygon teulu yn gwneud llai o ddefnydd o bresgripsiynau a phrofion diagnostig. Nid oedd 75% o'r cleifion a hunanatgyfeiriodd angen presgripsiwn ar gyfer meddyginiaethau gan roi arbediad ar gyfartaledd o £12,000 i bob meddygfa.

Asesiad a chefnogaeth dros y ffôn

Canfuwyd bod asesu difrifoldeb cyflwr claf dros y ffôn yn effeithiol o safbwynt adnoddau. Mae brysbennu dros y ffôn yn arbed amser i'r claf ac i'r ffisiotherapydd yn ogystal ag arbed costau gan sicrhau blaenoriaeth i'r sawl sydd angen triniaeth frys.

Lle'n briodol, mae cefnogaeth ddilynol dros y ffôn yn cael ei ystyried yn effeithiol o safbwynt triniaeth glinigol a chost gan alluogi cleifion i reoli eu cyflwr gan osgoi ailwaelu.

Defnyddiodd gwasanaeth ffisiotherapi iechyd galwedigaethol frysbennu a chefnogaeth ddilynol dros y ffôn fel rhan o raglen i drin anhwylderau cyhyrysgerbol mewn staff yn GIG Lothian. Arbedwyd dros £300,000 mewn cyflogau'n unig drwy ostwng absenoldeb salwch a bu gostyngiad o 74 y cant mewn dychweliad anhwylderau cyhyrysgerbydol naw mis ar ôl y rhaglen.[11]

Casgliadau

Mae mynediad cyflym i ffisiotherapi ar gyfer pobl gydag anhwylderau cyhyrsgerbydol yn effeithiol yn glinigol ac a ran cost ar gyfer y gwasanaeth iechyd, yn cynnwys meddygon teulu, ar gyfer cyflogwyr a chymdeithas. Mae ffisiotherapyddion wedi helpu i arloesi dulliau newydd o ddarparu mynediad cyflym o fewn gwasanaethau sydd eisoes ar gael.

Gwybodaeth bellach

Uned Ymholiadau'r CSP
Ffôn: 0207 306 6666
E-bost: enquiries@csp.org.uk
Gwefan: www.csp.org.uk

skipp SUPPORTING KNOWLEDGE IN PHYSIOTHERAPY PRACTICE

CHARTERED SOCIETY OF PHYSIOTHERAPY

Cyfeiriadau

1. Swyddfa Archwilio Gogledd Iwerddon. Management of sickness absence in the Northern Ireland Civil Service. Report by the Comptroller and Auditor General NIA 132/07-08, 22 Mai 2008. Norwich: TSO (Y Llyfrfa); 2008URL: www.niauditoffice.gov.uk/pubs/Absence/Absence-final.pdf

2. Boorman S. NHS health and well-being review: interim report. Llundain: Adran Iechyd; 2009 URL: www.nhshealthandwellbeing.org/pdfs/NHS%20Staff%20H&WB%20Review%20Final%20Report%20VFinal%2020-11-09.pdf

3. Gweithrediadaeth Iechyd a Diogelwch. Tabl SWIT3W12 - 2008/09. URL: www.hse.gov.uk/statistics/lfs/0809/swit3w12.htm

4. NICE. Low back pain: early management of persistent non-specific low back pain. Llundain: NICE; 2009. URL: www.nice.org.uk/nicemedia/live/11887/44343/44343.pdf

5. Gweithrediadaeth Iechyd a Diogelwch. Musculoskeletal disorders. URL: www.hse.gov.uk/statistics/causdis/musculoskeletal/index.htm

6. Adrfan Iechyd. Self-referral pilots to musculoskeletal physiotherapy and the implications for improving access to other AHP services. Leeds: Adran iechyd; 2008. URL: www.dh.gov.uk/en/Publicationsandstatistics/Publications/PublicationsPolicyAndGuidance/DH_089516

7. Kemp PA, Davidson J. Routes onto Incapacity Benefit: Findings from a survey of recent claimants. Adran Gwaith a Phensiynau, Adroddiad Ymchwil 469. URL: http://research.dwp.gov.uk/asd/asd5/rports2007-2008/rrep469.pdf

8. Bevan S, Passmore E, Mahdon M. Fit for work? Musculoskeletal Disorders and Labour Market Participation. Llundain: Y Sefydliad Gwaith; 2007. URL: www.workfoundation.co.uk/assets/docs/publications/44_fit_for_work_small.pdf

9. Gweithrediadaeth Iechyd a Diogelwch. Interim update of the "Costs to Britain of Workplace Accidents and Work-Related Ill Health". Llundain: Gweithrediadaeh Iechyd a Diogelwch 2004. URL: www.hse.gov.uk/statistics/pdf/costs.pdf

10. Gwybodaeth Ffisiotherapi Hunanatrgyfeirio. Tabl costau diweddaredig (2010). URL: www.selfreferralphysioinfo.com/pp.html

11. Trueland J. Staff scheme an all-round winner. Frontline 2008; 14(10): 10. URL: www.csp.org.uk/frontline/article/staff-scheme-all-round-winner

000568 P&D OCT 2011