P-05-736- Darparu Gwasanaethau Iechyd Meddwl Mwy Hygyrch.

Cyflwynwyd y ddeiseb hon gan Laura Williams ar ôl casglu 73 llofnod.

Geiriad y ddeiseb

Er mwyn darparu gwasanaethau iechyd meddwl mwy hygyrch, dylai Llywodraeth Cymru wneud yn siŵr nad oes neb sy'n gofyn am gymorth gan wasanaeth iechyd meddwl gael ei droi ymaith heb help. Os oes unrhyw un yn mynd at eu meddyg teulu neu unrhyw weithiwr gofal iechyd proffesiynol i ofyn am gymorth ar gyfer problem iechyd meddwl, dylid eu cyfeirio'n awtomatig at y Tîm Argyfwng a dylai'r tîm hwn gymryd camau ar unwaith i'w helpu. Nid yr unigolyn ddylai fod yn gyfrifol am gysylltu â'r Tîm Argyfwng ei hun. Dylid cynnig therapi un i un, yn hytrach a therapi grŵp, bawb.

Fel y gŵyr nifer, nid yw fy mywyd i wedi bod yn hawdd ac rwyf wedi cael problemau iechyd meddwl; rwy'n cael pyliau o iselder, gorbryder, anhwylder straen wedi trawma (PTSD) ac OCD. Cyrhaeddais y gwaelod un yn ddiweddar, a sgrechian am help ond, er i mi gredu y byddai'r gwasanaethau iechyd meddwl yn fy helpu, cefais fy siomi'n arw ganddynt.

Rwyf am i'm profiad i helpu eraill yng Nghymru i gael y cymorth sydd ei angen arnynt.

Etholaeth a Rhanbarth y Cynulliad

- Gorllewin Caerdydd
- Canol De Cymru