Taflen Wybodaeth Cymryd Rhan

Astudiaeth SWiM 2.0 (Cymorth Rheoli Pwysau)

Gwahoddiad i gymryd rhan mewn astudiaeth ymchwil

- Cyn penderfynu a ydych chi am gymryd rhan ai peidio, darllenwch y wybodaeth ganlynol yn ofalus. Mae'n esbonio pam mae'r ymchwil yn cael ei gwneud a beth mae'n ei olygu. Trafodwch gyda ffrindiau, perthnasau a'ch meddyg teulu os hoffech chi.
- Chi sydd i benderfynu a ydych chi am gymryd rhan yn y prosiect hwn ai peidio. Os nad ydych chi am gymryd rhan, ni fydd hyn yn effeithio ar safon y gofal na'r math o ofal a gewch.
- Cofiwch holi os nad yw rhywbeth yn gwbl glir, neu os hoffech fwy o fanylion.
- Diolch am ddarllen y daflen wybodaeth hon.

Gwybodaeth allweddol

- Ein nod yw profi a yw ein hymyrraeth yn helpu pobl i gadw pwysau a gollwyd i ffwrdd ac yn gwella eu lles corfforol a seicogymdeithasol ar ôl cymryd rhan mewn rhaglen colli pwysau.
- Bydd hanner y bobl yn yr astudiaeth yn cael cynnig ymyrraeth 14 wythnos gyda chymorth anogwr o'r enw "SWiM" (Supported Weight Management). Mae'n cynnwys sesiynau wythnosol ar blatfform gwe SWiM, neu ddefnyddio llawlyfr papur, a 4 galwad cymorth dros y ffôn gydag anogwr.
- Bydd yr hanner arall yn cael cynnig gofal safonol ar ffurf taflen o gynghorion ac awgrymiadau ar gyfer cynnal colli pwysau.
- Mae croeso i chi roi'r gorau i gymryd rhan yn yr astudiaeth ar unrhyw adeg, heb roi rheswm.
- Byddwn yn cynnal eich cyfrinachedd bob amser. Bydd yr holl wybodaeth sy'n cael ei chasglu amdanoch chi'n cael ei chadw'n gwbl gyfrinachol gan Brifysgol Caergrawnt.

SWiM SUPPORTING WEIGHT MANAGEMENT

Cynnwys

1 Cefndir yr astudiaeth
2 Pam dwi wedi cael gwahoddiad i gymryd rhan?
3 Beth fydd yn digwydd a sut bydda i'n cymryd rhan?
4 Manteision ac anfanteision posibl cymryd rhan
5 Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon
6 Sut byddwch chi'n gofalu am fy ngwybodaeth i?
7 Cysylltu i gael rhagor o wybodaeth

Sut i gysylltu â ni

Os oes gennych unrhyw gwestiynau am yr astudiaeth, siaradwch â:

Jenny Woolston
Uned Epidemioleg MRC
Prifysgol Caergrawnt

Rhif ffôn: 01223 375399
E-bost: swim2.study@mrc-epid.cam.ac.uk

1 Cefndir yr astudiaeth

Ar ôl cwblhau rhaglen colli pwysau, mae pobl yn aml yn ei chael hi'n anodd cynnal eu pwysau newydd ac mae llawer yn adennill y pwysau gollon nhw yn y lle cyntaf. Rydyn ni'n cynnal yr astudiaeth hon i ganfod y ffordd orau o helpu pobl i gadw'r pwysau a gollwyd i ffwrdd, gwella eu hiechyd a lleihau eu risg o ddatblygu problemau iechyd sy'n gysylltiedig â phwysau. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod math o therapi seicolegol o'r enw Therapi Derbyn ac Ymrwymo (ACT) yn gallu helpu i reoli pwysau yn yr hirdymor. Fe wnaethom weithio gyda chleifion a gweithwyr iechyd proffesiynol i ddatblygu rhaglen hunangymorth dan arweiniad yn seiliedig ar ACT er mwyn helpu i reoli pwysau ar ôl colli pwysau. SWiM (Supporting Weight Management) ydy enw'r ymyrraeth hon.

Pa ddulliau ydyn ni'n edrych arnyn nhw?

Hoffem brofi i weld a ydy ymyrraeth SWiM yn gallu helpu pobl i beidio ag adennill pwysau ac i wella eu hiechyd a'u lles ar ôl cwblhau rhaglen rheoli pwysau.

Bydd hanner y cyfranogwyr yn derbyn ymyrraeth SWiM, rhaglen hunangymorth dan arweiniad 4 mis sy'n cynnwys galwadau cymorth dros y ffôn gydag anogwr.

Bydd yr hanner arall yn derbyn gofal safonol a thaflen o gynghorion ac awgrymiadau defnyddiol er mwyn cynnal y pwysau a gollwyd.

Beth ydyn ni'n gobeithio ei ganfod?

Rydyn ni eisiau gwybod p'un o'r ddau ddull hyn sydd orau i helpu pobl i reoli eu pwysau yn y tymor hwy ac i wella eu hiechyd a'u lles. Rydyn ni hefyd am wybod pa ddull sy'n cynnig y gwerth gorau am arian i'r GIG. Rydyn ni am ddeall profiadau grwpiau gwahanol o bobl sy'n cymryd rhan yn yr astudiaeth fel y gallwn wella'r ymyriadau a dweud wrth y GIG sut mae modd eu defnyddio'n genedlaethol i helpu cymaint o bobl â phosibl.

Sut mae penderfynu pwy sy'n cael yr ymyrraeth newydd?

Bydd rhaglen gyfrifiadurol yn dewis pa grŵp rydych chi'n cael eich neilltuo iddo – proses 'ar hap'. Mae'n debyg i daflu dis; allwn ni ddim rheoli pa grŵp sy'n cael ei ddewis.

Mae gweddill y daflen yn esbonio sut gallech chi fod yn rhan o'n hastudiaeth ymchwil.

2 Pam ydw i wedi cael gwahoddiad i gymryd rhan?

Rydych chi'n cael eich gwahodd i gymryd rhan oherwydd eich bod wedi cwblhau rhaglen colli pwysau yn ddiweddar. Rydyn ni'n chwilio am 1,840 o bobl yn y DU i gymryd rhan.

Yn anffodus, dim ond un person fesul cartref sy'n gallu cymryd rhan yn yr astudiaeth er mwyn osgoi dryswch ynghylch data o'r cloriannau pwyso a'r potensial i unigolyn yn y grŵp ymyrraeth ddylanwadu ar unigolyn yn y grŵp rheoli.

Oes rhaid i mi gymryd rhan?

Na, chi sydd i benderfynu a ydych am gymryd rhan yn yr astudiaeth ai peidio. Mae croeso i chi adael yr astudiaeth unrhyw bryd, heb roi rheswm, ond byddwn yn cadw'r wybodaeth sydd gennym amdanoch chi'n barod. Ni fydd hyn yn effeithio ar safon y gofal na'r math o ofal rydych chi'n ei dderbyn y tu allan i'r astudiaeth.

Mae'r tîm ymchwil yn cadw'r hawl i'ch tynnu o'r astudiaeth os ydyn nhw'n teimlo nad ydych chi'n cydymffurfio â gofynion yr astudiaeth neu brotocol yr astudiaeth.

3 Beth fydd yn digwydd a sut bydda i'n cymryd rhan?

Os oes gennych ddiddordeb mewn cymryd rhan yn yr astudiaeth, llenwch yr holiadur cymhwystra neu cysylltwch â ni drwy e-bost neu dros y ffôn. Mae'r

manylion cyswllt ar dudalennau blaen a chefn y daflen hon.

Yn y ffurflen, bydd gofyn i chi ateb cwestiynau i wirio a ydych chi'n gallu cymryd rhan. Bydd hyn yn cynnwys cwestiynau am eich pwysau ar hyn o bryd a'ch profiad diweddar gyda rhaglenni colli pwysau.

Os ydych chi'n gymwys ac yn dymuno cymryd rhan, byddwch yn gallu rhoi caniatâd electronig a llenwi'ch manylion i dderbyn y glorian a'r prawf pigiad bys.

Os yw'n well gennych, gallwch roi caniatâd i'ch gweithiwr proffesiynol rheoli pwysau drosglwyddo'ch manylion cyswllt i dîm yr astudiaeth a fydd yn cysylltu â chi wedyn.

Mesurau astudio

Byddwn yn gofyn i chi gwblhau'r mesurau canlynol ar ddechrau'r astudiaeth ac yna 6 mis, 12 mis, a 24 mis ar ôl i chi ddechrau'r astudiaeth:

Holiaduron ar-lein - am eich iechyd a'ch lles, deiet, gweithgarwch corfforol, cwsg, a sut rydych chi'n defnyddio gwasanaethau gofal iechyd. Gallwch lenwi'r rhain ar gyfrifiadur neu ddyfais symudol, a dylent gymryd tua 30 munud i'w cwblhau. Os na allwch chi lenwi'r holiaduron ar-lein, gallwch gwblhau'r arolwg dros y ffôn.

Clorian ddigidol - Ar ôl cwblhau'r holiadur cyntaf, byddwn yn anfon clorian gan Withings atoch. Gallwch ddefnyddio'r glorian mor aml ag y dymunwch, ond byddwn yn gofyn i chi sefyll ar y glorian ar ddechrau'r astudiaeth ac yna ar ôl 6 mis, 12 mis a 24 mis. Bydd y canlyniadau'n cael eu hanfon trwy ddata cellog (rhwydweithiau symudol) i gronfa ddata y tîm ymchwil. Dylai hyn gymryd tua 2 funud. Bydd yr un glorian yn cael eu hanfon at bawb sy'n cymryd rhan fel ein bod yn cofnodi'r union un data gan bawb. Os byddwch chi'n cwblhau'r astudiaeth, byddwch yn gallu cadw'r glorian ar ddiwedd yr astudiaeth.

Pecyn profi gwaed - Byddwn hefyd yn gofyn i chi gwblhau prawf gwaed pigiad bys gan ddefnyddio pecyn profi cartref i ddadansoddi lefelau siwgr eich gwaed - dylai hyn gymryd tua 10 munud. Unwaith y bydd y sampl wedi'i ddadansoddi, byddwn yn cael gwared arno.

Ar ddiwedd yr astudiaeth, byddwn yn defnyddio'r mesurau hyn i gymharu a oedd y grŵp SWiM neu'r grŵp Gofal Safonol yn well am wella iechyd a lles y rhai wnaeth gymryd rhan.

Grwpiau astudio

Grŵp 1: Os ydych chi'n cael eich rhoi yn y grŵp gofal safonol, byddwch yn derbyn taflen (trwy e-bost) gyda gwybodaeth i'ch helpu i gynllunio ar gyfer cadw pwysau i ffwrdd. Byddwch hefyd yn derbyn unrhyw ofal safonol y byddech fel arfer yn ei dderbyn ar ôl cwblhau rhaglen colli pwysau.

Grŵp 2: Os cewch eich rhoi yn y grŵp ymyrraeth SWiM, byddwch yn cymryd rhan mewn rhaglen hunangymorth dan arweiniad 4 mis o hyd gyda chymorth anogwr dros y ffôn a fydd yn adeiladu ar yr hyn rydych chi wedi'i ddysgu yn eich rhaglen colli pwysau flaenorol. Hefyd, bydd yn dysgu sgiliau a strategaethau newydd i'ch helpu i reoli pwysau yn yr hirdymor. Mae sesiynau 'SWiM' wythnosol i'w cwblhau yn ystod y 13 wythnos gyntaf, gyda sesiwn ddilynol ar ôl 17 wythnos. Gallwch weithio trwy bob sesiwn wythnosol ar eich cyflymder eich hun ar blatfform gwe SWiM neu gan ddefnyddio llawlyfr papur. Rydyn ni'n amcangyfrif y bydd yn cymryd tua 20-30 munud i gwblhau pob sesiwn. Byddwn yn gofyn i chi ymarfer eich sgiliau a'ch strategaethau newydd rhwng sesiynau. Hefyd, byddwch yn cael 4 galwad cymorth dros y ffôn wedi'u trefnu gan anogwr dros y 4 mis, pob un yn para 20-30 munud. Ar ben hynny, gallwch ofyn am 3 galwad anogwr dewisol fel bo'r angen. Mae'r platfform ar y we a'r llawlyfr hefyd yn cynnwys traciwr pwysau fel y gallwch barhau i olrhain eich pwysau dros amser. Bydd deunyddiau llawlyfr SWiM ar gael i chi wedi i'r astudiaeth ddod i ben.

Ni fydd cymryd rhan yn yr astudiaeth hon yn cyfyngu ar y gofal arferol sy'n cael ei ddarparu gan eich gwasanaeth gofal iechyd. Byddwch yn dal i allu derbyn triniaethau eraill yn ystod yr astudiaeth. Ar ôl i'r astudiaeth ddod i ben, byddwch yn dychwelyd i ofal safonol.

Cyfweliadau

Ar ôl 6 mis ac ar ddiwedd yr astudiaeth ar ôl 24 mis, bydd rhai cyfranwyr Grŵp 2 yn cael eu gwahodd i gymryd rhan mewn cyfweliad fideo neu ffôn ar-lein dewisol gydag un o ymchwilwyr tîm yr astudiaeth, i drafod eu profiadau o gymryd rhan yn yr ymyrraeth hon. Byddwn yn defnyddio'r data rydyn ni wedi'i gasglu ar nodweddion y rhai wnaeth gymryd rhan, a'r defnydd o'r ymyrraeth i wneud yn siŵr ein bod yn gwahodd pobl ag ystod o gefndiroedd a phrofiadau gwahanol. Bydd o leiaf 15 ohonoch yn cael eich gwahodd i gymryd rhan yn y cyfweliadau. Bydd y trafodaethau yn cael eu recordio'n ddigidol.

Bydd angen i ni wirio bod eich lleoliad, cyfeiriad e-bost a rhif ffôn yn cyfateb i'r rhai a gafwyd adeg cam caniatâd yr astudiaeth. Os nad ydych am inni wneud recordiad fideo o'ch cyfweliad, bydd angen i chi droi'r camera ymlaen ar y dechrau, cyn recordio, at ddibenion gwirio.

Cofnodion iechyd

Gyda'ch caniatâd, byddwn yn dilyn eich iechyd ar ôl i'r astudiaeth orffen er mwyn asesu effeithiau tymor hwy y ddwy raglen. Mae'r cofnod iechyd hwn yn ddewisol.
Byddwn yn defnyddio ffynonellau data cenedlaethol sy'n cadw data ar eich iechyd, megis apwyntiadau ysbyty ac a ydych chi'n datblygu unrhyw gyflyrau iechyd difrifol fel canser neu glefyd y galon. Byddwn yn defnyddio'r ffynonellau data hyn i ganfod gwybodaeth am eich iechyd ac i weld pa adnoddau iechyd a gofal cymdeithasol rydych chi wedi'u defnyddio.

4 Manteision ac anfanteision posibl cymryd rhan

Manteision cymryd rhan

Bydd y wybodaeth rydych chi’n ei darparu yn yr astudiaeth hon yn helpu ein hymchwil i atal a thrin problemau iechyd sy'n gysylltiedig â phwysau. Byddwch yn rhan o astudiaeth unigryw a allai fod o gymorth i ddarparu cymorth gwell ar gyfer rheoli pwysau yn y DU. Byddwch yn derbyn un o ddwy ymyrraeth a allai helpu i wella eich iechyd.

Byddwch yn derbyn clorian ddigidol ar gyfer yr asesiad llinell sylfaen a gallwch gadw'r rhain am gyfnod eich astudiaeth ac ar ddiwedd yr astudiaeth. Fel arwydd o ddiolch am gymryd rhan, byddwch yn derbyn taleb rhodd gwerth £10 am gwblhau'r asesiad 6 mis a thocyn rhodd gwerth £20 am gwblhau'r asesiadau 12 a 24 mis. Os byddwch chi'n cymryd rhan mewn cyfweliad, fe gewch chi daleb gwerth £20.

Anfanteision neu risgiau cymryd rhan

Ar wahân i'r amser y mae'n ei gymryd i chi gwblhau'r holiaduron, ni ddylai fod llawer o risg neu anfantais i gymryd rhan. Wrth gwblhau'r sampl pigiad bys, mae perygl bach o gleisio.

5 Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu bryderon

Cwestiynau am yr astudiaeth

Cysylltwch â thîm yr astudiaeth:
01223 375399
E-bost: swim2.study@mrc-epid.cam.ac.uk

Cŵyn ffurfiol?

Cysylltwch ag Ysgrifennydd Ysgol Glinigol Prifysgol Caergrawnt:
Rhif ffôn: 01223 333543
E-bost: SchoolSec@medschl.cam.ac.uk

6 Sut byddwch chi'n gofalu am fy ngwybodaeth i?

Bydd gwybodaeth a gasglwn yn ystod yr astudiaeth yn cael ei chadw'n gwbl gyfrinachol.

Prifysgol Caergrawnt a Bwrdd Gofal Integredig Swydd Gaergrawnt a Peterborough (ICB) yw cyd-noddwyr yr astudiaeth hon sydd wedi'i lleoli yn y DU.

Sut byddwn ni'n defnyddio gwybodaeth amdanoch chi?

Bydd angen i ni ddefnyddio gwybodaeth o'ch cofnodion meddygol ar gyfer y prosiect ymchwil hwn.
Bydd yn cynnwys y canlynol:

- Enw
- Dyddiad geni
- Manylion cyswllt
- Rhif y GIG
- Eich atebion i holiaduron
- Eich pwysau
- Eich mesuriadau gwaed

Bydd pobl yn defnyddio'r wybodaeth hon i gynnal gwaith ymchwil neu i wirio'ch cofnodion er mwyn sicrhau bod yr ymchwil yn cael ei gwneud yn iawn. Ni fydd pobl nad oes angen iddyn nhw wybod pwy ydych chi yn gallu gweld eich enw na'ch manylion cyswllt. Bydd gan eich data rif cod yn lle hynny.

Prifysgol Caergrawnt sy'n gyfrifol am ofalu am eich gwybodaeth. Byddwn yn rhannu eich gwybodaeth sy'n gysylltiedig â'r prosiect ymchwil hwn gyda'r mathau canlynol o sefydliadau:

- Cydweithwyr
- Eich darparwr gwasanaeth colli pwysau
- GIG Lloegr (ar gyfer data cofrestrfa iechyd)

Byddwn yn cadw'r holl wybodaeth amdanoch chi yn saff ac yn ddiogel trwy:

- Storio data'n ddiogel ar rwydwaith cyfrifiadurol diogel – dim ond tîm yr astudiaeth sydd â mynediad iddo.
- Bydd yr holl ddata'n cael ei gadw'n gyfrinachol ar ein Gyriant Ymchwil Diogel (SRD) sydd wedi'i ddiogelu gan gyfrinair a dilysiad dau ffactor.

Trosglwyddiadau rhyngwladol

Efallai y byddwn yn rhannu data amdanoch neu'n rhoi mynediad iddo y tu allan i'r DU at ddibenion ymchwil:

- Ar gyfer dadansoddiadau ychwanegol gan ymchwilwyr eraill

Os bydd hyn yn digwydd, dim ond y data sydd ei angen fydd yn cael ei rannu. Hefyd, byddwn yn gwneud yn siŵr nad oes modd eich adnabod o'r data sy'n cael ei rannu lle bo modd. Efallai na fydd hyn yn bosibl dan rai amgylchiadau – er enghraifft, os oes gennych chi salwch prin, efallai y bydd modd eich adnabod o hyd. Os caiff eich data ei rannu y tu allan i'r DU, byddwn yn gwneud hynny gyda'r mathau canlynol o sefydliadau:

- Sefydliadau ymchwil

Byddwn yn sicrhau bod eich data yn cael ei ddiogelu. Rhaid i unrhyw un sy'n cyrchu'ch data y tu allan i'r DU ddilyn ein cyfarwyddiadau, fel bod eich data'n cael ei ddiogelu i lefel debyg ag y mae o dan gyfraith y DU.

Byddwn yn sicrhau bod eich data yn ddiogel y tu allan i'r DU drwy wneud y canlynol:

- Mae gan rai o'r gwledydd y byddwn yn rhannu eich data â nhw benderfyniad digonolrwydd ar waith. Mae hyn yn golygu ein bod yn gwybod bod eu cyfreithiau yn cynnig lefel debyg o amddiffyniad i gyfreithiau diogelu data yn y DU.
- Rydyn ni'n defnyddio contractau penodol sydd wedi'u cymeradwyo i'w defnyddio yn y DU sy'n diogelu data personol i'r un lefel ag yn y DU. Am ragor o fanylion ewch i wefan Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth (ICO) : https://ico.org.uk/for-organisations/uk-gdpr-guidance-and-resources/international-transfers/
- Nid ydyn ni'n caniatáu i'r rhai sy'n cael mynediad i'ch data y tu allan i'r DU ei ddefnyddio ar gyfer unrhyw beth heblaw am yr hyn mae ein contract ysgrifenedig gyda nhw yn ei ddweud.
- Mae angen i sefydliadau eraill gael mesurau diogelwch priodol i ddiogelu eich data sy'n gydnaws â'r rhwymedigaethau diogelwch data a chyfrinachedd sydd gennym. Mae hyn yn cynnwys cael mesurau priodol i amddiffyn eich data rhag cael ei golli'n ddamweiniol a chael ei gyrchu, ei ddefnyddio, ei newid neu ei rannu heb awdurdod.
- Mae gennym weithdrefnau ar waith i ymdrin ag unrhyw achos posibl o dor diogelwch data personol. Byddwn yn dweud wrthych chi a rheoleiddwyr perthnasol pan fydd achos o dor diogelwch data mewn perthynas â'ch data personol, yn unol â'r gyfraith. I gael rhagor o fanylion am reolau rhoi gwybod am dor diogelwch data yn y DU, ewch i wefan Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth: https://ico.org.uk/for-organisations/report-a-breach

Sut byddwn ni'n defnyddio gwybodaeth amdanoch chi ar ôl i'r astudiaeth orffen?

Unwaith y byddwn ni wedi gorffen yr astudiaeth, byddwn yn cadw peth o'r data fel y gallwn wirio'r canlyniadau. Byddwn yn ysgrifennu ein hadroddiadau mewn ffordd na all unrhyw un ddyfalu eich bod wedi cymryd rhan yn yr astudiaeth.

Byddwn yn cadw eich data astudiaeth am hyd at 20 mlynedd. Bydd data'r astudiaeth wedyn yn cael ei wneud yn ddienw a'i archifo neu ei ddinistrio'n ddiogel.

Beth yw eich dewisiadau o ran sut mae'ch gwybodaeth yn cael ei defnyddio?

- Gallwch adael yr astudiaeth ar unrhyw adeg, heb roi rheswm, ond byddwn yn cadw gwybodaeth sydd gennym amdanoch chi eisoes.
- Os byddwch chi'n dewis rhoi'r gorau i gymryd rhan yn yr astudiaeth, hoffem barhau i gasglu gwybodaeth am eich iechyd o gofnodion canolog y GIG. Os nad ydych am i hyn ddigwydd, dywedwch wrthym ac fe wnawn ni roi'r gorau i wneud hynny.
- Mae gennych yr hawl i ofyn i ni gyrchu, tynnu, newid neu ddileu data sydd gennym amdanoch at ddibenion yr astudiaeth. Gallwch hefyd wrthwynebu inni brosesu eich data. Efallai na fyddwn bob amser yn gallu gwneud hyn os yw'n golygu na allwn ddefnyddio eich data i wneud yr ymchwil. Os felly, byddwn yn dweud wrthych pam na allwn ni wneud hyn.
- Os ydych chi'n cytuno i gymryd rhan yn yr astudiaeth hon, bydd gennych yr opsiwn i gymryd rhan mewn ymchwil yn y dyfodol gan ddefnyddio eich data sydd wedi'i arbed o'r astudiaeth hon.

Ble allwch chi ddysgu mwy am sut mae'ch gwybodaeth yn cael ei defnyddio?

Gallwch ddarganfod mwy am sut rydym yn defnyddio'ch gwybodaeth, gan gynnwys y dulliau penodol o drosglwyddo eich data personol allan o'r DU:

- trwy ofyn i aelod o'r tîm ymchwil
- trwy anfon e-bost i: swim2.study@mrc-epid.cam.ac.uk
- drwy ein ffonio ni ar 01223 375399
- ar dudalen 'How we use your personal information (for medical research participants)' ar wefan y Brifysgol https://www.information-compliance.admin.cam.ac.uk/data-protection/medical-research-participant-data

Pwy arall fydd yn gweld eich data?

Mae platfform gwe SWiM wedi'i ddatblygu gan gwmni o'r enw Cauldron Science Ltd. Mae platfform SWiM yn cael ei storio ar gronfa ddata Microsoft Azure ddiogel. Os ydych chi'n cael eich dewis ar gyfer ymyrraeth SWiM, bydd eich enw a'ch cyfeiriad e-bost yn cael eu storio ar y platfform hwn. Yr unig bobl sydd â mynediad yw'r tîm ymchwil a thîm technegol Cauldron Science Ltd. Mae gan Brifysgol Caergrawnt gytundeb cyfrinachedd data gyda Cauldron Science Ltd. Dim ond i ddarparu cymorth technegol y byddan nhw'n cyrchu'r platfform, ac ni fyddan nhw'n cyrchu na rhannu data at unrhyw ddiben arall.

Mae'r cloriannau yn cael eu cynhyrchu gan gwmni o'r enw Withings a fydd yn anfon clorian yn uniongyrchol atoch chi. Felly, bydd angen i'r tîm ymchwil rannu eich enw, cyfeiriad a manylion cyswllt gyda Withings, yn ogystal â rhywfaint o ddata sy'n angenrheidiol i ffurfweddu'r glorian (taldra, pwysau, rhywedd, a dyddiad geni). Mae gan Brifysgol Caergrawnt gytundeb trosglwyddo data gyda Withings. Bydd y cwmni'n defnyddio eich manylion personol i baratoi gosodiadau'r cloriannau a'u postio atoch yn unig – ni fyddan nhw'n cael eu defnyddio at unrhyw ddiben arall.

Bydd y data mae'r glorian yn ei anfon yn ôl atom yn cael ei gadw ar weinyddion diogel yn Withings ac ym Mhrifysgol Caergrawnt, ac ni fydd eich enw na'ch manylion cyswllt yn gysylltiedig â'r data.

Gyda'ch caniatâd chi, byddwn yn gwirio eich bod wedi cwblhau rhaglen colli pwysau gyda'r darparwr gwreiddiol. Bydd angen i ni rannu data gyda'n gilydd, gan gynnwys eich enw, dyddiad geni, canlyniadau'r rhaglen a chanlyniadau'r astudiaeth. Byddwn yn gwneud hyn trwy broses trosglwyddo ffeiliau ddiogel.

Er mwyn cael data ar eich iechyd, efallai y byddwn hefyd yn rhannu eich gwybodaeth gyda GIG Lloegr, y darparwr cenedlaethol o wybodaeth a data ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol, y Gofrestrfa Ganser Genedlaethol, Partneriaeth Gwella Ansawdd Gofal Iechyd, a'r Swyddfa Ystadegau Gwladol. Byddwn yn defnyddio porth gwe diogel i anfon rhywfaint o'ch data adnabyddadwy (enw, dyddiad geni, rhif y GIG) at y sefydliadau hyn. Byddan nhw'n defnyddio'r wybodaeth hon i ddod o hyd i'r data y gwnaethom ni ofyn amdano, ac yn anfon y data hwn atom ar ffurf dolen ddienw fel y gallwn ei gyfuno â'r data arall a gasglwyd gennym fel rhan o'r astudiaeth hon. Mae'r rhan hon o'r astudiaeth yn ddewisol. Byddwn yn cyrchu eich cofnodion iechyd ar ôl i'r brif astudiaeth orffen.

Os ydych chi'n rhoi caniatâd i ni, byddwn yn rhannu data ar eich cynnydd yn SWiM 2.0 gyda'ch darparwr colli pwysau gwreiddiol, er mwyn iddyn nhw wybod beth yw hanes eu cleifion.

Bydd cyfweliadau a grwpiau ffocws yn cael eu trawsgrifio gan gwmni allanol dan gytundeb cyfrinachedd priodol a bydd eich data yn cael ei gadw'n ddienw a'i storio wedyn ar y gyriant rhwydwaith diogel yn Uned Epidemioleg MRC.

Pwy sy'n trefnu ac yn ariannu'r astudiaeth?

Prifysgol Caergrawnt.

Mae'r astudiaeth wedi'i hariannu gan yr Athrofa Genedlaethol ar gyfer Ymchwil Iechyd (NIHR). Noddir yr astudiaeth gan Brifysgol Caergrawnt a Bwrdd Gofal Integredig GIG Swydd Gaergrawnt a Peterborough.

Pwy sydd wedi adolygu'r astudiaeth?

Mae'r astudiaeth wedi ei hadolygu a'i chymeradwyo gan Awdurdod Ymchwil Iechyd (HRA) y DU, ac East Midlands-Derby Research Ethics Committee (REC Cyf: 25/EM/0104).

Weithiau gall ein hastudiaethau gael eu monitro gan ein Noddwyr. Mae hyn er mwyn sicrhau bod ein hymchwil yn cael ei chynnal yn briodol ac er budd gorau pawb sy'n cymryd rhan. Efallai y bydd eich cofnodion ymchwil ar gael at y diben hwn i arolygwyr o Brifysgol Caergrawnt.

Mae eisoes wedi ei adolygu gan Athrofa Genedlaethol ar gyfer Ymchwil Iechyd y GIG, a ddyfarnodd y cyllid ar gyfer yr astudiaeth hon.

7 Manylion cyswllt

Os hoffech gymryd rhan yn astudiaeth SWiM, ffoniwch neu e-bostiwch y tîm astudiaeth.

Cydlynydd yr Astudiaeth

Jenny Woolston
Uned Epidemioleg MRC
Prifysgol Caergrawnt

Ffôn: 01223 375399
E-bost: swim2.study@mrc-epid.cam.ac.uk

Prif Ymchwilydd

Dr Amy Ahern
Prif Gydymaith Ymchwil ac Arweinydd Rhaglen
Prifysgol Caergrawnt

SWiM
SUPPORTING WEIGHT MANAGEMENT

Diolch am ystyried cymryd rhan yn yr astudiaeth hon.