

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/332112407>

Uwch Broffiliau Cadw'n Iach yng Nghymru: Pwy sy'n medel beth am iechyd y genedl

Book · March 2019

CITATIONS

0

READS

36

4 authors:



Catherine Sharp

University of Bristol

30 PUBLICATIONS 80 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Karen Elizabeth Hughes

Public Health Wales

195 PUBLICATIONS 6,050 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Lisa C. G. Di Lemma

University of Chester

20 PUBLICATIONS 205 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Mark Bellis

Public Health Wales, Wrexham

447 PUBLICATIONS 11,467 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Alcohol use by nightlife patrons in the UK and Brazil [View project](#)



Framing a public health approach to gambling harms in Wales: Challenges and opportunities [View project](#)



Uwch Broffiliau Cadw'n Iach yng Nghymru:

Pwy sy'n meddwl beth
am iechyd y genedl





Uwch Broffiliau Cadw'n Iach yng Nghymru:

Pwy sy'n meddwl beth
am iechyd y genedl



Catherine A. Sharp¹, Karen Hughes^{1,2}, Lisa C.G. Di Lemma² a Mark A. Bellis^{1,2}



¹Uned Gydweithredu Iechyd Cyhoeddus
Ysgol Gwyddorau Iechyd
Prifysgol Bangor
Parc Technoleg Wrecsam
Wrecsam LL13 7YP
Tel: +44(0)1248 383519



²Cyfarwyddiaeth Polisi a Datblygiad Rhyngwladol,
Canolfan Cydweithredu Sefydliad Iechyd y Byd ar
Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant,
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Clwydian House, Parc Technoleg Wrecsam
Wrecsam LL13 7YP
Tel: +44(0)1978 318413

Diolchiadau

Rydym yn ddiolchgar iawn i'r holl ymatebwyr a oedd yn ddigon caredig i lenwi'r holiadur. Hoffem ddiolch i BMG Research am y gwaith o gasglu data wyneb yn wyneb. Rydym yn ddiolchgar i gydweithwyr o'r Gyfarwyddiaeth Polisi, Ymchwil a Datblygu Rhyngwladol yn Iechyd Cyhoeddus Cymru a gefnogodd ddatblygiad yr astudiaeth a chynhyrchu'r adroddiad. Yn olaf, hoffem hefyd ddiolch i Dr Benjamin Gray a Dr Charlotte Grey am ymgymryd ag adolygiad cymheiriaid a darparu sylwadau gwerthfawr ar fersiwn gynharach o'r adroddiad.

Moeseg

Rhoddyd caniatâd ar gyfer yr arolwg hwn gan Swyddfa Ymchwil a Datblygu Iechyd Cyhoeddus Cymru. Cafwyd cymeradwyaeth foesebol ar gyfer y dadansoddiadau hyn gan Bwyllgor Moeseg Academaidd Gofal Iechyd a Gwyddorau Meddygol Prifysgol Bangor.

ISBN 978-1-78986-051-8

© 2019 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prifysgol Bangor.

Gellir atgynhyrchu deunydd yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (DLA) www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/ ar yr amod y caiff hynny ei wneud yn gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol. Dylid cydnabod Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prifysgol Bangor. Mae'r hawlfraint o ran y trefniant teipograffyddol, y dylunio a'r diwygio yn eiddo i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, Prifysgol Bangor

Ariannwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru

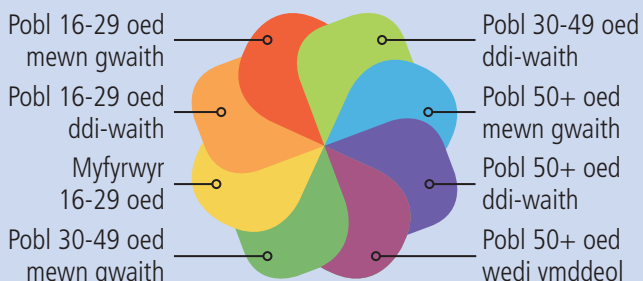
Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn sefydliad GIG sy'n darparu cyngor a gwasanaethau iechyd cyhoeddus proffesiynol ac annibynnol i ddiogelu a gwella iechyd a llesiant poblogaeth Cymru. Ariannwyd cynhyrchu'r adroddiad hwn gan Iechyd Cyhoeddus Cymru. Gweithiodd yr awduron a ariannwyd ar y cyd ag Iechyd Cyhoeddus Cymru, fodd bynnag, ni ddylid tybio bod y farn yn yr adroddiad hwn yr un fath â barn Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Uwch Broffiliau Cadw'n Iach yng Nghymru

Pwy sy'n meddwl beth am iechyd y genedl

Trwy arolygon cartrefi ac ar-lein, cafodd barn 3,310 o unigolion yng Nghymru (16 oed ac hŷn) ar 19 datganiad iechyd cyhoeddus eu casglu. Cafodd wyth uwch broffil demograffig a phum uwch broffil ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd eu creu i archwilio'r gwahaniaethau mewn barn ar draws grwpiau poblogaeth.

Categoriâu uwch proffiliau



Dangosir y gyfran wedi'i addasu^a o fewn pob proffil a gytunodd^b gyda'r datganiad o fewn y segment lliw priodol.

Mae'r rhif canol yn dangos y gyfran y sampl genedlaethol gynrychioliadol sydd wedi cytuno gyda'r datganiad, efo'r gyfran sydd wedi anghytuno a dim barn o dan.

Mae'r bobl wnaeth sôn am yr ymddygiad sy'n niweidio iechyd yn dangos yn y saethau gyda lefelau is o gytundeb a'r datganiad.



Goryfed mewn pylliau



Ysmygu



Iechyd gwaelach

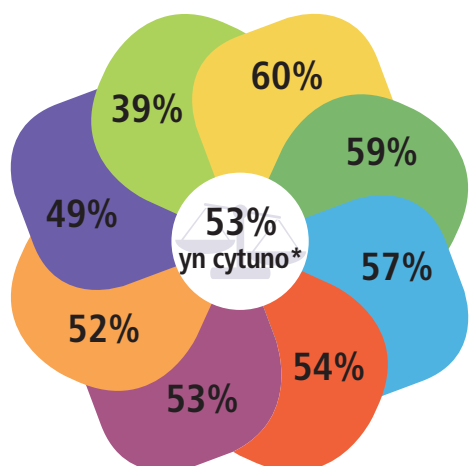


Diffyg ymarfer corff



Deiet gwaelach

Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal

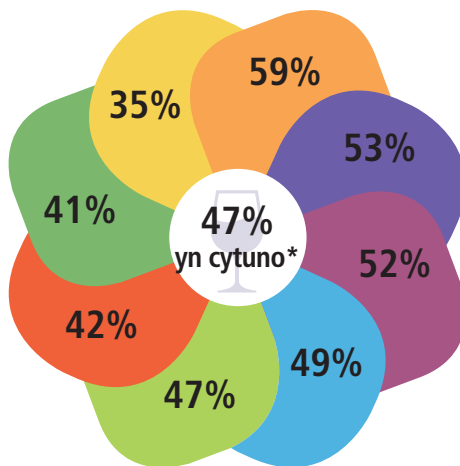


*15% yn anghytuno; 32% dim barn



Llai o gytundeb

Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol

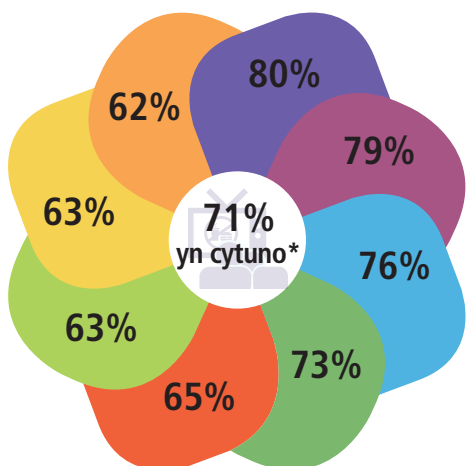


*26% yn anghytuno; 27% dim barn



Llai o gytundeb

Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant

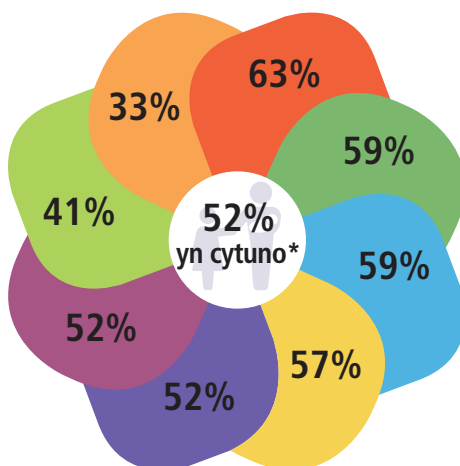


*13% yn anghytuno; 16% dim barn



Llai o gytundeb

Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda



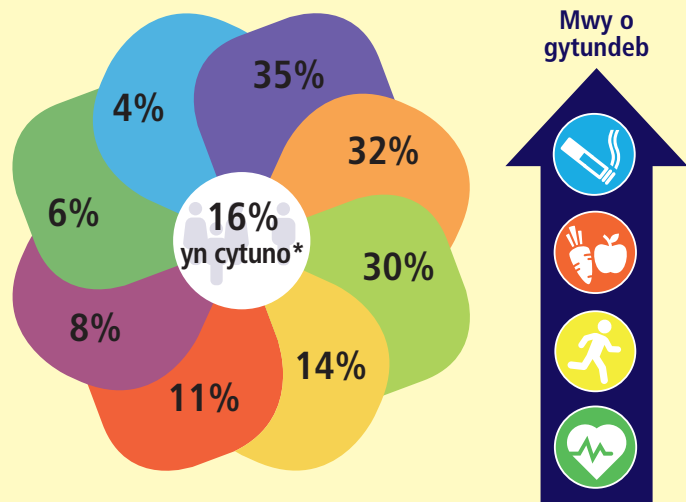
*23% yn anghytuno; 25% dim barn



Llai o gytundeb

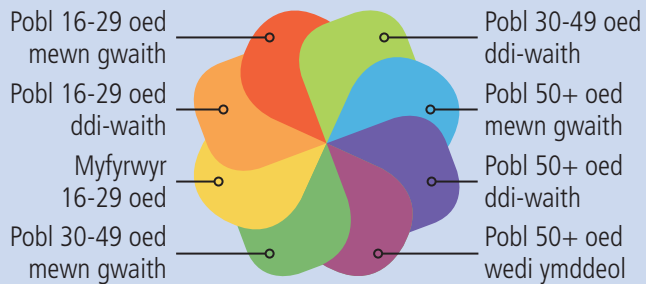
^a Cyfran a addaswyd gan rhyw a dull arolwg ^b Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf. Ymatebion eraill oedd 'ddim yn anghytuno nac yn cytuno' wedi'i gategoreiddio fel dim barn, a 'anghytuno' neu 'anghytuno'n gryf' wedi'i gategoreiddio fel anghytuno. ^cGweler yr adroddiad am ddiffiniadau'r ymddygiadau niweidio iechyd.

Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol

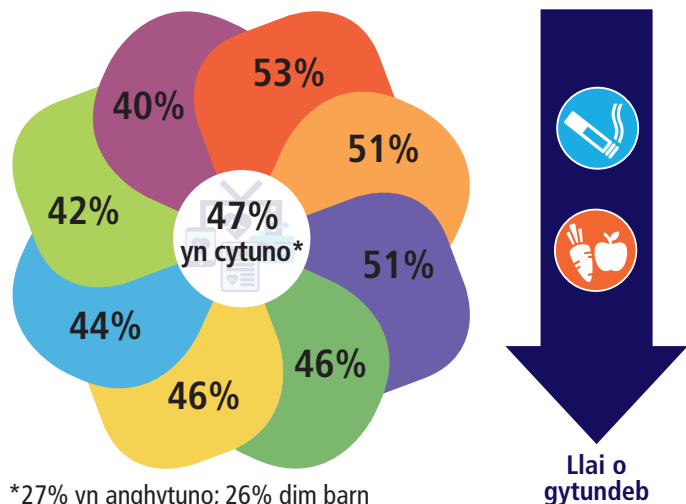


*71% yn anghytuno; 13% dim barn

Categoriâu uwch profiliau

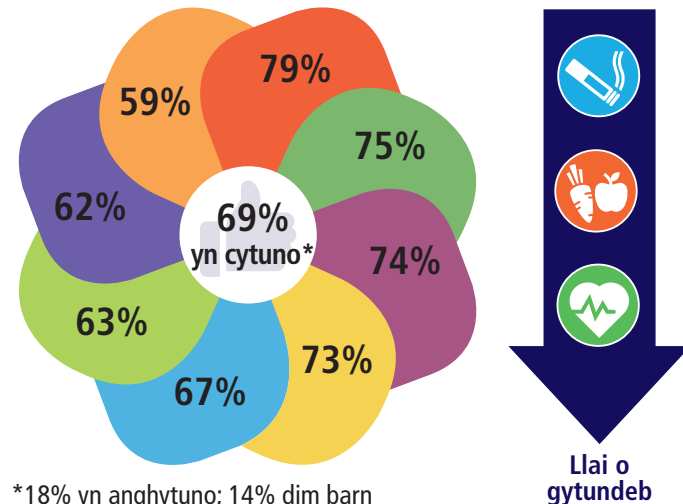


Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach



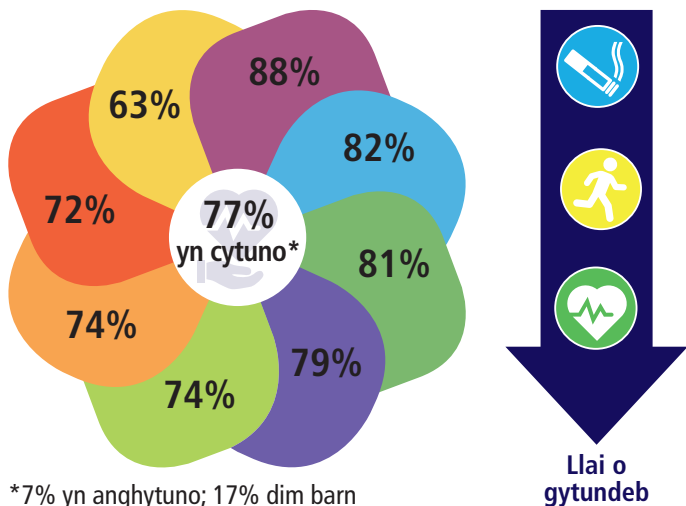
*27% yn anghytuno; 26% dim barn

Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl



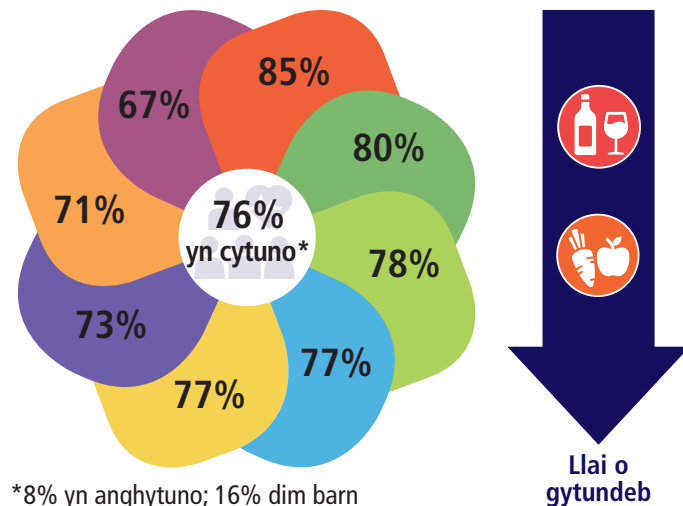
*18% yn anghytuno; 14% dim barn

Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny



*7% yn anghytuno; 17% dim barn

Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr



*8% yn anghytuno; 16% dim barn

Cynnwys

Cyflwyniad	2
Methodoleg	2
Canfyddiadau	
Pobl 16-29 oed mewn gwaith	5
Pobl 16-29 oed ddi-waith	6
Myfyrwyr 16-29 oed	7
Pobl 30-49 oed mewn gwaith	8
Pobl 30-49 oed ddi-waith	9
Pobl 50+ oed mewn gwaith	10
Pobl 50+ oed ddi-waith	11
Pobl 50+ oed wedi ymddeol	12
Crynodeb o'r uwch broffiliau demograffig	13
Amllder goryfed mewn pyliau	14
Statws ysmegu	15
Lefelau gweithgarwch corfforol	16
Bwyta ffrwythau a llysiau	17
Iechyd cyffredinol hunangofnodedig	18
Crynodeb o'r uwch broffiliau ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd	19
Trafodaeth	20
Cyfeiriadau	21
Atodiad: Tablau data	22

Cyflwyniad

Mae cynnwys y cyhoedd wrth lunio polisi wedi dod yn gynyddol bwysig.¹ Yng Nghymru, gwnaeth *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015*² gydnabod hyn a nodi'r cyhoedd fel rhanddeiliad allweddol wrth wneud penderfyniadau. Cafodd yr **arolwg Cadw'n Iach yng Nghymru**³ ei gynllunio i gasglu barn unigolion sy'n byw yng Nghymru ar amrywiaeth o faterion iechyd cyhoeddus er mwyn llywio datblygu strategaeth tymor hir i Iechyd Cyhoeddus Cymru. Iechyd Cyhoeddus Cymru yw'r athrofa iechyd cyhoeddus i Gymru ac mae'n gweithio i ddiogelu a gwella iechyd a llesiant a lleihau anghydraddoldebau iechyd i bobl yng Nghymru. Cynhaliwyd yr arolwg Cadw'n Iach yng Nghymru ym mis Medi a Hydref 2017 gan Iechyd Cyhoeddus Cymru a Phrifysgol Bangor. Cynhaliwyd cyfweiliadau wyneb yn wyneb gyda sampl gynrychioliadol o gartrefi (n = 1,001) ynghyd ag arolwg ar-lein (n = 2,309) oedd yn agored i holl breswylwyr Cymru 16 oed a throsodd. Cyhoeddwyd canlyniadau o'r arolwg gynrychiadol o gartrefi ym mis Chwefror 2018.³ Cafodd y rhain fod y cyhoedd yng Nghymru yn gryf o blaid dulliau ataliol o wella iechyd y boblogaeth, er enghraifft,

- roedd 88% o bobl yn cytuno *dylai ysgolion addysgu mwy i blant am sut i fyw bywyd iachach*
- roedd 82% o bobl yn cytuno *y dylai bwydydd iach gostio ychydig yn llai a bwydydd nad ydynt yn iach ychydig yn fwy.*

Mae'r ail adroddiad hwn yn defnyddio data o'r arolygon cartrefi ac ar-lein i gyflwyno barn ar iechyd cyhoeddus ymhlith gwahanol **broffiliau'r** boblogaeth, *yn seiliedig ar gyflogaeth a statws oedran, ac ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd.*

Methodoleg

Ar gyfer yr arolwg cartrefi, 3,041 o gartrefi a ddewiswyd ar hap am yr astudiaeth drwy lythyr; gwnaeth 182 (6%) ddewis peidio â chymryd rhan ar y cam hwn. Cytunodd tri chwarter (76%) o'r cartrefi cymwys yr ymwelodd cyfweilwyr â hwy i gymryd rhan. Llenwyd yr holiadur gan sampl derfynol o 1,001 o unigolion. Roedd yr holiadur wedi'i addasu o arolygon barn cyhoeddus a weinyddwyd mewn gwledydd eraill.⁴⁻⁶ Cynhaliodd cwmni marchnata proffesiynol yr arolwg wyneb yn wyneb a chafodd pob cyfweiliad ei gynnal yn unol â Chod Ymddygiad y Gymdeithas Ymchwil i'r Farchnad (MRS). Roedd y dull arolwg hwn yn darparu data oedd yn rhyngwladol gynrychiadol o'r boblogaeth gyffredinol yng Nghymru.

Ar gyfer yr arolwg ar-lein, crëwyd gwefan i gynnal yr arolwg, a rannwyd yn eang drwy randdeiliaid, staff, sianelau newyddion a'r cyfryngau cymdeithasol ar gyfer unrhyw un oedd â diddordeb mewn cymryd rhan. Roedd yr arolwg ar-lein ar agor am bedair wythnos. Cyflwynodd cyfanswm o unigolion 2,309 o holiaduron wedi'u llenwi gyda'r holl wybodaeth ddemograffig ofynnol (h.y. statws oedran, rhyw a chyflogaeth). Roedd y dull arolygu hwn yn galluogi cynifer o unigolion yng Nghymru ag y dymunant i ddweud eu dweud.

Mae'r **sampl gyfunol derfynol** yn cynnwys ymatebion gan 3,310 o unigolion (gweler yr Atodiad Tabl A-1). Casglodd yr arolwg farn y cyhoedd ar: yr hyn a ystyriant sy'n cyfrannu fwyaf at iechyd a llesiant gwael (amcan 1); pa faterion iechyd cyhoeddus y credant y mae angen mwy o weithredu yn eu cylch gan wasanaethau cyhoeddus (amcan 2); lle y maent yn cael eu gwybodaeth am sut i gadw'n iach (amcan 3); a'u safbwyntiau ar amrywiaeth o ddatganiadau iechyd cyhoeddus (amcan 4). Gofynnwyd amrywiaeth o gwestiynau demograffig a rhai am ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd hefyd.

Yn yr adroddiad hwn, rydym yn archwilio barn ar 19 o ddatganiadau iechyd cyhoeddus (amcan 4) ar draws wyth uwch broffil demograffig a phump o ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd. Mae uwch broffiliau yn seiliedig ar safbwyntiau cyfunol grwpiau a ddiffiniwyd yn ddemograffig (nid yn ddaearyddol). Roedd y 19 o ddatganiadau yn canolbwyntio ar bedair thema gyffredinol (gweler Blwch 1). Gofynnwyd i'r ymatebwyr faint yr oeddent yn cytuno â phob datganiad yn defnyddio graddfa Likert 5 pwynt (opsiynau ymateb: *anghytuno'n gryf, anghytuno, ddim yn anghytuno nac yn cytuno, cytuno, cytuno'n gryf*).

Blwch 1. Pedair thema gyffredinol y 19 o ddatganiadau iechyd cyhoeddus y ceiswyd barn y cyhoedd arnynt:






- **Polisiau** iechyd cyhoeddus
- **Strwythurau cymorth** iechyd cyhoeddus
- **Gofal iechyd** ac iechyd cyhoeddus
- **Llesiant.**

Yr wyth uwch broffil demograffig a gyflwynir yw: pobl 16-29 oed mewn gwaith, pobl 16-29 oed ddi-waith, myfyrwyr 16-29 oed, pobl 30-49 oed mewn gwaith, pobl 30-49 oed ddi-waith, pobl 50+ oed mewn gwaith, pobl 50+ oed ddi-waith a phobl 50+ wedi ymddeol. Cafodd ymatebwyr eu categorio yn rhai *mewn gwaith* os oeddent yn dweud eu bod yn gweithio yn amser llawn, yn rhan-amser neu eu bod yn hunangyflogedig; a chawsant eu categorio yn rhai *di-waith* os oeddent yn dweud eu bod yn ddi-waith, yn ofalwr, ar salwch hirdymor neu'n anabl. Mae'r canfyddiadau ar gyfer pob uwch broffil demograffig yn cael eu cymharu â rhai o'r sampl cartrefi cynrychioliadol cenedlaethol a gasglwyd drwy'r cyfweiliad wyneb yn wyneb^{a,3} Mae gwybodaeth am yr ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd a gofnodwyd gan bob uwch broffil demograffig hefyd wedi'i darparu at ddibenion cyd-destun^b.

Y pum uwch broffil ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd a gyflwynir yw: amllder goryfed mewn pyliau, statws ysmegu, lefelau gweithgarwch corfforol, bwyta ffrwythau a llysiau a iechyd cyffredinol hunangofnodedig. Gofynnwyd un cwestiwn ar gyfer pob ymddygiad sy'n gysylltiedig ag iechyd, gyda'r ymatebion yn cael eu categorio yn dri grŵp i'w dadansoddi (gweler Blwch 2).

Cyflwynir disgrifiad o'r broses a ddefnyddiwyd i ddadansoddi'r data ym Mluch 3.

Blwch 2. Cwestiynau unigol a ofynnwyd er mwyn cael gwybodaeth am ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd

Canlyniad	Symbol	Cwestiwn	Categoriâu (Ymatebion)
Amllder goryfed mewn pyliau*		Yn y flwyddyn ddiwethaf pa mor aml ydych chi wedi cael 6 neu fwy o ddiodydd alcoholig yn ystod un achlysur yfed?	Yn rheolaidd (<i>dyddiol; wythnosol</i>) Yn achlysurol (<i>misol; llai na misol</i>) Byth (<i>byth; dydw i ddim yn yfed o gwbl</i>)
Statws ysmegu		O ran ysmegu tybaco, pa un o'r canlynol sy'n eich disgrifio chi orau?	Cyfredol (<i>rwyn ysmegu bob dydd; rwyn ysmegu yn achlysurol ond nid bob dydd</i>) Cyn-ysmygwr (<i>Roeddwn yn arfer ysmegu ond nid wyf yn ysmegu o gwbl nawr</i>) Byth (<i>Dydw i ddim erioed wedi ysmegu</i>)
Lefelau gweithgarwch corfforol		Ar faint o ddiwrnodau bob wythnos yr ydych yn cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol am o leiaf 30 munud (digon i wneud i chi goll'i'ch anadl a chwysu)?	0-1 diwrnod (<i>byth; 1 diwrnod neu lai</i>) 2-4 diwrnod (<i>2-4 diwrnod</i>) 5 + diwrnod (<i>5 diwrnod neu fwy</i>)
Bwyta ffrwythau a llysiau		Ar ddiwrnod arferol, sawl dogn o ffrwythau a llysiau (heblaw tatws) y byddech fel arfer yn eu bwyta (un dogn yw tua un llond llaw)?	0-2 dogn (<i>0; 1; 2</i>) 3-4 dogn (<i>3; 4</i>) 5+ dogn (<i>5 neu fwy</i>)
Iechyd cyffredinol hunangofnodedig†		Os mai 100 yw'r cyflwr iechyd gorau y gallech ei ddychmygu a 0 yw'r cyflwr iechyd gwaethaf y gallech ei ddychmygu, pa mor dda neu ddrwg yn eich iechyd eich hun yn gyffredinol?	Isel (<i>0-65; ≤ 25^{ain} canradd</i>) Cyfartalog (<i>66-87; ≥ 25^{ain} - < 75^{ain} canradd</i>) Uchel (<i>88-100; ≥ 75^{ain} canradd</i>) (<i>ymateb yn deillio o raddfa analog weledol 0-100</i>)

*Cwestiwn o'r offeryn AUDIT C⁷

†Cwestiwn wedi'i addasu o EQ-5D-Q⁸

a Oherwydd gwahaniaethau bach mewn pwysau a phrosesau mathemategol eraill, gall y canrannau cenedlaethol a gyflwynir yn yr adroddiad hwn fod yn wahanol o hyd at 1% o'r rhai a gyflwynwyd yn yr adroddiad gyntaf Cadw'n Iach yng Nghymru

b Darperir data ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd ar gyfer cyfranogwyr yr arolwg ym mhob uwch broffil demograffig ar gyfer cyd-destun yn unig. Ni ddylid dehongli'r data ymddygiad fel pe byddai'n genedlaethol gynrychiadol.

Blwch 3. Dadansoddi data

Cynhaliwyd dadansoddiad o'r data yn defnyddio IBM SPSS v24. Crëwyd uwch broffiliau demograffig yn seiliedig ar statws oedran a chyflogaeth. Darparwyd data cod post annigonol gan ymatebwyr i alluogi defnyddio Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru. I archwilio'r gwahaniaethau o ran barn ar y datganiadau iechyd cyhoeddus rhwng uwch broffiliau demograffig, cyfrifwyd cymedrau a addaswyd (cymedrau ymylol amcangyfrifedig) drwy fodelu llinol cyffredinol (gan reoli ar gyfer rhyw a dull yr arolwg). I gywiro ar gyfer rhagfarn yn y sampl ar-lein, cafodd cymedrau ymylol amcangyfrifedig (a chyfyngau hyder 95%) eu haddasu ymhellach ar gyfer pob cwestiwn i gyfrif am y gwahaniaeth mewn ymatebion cymedrig rhwng y sampl cyfunol a hynny'r sampl genedlaethol gynrychioliadol (gweler Atodiad Tabl A-2 ar gyfer cyfyngau hyder 95% sampl gynrychioliadol).

Mae canfyddiadau ar gyfer pob uwch broffil demograffig yn cael eu cymharu â'r rhai o'r sampl genedlaethol gynrychioliadol, wedi'u pwysoli i adlewyrchu poblogaeth genedlaethol Cymru (16 oed a throsodd)^c. Pennwyd gwahaniaethau arwyddocaol rhwng yr uwch broffiliau demograffig a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol gan ddim gorgyffwrdd rhwng cyfyngau hyder 95%; mae'r rhain wedi'u cynnwys yn yr Atodiad (Tabl A-3). Yn ogystal, mae gwahaniaethau o 10% rhwng yr uwch broffiliau demograffig a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol hefyd wedi'u nodi.

Cyfrifwyd cymedrau wedi'u haddasu i nodi unrhyw wahaniaethau mewn barn yn seiliedig ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd (drwy reoli modelu llinellol cyffredinol gan reoli ar gyfer oed a statws cyflogaeth; rhyw; a dull arolwg; nodwyd cyfyngau hyder 95% yn yr Atodiad Tablau A-4 i A-8). Gwnaed cymariaethau mewn paru i nodi gwahaniaethau arwyddocaol rhwng categorïau o fewn pob grŵp ymddygiad sy'n gysylltiedig ag iechyd (gyda chywiriad Gwahaniaeth Lleiaf arwyddocaol (LSD).






Pobl 16-29 oed mewn gwaith

Roedd pobl 16-29 oed mewn gwaith yn cyfrif am 9% o gyfanswm y sampl. Mae Tabl 1 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus ac mae'n cymharu canfyddiadau â'r rheini ar gyfer y sampl genedlaethol gynrychioliadol (gweler yr Atodiad Tabl A-3 ar gyfer cyfyngau hyder 95%). Roedd barn yr uwch broffil hwn yn wahanol iawn i rai'r sampl genedlaethol gynrychioliadol ar gyfer pump o'r datganiadau. Roedd pobl 16-29 oed mewn gwaith yn dangos mwy o gefnogaeth ar gyfer *rhoi cyngor proffesiynol i rieni ar fagu eu plant yn dda*, am gyflogwyr yn gwneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr, ac roeddent yn fwy ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu eu hanghenion gofal iechyd pe byddent yn sâl. Fodd bynnag, roeddent yn llai cefnogol o derfynau cyflymder 20 mya lle y byddent yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd ac y dylid gwahardd hysbysebion bwyd nad yw'r iach i blant i leihau gordewdra mewn plant; er bod dwy ran o dair yn dal i gytuno gyda'r datganiadau hyn. Ar gyfer dau o'r datganiadau (cyngor i rieni, terfynau cyflymder 20 mya), roedd cyfrannau yn wahanol i'r sampl genedlaethol gynrychioliadol gan 10% neu fwy.

Mae Blwch 4 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd y bobl 16-29 mewn gwaith a lenwodd yr arolwg. Roedd dwy ran o dair erioed wedi ysmegu, ac roedd y rhan fwyaf wedi'u categorio fel rhai ag iechyd cyfartalog neu dda. Fodd bynnag, dim ond 20-22% oedd yn bodloni'r canllawiau ar gyfer lefelau gweithgarwch corfforol a bwyta ffrwythau a llysiau.



Blwch 4. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 16-29 oed mewn gwaith a lenwodd yr arolwg (n = 306)^d

	10% Yn rheolaidd	62% Yn achlysurol	28% Byth
	16% Cyfredol	16% Cyn-ysmygwr	67% Byth
	32% 0-1 diwrnod	49% 2-4 diwrnod	20% 5+ diwrnod
	35% 0-2 dogn	42% 3-4 dogn	22% 5+ dogn
	21% Isel	49% Cyfartalog	30% Uchel

Tabl 1. Cyfran a addaswyd y bobl 16-29 oed mewn gwaith yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 16-29 oed mewn gwaith	Sampl genedlaethol gynrychioliadol
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	54%	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	42%	47%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	65%	71% *
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	85%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	73%	67%
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	66%	76% *🏠
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgirchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	53%	47%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	90%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	63%	52% *🏠
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	85%	87%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	85%	76% *
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	72%	77%	
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	79%	69% *
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	30%	35%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	30%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	36%	36%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	11%	16%
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	87%	85%
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	91%	85%
‡Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol 🏠 ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol		

^d Cyfeiriwch at ffynonellau cenedlaethol gynrychioliadol mwy o faint (e.e. Arolwg Cenedlaethol Cymru) am wybodaeth genedlaethol gynrychiadol ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd yn ôl demograffeg yng Nghymru.






Pobl 16-29 oed ddi-waith

Roedd pobl 16-29 oed ddi-waith yn cyfrif am 1% yn unig o'r sampl, gan olygu y dylai'r canfyddiadau ar gyfer yr uwch broffil hwn gael eu dehongli'n ofalus. Mae Tabl 2 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). Nid oedd unrhyw wahaniaethau arwyddocaol o'r sampl genedlaethol gynrychioliadol, o bosibl oherwydd y sampl fach. Fodd bynnag, ar gyfer wyth datganiad, roedd 10% neu fwy o wahaniaeth o'r sampl genedlaethol gynrychioliadol. O gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol, roedd pobl 16-29 oed ddi-waith yn fwy cefnogol y dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol. Roeddent yn llai cefnogol y dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd, y dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda, a'u bod yn ffyddiog pan fyddant yn sâl y byddai'r GIG yn diwallu eu hanghenion gofal iechyd. Roeddent hefyd yn llai tebygol o deimlo'n ddiogel yn eu cymuned leol a theimlo'n obeithiol am fywyd, ac yn fwy tebygol o deimlo ar wahân yn eu cymuned leol.










Mae Blwch 5 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 16-29 oed ddi-waith a lenwodd yr arolwg. Roedd y grŵp hwn i raddau helaeth yn ymgysylltu â ffordd o fyw nad yw'n iach. Roedd bron hanner ohonynt yn ysmygwyr cyfredol, yn sôn am ychydig neu ddim gweithgarwch corfforol, ac yn sôn am iechyd cyffredinol gwael. Roedd dros 60% yn bwyta ychydig neu ddim ffrwythau a llysiau.



Blwch 5. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 16-29 oed ddi-waith a lenwodd yr arolwg (n = 36)^d

	11% Yn rheolaidd	50% Yn achlysurol	39% Byth
	47% Cyfredol	17% Cyn-ysmygwr	36% Byth
	42% 0-1 diwrnod	28% 2-4 diwrnod	30% 5+ diwrnod
	61% 0-2 dogn	25% 3-4 dogn	14% 5+ dogn
	44% Isel	44% Cyfartalog	11% Uchel

Tabl 2. Cyfran a addaswyd y bobl 16-29 oed ddi-waith yn cytuno^a â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 16-29 oed ddi-waith	Sampl genedlaethol gynrychioliadol
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	52%	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	59%	47% 
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	62%	71%
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	79%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	54%	67% 
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	68%	76%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	51%	47%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	85%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	33%	52% 
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	91%	87%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	71%	76%
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	74%	77%	
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	59%	69% 
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	39%	35%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	44%	34% 
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	32%	36%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	32%	16% 
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	66%	85% 
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	72%	85% 
†Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol  ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol		

Myfyrwyr 16-29 oed






Roedd tri y cant o'r sampl yn fyfyrwyr 16-29 oed, felly dylai'r canfyddiadau ar gyfer yr uwch broffil hwn gael eu dehongli'n ofalus. Mae Tabl 3 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). Roedd ymatebion i ddau ddatganiad yn wahanol iawn i rai'r sampl genedlaethol gynrychioliadol. Roedd myfyrwyr 16-29 oed yn llawer llai cefnogol y *dylai pobl gadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny a'u bod yn pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallent gael haint*.

Ar gyfer y dau datganiad uchod, roedd ymatebion yn wahanol i'r sampl genedlaethol gynrychioliadol gan 10% neu fwy. Felly, roedd myfyrwyr 16-29 oed hefyd (ond nid yn arwyddocaol felly) yn llai cefnogol y *dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol*, eu bod yn *teimlo yn ddiogel yn eu cymuned leol a'u bod yn teimlo'n obeithiol am fywyd*.







Mae Blwch 6 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd y myfyrwyr 16-29 oed a lenwodd yr arolwg. Adroddodd y grŵp hwn yn bennaf iechyd cyfartalog i uchel ac roedd 72% erioed wedi ysmegu, fodd bynnag, roedd 66% yn rhai oedd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd neu'n achlysurol.



Blwch 6. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd myfyrwyr 16-29 oed a lenwodd yr arolwg (n = 108)^d

	7% Yn rheolaidd	59% Yn achlysurol	33% Byth
	20% Cyfredol	8% Cyn-ysmygwr	72% Byth
	32% 0-1 diwrnod	55% 2-4 diwrnod	13% 5+ diwrnod
	39% 0-2 dogn	44% 3-4 dogn	17% 5+ dogn
	27% Isel	5% Cyfartalog	30% Uchel

Tabl 3. Cyfran a addaswyd y myfyrwyr 16-29 oed yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Myfyrwyr 16-29 oed	Sampl genedlaethol gynrychioliadol
Polisiâu	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	60%	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	35%	47% 
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	63%	71%
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	85%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	61%	67%
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	71%	76%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgirchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	46%	47%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	93%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	57%	52%
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	82%	87%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	77%	76%
	Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	63%	77% * 
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	73%	69%
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	15%	35% * 
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	33%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis niysys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	37%	36%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	14%	16%
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	75%	85% 
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	74%	85% 
†Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol  ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol		

^d Cyfeiriwch at ffynonellau cenedlaethol gynrychioliadol mwy o faint (e.e. Arolwg Cenedlaethol Cymru) am wybodaeth genedlaethol gynrychiadol ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd yn ôl demograffeg yng Nghymru.

Pobl 30-49 oed mewn gwaith

Ar draws yr holl gyfranogwyr roedd 39% yn bobl 30-49 oed mewn gwaith. Mae Tabl 4 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). O'i gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol, nodwyd saith gwahaniaeth arwyddocaol. Roedd pobl 30-49 oedd mewn gwaith yn fwy cefnogol y dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd; eu bod yn cefnogi terfynau cyflymder o 20 mya lle bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd; ac y dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda. Roeddent hefyd yn fwy ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu eu hanghenion iechyd pe byddent yn sâl.

Roeddent hefyd yn llai tebygol o gytuno eu bod yn teimlo'n ddiogel yn eu cymuned leol ac yn teimlo'n obeithiol am fywyd, ac yn llai tebygol o gytuno eu bod yn teimlo ar wahân yn eu cymuned leol. Roedd y gwahaniaeth rhwng yr uwch broffil hwn a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol ar gyfer y ddau ddatganiad olaf yn fwy na 10%.

Mae Blwch 7 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd y bobl 30-49 oed mewn gwaith a lenwodd yr arolwg. Adroddodd y mwyafrif iechyd cyfartalog i uchel (81%) ac roedd y rhan fwyaf yn bwyta 3+ dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd (76%). Adroddodd dros draean lefelau isel o weithgarwch corfforol.



Blwch 7. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd y bobl 30-49 oed mewn gwaith a lenwodd yr arolwg (n = 1,289)^d

	12% Yn rheolaidd	56% Yn achlysurol	32% Byth
	13% Cyfredol	26% Cyn-ysmygwr	62% Byth
	35% 0-1 diwrnod	48% 2-4 diwrnod	17% 5+ diwrnod
	24% 0-2 dogn	48% 3-4 dogn	29% 5+ dogn
	19% Isel	54% Cyfartalog	27% Uchel

Tabl 4. Cyfran a addaswyd y bobl 30-49 oed mewn gwaith yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 30-49 oed mewn gwaith	Sampl genedlaethol gynrychioliadol
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	59%	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	41%	47%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	73%	71%
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	85%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	75%	67% *
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	82%	76% *
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	46%	47%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	88%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	59%	52% *
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	89%	87%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	80%	76%
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	81%	77%	
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	75%	69% *
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	34%	35%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	31%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	36%	36%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	6%	16% *🏠
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	93%	85% *
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	96%	85% *🏠
‡Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol 🏠 ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol		

Pobl 30-49 oed ddi-waith

Roedd pobl 30-49 oed ddi-waith yn cyfrif am 3% yn unig o'r sampl, gan olygu y dylai'r canfyddiadau ar gyfer yr uwch broffil hwn gael eu dehongli'n ofalus. Mae Tabl 5 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol o'r sampl genedlaethol gynrychioliadol ar gyfer tri datganiad. O'i gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol, roedd pobl 30-49 oed ddi-waith yn teimlo'n fwy ar wahân yn eu cymuned leol, ond yn llai cefnogol y dylai'r y GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal a'u bod yn teimlo'n gobeithiol am fywyd.

Er nad yn arwyddocaol wahanol, roedd pobl 30-49 oed ddi-waith yn arwyddocaol llai tebygol o gytuno y dylai rieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda (gwahaniaeth o fwy na 10%).

Mae Blwch 8 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 30-49 oed ddi-waith a lenwodd yr arolwg. Roedd dros ddwy ran o dair yn adrodd am iechyd isel cyffredinol, roedd 42% yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd neu yn achlysurol, ac roedd 35% yn ysmygwyr cyffredol.



Blwch 8. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 30-49 oed ddi-waith a lenwodd yr arolwg (n = 106)^d

	10% Yn rheolaidd	32% Yn achlysurol	58% Byth
	35% Cyffredol	29% Cyn-ysmygwr	36% Byth
	51% 0-1 diwrnod	26% 2-4 diwrnod	23% 5+ diwrnod
	42% 0-2 dogn	41% 3-4 dogn	18% 5+ dogn
	69% Isel	22% Cyfartalog	9% Uchel

Tabl 5. Cyfran a addaswyd y bobl 30-49 oed ddi-waith yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol.

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 30-49 oed ddi-waith	Sampl genedlaethol gynrychioliadol	
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	39%	53%	* 🏠
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	47%	47%	
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	63%	71%	
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	83%	83%	
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	75%	67%	
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	85%	76%	
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	42%	47%	
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	84%	88%	
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	41%	52%	🏠
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	85%	87%	
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	78%	76%	
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	74%	77%		
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	63%	69%	
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	44%	35%	
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	34%	34%	
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	37%	36%	
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	30%	16%	* 🏠
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	77%	85%	
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	68%	85%	* 🏠
‡Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol 🏠 ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol			

^d Cyfeiriwch at ffynonellau cenedlaethol gynrychioliadol mwy o faint (e.e. Arolwg Cenedlaethol Cymru) am wybodaeth genedlaethol gynrychiadol ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd yn ôl demograffeg yng Nghymru.

Pobl 50+ oed mewn gwaith






Roedd chwarter (25%) o'r sampl yn bobl 50+ oed mewn gwaith. Mae Tabl 6 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol o'r sampl genedlaethol gynrychioliadol ar gyfer pedwar datganiad.

Roedd pobl 50+ oed mewn gwaith yn dangos mwy o gefnogaeth ar gyfer *rhoi cyngor proffesiynol i rieni ar fagu eu plant yn dda*. Roeddent hefyd yn fwy tebygol o gytuno eu bod yn *teimlo'n ddiogel yn eu cymuned leol* ac yn *teimlo'n obeithiol am fywyd*, ac yn llai tebygol o gytuno eu bod yn *aml yn teimlo ar wahân yn eu cymuned leol*. Cafwyd gwahaniaethau o 10% neu fwy ar gyfer dau o'r datganiadau llesiant.

Mae Blwch 9 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd y bobl 50+ oed mewn gwaith a lenwodd yr arolwg. Adroddodd y mwyafrif iechyd cyffredinol cyfartalog neu uchel (80%) a'u bod erioed wedi ysmegu nac yn gyn-ysmygwyr (90%), tra roedd dros hanner (56%), yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd neu yn achlysurol.



Blwch 9. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 50+ oed mewn gwaith a lenwodd yr arolwg (n = 832)^d

	12% Yn rheolaidd	44% Yn achlysurol	44% Byth
	10% Cyfredol	30% Cyn-ysmygwr	60% Byth
	36% 0-1 diwrnod	41% 2-4 diwrnod	23% 5+ diwrnod
	19% 0-2 dogn	43% 3-4 dogn	38% 5+ dogn
	20% Isel	49% Cyfartalog	31% Uchel

Tabl 6. Cyfran a addaswyd y bobl 50+ oed mewn gwaith yn cytuno[‡] â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol.

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 50+ oed mewn gwaith	Sampl genedlaethol gynrychioliadol	
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	57%	53%	
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	49%	47%	
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	76%	71%	
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	83%	83%	
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	69%	67%	
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	77%	76%	
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	44%	47%	
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	87%	88%	
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	59%	52%	*
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	87%	87%	
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	77%	76%	
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	82%	77%		
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	67%	69%	
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	36%	35%	
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	31%	34%	
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	37%	36%	
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	4%	16%	*🏠
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	93%	85%	*
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	95%	85%	*🏠
‡Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol			
	🏠 ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol			

Pobl 50+ oed ddi-waith

Roedd pobl 50+ oed ddi-waith yn cyfrif am 3% yn unig o'r sampl, gan olygu y dylai'r canfyddiadau ar gyfer yr uwch broffil hwn gael eu dehongli'n ofalus. Mae Tabl 7 yn dangos y gyfran o bobl 50+ oed ddi-waith oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). O'i gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol, cafwyd un gwahaniaeth arwyddocaol yn unig; roedd y grŵp hwn yn fwy tebygol o *deimlo ar wahân yn eu cymuned leol*. Roedd dros draean y bobl 50+ oed ddi-waith yn cytuno â'r datganiad hwn (35% o gymharu â 16% yn y sampl genedlaethol gynrychioliadol).

Mae Blwch 10 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 50+ oed ddi-waith a lenwodd yr arolwg. Nid oedd y grŵp hwn i raddau helaeth yn ymgysylltu â ffordd iach o fyw; roedd 36% yn ysmygwyr cyfredol, roedd 12% yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd ac roedd 59% yn ymgysylltu â lefelau isel o weithgarwch corfforol (0-1 diwrnod). Yn ogystal, adroddodd ddwy ran o dair (67%) fod ganddynt iechyd cyffredinol isel.



Blwch 10 Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 50+ oed ddi-waith a lenwodd yr arolwg (n = 106)^d

	12% Yn rheolaidd	28% Yn achlysurol	59% Byth
	36% Cyfredol	25% Cyn-ysmygwr	39% Byth
	59% 0-1 diwrnod	27% 2-4 diwrnod	14% 5+ diwrnod
	42% 0-2 dogn	40% 3-4 dogn	19% 5+ dogn
	67% Isel	25% Cyfartalog	8% Uchel

Tabl 7. Cyfran a addaswyd y bobl 50+ oed ddi-waith yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 50+ oed ddi-waith	Sampl genedlaethol gynrychioliadol
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	49%	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	53%	47%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	80%	71%
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	87%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	63%	67%
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	79%	76%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	51%	47%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	90%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	52%	52%
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	89%	87%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	73%	76%
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	79%	77%	
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	62%	69%
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	44%	35%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	38%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	35%	36%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	35%	16% * 🏠
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	83%	85%
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	76%	85% *
†Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol 🏠 ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol		

^d Cyfeiriwch at ffynonellau cenedlaethol gynrychioliadol mwy o faint (e.e. Arolwg Cenedlaethol Cymru) am wybodaeth genedlaethol gynrychiadol ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd yn ôl demograffeg yng Nghymru.

Pobl 50+ oed wedi ymddeol






Roedd pobl 50+ oed wedi ymddeol yn cyfrif am 16% o'r sampl. Mae Tabl 8 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus (gweler yr Atodiad Tabl A-3). Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol o'r sampl genedlaethol gynrychioliadol ar gyfer chwech datganiad.

Roedd pobl 50+ oed oedd wedi ymddeol yn fwy cefnogol y dylid gwahardd hysbysebion bwyd nad yw'n iach i blant i leihau gordewdra mewn plant ac y dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny. Roeddent yn llai cefnogol y dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr. Roeddent yn fwy tebygol o deimlo'n obeithiol am fywyd a theimlo'n ddiogel yn eu cymuned leol, ac yn llai tebygol o deimlo ar wahân yn eu cymuned leol, gyda gwahaniaethau ar gyfer y ddau ddatganiad olaf yn fwy na 10%.

Mae Blwch 11 yn dangos ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd y bobl 50+ oed wedi ymddeol a lenwodd yr arolwg. Roedd y grŵp hwn i raddau helaeth yn ymgysylltu â ffordd iach o fyw; roedd bron hanner erioed wedi ysmegu (49%), dywedodd y mwyafrif nad oeddent byth yn goryfed mewn pyliau (73%) ac roedd y rhan fwyaf yn bwyta 3+ dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd (77%).



Blwch 11. Ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd pobl 50+ oed wedi ymddeol a lenwodd yr arolwg (n = 527)^d

	7% Yn rheolaidd	20% Yn achlysurol	73% Byth
	9% Cyfredol	42% Cyn-ysmygwr	49% Byth
	46% 0-1 diwrnod	34% 2-4 diwrnod	20% 5+ diwrnod
	23% 0-2 dogn	44% 3-4 dogn	33% 5+ dogn
	38% Isel	46% Cyfartalog	16% Uchel

Tabl 8. Cyfran a addaswyd y bobl 50+ oed wedi ymddeol yn cytuno[†] â phob datganiad iechyd cyhoeddus, o gymharu â'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Pobl 50+ oed wedi ymddeol	Sampl genedlaethol gynrychioliadol
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	53%	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	52%	47%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	79%	71% *
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	78%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	62%	67%
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	80%	76%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	40%	47%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	85%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	52%	52%
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	87%	87%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	67%	76% *
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	88%	77% *🏠	
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	74%	69%
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	41%	35%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	33%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	39%	36%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	8%	16% *🏠
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	95%	85% *🏠
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	94%	85% *
†Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf	* Gwahaniaeth arwyddocaol (p < .05) rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol 🏠 ≥10% o wahaniaeth rhwng yr uwch broffil a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol		

Crynodeb o'r gwahaniaeth barn ar ddatganiadau iechyd cyhoeddus rhwng yr wyth uwch broffil demograffig a'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Pobl 16-29 oed mewn gwaith	Pobl 16-29 oed ddi-waith	Myfyrwyr 16-29 oed	Pobl 30-49 oed mewn gwaith	Pobl 30-49 oed ddi-waith	Pobl 50+ oed mewn gwaith	Pobl 50+ oed ddi-waith	Pobl 50+ oed wedi ymdeol
Polisiâu iechyd cyhoeddus								
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal					*			
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol		◆	◆					
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	*							*
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy								
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd		◆		*				
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	*◆			*				
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus								
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach								
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant								
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	*◆	◆		*	◆	*		
Mae plentynod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach								
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	*							*
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny			*◆					*◆
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd								
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	*	◆		*				
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint			*◆					
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach		◆						
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi								
Llesiant								
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol		◆		*◆	*◆	*◆	*◆	*◆
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol		◆	◆	*		*		*◆
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd		◆	◆	*◆	*◆	*◆	*	*

* Roedd yr uwch broffil demograffig yn arwyddocaol ($p < .05$) FWY TEBYGOL o gytuno na'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

◆ Roedd yr uwch broffil demograffig $\geq 10\%$ yn FWY TEBYGOL o gytuno na'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

* Roedd yr uwch broffil demograffig yn arwyddocaol ($p < .05$) LAI TEBYGOL o gytuno na'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

◆ Roedd yr uwch broffil demograffig $\geq 10\%$ yn LAI TEBYGOL o gytuno na'r sampl genedlaethol gynrychioliadol

Amllder goryfed mewn pyliau

Ar draws yr holl gyfranogwyr, adroddodd 11% eu bod yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd (yn wythnosol neu'n ddyddiol), dywedodd 47% eu bod yn goryfed goryfed mewn pyliau yn achlysurol (bob mis neu lai), a nododd 43% nad oeddent byth yn goryfed mewn pyliau (gan cynnwys pobl sy byth yn yfed alcohol). Mae Tabl 10 yn dangos cyfran y cyfranogwyr oedd yn cytuno gyda phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar amllder eu goryfed mewn pyliau (gweler Tabl Atodiad A-4).

Gwelwyd mwy o gefnogaeth ar gyfer ymyriad iechyd cyhoeddus fel arfer ymysg unigolion nad oeddent byth yn ymgymryd â phyliau o oryfed, gyda'r gefnogaeth yn lleihau wrth i amllder goryfed mewn pyliau gynyddu. O gymharu â'r rhai nad ydynt byth yn goryfed mewn pyliau, roedd yfwr achlysurol a rheolaidd yn arwyddocaol lai tebygol o gytuno y *dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol, ac y dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd*. Roedd y rhai sy'n goryfed mewn pyliau yn rheolaidd yn arwyddocaol lai tebygol na'r rhai sy'n goryfed mewn pyliau yn achlysurol neu'r rhai nad ydynt byth yn goryfed mewn pyliau o gytuno y *dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy*.



Roedd y rhai nad oeddent byth yn goryfed mewn pyliau yn arwyddocaol fwy tebygol o gytuno y *dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr a bod plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach*, yn gymharol â'r rhai sy'n yfed bob wythnos. Yn olaf, roedd y rhai nad oeddent byth yn goryfed mewn pyliau yn arwyddocaol fwy tebygol o gytuno eu bod yn *teimlo ar wahân yn eu cymuned leol* nag yfwr rheolaidd ac achlysurol.

Tabl 10. Cyfran a addaswyd o bwy oedd yn cytuno[‡] â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar amllder eu goryfed mewn pyliau

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Yn rheolaidd (n=364)	Yn achlysurol (n=1549)	Byth (n=1421)
Polisiâu	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	53%	53%	52%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	41% ●	42% ◆	56% ●◆
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	68%	72%	73%
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	78% +●	85% +	85% ●
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	62% ●	66% ◆	71% ●◆
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	76%	77%	76%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	43%	49%	48%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	88%	88%	89%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	52%	52%	53%
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	84% ●	87%	90% ●
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	72% +●	78% +	79% ●
	Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	77%	78%	76%
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	67%	72% ◆	69% ◆
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	36%	37%	39%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	36%	33%	32%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	38%	35%	34%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	13% ●	15% ◆	20% ●◆
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	83%	87%	85%
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	83%	88%	84%

‡Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

● gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n goryfed alcohol mewn pyliau yn rheolaidd a'r rheini sy'n yfed alcohol mewn pyliau yn achlysurol
 ◆ gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n goryfed alcohol mewn pyliau yn rheolaidd a'r rheini nad ydynt byth yn goryfed mewn pyliau
 + gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n goryfed alcohol mewn pyliau yn achlysurol a'r rheini nad ydynt byth yn goryfed mewn pyliau

Statws ysmegu

Ar draws yr holl gyfranogwyr, roedd 14% yn ysmygwyr cyfredol, roedd 28% yn gyn-ysmygwyr, ac roedd 58% erioed wedi ysmegu. Mae Tabl 4 yn dangos cyfran yr ymatebwyr oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar ei statws ysmegu (gweler yr Atodiad Tabl A-5).

Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol mewn barn ar bolisiau iechyd cyhoeddus ac yn y datganiadau llesiant. Roedd unigolion nad oeddent erioed wedi ysmegu a chyn-ysmygwyr yn arwyddocaol fwy tebygol o gytuno â dulliau polisi fel *gwahardd hysbysebion alcohol a bwydydd nad ydynt yn iach, newid ymddygiad i leihau newid yn yr hinsawdd a chyflwyno terfynau cyflymder 20 mya nag ysmygwyr cyfredol*. O gymharu â'r rhai nad ydynt erioed wedi ysmegu, roedd ysmygwyr cyfredol yn arwyddocaol lai tebygol o gytuno bod *pobl yn gyfrifol am eu hiechyd eu hunain, nid gwaith y gwasanaethau cyhoeddus yw hynny*.

Er nad yw'n arwyddocaol wahanol, roedd ysmygwyr cyfredol yn fwy tebygol o gytuno bod *meddygon teulu a gweithwyr iechyd proffesiynol yn siarad â hwy am sut i fyw bywyd iachach* na chyn-ysmygwyr a'r rhai nad ydynt yn ysmegu. Fodd bynnag, roedd ysmygwyr cyfredol yn arwyddocaol lai tebygol na chyn-ysmygwyr a'r rhai nad ydynt yn ysmegu i gytuno y byddai'r *GIG yn edrych ar eu hôl os oeddent yn sâl*.

Roedd ysmygwyr cyfredol yn arwyddocaol fwy tebygol o gytuno eu bod yn *teimlo ar wahân yn eu cymuned leol* na chyn-ysmygwyr a'r rhai nad ydynt erioed wedi ysmegu. Roeddent hefyd yn teimlo'n arwyddocaol lai *diogel yn eu cymuned leol ac yn llai gobeithiol am fywyd*.



Tabl 11. Cyfran a addaswyd oedd yn cytuno[‡] â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar eu statws ysmegu

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Cyfredol (n=459)	Cyn-ysmygwr (n=943)	Byth (n=1940)
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	49%+	56%+	53%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	39%+●	50%+	51%●
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	67%●	70%◆	75%●◆
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	78%+●	85%+	85%●
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	62%+●	68%+	69%●
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	71%+●	79%+	78%●
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	45%	48%	49%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	89%	88%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	51%	54%	52%
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	84%	87%	88%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	75%	77%	77%
	Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	73%●	78%	80%●
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	64%+●	71%+	71%●
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	38%	39%◆	35%◆
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	37%	34%	33%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	39%	35%	35%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	23%+●	14%+	12%●
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	80%●	86%	88%●
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	78%+●	88%+	88%●

[‡]Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

- + gwahaniaeth arwyddocaol rhwng ysmygwyr cyfredol a chyn-ysmygwyr
- gwahaniaeth arwyddocaol rhwng ysmygwyr cyfredol a'r rhai nad ydynt erioed wedi ysmegu
- ◆ gwahaniaeth arwyddocaol rhwng cyn-ysmygwyr a'r rhai nad ydynt erioed wedi ysmegu

Lefelau gweithgarwch corfforol

Ar draws yr holl gyfranogwyr, adroddodd 38% eu bod yn cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol ar 0-1 diwrnod yr wythnos, 43% ar 3-4 diwrnod, a 19% ar 5+ diwrnod. Mae Tabl 12 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar lefelau gweithgarwch corfforol (gweler Atodiad Tabl A-6).

Roedd y rhai oedd yn cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol ar 2-4 diwrnod yr wythnos yn arwyddocaol fwy tebygol na'r rhai a oedd yn llai egniol i gytuno y *dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd, y dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant, y dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr ac y dylai pobl gadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny*. Hefyd roedd y rhai oedd yn ymgymryd â gweithgarwch corfforol ar 5+ diwrnod yr wythnos yn fwy tebygol na'r rheini â'r lefelau gweithgarwch isaf o gytuno y *dylai pobl gadw eu hunain yn iach. Fodd bynnag, roeddet yn arwyddocaol lai tebygol na'r rhai oedd yn gwneud 2-4 diwrnod i gytuno y dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant*.



Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol ar draws yr holl ddatganiadau llesiant. O gymharu â'r rhai oedd yn gwneud lefelau uwch o weithgarwch corfforol, roedd unigolion oedd yn adrodd am 0-1 diwrnod yn fwy tebygol o gytuno eu bod yn aml yn teimlo ar wahân yn eu cymuned leol ac yn llai tebygol o gytuno eu bod yn teimlo yn ddiogel yn eu cymuned, a theimlo'n obeithiol am fywyd.

Tabl 12. Cyfran a addaswyd oedd yn cytuno[‡] â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn dibynnu ar lefelau gweithgarwch corfforol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		0-1 diwrnod (n=1272)	2-4 diwrnod (n=1415)	5+ diwrnod (n=644)
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	52%	55%	51%
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	48%	46%	47%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	71%	73%	71%
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	82%	84%	84%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	64%+	70%+	68%
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	76%	78%	75%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	48%	49%	45%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	87%+	90%+◆	86%◆
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	52%	54%	50%
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	87%	88%	85%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	76%	78%	75%
	Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	74%+●	79%+	80%●
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	69%	70%	68%
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	38%	36%	36%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	32%	36%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	35%	38%	35%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	23%+●	13%+	13%●
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	80%+	90%+◆	83%◆
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	76%+●	89%+	89%●

‡Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf
 + gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n ymgymryd â gweithgarwch corfforol ar 0-1 diwrnod a 2-4 diwrnod
 ● gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n ymgymryd â gweithgarwch corfforol ar 0-1 diwrnod a 5+ diwrnod
 ◆ gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n ymgymryd â gweithgarwch corfforol ar 2-4 diwrnod a 5+ diwrnod

Bwyta ffrwythau a llysiau

Ar draws yr holl gyfranogwyr, roedd 26% yn adrodd eu bod yn bwyta 0-2 dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd, 45% yn bwyta 3-4 dogn, a 30% yn bwyta 5+ dogn. Mae Tabl 13 yn dangos y gyfran yn gytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar fwyta ffrwythau a llysiau (gweler Atodiad Tabl A-7).

Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol ar draws polisiau a datganiadau llesiant; wrth i fwyta ffrwythau a llysiau yn ddyddiol gynyddu, roedd cytuno â'r datganiadau yn cynyddu hefyd. Er enghraifft, cynyddodd y gyfran oedd yn cytuno *dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar atal* ei yn arwyddocaol rhwng pob categori lefelau bwyta, gan godi o 47% yn y rhai â'r lefelau bwyta isaf i 57% yn y rhai â'r lefelau uchaf. Gwelwyd yr un patrwm ar gyfer *hysbysebu bwydydd nad ydynt yn iach; cwmnïau ac unigolion yn mabwysiadu ymddygiadau i leihau newid yn yr hinsawdd; a chefnogaeth ar gyfer terfynau cyflymder 20 mya*.



Hefyd, gwelwyd gwahaniaethau arwyddocaol ar draws y datganiadau llesiant. Er enghraifft, roedd y rheini oedd yn bwyta 0-2 dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd yn llawer mwy tebygol o gytuno eu bod yn teimlo ar wahân yn eu cymuned leol na'r rheini â lefelau uwch o lefelau bwyta.

Tabl 13. Cyfran a addaswyd oedd yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn dibynnu ar lefelau bwyta ffrwythau a llysiau

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		0-2 dogn (n=857)	3-4 dogn (n=1486)	5+ dogn (n=999)
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	47% +●	53% +◆	57% ●◆
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	45%	46%	49%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	64% +●	71% +◆	76% ●◆
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	80% ●	82%	85% ●
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	59% +●	69% +◆	73% ●◆
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	70% +●	77% +◆	81% ●◆
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgirchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	45%	46%	50%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	87%	88%	90%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	47% +●	52% +	55% ●
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	85% +	89% +	88%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	72% ●	76% ◆	80% ●◆
	Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	77%	78%	76%
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	63% +●	70% +	73% ●
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	38%	36%	36%
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	34%	33%	34%
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	35%	36%	37%
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	21% +●	15% +	12% ●
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	74% +●	86% +◆	92% ●◆
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	75% +●	88% +	91% ●
†Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf		+ gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n bwyta 0-2 dogn a 3-4 dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd ● gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n bwyta 0-2 dogn a 5+ dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd ◆ gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sy'n bwyta 3-4 a 5+ dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd		

Iechyd cyffredinol hunangofnodedig

Ar draws yr holl gyfranogwyr, roedd 26% wedi'u categorio fel rhai mewn iechyd cyffredinol isel, 50% mewn iechyd cyffredinol cyfartalog a 30% mewn iechyd cyffredinol uchel. Mae Tabl 14 yn dangos y gyfran oedd yn cytuno â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar eu hiechyd cyffredinol hunangofnodedig (gweler yr Atodiad Tabl A-3).

Cafwyd gwahaniaethau arwyddocaol rhwng lefelau iechyd cyffredinol a golygydd pholisïau, gofal iechyd a llesiant. Wrth i iechyd unigolion wella, roedd cytuno â'r datganiadau yn tueddu i gynyddu. Er enghraifft, cynyddodd y gyfran oedd yn cytuno y *dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal* yn arwyddocaol rhwng pob lefel iechyd, gan godi o 46% yn y rhai ag iechyd cyffredinol isel i 59% yn y rhai ag iechyd cyffredinol uchel.

Roedd unigolion ag iechyd cyffredinol isel yn arwyddocaol lai tebygol o gytuno eu bod yn *ffyddiog pe byddent yn sâl byddai'r GIG yn diwallu eu hanghenion gofal iechyd* na'r rheini ag iechyd cyffredinol cyfartalog neu uchel. Fodd bynnag, roedd y rhai ag iechyd cyffredinol cyfartalog neu isel yn fwy tebygol o gytuno *bod meddygon teulu yn siarad â hwy am sut i fyw bywyd iachach* na'r rheini ag iechyd cyffredinol uchel.

Ymhellach, roedd y rhai ag iechyd cyffredinol isel yn arwyddocaol fwy tebygol o gytuno eu bod yn *teimlo ar wahân yn eu cymuned* ac yn arwyddocaol lai tebygol o gytuno eu bod yn *teimlo'n ddiogel yn eu cymuned* ac yn *obeithiol am fywyd* na'r rheini ag iechyd cyffredinol cyfartalog ac uchel.



Tabl 14. Cyfran a addaswyd oedd yn cytuno† â phob datganiad iechyd cyhoeddus yn seiliedig ar iechyd cyffredinol

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus		Isel (n=869)	Cyfartalog (n=1662)	Uchel (n=808)
Polisiau	Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	46%+	54%+◆	59%●◆
	Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol.	47%	48%	46%
	Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	66%+●	71%+	74%●
	Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	83%	84%	83%
	Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	64%+●	69%+	69%●
	Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	73%	77%	77%
Strwythurau cymorth	Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	48%	48%	46%
	Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	88%	89%	88%
	Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	48%+●	53%+	54%●
	Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	85%	88%	88%
	Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	76%●	78%	74%●
	Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	72%●	76%◆	82%●◆
Gofal iechyd	Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	61%+●	72%+	74%●
	Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	39%●	38%	34%●
	Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	37%●	35% ^c	30%●◆
	Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	41%+●	36%+◆	32%●◆
Llesiant	Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	28%+●	16%+◆	7%●◆
	Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	74%+●	85%+◆	93%●◆
	Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	67%+●	87%+◆	95%●◆

†Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

- + gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sydd yn y categori iechyd isel a iechyd cyfartalog
- gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sydd yn y categori iechyd isel ac iechyd uchel
- ◆ gwahaniaeth arwyddocaol rhwng y rhai sydd yn y categori iechyd cyfartalog ac iechyd uchel

Crynodeb o'r gwahaniaeth barn ar ddatganiadau iechyd cyhoeddus yn ôl ymddygiadau sy'n seiliedig ar iechyd

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Amllder goryfed mewn pyliau	Status ysmegu	Lefelau gweithgarwch corfforol	Bwyta ffrwythau a llysiau	Iechyd cyffredinol
Polisiau iechyd cyhoeddus					
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	—	—	—	↑	↑
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	↑	↑	—	↑	—
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	↑	↑	—	↑	↑
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	↑	↑	—	↑	—
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	↑	↑	—	↑	↑
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	—	↑	—	↑	↑
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus					
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	—	↑	—	↑	—
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	—	—	—	↑	—
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	—	—	—	↑	↑
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	↑	↑	—	↑	↑
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	↑	—	—	↑	—
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	—	↑	↑	—	↑
Gofal iechyd iechyd y cyhoedd					
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	—	↑	—	↑	↑
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	↑	—	—	—	↓
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	↓	↓	—	—	↓
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	↓	↓	—	—	↓
Llesiant					
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	↑	↓	↓	↓	↓
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	—	↑	—	↑	↑
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	—	↑	↑	↑	↑



Tueddiad cadarnhaol tuag at fwy o gytundeb ymhlith y rhai sydd ag ymddygiadau iachach (h.y. byth yn ysmegu, byth goryfed mewn pyliau, yn gorfforol egniol, yn bwyta ffrwythau a llysiau)



Tueddiad negyddol tuag at gytundeb is ymhlith y rhai sydd ag ymddygiadau iachach (h.y. byth yn ysmegu, byth goryfed mewn pyliau, yn gorfforol egniol, yn bwyta ffrwythau a llysiau)



Dim patrwm clir o farn yn seiliedig ar ymddygiad sy'n ymwneud ag iechyd.



Blwch lliw yn dynodi gwahaniaeth arwyddocaol ($p < 0.05$) o fewn yr ymddygiad sy'n gysylltiedig ag iechyd.

Trafodaeth

Yr arolwg Cadw'n Iach yn Nghymru oedd yr arolwg cyntaf yng Nghymru i geisio barn preswylwyr ar iechyd cyhoeddus er mwyn llywio datblygiad strategaeth iechyd cyhoeddus genedlaethol hirdymor. Nododd y canfyddiadau o'r arolwg cartrefi cenedlaethol gynrychiadol gefnogaeth y cyhoedd ar gyfer mesurau atal i wella iechyd y cyhoedd.⁹ Mae'r ail adroddiad hwn yn cynnwys canfyddiadau o'r arolwg ar-lein ehangach a oedd yn agored i holl breswylwyr Cymru 16 oed a throsodd. Felly, mae'r canfyddiadau o'r arolwg hwn yn darparu cipolwg ar safbwyntiau dros 3,000 o bobl yng Nghymru. Fodd bynnag, mae cyfyngiadau o ran y casgliadau y gellir dod iddynt o'r data. Roedd cymryd rhan yn yr arolwg yn wirfoddol a gallai'r canfyddiadau felly fod yn rhagfarnllyd tuag at y rhai sydd â diddordeb mewn iechyd cyhoeddus; rhoddwyd cyfle i'r unigolion a gwblhaodd y cyfweiliadau wyneb yn wyneb i ddewis peidio â chymryd rhan, a byddai'r rhai a gwblhaodd yr arolwg ar-lein wedi gorfod hunan gychwyn llenwi'r arolwg. Roedd yr holl ymatebion wedi'u hunangofnodi gan gyfranogwyr, gan olygu y casglwyd y data yn oddrychol a gallai'r cyfranogwyr fod wedi ymateb yn anghywir. Cafodd yr ymatebion i bob cwestiwn eu lleihau i nifer llai o gategoriâu nag a nodwyd gan y cwestiwn gwreiddiol, a allai guddio rhai perthnasoedd. Fodd bynnag, mae'r canfyddiadau yn darparu ambell gipolwg ar sut mae barn unigolion am iechyd cyhoeddus yng Nghymru yn amrywio ar draws grwpiau demograffig.

Ar draws chwech o'r wyth uwch broffil demograffig a archwiliwyd (yn seiliedig ar oedran a statws cyflogaeth), y datganiad â'r lefel uchaf o gefnogaeth oedd *Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy*. Pobl 30-49 oed ddi-waith a phobl 50+ oed wedi ymddeol oedd fwyaf o blaid cyfyngiadau cyflymder *20 mya lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd*. Roedd pump o'r wyth uwch broffil demograffig yn ffyddiog y *byddai'r GIG yn diwallu eu hanghenion gofal iechyd*; yn ddi-ddorol y bobl 16-29 oed ddi-waith oedd leiaf ffyddiog (59%) tra'r bobl 16-29 oed mewn gwaith oedd fwyaf ffyddiog (79%). Cafwyd y patrwm cyferbyniol ar gyfer y datganiad *pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach*, gyda'r bobl 16-29 oed ddi-waith fwyaf tebygol o gytuno (44%) a'r bobl 16-29 oed mewn gwaith leiaf tebygol o gytuno (30%). Fodd bynnag, oherwydd meintiau sampl bach yn yr uwch broffil pobl 16-29 oed ddi-waith, dylid dehongli unrhyw gasgliadau gyda gofal.

Roedd cyferbyniad o ran llesiant rhwng uwch broffiliau demograffig yn amlwg. Er enghraifft, tra roedd bron pob un o'r bobl 30-49 oed mewn gwaith yn cytuno eu bod *yn gyffredinol yn obeithiol am fywyd* (96%), cwmpodd hyn i 68% yn unig ymhlith pobl 30-49 oed ddi-waith. Roedd y gwahaniaeth mwyaf cytuno â'r datganiad *yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol* ymysg pobl 50+ oed; roedd 35% o'r rheini 50+ oed a oedd yn ddi-waith yn teimlo ar wahân o gymharu â dim ond 4% o'r rhai a oedd mewn gwaith. Mae'r gwahaniaethau hyn yn dangos cysylltiad cryf rhwng statws cyflogaeth a safbwyntiau a bywydau unigolion. At hynny, gall llesiant isel hefyd atal pobl rhag gweithio, felly mae cyfeiriad y cysylltiad heb ei bennu'n llawn.

Cafwyd gwahaniaethau nodedig ym marn y cyhoedd yn seiliedig ar ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd. Unigolion nad ydynt byth yn goryfed mewn pyliau nac erioed wedi ysmegu oedd fwyaf tebygol o gytuno y dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol (56% a 51% yn y drefn honno), tra bod y rhai sy'n goryfed mewn pyliau yn rheolaidd a'r rhai sy'n ysmegu ar hyn o bryd leiaf tebygol o gytuno (41% a 39%, yn y drefn honno). Fodd bynnag, ar gyfer gweithgarwch corfforol a bwyta ffrwythau a llysiau, roedd y gwahaniaeth mwyaf o ran cytuno ar gyfer y datganiad *dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd*; roedd y rhai oedd yn cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol 3-4 diwrnod yr wythnos a'r rheini oedd yn bwyta 5+ dogn o ffrwythau a llysiau y dydd yn fwyaf tebygol o gytuno (73% a 70% yn y drefn honno), a'r rhai oedd yn adrodd am ychydig yn unig o weithgarwch (0-2 diwrnod) ac ychydig yn unig o fwyta ffrwythau a llysiau (0-2 dogn) oedd leiaf tebygol o gytuno (64% a 59%, yn y drefn honno).

Cafwyd bod gwahaniaethau mawr o ran barn yn seiliedig ar fwyta ffrwythau a llysiau ac iechyd cyffredinol hunangofnodedig; fel yr oedd lefelau bwyta ffrwythau a llysiau ac iechyd cyffredinol unigolion yn gwella, roedd lefel y cytuno â'r datganiadau iechyd cyhoeddus yn tueddu i gynyddu. Roedd cytuno â *gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant* yn amrywio yn ôl iechyd cyffredinol; roedd y rhai ag iechyd cyffredinol uchel fwyaf tebygol o gytuno (74%) gyda'r rhai ag iechyd cyffredinol isel leiaf tebygol o gytuno (66%). Hefyd, gwelwyd gwahaniaethau ar draws y datganiadau llesiant. Y rheini oedd fwyaf tebygol o *deimlo ar wahân yn eu cymuned* oedd y rhai sy'n ysmegu ar hyn o bryd (23%), yn gwneud y lleiaf o weithgarwch corfforol (0-2 diwrnod; 23%), a byth yn goryfed mewn pyliau (20%). Ar gyfer bwyta ffrwythau a llysiau, cafwyd gwahaniaethau mawr o ran cytuno ar gyfer *teimlo'n yn ddiogel yn eu cymuned*; roedd y rhai a oedd yn bwyta'r nifer mwyaf o ddogneau y diwrnod yn sylweddol fwy tebygol o gytuno â'r datganiad hwn (92%) na'r rhai a oedd yn bwyta'r nifer lleiaf o ddogneau (74%). Yn olaf, roedd unigolion ag iechyd cyffredinol isel yn llawer llai tebygol na'r unigolion ag iechyd cyffredinol uchel i gytuno *ar y cyfan eu bod nhw'n teimlo'n obeithiol am fywyd* (67% a 95%, yn y drefn honno).

I grynhoi, mae'r astudiaeth hon yn dechrau nodi sut mae barn ar iechyd cyhoeddus yng Nghymru yn amrywio yn ôl oedran, statws cyflogaeth ac ymddygiadau sy'n gysylltiedig ag iechyd.¹³ Mae'n datgelu sut, yn aml, gall y gwrthwynebiad cryfaf i fesurau iechyd cyhoeddus ddod gan y rhai a fyddai'n elwa fwyaf o'u rhoi ar waith. Dylai'r wybodaeth ddarparu sail ar gyfer negeseuon ac ymyriadau iechyd cyhoeddus wedi'u targedu'n well a gweithredu fel y gwaelodlin ar gyfer mesur newidiadau yn y farn gyhoeddus am fesurau iechyd y boblogaeth.

Cyfeiriadau

- Diepeveen S, Ling T, Suhrcke M, et al. Public acceptability of government intervention to change health-related behaviours: a systematic review and narrative synthesis. *BMC Public Health* 2013; 13: 756.
- Llywodraeth Cymru Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 Caerdydd: Llywodraeth Cymru; 2015. Cafwyd o: <http://gov.wales/topics/people-and-communities/people/future-generations-act/?lang=cy>. Cyrchwyd 17/09/2018.
- Sharp CA, Hughes K, Bellis MA. *Cadw'n Iach yng Nghymru: Barn y cyhoedd ar iechyd y cyhoedd*. Canfyddiadau o'r arolwg cartrefi genedlaethol gynrychioliadol. Wrecsam: Prifysgol Bangor ac Iechyd Cyhoeddus Cymru 2018.
- Ormston R, Curtice J. (eds.) *British Social Attitudes: The 32nd Report*, London: NatCen Social Research; 2015. Cafwyd o: www.bsa.natcen.ac.uk. Cyrchwyd 17/09/2018.
- Granville Valence Public Health. *US Community Health Opinion Survey; 2011*. Cafwyd o: https://gyph.org/wp-content/uploads/2014/08/CHA-Appendix-L6_2011HealthOpinionSurvey_VC_06-21-11.pdf. Cyrchwyd 17/09/2018.
- Public Health England. *Public awareness and opinion survey*. Ipsos MORI, 2017. Cafwyd o: <https://www.ipsos.com/ipsos-mori/en-uk/public-health-england-public-awareness-and-opinion-survey-2017>. Cyrchwyd 17/09/2018.
- Bush K, Kivlahan DR, McDonnell MB, et al. The AUDIT alcohol consumption questions (AUDIT-C): an effective brief screening test for problem drinking. *Ambulatory Care Quality Improvement Project (ACQUIP). Alcohol Use Disorders Identification Test*. *Arch Intern Med*, 1998; 158: 1789-1795.
- EuroQol Research Foundation. *EQ-5D-5L User guide*. Basic information on how to use the EQ-5D-5L. Rotterdam: EuroQol Research Foundation; 2015. Cafwyd o: https://euroqol.org/wp-content/uploads/2016/09/EQ-5D-5L_UserGuide_2015.pdf.
- Sharp CA, Hughes K, Bellis MA. *Cadw'n Iach yng Nghymru: Barn y cyhoedd ar iechyd y cyhoedd*. Canfyddiadau o'r arolwg cartrefi genedlaethol gynrychioliadol. Atodiad. Wrecsam: Prifysgol Bangor ac Iechyd Cyhoeddus Cymru 2018.
- Vansteenkiste M, Lens W, De Witte S, etc. The 'why' and 'why not' of job search behaviour: their relation to searching, unemployment experience, and wellbeing. *European Journal of Social Psychology*, 2004; 34: 345-363.
- Dawson C, Hinks T, Veliziotis M. 'Choose to Be Optimistic, it Feels Better? Evidence of optimism on employment utility. *Bulletin of Economic Research* 2017; 69: 428-436.
- van der Noordt M, IJzelenberg H, Droomers M, Proper KI. (2014). Health effects of employment: a systematic review of prospective studies. *BMJ Occup Environ Med* 2014; 71: 730-736.
- Blendon RR, Benson JJ, Steelfisher GK, Connolly JJ. Americans' conflicting views about the public health system, and how to shore up support. *Health Affairs*, 2010; 29: 2033-2040.

Atodiad: Tablau data

Tabl A-1. Demograffeg y sampl cyfunol (16 oed a throsodd)

		n	%
Rhyw	Gwryw	929	28.1
	Benyw	2381	71.9
Oed (blynyddoedd)	16-29	450	13.6
	30-49	1395	42.1
	50+	1465	44.3
Statws cyflogaeth	Mewn gwaith	2427	73.3
	Di-waith	248	7.5
	Myfyriwr	108	3.3
	Wedi ymddeol	527	15.9
Amllder goryfed mewn pylliau (colli 10)	Byth	1410	42.7
	Yn achlysurol	1530	46.4
	Yn rheolaidd	360	10.9
Statws Ysmygu (colli 3)	Byth	1927	58.3
	Cyn-ysmygwr	926	28.0
	Cyfredol	454	13.7
Lefelau gweithgarwch corfforol (diwrnodau yr wythnos)	0-1	1272	38.2
	2-4	1415	42.5
	5+	644	19.3
Bwyta ffrwythau a llysiau (dogneau y dydd) (colli 3)	0-2	847	25.6
	3-4	1470	44.5
	5+	990	29.9
Iechyd cyffredinol hunangofnodedig (colli 6)	Isel	862	26.1
	Cyfartalog	1612	48.8
	Uchel	830	25.1
Dull arolwg	Cartref	1001	29.9
	Ar-lein	2309	70.1

Tabl A-2. Cyfran (pwysolwyd; cyfwng hyder 95%) y sampl genedlaethol gynrychioliadol oedd yn cytuno^{*} oedd ganddo ddim barn[®], ac yn anghytuno[©] â phob datganiad iechyd cyhoeddus⁺

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Sampl genedlaethol gynrychioliadol % (95% CH)		
	Yn cytuno	Dim barn	Yn anghytuno
Polisiau iechyd cyhoeddus			
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	53% (50-56)	32% (29-35)	15% (13-17)
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	47% (44-50)	17% (15-19)	15% (11-15)
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	71% (68-73)	27% (24-30)	26% (23-29)
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	83% (81-85)	12% (10-14)	5% (4-7)
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	67% (64-70)	24% (21-27)	9% (8-11)
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	76% (73-78)	12% (10-14)	12% (11-15)
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus			
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	47% (44 -50)	26% (23-29)	27% (24-30)
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	88% (85-90)	7% (5-9)	6% (4-7)
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	52% (48-55)	25% (23-28)	23% (21-26)
Mae plentynod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	87% (85-89)	9% (7-11)	4% (3-5)
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	76% (74-79)	16% (14-18)	8% (6-10)
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	77% (74-79)	17% (15-19)	7% (5-8)
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd			
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	69% (66-71)	18% (15-20)	14% (12-16)
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	35% (32-38)	17% (15-20)	48% (45-51)
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	34% (31-37)	16% (14-19)	50% (47-53)
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	36% (33-39)	21% (19-24)	43% (40-47)
Llesiant			
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	16% (14-19)	13% (11-15)	71% (68-74)
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	85% (82-87)	10% (8-12)	5% (4-7)
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	85% (82-87)	10% (8-12)	5% (4-7)

*Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf; ®ddim yn anghytuno nac yn cytuno; ©naill ai'n anghytuno neu'n anghytuno'a gryf.

⁺Oherwydd gwahaniaethau bach mewn pwysau a phrosesau mathemategol eraill, gall y canrannau cenedlaethol a gyflwynir yn yr adroddiad hwn fod yn wahanol o hyd at 1% o'r rhai a gyflwynwyd yn yr adroddiad gyntaf Cadw'n Iach yng Nghymru.

Tabl A-3. Cyfran a addaswyd (amcangyfrif cymedr ymylol; cyfwng hyder 95%) o fewn pob uwch broffil demograffig yn cytuno* â phob datganiad iechyd cyhoeddus

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	p	16-29 mewn gwaith	16-29 di-waith	16-29 myfyriwr	30-49 mewn gwaith	30-49 di-waith	50+ mewn gwaith	50+ di-waith	50+ wedi ymddeol
Polisiau iechyd cyhoeddus									
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	0.007	54% (49-60)	52% (36-68)	60% (50-69)	59% (55-62)	39% (30-49)	57% (54-61)	49% (40-59)	53% (48-57)
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	<0.001	42% (36-47)	59% (42-73)	35% (26-44)	41% (38-45)	47% (37-56)	49% (45-52)	53% (44-62)	52% (48-56)
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	<0.001	65% (59-70)	62% (45-76)	63% (53-71)	73% (71-76)	63% (53-72)	76% (73-79)	80% (71-86)	79% (75-82)
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	0.049	85% (80-88)	79% (61-90)	85% (76-90)	85% (83-87)	83% (74-89)	83% (80-85)	87% (79-92)	78% (74-81)
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	<0.001	73% (68-78)	54% (38-69)	61% (51-69)	75% (72-77)	75% (66-82)	69% (66-73)	63% (54-72)	62% (58-66)
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	<0.001	66% (60-72)	68% (51-83)	71% (61-79)	82% (80-85)	85% (76-92)	77% (74-80)	79% (70-87)	80% (76-83)
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus									
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	0.031	53% (47-58)	51% (35-66)	46% (37-56)	46% (43-49)	42% (33-52)	44% (41-48)	51% (42-61)	40% (36-44)
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	0.079	90% (86-92)	85% (71-93)	93% (87-96)	88% (86-90)	84% (76-89)	87% (84-89)	90% (84-94)	85% (81-87)
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	<0.001	63% (57-68)	33% (19-50)	57% (47-66)	59% (56-62)	41% (32-50)	59% (56-63)	52% (42-61)	52% (48-57)
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	0.245	85% (80-89)	91% (74-98)	82% (73-88)	89% (87-91)	85% (77-91)	87% (84-89)	89% (81-94)	87% (83-90)
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	<0.001	85% (81-88)	71% (54-83)	77% (68-83)	80% (77-82)	78% (69-85)	77% (73-79)	73% (64-81)	67% (63-71)
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	<0.001	72% (66-77)	74% (56-88)	63% (53-72)	81% (78-84)	74% (64-83)	82% (78-85)	79% (69-88)	88% (85-92)
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd									
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	<0.001	79% (74-84)	59% (43-75)	73% (64-82)	75% (72-78)	63% (53-72)	67% (63-71)	62% (52-71)	74% (70-78)
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	<0.001	30% (25-36)	39% (25-56)	15% (10-24)	34% (31-37)	44% (34-53)	36% (33-40)	44% (34-53)	41% (36-45)
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	0.481	30% (25-35)	44% (30-61)	33% (25-43)	31% (28-33)	34% (26-43)	31% (28-35)	38% (30-48)	33% (29-37)
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	0.941	36% (31-41)	32% (21-49)	37% (28-47)	36% (33-39)	37% (29-46)	37% (34-41)	35% (28-45)	39% (35-43)
Llesiant									
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	<0.001	11% (7-16)	32% (17-49)	14% (8-23)	6% (4-8)	30% (21-39)	4% (2-6)	35% (26-45)	8% (5-11)
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	<0.001	87% (82-91)	66% (49-82)	75% (66-84)	93% (91-96)	77% (67-85)	93% (90-95)	83% (73-91)	95% (91-98)
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	<0.001	91% (86-95)	72% (55-87)	74% (64-82)	96% (93-98)	68% (58-78)	95% (93-98)	76% (66-85)	94% (90-97)

*Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

Tabl A-4. Cyfran a addaswyd (amcangyfrif cymedr ymylol; cyfwng hyder 95%) yn cytuno* â phob datganiad iechyd y cyhoedd yn ôl amllder goryfed mewn pyliau, â chymariaethau pâr (p-gwerthoedd)

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Cyfran a addaswyd				Cymariaethau pâr		
	p	Yn rheolaidd	Yn achlysurol	Byth	Rheolaidd: Yn achlysurol	Rheolaidd: Byth	Yn achlysurol: Byth
Polisiau iechyd cyhoeddus							
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	0.935	53% (47-59)	53% (49-57)	52% (49-56)	0.972	0.800	0.736
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	<0.001	41% (36-47)	42% (38-46)	56% (52-60)	0.787	<0.001	<0.001
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	0.363	68% (62-74)	72% (68-75)	73% (69-76)	0.282	0.164	0.593
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	0.010	78% (73-83)	85% (82-87)	85% (82-87)	0.008	0.011	0.932
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	0.002	62% (56-68)	66% (63-70)	71% (68-75)	0.148	0.002	0.008
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	0.653	76% (71-81)	77% (74-81)	76% (72-79)	0.739	0.782	0.357
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus							
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	0.161	43% (37-49)	49% (45-53)	48% (48-48)	0.056	0.154	0.492
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	0.799	88% (84-91)	88% (85-90)	89% (78-91)	0.916	0.747	0.508
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	0.899	52% (46-58)	52% (58-56)	53% (49-57)	0.969	0.798	0.652
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	0.023	84% (79-88)	87% (84-90)	90% (87-92)	0.172	0.016	0.076
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	0.041	72% (66-77)	78% (74-80)	79% (75-81)	0.044	0.018	0.539
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	0.314	77% (71-82)	78% (75-82)	76% (72-79)	0.644	0.592	0.128
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd							
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	0.051	67% (61-73)	72% (69-76)	69% (65-72)	0.057	0.569	0.044
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	0.284	36% (31-42)	37% (33-40)	39% (36-43)	0.958	0.305	0.134
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	0.388	36% (31-42)	33% (30-36)	32% (29-36)	0.263	0.180	0.702
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	0.246	38% (33-44)	35% (32-39)	34% (30-37)	0.301	0.109	0.356
Llesiant							
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	0.004	13% (8-18)	15% (12-18)	20% (17-24)	0.523	0.011	0.003
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	0.249	83% (77-88)	87% (84-90)	85% (82-88)	0.126	0.387	0.316
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	0.070	83% (77-88)	88% (85-91)	84% (81-88)	0.079	0.625	0.055

*Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

Tabl A-5. Cyfran a addaswyd (amcangyfrif cymedr ymylol; cyfwng hyder 95%) yn cytuno* â phob datganiad iechyd y cyhoedd yn ôl statws ysmegu, â chymariaethau pâr (p-gwerthoedd)

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Cyfran a addaswyd				Cymariaethau pâr		
	p	Cyfredol	Cyn-ysmygwr	Byth	Cyfredol: Cyn-ysmygwr	Cyfredol: Byth	Cyn-ysmygwr: Byth
Polisiâu iechyd cyhoeddus							
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	0.062	49% (44-54)	56% (52-60)	53% (49-57)	0.020	0.159	0.136
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	<0.001	39% (34-44)	50% (46-55)	51% (48-55)	<0.001	<0.001	0.554
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	0.007	67% (62-72)	70% (66-74)	75% (71-78)	0.363	0.007	0.028
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	0.001	78% (73-82)	85% (82-88)	85% (82-87)	0.002	0.001	0.833
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	0.038	62% (57-67)	68% (64-72)	69% (65-72)	0.040	0.013	0.737
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	0.006	71% (66-75)	79% (75-83)	78% (74-81)	0.002	0.006	0.447
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus							
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	0.504	45% (40-50)	48% (44-53)	49% (45-52)	0.323	0.248	0.920
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	0.783	89% (91-85)	88% (86-91)	88% (85-90)	0.927	0.593	0.560
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	0.550	51% (46-56)	54% (49-54)	52% (48-56)	0.312	0.641	0.400
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	0.158	84% (80-88)	87% (84-90)	88% (85-90)	0.166	0.067	0.644
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	0.611	75% (70-79)	77% (73-80)	77% (74-80)	0.447	0.329	0.832
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	0.017	73% (68-78)	78% (73-82)	80% (77-84)	0.107	0.006	0.190
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd							
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	0.048	64% (59-69)	71% (67-75)	71% (67-74)	0.024	0.020	0.866
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	0.040	38% (33-43)	39% (35-44)	35% (31-38)	0.653	0.191	0.016
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	0.225	37% (32-42)	34% (30-38)	33% (29-36)	0.350	0.098	0.406
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	0.257	39% (34-44)	35% (31-39)	35% (32-38)	0.182	0.108	0.834
Llesiant							
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	<0.001	23% (18-28)	14% (1-18)	12% (9-15)	0.002	<0.001	0.298
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	0.005	80% (75-85)	86% (82-90)	88% (85-91)	0.035	0.002	0.273
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	<0.001	78% (73-83)	88% (84-92)	88% (85-91)	0.001	<0.001	0.991

*Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

Tabl A-6. Cyfran a addaswyd (amcangyfrif cymedr ymylol; cyfwng hyder 95%) yn cytuno* â phob datganiad iechyd y cyhoedd yn ôl lefelau gweithgarwch corfforol, â chymariaethau pâr (p-gwerthoedd)

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Cyfran a addaswyd			Cymariaethau pâr			
	p	0-1	2-4	5+	0-1: 3-4	0-1: 5+	2-4: 5+
Polisiau iechyd cyhoeddus							
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	0.159	52% (48-56)	55% (51-59)	51% (46-56)	0.127	0.679	0.096
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	0.736	48% (44-52)	46% (42-50)	47% (42-52)	0.433	0.742	0.761
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	0.547	71% (74-76)	73% (69-76)	71% (66-75)	0.351	0.896	0.368
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	0.164	82% (78-84)	84% (81-87)	84% (80-87)	0.081	0.157	0.976
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	0.004	64% (60-67)	70% (67-73)	68% (63-72)	0.001	0.100	0.295
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	0.338	76% (72-79)	78% (74-81)	75% (71-79)	0.210	0.865	0.231
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus							
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	0.367	48% (44-52)	49% (45-53)	45% (41-50)	0.586	0.338	0.156
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	0.002	87% (85-89)	90% (88-92)	86% (83-89)	0.005	0.401	0.003
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	0.144	52% (55-48)	54% (50-58)	50% (45-54)	0.175	0.469	0.065
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	0.182	87% (83-89)	88% (85-91)	85% (81-89)	0.203	0.513	0.091
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	0.253	76% (72-79)	78% (75-81)	75% (71-79)	0.210	0.645	0.137
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	0.007	74% (70-77)	79% (75-82)	80% (75-84)	0.007	0.008	0.603
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd							
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	0.770	69% (65-73)	70% (66-74)	68% (63-73)	0.663	0.734	0.484
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	0.284	38% (34-42)	36% (32-40)	36% (32-41)	0.336	0.435	0.993
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	0.203	32% (29-36)	36% (32-40)	34% (29-38)	0.080	0.651	0.318
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	0.135	35% (31-38)	38% (35-42)	35% (31-39)	0.069	0.978	0.139
Llesiant							
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	<0.001	23% (19-27)	13% (1-16)	13% (9-17)	<0.001	<0.001	0.861
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	<0.001	80% (76-84)	90% (87-93)	83% (79-88)	<0.001	0.164	0.003
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	<0.001	76% (72-80)	89% (86-92)	89% (84-92)	<0.001	<0.001	0.904

*Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf

Tabl A-7. Cyfran a addaswyd (amcangyfrif cymedr ymylol; cyfwng hyder 95%) yn cytuno* â phob datganiad iechyd y cyhoedd yn ôl lefelau bwyta ffrwythau a llysiau, â chymariaethau pâr (p-gwerthoedd)

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	p	Cyfran a addaswyd			Cymariaethau pâr		
		0-2	3-4	5+	0-2: 3-4	0-2: 5+	3-4: 5+
Polisiau iechyd cyhoeddus							
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	<0.001	47% (43-51)	53% (49-57)	57% (53-62)	0.008	<0.001	0.050
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	0.098	45% (41-49)	46% (42-49)	49% (45-54)	0.741	0.057	0.062
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	<0.001	64% (60-68)	71% (68-74)	76% (80-72)	0.001	<0.001	0.007
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	0.014	80% (77-83)	82% (79-85)	85% (82-88)	0.169	0.003	0.055
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	<0.001	59% (55-63)	69% (66-72)	73% (69-77)	<0.001	<0.001	0.028
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	<0.001	70% (66-74)	77% (74-80)	81% (77-85)	0.001	<0.001	0.028
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus							
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	0.161	45% (41-49)	46% (43-50)	50% (45-54)	0.547	0.069	0.141
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	0.173	87% (84-89)	88% (86-90)	90% (87-92)	0.289	0.059	0.294
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	0.007	47% (43-52)	52% (48-56)	55% (51-60)	0.027	0.002	0.195
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	0.039	85% (81-88)	89% (86-91)	88% (84-90)	0.013	0.101	0.447
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	0.001	72% (69-76)	76% (73-79)	80% (77-83)	0.064	<0.001	0.023
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	0.525	77% (73-81)	78% (74-82)	76% (71-80)	0.581	0.646	0.262
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd							
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	<0.001	63% (59-68)	70% (66-74)	73% (69-77)	0.004	<0.001	0.125
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	0.508	38% (34-42)	36% (32-40)	36% (32-40)	0.318	0.281	0.850
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	0.878	34% (30-38)	33% (30-37)	34% (30-39)	0.762	0.875	0.622
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	0.620	35% (32-39)	36% (32-39)	37% (33-42)	0.868	0.385	0.406
Llesiant							
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	0.001	21% (17-25)	15% (12-19)	12% (9-16)	0.010	<0.001	0.084
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	<0.001	74% (70-78)	86% (82-89)	92% (88-95)	<0.001	<0.001	<0.001
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	<0.001	75% (71-79)	88% (85-91)	91% (87-94)	<0.001	<0.001	0.221

*Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf.

Tabl A-8. Cyfran a addaswyd (amcangyfrif cymedr ymylol; cyfwng hyder 95%) yn cytuno[‡] â phob datganiad iechyd y cyhoedd yn ôl iechyd cyffredinol hunangofnodedig, â chymariaethau pâr (p-gwerthoedd)

Datganiadau Iechyd Cyhoeddus	Cyfran a addaswyd			Cymariaethau pâr			
	p	Isel	Cyfartalog	Uchel	Isel: Canol	Isel: Uchel	Canol: Uchel
Polisiau iechyd cyhoeddus							
Dylai'r GIG wario llai ar drin salwch a mwy ar ei atal	<0.001	46% (42-50)	54% (50-58)	59% (55-64)	<0.001	<0.001	0.008
Dylid gwahardd hysbysebion am alcohol i leihau problemau defnyddio alcohol	0.742	47% (43-51)	48% (44-52)	46% (42-51)	0.631	0.842	0.467
Dylid gwahardd hysbysebion am fwyd nad yw'n iach i leihau gordewdra mewn plant	0.009	66% (62-70)	71% (68-75)	74% (69-77)	0.020	0.003	0.260
Dylai bwyd iach gostio ychydig yn llai a bwyd nad yw'n iach ychydig yn fwy	0.802	83% (79-86)	84% (81-86)	83% (79-86)	0.534	0.859	0.679
Dylid gorfodi cwmnïau ac unigolion i fabwysiadu ymddygiadau a fydd yn lleihau newid yn yr hinsawdd	0.037	64% (60-68)	69% (65-72)	69% (65-73)	0.018	0.031	0.891
Rwy'n cefnogi terfynau cyflymder o 20 milltir yr awr lle y bydd hyn yn lleihau anafiadau traffig ffyrdd	0.222	73% (70-77)	77% (73-80)	77% (73-81)	0.126	0.118	0.789
Strwythurau cymorth iechyd cyhoeddus							
Hoffwn weld mwy o ymgyrchoedd gwybodaeth i'r cyhoedd ar sut i fyw bywyd iachach	0.633	48% (44-52)	48% (44-52)	46% (42-51)	0.798	0.372	0.428
Dylai ysgolion addysgu rhagor am fyw bywyd iach i blant	0.576	88% (85-90)	89% (86-91)	88% (85-90)	0.400	0.982	0.392
Dylai rhieni gael cyngor proffesiynol ar sut i fagu eu plant yn dda	0.048	48% (44-52)	53% (49-56)	54% (49-59)	0.041	0.021	0.522
Mae plentyndod diogel a llawn cariad yn hanfodol ar gyfer tyfu i fod yn oedolyn iach	0.106	85% (82-88)	88% (85-90)	88% (85-91)	0.064	0.060	0.771
Dylai cyflogwyr wneud mwy i ofalu am iechyd eu gweithwyr	0.123	76% (72-79)	78% (75-81)	74% (70-78)	0.237	0.500	0.055
Dylai pobl eu cadw eu hunain yn iach, nid gwaith gwasanaethau cyhoeddus yw hynny	<0.001	72% (68-76)	76% (72-80)	82% (78-86)	0.670	<0.001	0.001
Gofal iechyd ac iechyd y cyhoedd							
Rwy'n ffyddiog y byddai'r GIG yn diwallu fy anghenion gofal iechyd pe byddwn yn sâl	<0.001	61% (57-65)	72% (68-75)	74% (70-78)	<0.001	<0.001	0.240
Rwy'n pryderu wrth ymweld ag ysbyty y gallwn gael haint	0.089	39% (36-44)	38% (34-41)	34% (30-39)	0.354	0.029	0.107
Pan fyddaf yn mynd at fy meddyg teulu, mae fel arfer yn siarad â mi am sut i fyw bywyd iachach	0.006	37% (33-41)	35% (32-39)	30% (26-34)	0.472	0.002	0.004
Pan fyddaf yn siarad â phobl broffesiynol ym maes iechyd, megis nyrsys a fferyllwyr, maen nhw'n rhoi cyngor ar fyw bywyd iachach i mi	<0.001	41% (37-45)	36% (32-39)	32% (28-36)	0.009	<0.001	0.035
Llesiant							
Yn aml, rwy'n teimlo ar wahân yn fy nghymuned leol	<0.001	28% (24-32)	16% (13-19)	7% (1-4)	<0.001	<0.001	<0.001
Rwy'n teimlo'n ddiogel yn fy nghymuned leol	<0.001	74% (70-78)	85% (82-88)	93% (86-96)	<0.001	<0.001	<0.001
Ar y cyfan, rwy'n teimlo'n obeithiol am fywyd	<0.001	67% (63-71)	87% (84-89)	95% (92-98)	<0.001	<0.001	<0.001

[‡]Naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf.

Ariannwyd gan lechyd Cyhoeddus Cymru

Mae lechyd Cyhoeddus Cymru yn sefydliad GIG sy'n darparu cyngor a gwasanaethau iechyd cyhoeddus proffesiynol ac annibynnol i ddiogelu a gwella iechyd a llesiant poblogaeth Cymru. Ariannwyd cynhyrchu'r adroddiad hwn gan lechyd Cyhoeddus Cymru. Gweithiodd yr awduron a ariannwyd ar y cyd ag lechyd Cyhoeddus Cymru, fodd bynnag, ni ddylid tybio bod y farn yn yr adroddiad hwn yr un fath â barn lechyd Cyhoeddus Cymru.



Diogelu Iechyd
Darparu gwybodaeth, cyngor a chymryd camau i ddiogelu pobl rhag clefyd trosglwyddadwy a pheryglon amgylcheddol



Microbioleg
Darparu rhwydwaith o wasanaethau microbioleg sy'n cynorthwyo diagnosis o glefydau heintus a'u rheoli



Gwella Iechyd
Darparu gwybodaeth, cyngor a chymryd camau gweithredu, ar draws sectorau, i hybu iechyd, atal clefydau a lleihau anghydraddoldebau iechyd



Sgrinio
Darparu rhaglenni sgrinio sy'n cynorthwyo canfod clefydau'n gynnar, eu hatal a'u trin



Iechyd Cyhoeddus Cymru yr hyn rydym yn ei wneud
Rydym yn bodoli i ddiogelu a gwella iechyd a lles a lleihau anghydraddoldebau iechyd i bobl yng Nghymru. Rydym yn gweithio yn lleol, yn genedlaethol ac yn rhyngwladol, yn y meysydd canlynol:



Polisi, ymchwil a datblygu rhyngwladol
Dylanwadu ar bolisi, cefnogi ymchwil a chyfrannu at ddatblygiad iechyd rhyngwladol



Gwybodaeth Iechyd
Dadansoddi data iechyd y cyhoedd, dod o hyd i dystiolaeth a rheoli gwybodaeth



Diogelu
Darparu arbenigedd a chyngor strategol i helpu i ddiogelu plant ac oedolion agored i niwed



Gwella ansawdd y GIG a diogelwch cleifion
Darparu gwybodaeth, cyngor a chymorth i'r GIG i wella canlyniadau cleifion



Gofal sylfaenol, cymunedol ac integredig
Cryfhau effaith iechyd y cyhoedd drwy bolisi, comisiynu, cynllunio a darparu gwasanaethau



Uned Gydweithredu Iechyd Cyhoeddus
Ysgol Gwyddorau Iechyd
Prifysgol Bangor
Parc Technoleg Wrecsam
Wrecsam LL13 7YP
Tel: +44(0)1248 383519



Cyfarwyddiaeth Polisi a Datblygiad Rhyngwladol,
Canolfan Cydweithredu Sefydliad Iechyd y Byd ar
Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant,
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Clwydian House, Parc Technoleg Wrecsam
Wrecsam LL13 7YP
Tel: +44(0)1978 318413