



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Iechyd Rhyngwladol
International Health

Adroddiad Sganio Gorwelion Rhyngwladol a Dysgu

Calendr Cryno
Ebrill 2022 – Mawrth 2023

Canolfan Gydweithredol Sefydliad
Iechyd y Byd ar Fuddsoddi
ar gyfer Iechyd a Llesiant



World Health Organization
Collaborating Centre on Investment
for Health and Well-being

Gwybodaeth Gefndir

Mae pandemig COVID-19 wedi arwain at heriau digynsail i systemau iechyd, yn ogystal ag effeithiau llesiant, cymdeithasol ac economaidd hirdymor i gymdeithasau. Effeithiwyd ymhellach ar hyn gan bryderon iechyd y cyhoedd mwy diweddar, megis yr argyfwng costau byw. Er mwyn deall, lliniaru a mynd i'r afael â'r materion hyn rhain, roedd gweithred iechyd y cyhoedd gydynol, gydweithredol a seiliedig ar dystiolaeth yn hanfodol ar draws pob lefel lywodraethu, sector a rhanddeiliad, yn genedlaethol ac yn rhyngwladol. Roedd dysgu parhaus ac amserol o brofiad gwledydd eraill a'r dystiolaeth a'r canllawiau a oedd yn dod i'r amlwg, a ddarparwyd gan sefydliadau rhyngwladol allweddol, yn hollbwysig i lywio camau gweithredu, dulliau gweithredu a phrosesau gwneud penderfyniadau o'r fath yng Nghymru.

Sgano Gornweliion Rhyngwladol a Dysgu

Cychwynnwyd y ffrwd waith Sgano Gornweliion Rhyngwladol a Dysgu gan y Ganolfan Gydweithredol ar Fuddsoddiad mewn Iechyd a Llesiant Sefydliad Iechyd y Byd (y cyfeirir ati o hyn ymlaen fel WHO CC) yn Iechyd Cyhoeddus Cymru, i lywio'r ymateb iechyd y cyhoedd ac adfer o ran COVID-19 yng Nghymru. I ddechrau, canolbwyntiodd y ffrwd waith yn bennaf ar dystiolaeth rhyngwladol COVID-19, profiad, mesurau yn ogystal â dulliau pontio ac adfer; ac archwiliodd atebion a mesurau i liniaru a lleihau niwed o'r effeithiau iechyd, llesiant, cymdeithasol ac economaidd oedd yn dod i'r amlwg.

Yng ngwanwyn 2022, ehangwyd cwmpas yr adroddiadau i gwmpasu pynciau iechyd y cyhoedd â blaenoriaeth a rhai oedd yn dod i'r amlwg, gan gynnwys ym meysydd gwella a hybu iechyd, diogelu iechyd, a gofal iechyd. Gan gefnogi Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru), mae'r llif gwaith felly yw cyfrannu at Gymru iachach, mwy cyfartal, cydnerth, llewyrchus a chyfrifol yn fyd-eang.

Mae'r holl Adroddiadau Sgano Gornweliion Rhyngwladol a Dysgu ar gael yma: [Sgano Gornweliion Rhyngwladol - Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant \(phwwhocc.co.uk\)](https://phwwhocc.co.uk)

Methodoleg

Mae'r adroddiadau Sgano Gornweliion Rhyngwladol yn cyfod data, tystiolaeth a dysgu empirig gan sefydliadau allweddol, ymchwil a gwledydd perthnasol. Mae'r adroddiadau yn cynnwys amrywiaeth o ffynonellau data gan gynnwys llenyddiaeth wyddonol, gohebiaeth y llywodraeth ac adroddiadau a dadansoddiadau sefydliadau anlywodraethol. Mae'r dull methodolegol yn cynnwys proses dri cham sy'n cynnwys adolygiad cwmpasu, cyfod tystiolaeth, a golygu terfynol. Nod y dull systematig hwn yw darparu gwybodaeth ddeinamig a chyfredol y gellir ei gweithredu a chyfleu canfyddiadau allweddol i lunwyr penderfyniadau a llunwyr polisi mewn ffordd hawdd ei deall a chlir.

Sganio Gorwelion Rhyngwladol a Dysgu: Calendr Cryno

Y Calendr Cryno Sganio Gorwelion Rhyngwladol a Dysgu hwn yw'r trydydd yn y gyfres, yn dilyn y Calendrau Cryno o 2020/21 a 2021/22. Mae'r Calendr Cryno hwn wedi coladu, cyfosod a chyflwyno crynodeb clir a chryno o'r pum Adroddiad Sganio Gorwelion Rhyngwladol dros y flwyddyn ddiwethaf, ers Ebrill 2022 hyd at Fawrth 2023. Yn ogystal, mae'r ddau adroddiad cryno (a gyhoeddwyd yn 2022) wedi'u cynnwys. Mae'r llif gwaith Sganio Gorwelion Rhyngwladol a Dysgu wedi dangos ei fod yn arddangos ymchwil addysgiadol ac effeithiol wrth goladu data o wledydd eraill, gan ddarparu arweiniad, argymhellion a mewnwediadau defnyddiol ynghylch natur esblygol ac ansicrwydd pynciau iechyd y cyhoedd sy'n dod i'r amlwg, sydd wedi ceisio gwella a llywio gweithredoedd a dulliau o'r fath yng Nghymru.

Nod y crynodeb yw llywio trosolwg cryno o weithredu polisi cynhwysfawr, cydlynol, cynhwysol sy'n seiliedig ar dystiolaeth, sydd wedi cefnogi'r strategaethau cenedlaethol tuag at Gymru iachach, mwy cyfartal, cydnerth, llewyrchus a chyfrifol yn fyd-eang, ac sy'n parhau i wneud hynny. Mae'r calendr hwn yn cynnwys negeseuon allweddol ac argymhellion allweddol o dudalennau synthesis lefel uchel pob adroddiad Sganio Gorwelion Rhyngwladol.

Y ffordd orau i weld y ddogfen hon yw ar gyfrifiadur pen desg neu liniadur gan ddefnyddio Adobe Acrobat Reader (ar gael [yma](#) i'w lawrlwytho am ddim).

Ymwadiad

Mae'r adroddiadau'n rhoi crynodeb lefel uchel o'r hyn a ddysgwyd o brofiadau bywyd go iawn o wledydd dethol, ac o amrywiaeth o lenyddiaeth wyddonol a llwyd, gan gynnwys ffynonellau gwybodaeth i ganiatáu archwiliad pellach. Nid yw'r adroddiadau'n gynhwysfawr ac nid ydynt wedi'u hanelu at ddarparu adolygiad tystiolaeth, dadansoddiad neu sicrwydd ansawdd manwl, cadarn na thrylwyr. Eu bwriad yw cynnig cipolwg byr o dystiolaeth, polisi ac arfer cyfredol, gan rannu enghreifftiau o wledydd perthnasol a chanllawiau ac egwyddorion allweddol cyrff rhyngwladol o fri.

Cynnwys

Adroddiadau

Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)

Cymru sy'n fwy cyfartal

Yr argyfwng costau byw

Diogelu'r amgylchedd addysgol rhag COVID: 4-18 oed

Addysg a Gofal Plentyndod Cynnar (ECEC)

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol

Effaith COVID-19 ar gynyddu'r bwlch iechyd a bregusrwydd

Cymru â diwylliant bywiog lle mae'r Gymraeg yn ffynnu



Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)

Cymru lewyrchus

Yr argyfwng costau byw

Diogelu'r amgylchedd addysgol rhag COVID: 4-18 oed

Addysg a Gofal Plentyndod Cynnar (ECEC)

Ymgyrchoedd cyfathrebu er derbyn brechlynnau



Cymru gydnherth

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol

Effaith COVID-19 ar gynyddu'r bwlch iechyd a bregusrwydd



Cymru iachach

Gofal canolraddol

Yr argyfwng costau byw

Diogelu'r amgylchedd addysgol rhag COVID: 4-18 oed

Addysg a Gofal Plentyndod Cynnar (ECEC)

Ymgyrchoedd cyfathrebu er derbyn brechlynnau

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol

Effaith COVID-19 ar gynyddu'r bwlch iechyd a bregusrwydd



Cymru o gymunedau cydlynus

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol

Effaith COVID-19 ar gynyddu'r bwlch iechyd a bregusrwydd



Cymru sy'n gyfrifol ar lefel fyd-eang

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol

Effaith COVID-19 ar gynyddu'r bwlch iechyd a bregusrwydd



Gofal canolraddol • Mehefin 2022

Nid oes unrhyw ddiffiniad a dderbynnir yn gyffredinol o ofal canolraddol yn rhyngwladol.

Mae gofal canolraddol wedi datblygu mewn ymateb i:

- Demograffeg sy'n newid a chyflyrau hirdymor cynyddol ac aml-forbidrwydd
- Angen i wella canlyniadau a gwerth i bobl/cleifion a theuluoedd
- Angen i leihau costau a chynyddu gwerth am arian

Mae gofal canolraddol yn berthnasol i unrhyw grŵp oedran (gan gynnwys plant) ar gyfer ystod eang o anghenion (fel salwch neu anaf)

Mae egwyddorion a nodweddion allweddol gofal canolraddol yn cynnwys:

- Gweithredu gwasanaethau iechyd, cymdeithasol a gofal eraill integredig gan ddefnyddio dull rhyngddisgyblaethol cydweithredol gyda defnyddwyr gwasanaeth fel partneriaid
- Person-ganolog, gan ganolbwyntio ar ganlyniadau sydd o bwys i'r defnyddiwr/wyr, hybu adferiad cyflymach, cynyddu byw'n annibynnol i'r eithaf a lleihau oedi o ran cleifion mewnol/allanol
- Gofal cartref/a ddarperir yn lleol sy'n fyrdymor ac amser cyfyngedig
- Hygyrch, hyblyg, ymatebol drwy bwynt cyswllt sengl ar gael 24/7
- Llywodraethu ac atebolrwydd clir, monitro darpariaeth ac ansawdd
- Defnydd o dechnoleg ac offer digidol i gefnogi hunanreolaeth a gofal
- Addysg a hyfforddiant y gweithlu sy'n meithrin ymddiriedaeth a chydweithio

Gall gofal canolraddol helpu:

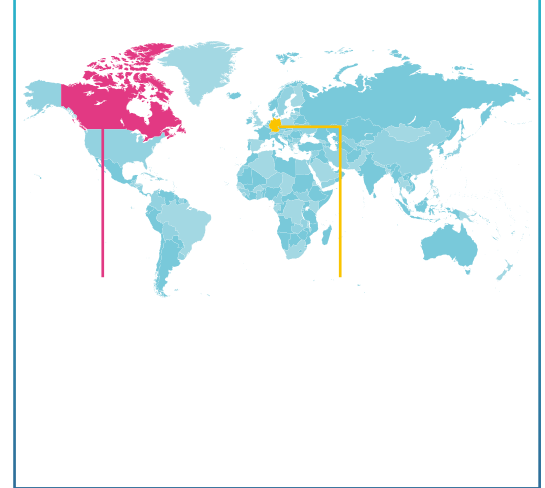
- Atal mynediad diangen neu gynmserol i ysbyty/cyfleuster gofal tymor hir
- Adferiad cyflymach ar ôl salwch neu anaf, adsefydlu ac ailalluogi
- Rhyddhau o leoliadau cleifion mewnol a trawsnewid rhwng lleoliadau ("gofal trosiannol")
- Hwyluso pobl annibyniaeth a hyder
- Lleihau'r angen ar gyfer gwasanaethau gofal hirdymor a chleifion mewnol
- Lleihau costau gyfer y system iechyd a gofal cymdeithasol

Mae'r Mae WHO wedi cydnabod gofal trosiannol (canolradd) fel blaenoriaeth, sy'n dangos bod pontio effeithiol rhwng yr ysbyty a'r cartref yn gwella ansawdd gofal, boddhad cleifion ac adferiad; ac yn lleihau risg a chostau ail-ysbyty

Mae COVID-19 wedi effeithio ar gyflenwad a galw ar gyfer gofal canolraddol:

- Oherwydd ailddyrranu adnoddau, cafodd rhai cleifion ysbyty eu rhyddhau i gyfleusterau gofal hirdymor yn lle derbyn gofal canolraddol
- Galw ar gyfer gwasanaethau gofal canolraddol penodol (ee adsefydlu ysgyfeiniol) yn disgwylir cynyddu yn dilyn COVID-19

Cipolwg ar wlad



Mae'r adroddiad hwn yn cysylltu â Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol:

Llywodraeth Cymru

[Adsefydlu | Is-bwnc | LLYW.CYMRU](#)

[Gwerthusiad o'r Gronfa Gofal Integredig \(crynodeb\) | LLYW.CYMRU](#)

Iechyd Cyhoeddus Cymru

[Gwiriadau Iechyd Blynnyddol - Iechyd Cyhoeddus Cymru \(gig.cymru\)](#)

[Evidence Tables](#)

[Partneriaeth Gofal Diogel - Iechyd Cyhoeddus Cymru \(gig.cymru\)](#)

Yr argyfwng costau byw • Awst 2022

Disgrifir yr argyfwng costau byw fel: “y gostyngiad mewn incwm gwario ‘go iawn’ (hynny yw, wedi’i addasu ar gyfer chwyddiant ac ar ôl trethi a budd-daliadau) [...] a achosir yn bennaf gan chwyddiant uchel sy’n fwy na’r cynnydd mewn cyflogau a budd-daliadau ac sydd wedi’i waethygu ymhellach gan y codiadau treth diweddar”

Mae’r argyfwng costau byw presennol wedi’i gymhlethu gan:

- Sioc economaidd byd-eang oherwydd y Pandemig COVID-19 a mesurau lliniaru
- Chwyddiant cynyddol
- Amhariadau ar y gadwyn gyflenwi

Mae’r effeithiau yn effeithio ar y grwpiau mwyaf difreintiedig ac agored i niwed yn y boblogaeth yn anghymesur gan greu cymdeithas sy’n fwy “annheg yn systematig”.

Mae’r effeithiau ar iechyd o’r argyfwng costau byw yn amlochrog

Gellir deall goblygiadau uniongyrchol ac anuniongyrchol argyfwng economaidd ar iechyd (y cyhoedd) trwy’r themâu hollbwysig a ganlyn:

Tai

- Mae gostyngiad mewn tai cymdeithasol a chynnydd mewn tai anfforddiadwy wedi arwain at allgáu cymdeithasol a chanlyniadau andwyol ar yr economi
- Mae tai gwael yn cyfrannu at glefydau anadlol, cardiofasgwlaidd a heintus, yn ogystal ag iechyd meddwl gwael

Mae mesurau lliniaru, wedi’u cyflawni drwy drethiant, gwariant, rheoleiddio, a chynllunio trefol yn cynnwys:

- ✓ Lwfansau tai
- ✓ Tai cymdeithasol
- ✓ Cymorth ariannol ar gyfer perchentyaeth ac adfywio tai
- ✓ Ffocws ar dai iach

Cyflogaeth

- Mae effeithiau diweithdra ar iechyd yn cynnwys anhwylder gorbryder, hunanladdiad, ac ymddygiad sy’n niweidio iechyd fel goryfed alcohol

Mae mesurau lliniaru yn cynnwys:

- ✓ Cynlluniau cymhorthdal cyflog; cynnydd yn yr isafswm cyflog
- ✓ Ymestyn/cynnydd mewn taliadau budd-daliadau; taliadau unwaith ac am byth
- ✓ Gostyngiadau/gohiriadau treth
- ✓ Cynlluniau cadw swyddi

Bwyd

- Mae prisiau bwyd wedi cynyddu oherwydd costau cynyddol tanwydd, ynni, gwrtait, ac amhariad ar y gadwyn gyflenwi
- Mae ansicrwydd bwyd yn gysylltiedig ag ystod o bethau sy’n niweidio iechyd a baich gormodol clefydau anhrosoglwyddadwy, gan gynnwys magu pwysau, gordewdra, diabetes math 2, clefydau cardiofasgwlaidd, a chanserau; yn ogystal ag effeithiau iechyd meddwl

Mae mesurau lliniaru yn cynnwys:

- ✓ Polisi bwyd cenedlaethol
- ✓ Lleihau gwastraff bwyd
- ✓ Rhaglenni prydau ysgol am ddim

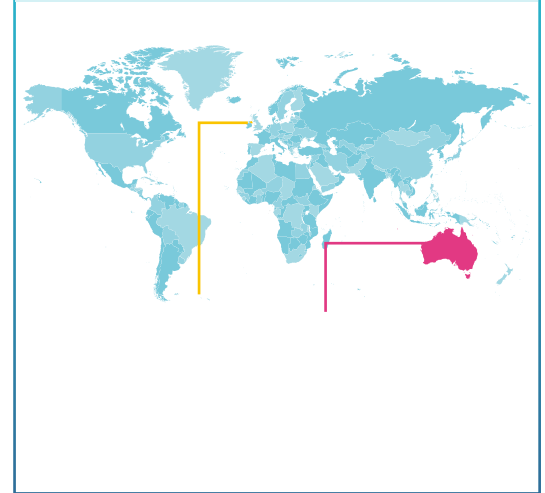
Tanwydd

- Mae pobl mewn tlodi ynni ag iechyd corfforol a meddyliol hunan-gofnodedig gwaeth

Mae mesurau lliniaru yn cynnwys:

- ✓ Diogelwch defnyddwyr
- ✓ Ymyriadau ariannol
- ✓ Polisiâu arbed / effeithlonrwydd ynni
- ✓ Darparu gwybodaeth i ddefnyddwyr

Cipolwg ar wlad



**Mae’r adroddiad hwn yn cysylltu â:
Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau’r Dyfodol:**

Llywodraeth Cymru

[Cael help gyda chostau byw | LLYW.CYMRU](https://www.llyw.cymru/ceal-help-gyda-chostau-byw)

[Ymateb i’r argyfwng costau byw: dadansoddiad dosbarthiadol | LLYW.CYMRU](https://www.llyw.cymru/ymateb-ir-argyfwng-costau-byw)

Iechyd Cyhoeddus Cymru

[Argyfwng Costau Byw - Iechyd Cyhoeddus Cymru \(gig.cymru\)](https://www.gig.cymru/argyfwng-costau-byw)

[Argyfwng costau byw yng Nghymru: lens iechyd y cyhoedd](https://www.gig.cymru/argyfwng-costau-byw)

[Sut mae’r argyfwng costau byw yn effeithio ar bobl yng Nghymru? - Iechyd Cyhoeddus Cymru \(gig.cymru\)](https://www.gig.cymru/sut-mae-r-argyfwng-costau-byw-yn-ffeithio-ar-bobl-yng-nghymru)

² Mwy na hanner biliwn o bobl wedi’u gwthio neu eu gwthio ymhellach i dlodi eithafol oherwydd costau gofal iechyd (who.int)

Diogelu'r amgylchedd addysgol rhag COVID: 4-18 oed • Hydref 2022

Egwyddorion Arweiniol

- Parhad addysg ddylai fod ar flaen y gad o ran penderfyniadau i gefnogi llesiant, iechyd, diogelwch a dysgu plant
- Gall gweithredu cyfuniadau o ymyriadau nad ydynt yn rhai fferyllol leihau'n sylweddol y risg o drosglwyddo COVID-19 mewn ysgolion
- Dylai mesurau gael eu diogelu o ran tegwch, ac wedi'u haddasu i lefelau trosglwyddo COVID-19 cymunedol yn ogystal ag i'r lleoliad addysgol, grŵp oedran, ac effaith y mesurau ar ddysgu a datblygiad seicogymdeithasol
 - ✓ Dylid darparu cymorth ychwanegol i ysgolion mewn ardaloedd difreintiedig ac i blant sy'n byw mewn sefyllfaoedd bregus
 - ✓ Dylid asesu plant â chyflyrau iechyd sy'n bodoli eisoes yn unigol

Cynnal newid ymddygiad

- Er mwyn sefydlu a chynnal newid ymddygiad o amgylch mesurau lliniaru, dylai ymddygiadau fod yn NEAR: Arferol, Hawdd, Deniadol, Arferol
- Gall y Model Ymddygiad Gallu-Cyfle-Cymhelliant (COM-B) gefnogi gweithredu egwyddorion newid ymddygiad cyffredinol

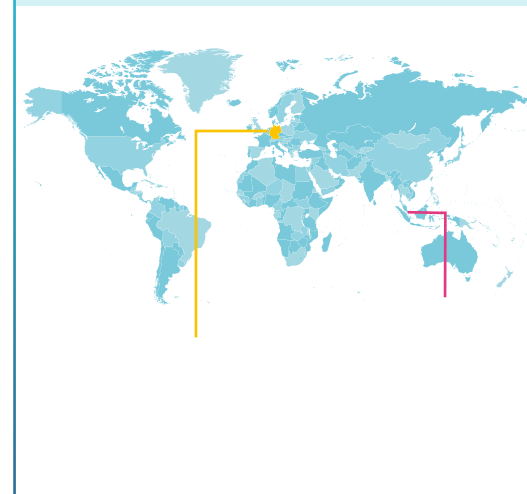
Mesurau lliniaru

- Awyru
 - ✓ Buddsoddi mewn aer iach mewn ysgolion fod o fudd y tu hwnt i'r pandemig COVID-19 trwy leihau'r risg o glefydau heintus eraill, a gwella cyrhaeddiad addysgol
 - ✓ Mae monitro CO2 yn arf i arwain mesurau lliniaru eraill a gellir ei ddefnyddio fel procsi ar gyfer effeithiolrwydd awyru ac ansawdd aer
- Gall mesurau cadw pellter corfforol atal gorlenwi a lleihau nifer y cysylltiadau
- Mae mygydau wyneb yn cael eu hargymell mewn sefyllfaoedd penodol, yn ôl oedran ac iechyd sylfaenol y plentyn
- Hylendid dwylo ac arwynebau
 - ✓ Dylai arwynebau cyffwrdd uchel gael eu nodi ar gyfer diheintio â blaenoriaeth
 - ✓ Cynyddu mynediad i gyfleusterau golchi dwylo gyda dŵr rhedegog
- Dylai strategaethau profi COVID-19 fod yn seiliedig ar effeithiolrwydd, cost-effeithiolrwydd ac ymarferoldeb

Brechu

- ✓ Mae brechlynnau'n cael eu hawdurdodi fwyfwy i'w defnyddio mewn plant
- ✓ Mae amrywiad yn y mynediad at frechlynnau i athrawon
- Cynyddu recriwtio athrawon, i:
 - ✓ Darparu cymorth ychwanegol i fyfyrwyr mewn angen
 - ✓ Cyflenwi ar gyfer absenoldebau athrawon oherwydd COVID-19
 - ✓ Cefnogi rhaglenni adfer megis ysgolion haf
- Gellir cyflawni cefnogi plant, teuluoedd a staff ysgol trwy:
 - ✓ Cydnabod hawliau a lleisiau plant o fewn prosesau gwneud penderfyniadau

Cipolwg ar wlad



Mae'r adroddiad hwn yn cysylltu â:
Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol

Llywodraeth Cymru

Addysg a gofal plant: [coronafeirws | Is-bwnc | LLYW.CYMRU](https://www.coronafeirws.gov.wales/)

Gweithrediadau ysgol: [coronafeirws | LLYW.CYMRU](https://www.coronafeirws.gov.wales/)

Ysgolion: [coronafeirws | LLYW.CYMRU](https://www.coronafeirws.gov.wales/)

Iechyd Cyhoeddus Cymru

Ysgolion - Iechyd Cyhoeddus Cymru ([gig.cymru](https://www.gov.wales/))

Addysg a Gofal Plentyndod Cynnar (ECEC) • Rhagfyr 2022

Mae addysg a gofal plentyndod cynnar (ECEC) yn cael ei ddiffinio fel **“unrhyw drefniant a reoleiddir sy'n darparu addysg a gofal i blant o'u geni hyd at oedran ysgol gynradd gorfodol”**

Mae gan fabwysiadu dull sy'n ystyriol o deuluoedd at ECEC y potensial ar gyfer “difidend triphlyg”:

1. Datblygiad cadarnhaol i blant drwy ddarparu ffynhonnell ysgogiad ymatebol i feithrin datblygiad gwybyddol ac iaith, cymhwysedd cymdeithasol, a datblygiad emosiynol.
2. Grymuso menywod: mae diffyg ECEC yn effeithio'n anghymesur ar fenywod; gall ECEC wella cyflogaeth menywod
3. Twf economaidd

Ar draws y dirwedd bolisi, ni ellir ystyried ECEC ar ei ben ei hun

- Argymhellir dull “dwy genhedlaeth” neu dull sy'n canolbwyntio ar y teulu
- Mae cysylltiadau â pholisïau absenoldeb riant a bwydo ar y fron yn hollbwysig

Mae fframwaith ansawdd ECEC Ewropeaidd yn nodi pum parth ansawdd ar gyfer ECEC:

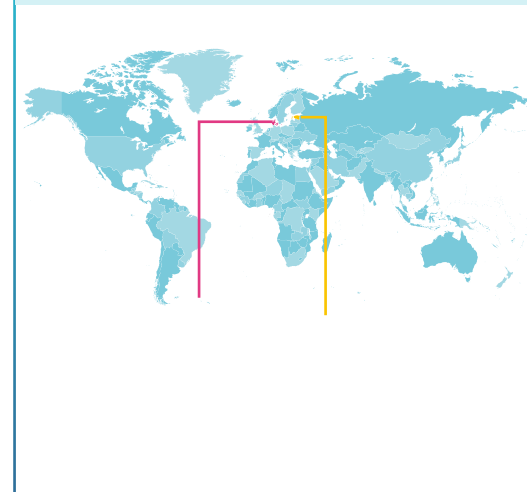
- Mynediad: darpariaeth sydd ar gael ac yn fforddiadwy i bob teulu a phlentyn
- Staff: staff cymwys gyda hyfforddiant cychwynnol a pharhaus
- Cwricwlwm: seiliedig ar nodau, gwerthoedd a dulliau pedagogaidd sy'n galluogi plant i gyrraedd eu llawn botensial a mynd i'r afael â'u datblygiad cymdeithasol, emosiynol, gwybyddol a chorfforol, a'u llesiant
- Monitro a gwerthuso i gefnogi gwelliannau parhaus yn ansawdd polisi ac ymarfer
- Llywodraethu ac ariannu: mae gan randdeiliaid ddealltwriaeth glir a rennir o'u rôl a'u cyfrifoldebau. Mae cyllid yn cefnogi cynnydd tuag at hawl gyffredinol

Mae rhai grwpiau o blant yn llai tebygol o gael mynediad i ECEC:

- Plant â chyflyrau iechyd neu anableddau
- Plant mudol
- Plant gyda mamau yn y carchar
- Plant o deuluoedd incwm is

Mae llawer o wledydd yr OECD yn symud tuag at ddull integredig at ECEC, gydag un weinyddiaeth (e.e. Y Weinyddiaeth Addysg) yn gyfrifol am addysg a gofal plant.

Cipolwg ar wlad



Mae'r adroddiad hwn yn cysylltu â:
Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol

Llywodraeth Cymru
[Gofal Plant | Is-bwnc | LLYW.CYMRU](#)
[Cynnig Gofal Plant i Gymru](#)

Iechyd Cyhoeddus Cymru
[Blynyddoedd Cynnar](#)

⁴ https://www.unicef.org/media/48886/file/UNICEF_Early_Moments_Matter_for_Every_Child-ENG.pdf

Ymgyrchoedd cyfathrebu er derbyn brechlynnau • Mawrth 2023

Mae brechu yn atal 3.5-5 miliwn o farwolaethau bob blwyddyn.

Fodd bynnag, nid yw argaeledd brechlyn yn ddigon i ddiogelu iechyd:

- Mae gwneud penderfyniadau ynghylch brechlyn yn amlffactor ac mae'n cynnwys ffactorau y gall strategaethau cyfathrebu ddylanwadu arnynt

Gall ymgyrchoedd cyfathrebu ddarparu gwybodaeth, cynhyrchu galw, dylanwadu ar agweddau ac ymddygiad cynyddu derbyniad brechlyn, a gall gynnwys:

- Eiriolaeth -
- Symudedd cymdeithasol
- Cyfathrebu rhaglen brechlyn

Sbardunau ymddygiadol a chymdeithasol (BeSD) y nifer sy'n cael y brechlyn yn cynnwys: meddwl a theimlo; prosesau cymdeithasol (ee normau cymdeithasol); materion ymarferol (e.e. argaeledd, fforddiadwyedd, ac ati)

Mae ymddiriedaeth yn sbardun pwysig ar gyfer derbyn brechlynnau. Mae adeiladu a chynnal ymddiriedaeth yn cynnwys:

- Iaith glir, ddealladwy, gan osgoi jargon
- Gwrando ac ymateb i bryderon
- Ailadrodd negeseuon craidd; hyder i ddatgan ansicrwyd

Mae rhwystrau rhag cymryd brechlyn yn cynnwys petruster am frechlyn a gwybodaeth anghywir (digidol)

Mae petruster am frechlyn yn disgrifio continwwm o gredoau, sy'n amrywio yn ôl cyd-destun, brechlyn, amser lle, ac sy'n cael ei ddylanwadu gan y "3 C":

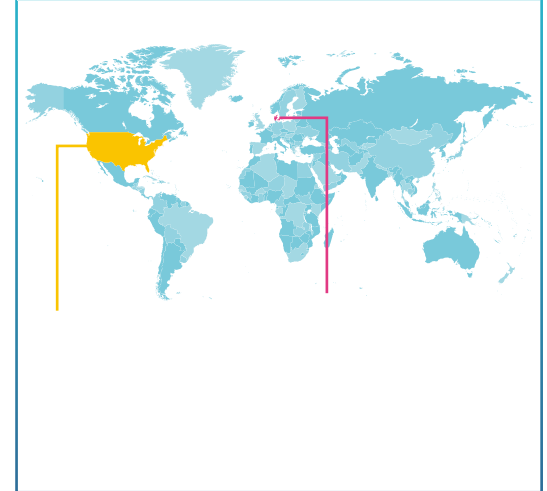
- Bod yn hunanfodlon: canfyddiad isel o risgiau clefydau y gellir eu hatal â brechlyn
- Cyfleustra: argaeledd, hygyrchedd, ansawdd canfyddedig, cyd-destun diwylliannol, ac ati.
- Hyder: ymddiried mewn diogelwch ac effeithiolrwydd, etc.

Elfennau allweddol o ymgyrchoedd cyfathrebu i gynyddu derbyniad brechlyn yn cynnwys:

- Diffinio'r gynulleidfa darged a nodi rhwystrau a sianeli negeseuon
- Teilwra negeseuon ar gyfer cymunedau penodol a buddsoddi mewn amrywiaeth, tegwch a chynhwysiant
- Alinio â digwyddiadau arbennig neu gyflwyno rhaglen frechu
- Bod yn bositif, darparu gwybodaeth am fuddion cael brechiad
- Cyfeirio at adnoddau dilys
- Rhaid i gyfathrebu fod ochr yn ochr â pholisiau ychwanegol a mesurau iechyd y cyhoedd
- Casglu tystiolaethau cadarnhaol gan y rhai sydd wedi cael y brechlyn
- Cynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol i hybu ymddiriedaeth y cyhoedd
- Datblygu sylfaen gref o bartneriaethau amlsector cyhoeddus/preifat
- Strategaethau cyfathrebu aml-fodd gan gynnwys cyfryngau cymdeithasol

Gellir defnyddio strategaethau penodol i wella tegwch iechyd drwy dargedu poblogaethau bregus neu ddifreintiedig.

Cipolwg ar wlad



Mae'r adroddiad hwn yn cysylltu â:
Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol

Llywodraeth Cymru

[Brechu ac imiwneiddiadau | LLYW.CYMRU](#)

[Brechlyn: coronafeirws | Is-bwnc | LLYW.CYMRU](#)

Iechyd Cyhoeddus Cymru

[Imiwneiddio a Brechlynnau - Iechyd Cyhoeddus Cymru \(gig.cymru\)](#)

[Gwybodaeth am frechu COVID-19 - Iechyd Cyhoeddus Cymru \(gig.cymru\)](#)

Adroddiadau cryno

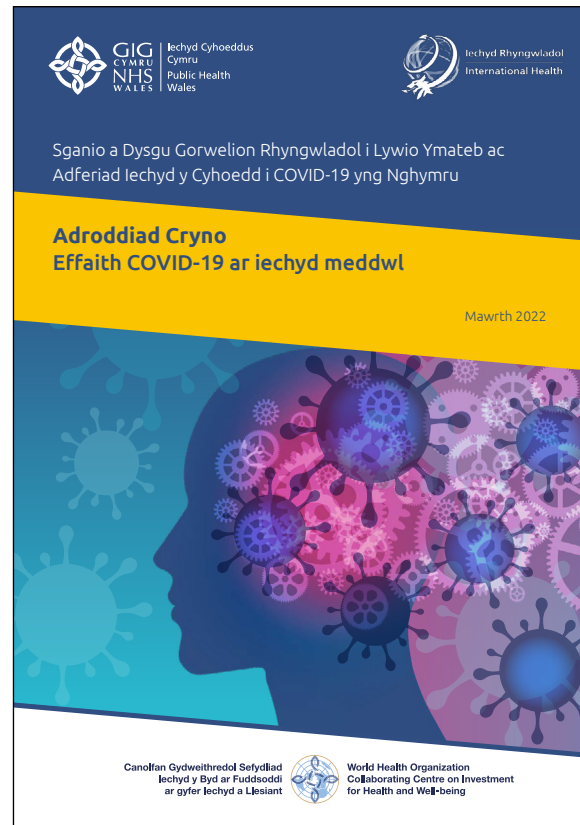
Chwefror 2022:

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol



Mawrth 2022:

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl a bregusrwydd cynyddol



Mae'r adroddiad hwn yn cysylltu â:

Nodau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol:

Llywodraeth Cymru

[Cyngor Tystiolaeth Gwyddoniaeth: Coronafeirws ac anghydraddoldebau iechyd](#)

[Cell Cyngori Technegol: Anghydraddoldebau iechyd mewn marwolaethau COVID-19 a derbyniadau i'r ysbyty yng Nghymru - Mawrth 2020 i Orffennaf 2022](#)

Iechyd Cyhoeddus Cymru

[Dadansoddiad dadelfennu](#)

[Sbardunau Sy'n Dod i'r Amlwg o ran Bregusrwydd i Annhegwch Iechyd yng Nghyd-destun Covid-19: Safbwyntiau ac ymateb gan y Sector Gwirfoddol a Chymunedol yng Nghymru](#)

⁴[The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice | European Psychiatry | Cambridge Core](#)

Adroddiad Cryno: Effaith COVID-19 ar gynyddu'r Bwlch Iechyd a Bregusrwydd • Chwefror 2022

Mae grwpiau mwy agored i niwed i effaith COVID-19 yn cynnwys, ond heb fod yn gyfyngedig i:

• Plant a phobl ifanc:

- ✓ Cyfraddau diweithdra cynyddol
- ✓ Iechyd meddwl yn dirywio
- ✓ Mae addysg wedi'i amharu gan gau ysgolion, gan effeithio ar amcangyfrif o 1.38 biliwn o ddysgwyr, yn cynnwys plant sy'n dibynnu ar ysgolion am fwyd ac yn atal eu hawl i addysg, gan gynyddu ymyleiddio ac annhegwch cymdeithasol.

• Menywod a merched:

- ✓ Mae menywod a merched wedi wynebu mwy o drais ar sail rhywedd
- ✓ Mae'r cyfnod clo a'r ofn o ledaenu COVID-19 wedi ei wneud yn anoddach i fenywod geisio cefnogaeth neu adael eu camdriniwr

• Pobl ag incwm isel, ansefydlog neu ddim incwm:

- ✓ Mae COVID-19 wedi sbarduno dirwasgiad economaidd a chynnydd cyflym mewn diweithdra mewn llawer o wledydd
- ✓ Gall colli swydd ac ansicrwydd ariannol gael effeithiau andwyol cymhleth ar iechyd, wedi'i sbarduno gan gollu incwm yn uniongyrchol a mynd i dlodi, straen o'r digwyddiad, mwy o orbryder dilynol a cholli hunan-barch a chynnydd mewn ymddygiadau niweidiol
- ✓ Mae gweithwyr incwm isel yn aml yn llai abl i weithio o bell na gweithwyr incwm uwch
- ✓ Mae COVID-19 wedi cynyddu'n fawr nifer y bobl sy'n wynebu ansicrwydd bwyd aciwt. Mae cartrefi agored i niwed, gan gynnwys ymhlith cymunedau sydd wedi'u dadleoli, wedi cael eu

gorfodi i leihau prydau bwyd, cynyddu dyledion neu werthu asedau

• Mae pobl o gymunedau Du, Asiaidd a

Lleiafrifoedd Ethnig (BAME) wedi adrodd am fwy o effeithiau negyddol o'r cyfnod clo na'r rhai o gefndiroedd gwyn, gan gynnwys iselder a gorbryder a phryder ynghylch diweithdra.

• Mae pandemig COVID-19 wedi effeithio ar gymunedau lesbiaidd, hoyw, deurywiol, trawsrywiol, queer, neu gwestiynu (LGBTQ+):

- ✓ Mae mynediad at wasanaethau iechyd wedi bod yn fwy heriol
- ✓ Mae pobl o gymunedau LHDTQ+ mewn mwy o berygl o ynysu, mwy o straen ac amlygiad i aelodau amharchus o'r teulu, gan waethygu'r risg o drais, gan gael effaith benodol ar bobl hŷn ac ieuenctid

• Gellir anwybyddu grwpiau poblogaeth mwy dros dro fel **pobl sy'n profi digartrefedd**

• Efallai y bydd pobl ag anabledd yn wynebu mwy o risg o gontractio COVID-19 ac maen nhw hefyd wedi'u heffeithio'n anghymesur gan amhariadau ar wasanaethau.

• Mae **pobl â materion iechyd meddwl sylfaenol** wedi cael eu heffeithio'n anghymesur gan y pandemig.

- ✓ Mae 'effaith seicolegol cwarantîn' yn eang, yn sylweddol a gall fod yn hirhoedlog gydag effeithiau seicolegol negyddol, gan gynnwys symptomau straen ôl-drawmatig, dryswch a dicter.

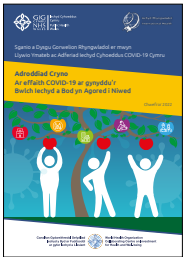
- ✓ Cynnydd yn y galw gan y rhai yr effeithir arnynt gan ffactorau sy'n gysylltiedig â COVID-19, megis galar, arwahanrwydd cymdeithasol a chaledi ariannol, a chan staff iechyd a gofal cymdeithasol sy'n darparu gwasanaethau rheng flaen

• Mae **ymfudwyr a ffoaduriaid** yn aml yn wynebu rhwystrau wrth gyrchu gofal iechyd, gan gynnwys rhwystrau iaith a diwylliannol, costau, diffyg mynediad at wybodaeth, gwahaniaethu a senoffobia: amharu ar wasanaethau

• Mae **pobl hŷn** wedi profi:

- ✓ Unigrwydd ac unigedd cymdeithasol oherwydd ymyriadau nad ydynt yn rhai fferyllol megis cadw pellter cymdeithasol a chyfnodau clo
- ✓ Rhaniad digidol anghymesur

• **Pobl â chyflyrau iechyd sylfaenol** wrth i imiwneiddio gwladol, gwasanaethau sgrinio, triniaethau ar gyfer cyflyrau aciwt a chronig, a llawdriniaethau nad oeddent yn rhai brys gael eu gohirio, eu canslo neu eu hamharu, gan arwain at oedi wrth reoli, trin ac adsefydlu o glefydau



Adroddiad Cryno: Effaith COVID-19 ar Iechyd Meddwl a Bregusrwydd Cynyddol • Mawrth 2022

Effaith COVID-19 ar iechyd meddwl

Mae pandemig COVID-19 wedi cael **effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol ar iechyd meddwl**. Mae **'effaith seicolegol cwarantîn'** yn eang, yn sylweddol a gall fod yn hirhoedlog gydag effeithiau seicolegol negyddol, gan gynnwys symptomau straen ôl-drawmatig, dryswch a dicter.

- Gall cwarantîn gyfrannu at straen, dicter a chynnydd mewn ymddygiadau peryglus, fel yfed a gamblo ar-lein

Mae ysgogwyr allweddol iechyd meddwl gwael yn cynnwys, ond heb fod yn gyfyngedig i: cyfyngiadau cyswllt cymdeithasol, methu â mynd allan, diflastod, unigrwydd, anawsterau wrth gael cymorth, a gorbryder/pryder am deulu a ffrindiau yn cael y clefyd.

Roedd pobl â phrofiad blaenorol o broblemau iechyd meddwl yn fwy tebygol o weld eu hiechyd meddwl yn gwaethygu o ganlyniad i gyfyngiadau COVID-19.

Mae rhai grwpiau poblogaeth wedi profi effeithiau anghymesur ar eu hiechyd meddwl oherwydd y pandemig ac amhariadau cysylltiedig ar wasanaethau iechyd meddwl, gan gynnwys plant a phobl ifanc, menywod a merched, pobl hŷn, gweithwyr gofal iechyd, ac eraill.

Effaith COVID-19 ar wasanaethau iechyd meddwl

Mae pandemig COVID-19 wedi cael effaith andwyol ar ddarpariaeth gwasanaethau iechyd eraill ledled y byd, gan gynnwys gwasanaethau iechyd meddwl. Mae COVID-19 wedi amharu ar neu atal gwasanaethau iechyd meddwl critigol mewn 93% o 130 o wledydd ledled y byd, tra bod y galw am gymorth a gwasanaethau iechyd meddwl yn cynyddu:

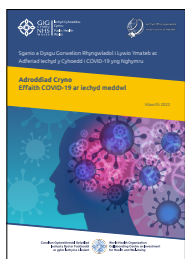
- Nododd 35% o wledydd fod tarfu ar reolaeth amlygiadau iechyd meddwl brys, gan gynnwys statws epileptig, deliriwm a syndromau diddyfnol sylweddau difrifol
- Nododd 30% darfu ar gyflenwi meddyginiaeth i bobl ag anhwylderau iechyd meddwl
- Nododd dros 60% o wledydd am darfu ar wasanaethau iechyd meddwl ar gyfer pobl agored i niwed, gan gynnwys plant a'r glasoed (72%), oedolion hŷn (70%), a menywod sydd angen gwasanaethau cyn geni neu ôl-enedigol (61%)

Effaith COVID-19 ar yr economi a iechyd meddwl

Mae pandemig COVID-19 wedi cael effaith economaidd enfawr, gan gynnwys ar gyflogaeth. Gall effaith colli cyflogaeth a newidiadau i arferion gwaith arwain at ganlyniadau iechyd a llesiant negyddol gan gynnwys iechyd meddwl yn gwaethygu, cynnydd mewn ymddygiad nad yw'n iach a niwed tymor hir i iechyd.

Amcangyfrifir bod y cynnydd yn nifer y di-waith rhwng 5.3 a 24.7 miliwn yn fyd-eang. Gall colli a/neu ansicrwydd swyddi gael effeithiau niweidiol cymhleth ar iechyd, yn cynnwys drwy:

- Colli incwm yn uniongyrchol a syrthio i dlodi
- Straen o'r digwyddiad, gorbryder cynyddol a cholli hunan-barch wedi hynny
- Cynnydd mewn ymddygiadau niweidiol, fel ysmegu ac yfed gormod o alcohol



Mae'r adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol yn cael eu datblygu gan y Tîm Iechyd Rhyngwladol / y Ganolfan Cydlynus Iechyd Ryngwladol (IHCC) yng Nghanolfan Gydweithredol ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant WHO (WHO CC), Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Cyfarwyddwr Cenedlaethol Dros Dro Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, WHO CC: Sumina Azam

Arweinydd Iechyd Rhyngwladol a Dirprwy Gyfarwyddwr WHO CC: Mariana Dyakova

Awduron a chyfranwyr: James Allen, Benjamin Bainham, Mark Bellis, Claire Beynon, Aimee Challenger, Emily Clark, Sara Cooklin Urbano, Andrew Cotter-Roberts, Lauren Couzens, Mariana Dyakova, Golibe Ezenwugo, Angie Kirby, Abigail Malcolm, Leah Silva, Anna Stielke, Mischa van Eimeren

Dyluniad: Jenney Creative

phwwhocc.co.uk

 @phwwhocc

 /Phwwhocc

Canolfan Gydweithredol Sefydliad
Iechyd y Byd ar Fuddsoddi
ar gyfer Iechyd a Llesiant



World Health Organization
Collaborating Centre on Investment
for Health and Well-being