



GIG
CYMRU
NHS
WALES

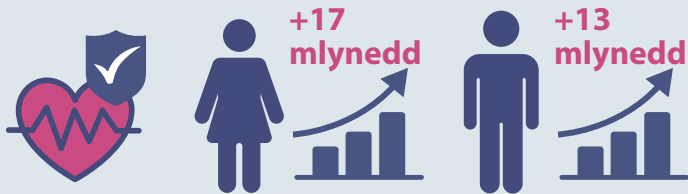
Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal

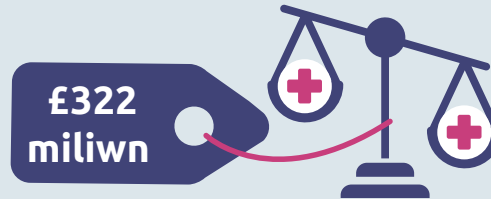
Gall ymrwymiad parhaus cryf i atal leihau baich a chostau afiechyd i'r system iechyd a gofal, gydag ymyriadau iechyd y cyhoedd yn cynnig elw o £14 am bob £1 a fuddsoddiwyd (Masters et al, 2017).

Er gwaethaf bregusrwydd cyllid y sector cyhoeddus, nawr yw'r amser i flaenoriaethu buddsoddiad yn iechyd a llesiant pobl. Gall buddsoddiad o'r fath wrthdroi'r dirywiad yn iechyd y genedl, mynd i'r afael ag achosion sylfaenol anghydraddoldebau iechyd a galluogi pobl Cymru i fyw bywydau hirach, iachach a hapusach.

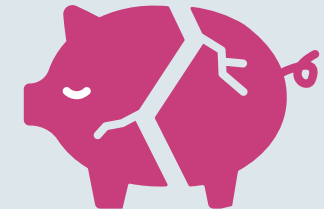
Mae bwlch o 17 mlynedd mewn disgwyliad oes iach i fenywod sy'n byw yn ardaloedd mwyaf a lleiaf difreintiedig Cymru. Mae'r bwlch hwn yn 13 mlynedd i ddynion



Cost anghydraddoldebau iechyd i wasanaethau aciwt y GIG yng Nghymru yw £322 miliwn y flwyddyn



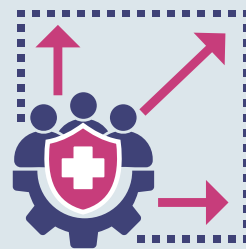
Tlodi yw un o brif achosion anghydraddoldebau iechyd



Ni ellir buddsoddi mewn atal ar ei ben ei hun



Canolbwyntio ar raglenni effaith uchel gyda photensial sylweddol, graddadwy



Ymrwymiad hirdymor i wireddu'r effaith yn llawn



Mae hwn yn ddiweddariad ac yn ychwanegu at y dystiolaeth a gasglwyd yn flaenorol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016) a Rhwydwaith Tystiolaeth Iechyd Sefydliad Iechyd y Byd (Dyakova et al., 2017).

O: [Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal](#). Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

ISBN 978-1-83766-558-7 © 2025 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal



Blynyddoedd cynnar a phlant

Mae cyfradd marwolaethau plant Cymru 70% yn uwch ar gyfer plant sy'n byw yn ein cymunedau mwyaf difreintiedig o gymharu â'u cymdogion mwyaf cefnog (RCPCH, 2020).

Yn aml gall rhaglenni sydd wedi'u hanelu at gefnogi plant a'u teuluoedd i fyw'n dda gael yr effaith fwyaf ar iechyd a llesiant plant hyd at ddod yn oedolyn.

Mae yna lawer o raglenni sy'n cynnig elw ariannol cadarnhaol ar fuddsoddiad (ROI) yn ogystal ag effaith:

Gwasanaethau integredig ar gyfer iechyd meddwl mamau a rhieni



Gall rhaglenni sy'n hybu bwydo ar y fron arbed tua **£50 miliwn y flwyddyn** i'r GIG drwy wella iechyd meddwl a lleihau derbyniadau i'r ysbyty

Cymorth bwydo ar y fron i wella'r nifer sy'n bwydo ar y fron



Rhaglenni iechyd y geg



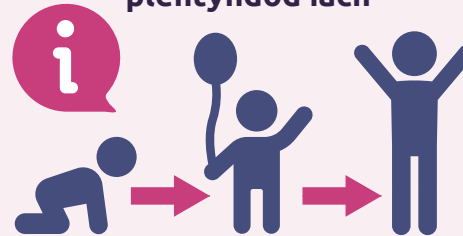
Ar ôl 5 mlynedd, cynhyrchodd brwsio dannedd dan oruchwyliaeth **£3.06 am bob £1 a fuddsoddwyd**

Rhaglenni brechu a sgrinio

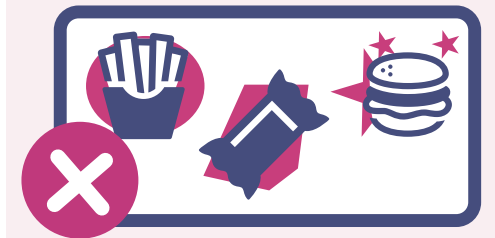


Gall addysg blynyddoedd cynnar cyffredinol, yn enwedig i deuluoedd incwm isel gynhyrchu **£1.13 am bob £1 a wariwyd**

Rhaglenni ysgol a chymuned i gefnogi datblygiad plentyndod iach



Lleihau amlygiad i hysbysebion bwyd



Mae hwn yn ddiweddariad ac yn ychwanegu at y dystiolaeth a gasglwyd yn flaenorol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016) a Rhwydwaith Tystiolaeth Iechyd Sefydliad Iechyd y Byd (Dyakova et al., 2017).

O: [Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal](#). Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

ISBN 978-1-83766-558-7 © 2025 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal



Oedolion Iach

Mae gan bobl sy'n byw yn ein hardaloedd mwyaf difreintiedig siawns llawer uwch o farwolaeth o achosion y gellir eu hosgoi (3.7 gwaith i ddynion a 3.8 gwaith i fenywod) (ONS, 2019).

Mae'r canfyddiadau'n pwysleisio'r angen i gefnogi ymddygiadau iach, llesiant meddwl a mynd i'r afael â phenderfyniadau ehangach iechyd. Mae'r rhaglenni'n adlewyrchu dull traws-sector sy'n darparu gwasanaethau effeithiol ac amgylcheddau cefnogol a galluogol.

Mae enghreifftiau o dystiolaeth a nodwyd ag effaith gadarnhaol ac elw cadarnhaol ar fuddsoddiad yn cynnwys:

Cynyddu mynediad a'r defnydd o wasanaethau rhoi'r gorau i ysmegu

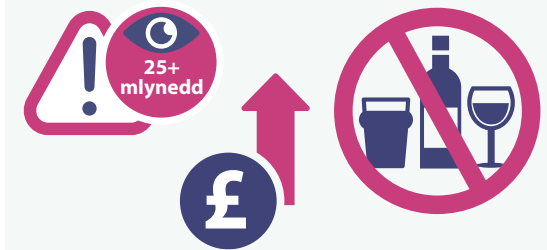


Rhaglenni yn y gweithle i wella enillion iechyd meddwl

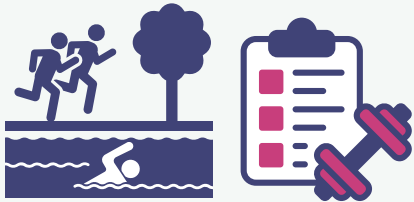


Gall rhaglenni ataliol ddychwelyd hyd at £9 am bob £1 a fuddsoddir

Lleihau hygyrchedd alcohol



Rhaglenni gweithgarwch corfforol gan gynnwys mynediad i fannau gwyrdd a glas



Rhaglenni traws-sector gyda'r nod o leihau trais

Gall rhannu data rhwng adrannau brys a'r heddlu gynhyrchu £82 am bob £1 a fuddsoddwyd



Rhaglenni gofal sylfaenol gan gynnwys presgripsiynu cymdeithasol



Rhaglenni presgripsiynu cymdeithasol yn cynhyrchu ROI cadarnhaol, o bosibl yn arbed £4.6m i'r GIG mewn defnydd gofal iechyd dros bum mlynedd

Mae hwn yn ddiweddariad ac yn ychwanegu at y dystiolaeth a gasglwyd yn flaenorol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016) a Rhwydwaith Tystiolaeth Iechyd Sefydliad Iechyd y Byd (Dyakova et al., 2017).

O: [Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal](#). Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

ISBN 978-1-83766-558-7 © 2025 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru

Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal



Heneiddio'n Iach

Mae bwlch o 17 mlynedd mewn disgwyliad oes iach i fenywod sy'n byw yn ardaloedd mwyaf a lleiaf difreintiedig Cymru. Mae'r bwlch hwn yn 13 mlynedd i ddynion

(Llywodraeth Cymru, 2023d).

Mae angen dull cyfannol i sicrhau heneiddio'n iach gyda chydabyddiaeth o werth pobl hŷn a'u cyfraniad i gymdeithas. Mae elw cymdeithasol ar fuddsoddiad (SROI) yn darparu tystiolaeth o werth cymdeithasol ehangach heneiddio'n iach.

Mae enghreifftiau o dystiolaeth a nodwyd ag effaith gadarnhaol ac elw cadarnhaol ar fuddsoddiad yn cynnwys:

Rhaglenni atal cwmpiadau



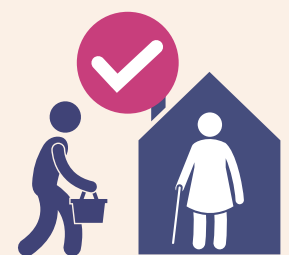
Gall rhaglenni atal cwmpiadau ddychwelyd canlyniadau ariannol yn ôl o fewn cyfnod o dair blynedd, sy'n llawer byrrach na llawer o ymyriadau

Gwella tai trwy uwchraddio gwresogi ac inswleiddio



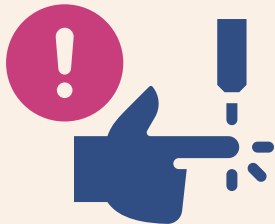
Gall rhaglenni inswleiddio tai ddarparu ROI o £1.87 am bob £1 a fuddsoddiwyd

Hyrwyddo byw'n annibynnol i bobl hŷn



Rhaglenni rheoli cyn-diabetes

Dangosodd rhaglen My Life ar gyfer cyn-diabetes SROI o £4.23 i £5.07 am bob £1 a fuddsoddiwyd



Darparu cefnogaeth i ofalwyr



Rhaglenni cymunedol o unrhyw fath sy'n helpu i fynd i'r afael ag unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol



Gall buddsoddi mewn rhaglenni celfyddydau a chreadigrwydd ar gyfer iechyd a lles oedolion hŷn greu enillion cadarnhaol

Mae hwn yn ddiweddariad ac yn ychwanegu at y dystiolaeth a gasglwyd yn flaenorol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016) a Rhwydwaith Tystiolaeth Iechyd Sefydliad Iechyd y Byd (Dyakova et al., 2017).

O: [Buddsoddi mewn Cymru Iachach: blaenoriaethu atal](#). Caerdydd: Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.