GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Adroddiad Blynyddol y Ddyletswydd Ansawdd 2024/25

Cynnwys

1. Rhagair 3

2. Sut i ddarllen yr adroddiad hwn 5

3. Cyflwyniad 6

4. Dyletswydd Ansawdd: Yn ganolog i gyflawni ein Strategaeth 7

5. Y 12 Safon Ansawdd Iechyd a Gofal 8

5.1 Diogel 9

5.2 Amserol 16

5.3 Effeithiol 23

5.4 Effeithlon 31

5.5 Teg 38

5.6 Canolbwyntio ar y Person 49

5.7 Arweinyddiaeth 58

5.8 Y Gweithlu 62

5.9 Diwylliant 67

5.10 Gwybodaeth 71

5.11 Dysgu, Gwella ac Ymchwil 78

5.12 Dull Systemau Cyfan 87

6. System Rheoli Ansawdd 94

7. Nodyn i gloi 95

1. Rhagair

Iechyd Cyhoeddus Cymru yw sefydliad iechyd y cyhoedd cenedlaethol Cymru. Rydym yn bodoli i helpu pawb yng Nghymru i fyw bywydau hirach ac iachach. Gyda'n partneriaid, ein nod yw cynyddu disgwyliad oes iach, gwella iechyd a llesiant, a lleihau anghydraddoldebau i bawb yng Nghymru, yn awr ac ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.

Gyda'n gilydd, mae ein timau'n gweithio i atal clefydau, amddiffyn iechyd, a darparu arweinyddiaeth system, gwasanaethau arbenigol ac arbenigedd iechyd cyhoeddus. Ni yw'r brif ffynhonnell o wybodaeth, ymchwil ac arloesedd iechyd y cyhoedd, i helpu pawb yng Nghymru i fyw bywydau iachach.

Dyma'r ail flwyddyn i ni grynhoi ein cyflawniadau a'n huchelgeisiau ynghyd ar draws yr agenda ansawdd. Rydym yn rhoi ansawdd a phrofiad wrth wraidd popeth a wnawn fel sefydliad, ac mae adroddiad eleni yn tynnu sylw at yr ymrwymiad parhaus hwnnw i ansawdd yn unol â'n cyfrifoldebau o fewn y Ddyletswydd Ansawdd.

Mae ein rhaglenni a'n gwasanaethau amrywiol wedi dod ynghyd i gyflwyno enghreifftiau o'u gwaith trwy'r adroddiad hwn o dan bob un o'r **parthau ansawdd**. Rydym hefyd wedi diweddaru rhywfaint o'r gwaith y gwnaethom ymrwymo i'w wella yn adroddiad y llynedd.

Mae'r gwaith rydyn ni'n ei arwain yn Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ymestyn ar draws sawl maes, ac mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno enghreifftiau ar draws yr holl flaenoriaethau strategol (fel y'u nodir yn y **Strategaeth Hirdymor**), gan gynnwys llesiant meddyliol a chorfforol, ymestyn a gwella mynediad at sgrinio, rhaglenni brechu, gweithredu ar fioamrywiaeth, lleihau allyriadau carbon a gwella cyfraddau bwydo ar y fron a maeth i blant. Mae'r enghreifftiau yn yr adroddiad hwn yn dangos y cynnydd a'r canlyniadau rhagorol a gyflawnwyd eleni, ond hefyd meysydd lle gwyddom fod angen i ni wella o hyd.

Mae dull ein sefydliad o ran ansawdd wedi'i nodweddu gan yr arwydd i ddysgu'n barhaus. Mae'r flwyddyn nesaf yn cynnwys cynlluniau uchelgeisiol i leihau anghydraddoldebau iechyd, gwella iechyd meddwl a chorfforol plant oedran ysgol, cefnogi teuluoedd â phlant iau, darparu gwybodaeth i ofal sylfaenol am iechyd eu poblogaeth, a lleihau cyfraddau achosion tybiedig o hunanladdiad. Rydym hefyd yn parhau i weithio i gynyddu nifer y bobl sy'n manteisio ar raglenni brechu, sgrinio a chymorth ar gyfer atal diabetes a gordewdra.

Mae'r enghreifftiau yn yr adroddiad hwn yn dangos y cynnydd a'r canlyniadau rhagorol a gyflawnwyd eleni, ond hefyd meysydd lle gwyddom fod angen i ni wella o hyd.

Drwy ein hymrwymiad i wella iechyd y genedl, rydym yn parhau i weithio gyda'n cymunedau, Llywodraeth Cymru, cyrff cyhoeddus a phreifat, y trydydd sector ynghyd â grwpiau gwirfoddol a chymunedol ar draws ystod eang o sectorau, gan gynnwys iechyd, tai, awdurdodau lleol, yr heddlu, y gwasanaeth tân ac addysg i gefnogi Cymru iachach.

Hoffwn ddiolch i'n holl bobl ymroddedig yn Iechyd Cyhoeddus Cymru sy'n gweithio'n galed i roi ein gweledigaeth ar waith trwy eu sgiliau, eu harbenigedd a'u talent. Wrth gwrs, mae angen i mi hefyd ddiolch i'n holl bartneriaid sydd wedi ymrwymo i weithio gyda ni i helpu i wella iechyd pawb sy'n byw yng Nghymru.

Trwy ein Strategaeth Hirdymor a gwerthoedd a diwylliant ein sefydliad, rydym wedi addo y byddwn yn parhau i ymdrechu i wella ansawdd pob agwedd ar ein gwaith. Gobeithiwn fod yr adroddiad hwn yn dangos rhywfaint o'r cynnydd sylweddol a wnaethom dros y 12 mis diwethaf, a rhai o'r cynlluniau sydd gennym ar y gweill wrth i ni barhau i ganolbwyntio ar wella a dysgu yn y flwyddyn i ddod.

Mwynhewch yr adroddiad a rhowch rywfaint o adborth i ni ar yr hyn rydych chi'n ei ddarllen yma, fel ei fod yn dod yn fwy defnyddiol bob blwyddyn.

Claire Birchall
Cyfarwyddwr Gweithredol Nyrsio, Ansawdd a Llywodraethu Integredig

2. Sut i ddarllen yr adroddiad hwn

Lluniwyd yr Adroddiad Ansawdd Blynyddol hwn gan ddilyn strwythur y 12 Safon Ansawdd Iechyd a Gofal, o dan y Ddyletswydd Ansawdd.

Gweler adran 5 – 'Y 12 Safon Ansawdd Iechyd a Gofal' am ragor o wybodaeth am y safonau),

O fewn pob Safon Ansawdd Iechyd a Gofal rydym wedi cyflwyno astudiaethau achos i ddangos ein cyflawniadau a'n huchelgeisiau.

Mae'r astudiaethau achos yn darparu gwybodaeth yn gryno ac yn effeithiol trwy ddilyn fformat syml a chlir fel a ganlyn:

Cefndir

Gwybodaeth berthnasol sy'n rhoi cyd-destun i'r sefyllfa

Y sefyllfa

Datganiad byr sy'n disgrifio'r sefyllfa graidd ar unwaith

Gwnaethom

Yr hyn a wnaethom i ddiwallu'r angen a gwneud gwelliannau

Beth nesaf

Beth rydyn ni'n bwriadu ei wneud dros y flwyddyn nesaf

3. Cyflwyniad

Dyma ein hail adroddiad Ansawdd Blynyddol ac mae'n un ffordd o ddangos ein bod yn cyflawni ein rhwymedigaethau i fodloni'r Ddyletswydd Ansawdd.

Gwnaethom dreulio 2024-25 yn gwreiddio'r systemau sydd eisoes ar waith er mwyn gwella ansawdd ein gwasanaethau, gan ddod ag ansawdd yn fyw o fewn ein sefydliad, fel bod pawb yn deall y rhan maen nhw'n ei chwarae wrth ddarparu gwasanaethau cyhoeddus o ansawdd.

Rydym yn parhau i fod wedi ymrwymo i welliant er mwyn 'gwneud gwahaniaeth', boed hynny drwy wella ansawdd ein gwasanaethau cysylltu â chleifion yn uniongyrchol mewn Sgrinio, Diogelu Iechyd, Microbioleg, a Helpa Fi I Stopio Ysmygu neu drwy ein rhaglenni gwella iechyd, ymchwil, datblygu staff a'r gwaith a wnawn ar bolisi ac yn rhyngwladol.

Nododd adroddiad y llynedd feysydd lle roedd angen i ni 'wneud yn well' ac mae'r rhain wedi llywio ein gweithgareddau gwella drwy gydol y flwyddyn, ynghyd ag amcanion y cynllun gweithredol. Mae hyn hefyd wedi ein galluogi i olrhain ein haeddfedrwydd fel sefydliad a'n cefnogi i fod lle rydym am fod erbyn y flwyddyn nesaf.

Rydym wedi dod ag arweinwyr allweddol ynghyd drwy ein Grŵp Goruchwyliaeth Ansawdd i rannu'r gwaith maen nhw'n ei wneud ar draws y Safonau Ansawdd fel y gallwn ddangos tystiolaeth o'n taith tuag at welliant a'r meysydd hynny sydd angen mwy o'n hamser, ffocws ac egni.

Mae dull cydweithredol wedi bod yn ganolog i ddatblygiad yr adroddiad hwn, ac mae ehangder yr enghreifftiau a roddir yn dangos hyn.

4. Dyletswydd Ansawdd

Yn ganolog i gyflawni ein Strategaeth

Mae'r Ddyletswydd Ansawdd yn golygu bod gan Iechyd Cyhoeddus Cymru gyfrifoldeb cyfreithiol i weithio i geisio gwella safon ein gwasanaethau'n barhaus.

Mae Iechyd Cyhoeddus yn defnyddio'r Ddyletswydd Ansawdd i yrru'r amcanion allweddol yn ei strategaeth:

Gweithio Gyda'n Gilydd ar gyfer Cymru Iachach

- **Dylanwadu ar benderfynyddion iechyd ehangach**
- **Hyrwyddo llesiant meddyliol a chymdeithasol**
- **Hyrwyddo ymddygiadau iach**
- **Darparu gwasanaethau iechyd y cyhoedd rhagorol**
- **Cefnogi system iechyd a gofal cynaliadwy**
- **Mynd i'r afael ag effeithiau newid yn yr hinsawdd ar iechyd y cyhoedd**

5. Y 12 Safon Ansawdd Iechyd a Gofal

Rydym yn cael ein harwain gan y 12 Safon Ansawdd Iechyd a Gofal, o dan y Ddyletswydd Ansawdd. Maent yn ganolbwynt i'n gwaith a'r ffordd rydym yn cynllunio, yn gwneud penderfyniadau, yn cyflawni ac yn gwerthuso'r gwaith a wnawn a'r gwasanaethau a ddarparwn i'n poblogaeth.

Mae chwe pharth ansawdd a chwe safon alluogi sy'n ein cynorthwyo i ymgorffori ansawdd yn ein sefydliad.

Parthau ansawdd

- Diogel
- Amserol
- Effeithiol
- Effeithlon
- Teg
- Canolbwyntio ar yr unigolyn.

Safonau Galluogi

- Arweinyddiaeth
- Y Gweithlu
- Diwylliant
- Gwybodaeth
- Dysgu, gwella ac ymchwil
- Dull systemau cyfan.

5.1

Diogel

Dylai ein gwasanaethau fod o ansawdd uchel ac yn ddibynadwy, gan osgoi niwed y gellir ei atal, gwneud y mwyaf o bethau sy'n mynd yn iawn a dysgu pan fydd pethau'n mynd o chwith i'w hatal rhag digwydd eto.

Diogelu

Cefndir

Yn Iechyd Cyhoeddus Cymru mae gennym sawl cyfrifoldeb o fewn Diogelu. Mae diogelu yn golygu diogelu iechyd, llesiant a hawliau dynol person; gan eu galluogi i fyw yn rhydd o niwed, camdriniaeth ac esgeulustod.

Rydym yn gyfrifol am systemau a phrosesau sydd ar waith i sicrhau bod y rhai rydym yn gweithio gyda nhw ac ar eu rhan yn cael eu diogelu rhag niwed, camdriniaeth ac esgeulustod y gellir eu hosgoi. Yn ail, rydym yn arwain y Gwasanaeth Diogelu Cenedlaethol sydd â rôl gwella genedlaethol ledled Cymru i ddatblygu'r agenda diogelu ac effeithiolrwydd ymarfer diogelu.

Gwnaethom

- Ym mis Mawrth 2024, comisiynodd Prif Swyddog Nyrsio Cymru adolygiad o Gryfhau Diogelu mewn Iechyd. Mae canfyddiadau'r adolygiad yn gwneud argymhellion ar gyfer trawsnewid a chryfhau ymarfer diogelu ar draws GIG Cymru. Cyfrannodd Iechyd Cyhoeddus yn sylweddol at y gwaith hwn a bydd yn arwain nifer o gamau gwella allweddol o'r argymhellion.
- Hwylusodd y Gwasanaeth Diogelu Cenedlaethol dri digwyddiad dysgu aml-asiantaeth, a oedd yn canolbwyntio ar archwilio themâu sy'n dod i'r amlwg yn aml mewn adolygiadau achosion diogelu. Gan gyfuno dysgu a gwella ansawdd, gwnaethom gyflwyno sesiynau gan ddefnyddio ymchwil academaidd, datblygiadau polisi ac ymarfer, cyflwyniadau o brofiad defnyddwyr gwasanaethau a senarios i efelychu achosion bywyd go iawn. Roedd ein cynrychiolwyr yn dod o amrywiaeth o sectorau ac roedd yr adborth yn hynod gadarnhaol gan ddangos bod y digwyddiadau hyn yn darparu cyfleoedd dysgu go iawn.

Beth nesaf?

- Yn ystod 2025-26, byddwn yn gweithredu un o brif argymhellion adroddiad yr Adolygiad Cryfhau Diogelu mewn Iechyd ynghylch sut rydym yn mesur ac yn nodi canlyniadau diogelu mewn ffordd ystyrlon.
- Bydd deunyddiau hyfforddi pellach yn cael eu datblygu i rannu, lledaenu a gwreiddio'r dysgu o'r digwyddiadau dysgu aml-asiantaeth.

Rheoli Ein Risgiau

Cefndir

Risg yw'r siawns neu'r tebygolrwydd y gallai rhywbeth achosi niwed. Ym maes gofal iechyd ac yn y sector cyhoeddus mae gennym gyfrifoldeb i asesu, lliniaru a rheoli risg yn ofalus a dangos tystiolaeth o hyn er mwyn rhoi sicrwydd i'n Bwrdd a'n cyhoedd.

Yn 2024-25, gwnaethom barhau i ganolbwyntio ar ddefnyddio dulliau lleihau risg ledled y sefydliad er mwyn gwella ansawdd a diogelwch ein gwasanaethau i'n poblogaeth.

Gwnaethom

- Gwnaethom gyflwyno hyfforddiant rheoli risg mwy datblygedig wedi'i dargedu at gydweithwyr sydd â chyfrifoldeb am reoli risgiau.

Beth nesaf?

Byddwn yn parhau i ddatblygu ein fframwaith rheoli risg, a bydd hyn yn cael ei gefnogi gan ein fframwaith parodrwydd i dderbyn risg diwygiedig a gymeradwywyd gan Fwrdd Iechyd Cyhoeddus Cymru ym mis Gorffennaf 2025. Bydd dull rheoli risg diwygiedig i gefnogi'r gwaith o gyflwyno Strategaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru yn llwyddiannus yn cael ei gwblhau yn 2025-26.

Rhwydwaith Diagnosteg Microbioleg Labordy Iechyd Cyhoeddus Cymru – Samplau a wrthodir

Cefndir

Mae Rhwydwaith Diagnosteg Microbioleg Labordy Iechyd Cyhoeddus Cymru yn derbyn tua 1.9 miliwn o samplau bob blwyddyn. Yn anffodus, mae tua 5% (90,000/blwyddyn) o'r rhain yn cael eu gwrthod ac nid ydynt yn cael eu prosesu am amrywiaeth o resymau:

- efallai nad oes digon o wybodaeth i adnabod y claf yn ddibynadwy
- efallai nad oes digon o wybodaeth glinigol i sicrhau bod samplau'n cael eu prosesu'n gywir gyda gweithdrefnau diogelwch priodol
- efallai y bydd y sampl anghywir wedi'i chyflwyno
- efallai bod y sampl yn rhy hen i'w phrosesu pan fydd yn cyrraedd y labordy
- efallai bod y sampl wedi dioddef difrod ffisegol; gall samplau sy'n gollwng fod wedi'u halogi ond gallant hefyd beri risg i staff cludo a staff labordy.

Mae delio â nifer fawr o samplau a wrthodir yn defnyddio cryn dipyn o adnoddau'r labordai, ond mae gwrthod y samplau hyn hefyd yn cael effaith ar gleifion a gwasanaeth ehangach.

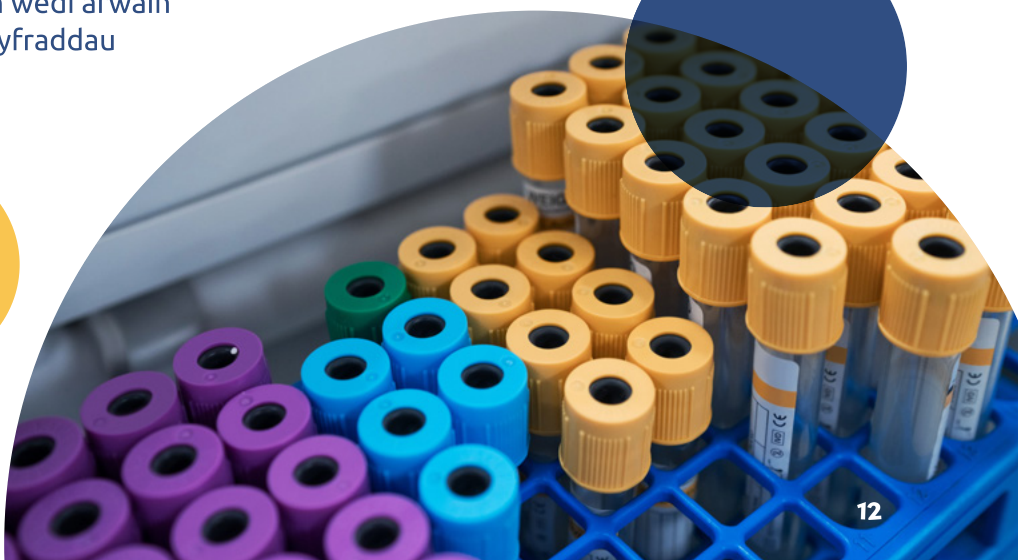
Gwnaethom

Mae ein gwasanaethau yng Nghaerdydd ac Abertawe wedi cynnal ymgyrchoedd cyfathrebu gyda defnyddwyr i dynnu sylw at y wybodaeth sydd ei hangen, samplau priodol, ac amseriadau priodol ar gyfer samplau. Yn y ddwy ardal, bu gwelliant yn y cyfraddau gwrthod.

Rydym wedi cynnal gwaith wedi'i dargedu gyda staff nyrsio sy'n cymryd swabiau clwyfau i wella ansawdd samplu; mae hyn wedi arwain at ostyngiad cynaliadwy yng nghyfraddau gwrthod swabiau clwyfau.

Beth nesaf?

Byddwn yn gweithio gyda chydweithwyr newid ymddygiad i ddatblygu a chyflwyno strategaethau i leihau achosion o gyflwyno samplau amhriodol a lleihau cyfraddau gwrthod.



Gweithio i Wella

Cefndir

Mae deddfwriaeth “Gweithio i Wella” (PTR) 2011 yn llywodraethu sut rydym yn rheoli pryderon o fewn y GIG. Mae’r term ‘pryder’ gyda’i gilydd yn cyfeirio at ddigwyddiadau, hawliadau, gwneud iawn, cwynion, a chanmoliaeth. Mae digwyddiad yn unrhyw ddigwyddiad anfwriadol neu annisgwyl a allai neu sydd wedi arwain at niwed i bobl sy’n cael mynediad at ein gwasanaethau, ymwelwyr, y cyhoedd a gweithwyr Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Y sefyllfa

Mae’n ofynnol i holl sefydliadau’r GIG ymchwilio i unrhyw bryder a’i gau o fewn 30 diwrnod gwaith. Mae Digwyddiad Adroddadwy Cenedlaethol yn ddigwyddiad sydd wedi achosi niwed annisgwyl neu niwed difrifol neu wedi cyfrannu at hyn i un neu fwy o gleifion, staff neu aelodau o’r cyhoedd. Yn ogystal, mae’n ofynnol i ni ddarparu hysbysiadau brys i Lywodraeth Cymru ar gyfer unrhyw faterion diogelwch cleifion neu feysydd o ddiddordeb posibl; gelwir y rhain yn Hysbysiadau Rhybudd Cynnar.

Gwnaethom

Yn ystod 2024-25, gwnaethom gyflawni gwelliant o ran yr amser a gymerir i ymchwilio i ddigwyddiadau a’u cau. Mae hyn yn golygu ein bod wedi gallu darparu ymchwiliad a dysgu amserol i’r rhai a gododd y mater.

Nifer a adroddwyd	2023-24	2024-25
Digwyddiadau (%) wedi’u cau o fewn 30 diwrnod gwaith	61%	65%
Digwyddiadau adroddadwy cenedlaethol	2	3
Adroddiadau Rhybudd Cynnar a gyflwynwyd i Lywodraeth Cymru	1	6

Yn ystod 2024-25, gwnaethom wella’r amser a gymerir i ymchwilio i bryderon a’u cau 4% o gymharu â’r flwyddyn flaenorol. Gwelir y gwelliant hwn yng nghyd-destun cynnydd yn nifer yr adroddiadau o 1,842 o ddigwyddiadau yn 2023-24 i 2,160 yn 2024-25.

Yn 2024-25 cawsom fwy o ddigwyddiadau diogelwch cleifion a oedd yn bodloni’r meini prawf ar gyfer adrodd cenedlaethol. Er nad oedd unrhyw themâu wedi’u nodi, roedd angen ymchwiliad cynhwysfawr i’r digwyddiadau hyn gan rannu unrhyw beth a ddysgwyd.

Cadw ein Poblogaeth yn Ddiogel

Un o'n swyddogaethau sefydliadol allweddol yw cynhyrchu data, gwybodaeth a thystiolaeth iechyd gynhwysfawr a chywir, er mwyn deall unrhyw dueddiadau iechyd sy'n dod i'r amlwg. Rydym yn chwarae rhan bwysig wrth gyflwyno'r data hwn i'r sefydliadau iechyd, cymunedol a sefydliadau sector cyhoeddus eraill sy'n ei ddefnyddio er mwyn cynllunio ac ymateb i newidiadau yn y data.

Gwyliadwriaeth hunanladdiad

Cefndir

Mae pob achos tybiedig o hunanladdiad yn cael ei adrodd i'r crwner fel y gellir ei gydnabod yn ffurfiol. Gall y broses grwnerol gymryd amser ac mae ein tîm gwyliadwriaeth hunanladdiad yn gweithio gan ddefnyddio data amser real i nodi tueddiadau a allai helpu i weithio tuag at atal hunanladdiad.

Y sefyllfa

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cynnal Gwyliadwriaeth Amser Real Hunanladdiad Tybiedig (RTSSS) sy'n casglu gwybodaeth gan heddluoedd ledled Cymru. Yna rydym yn dadansoddi'r data i nodi patrymau a thueddiadau marwolaethau oherwydd hunanladdiad tybiedig ac i gefnogi mentrau atal hunanladdiad.

Gwnaethom

Cyhoeddwyd ail **adroddiad RTSSS** (ar farwolaethau a ddigwyddodd rhwng Ebrill 2023 a Mawrth 2024) ym mis Rhagfyr 2024. Nodwyd data yn ymwneud â diweithdra fel maes allweddol i ymchwilio iddo yn fanylach.

Gwnaethom hefyd gynhyrchu mapiau o ble mae pobl yn byw er mwyn gallu darparu gwybodaeth am ardaloedd sy'n achosi pryder i grwpiau cymunedol allweddol a gwasanaethau cyhoeddus.

Gwnaethom groesawu ymgysylltiad defnyddwyr gydag arolwg adborth a ddosbarthwyd yn eang yn dilyn ail adroddiad blynyddol y RTSSS a gwnaethom nodi anghenion defnyddwyr gyda nifer o randdeiliaid cyn cyhoeddi'r trydydd adroddiad blynyddol i bennu gwerth y data. Lledaenwyd adborth a'i ymgorffori yn y gwaith o gynllunio'r adroddiad blynyddol nesaf.

Gwnaethom rannu patrymau a thueddiadau posibl a ddaeth i'r amlwg o'r gwaith gwyliadwriaeth amser real gydag arweinwyr atal hunanladdiad a hunan-niweidio cenedlaethol, rhanbarthol a lleol, a oedd yn eu tro yn bwydo i'r amcanion strategol ar gyfer atal hunanladdiad a hunan-niweidio i Gymru. Mae hyn yn galluogi ymyrraeth gynharach drwy ddarparu gwybodaeth amserol, yn llywio gweithgaredd atal wedi'i dargedu ar lefelau lleol a chenedlaethol, yn cefnogi'r broses o wneud penderfyniadau sy'n seiliedig ar dystiolaeth ac yn cryfhau cydweithrediad aml-asiantaeth drwy roi golwg gyfoes a rennir i bartneriaid o batrymau hunanladdiad tybiedig.

Darllenwch adroddiad RTSSS yma

Beth nesaf

Mae'r storfa genedlaethol ganolog hon ar gyfer marwolaethau oherwydd hunanladdiad tybiedig yng Nghymru yn adnodd pwysig i gefnogi mentrau atal hunanladdiad. Mae trafodaethau wedi dechrau ar waith i ddadansoddi a deall y data diweithdra yn well, oherwydd y gyfradd uchel o hunanladdiad tybiedig mewn pobl yr adroddwyd eu bod yn ddi-waith.

Byddwn hefyd yn parhau i drafod anghenion data partneriaid allweddol, megis arweinwyr atal hunanladdiad a hunan-niweidio cenedlaethol, rhanbarthol a lleol ac archwilio'r defnydd o ffynonellau data ychwanegol (er enghraifft, marwolaethau mewn ysbytai) i ddeall patrymau hunanladdiad tybiedig yng Nghymru yn well a darparu gwybodaeth gynhwysfawr i gefnogi camau ataliol.

5.2

Amserol

Mae cael cyngor, arweiniad a gofal o ansawdd uchel a ddarperir ar yr adeg gywir, yn y lle cywir yn hanfodol i leihau ac atal afiechyd ar gyfer ein poblogaeth.

Llwybrau i gael mynediad at brofion a gwasanaethau

Sgrinio Smotyn Gwaed Newydd-anedig

Cefndir

Yn 2023-24, gwnaethom adrodd ar welliannau a wnaethom yn ein gwasanaeth sgrinio smotyn gwaed newydd-anedig. Mae sgrinio smotyn gwaed newydd-anedig yn brawf a wneir i weld a oes gan fabi unrhyw gyflyrau iechyd prin neu ddifrifol fel y gellir dechrau triniaeth gynnar. Ar gyfer rhai cyflyrau, gall oedi triniaeth ychydig ddiwrnodau wneud gwahaniaeth o ran a fydd babi yn parhau'n iach neu'n mynd yn ddifrifol wael. Yn ddelfrydol, cynigir y prawf yn ystod yr wythnos gyntaf ar ôl genedigaeth.

Mae gennym system rhwydi diogelwch "di-feth" yn ei lle i sicrhau nad oes unrhyw fabi newydd-anedig yn cael ei golli. Mae'r nodwedd ddiogelwch allweddol hon yn ein helpu i nodi unrhyw fabanod cymwys nad oes unrhyw sampl wedi'i derbyn ar eu cyfer yn y labordy erbyn amser penodol, sydd wedyn yn sbarduno staff gofal iechyd i wneud gwaith dilynol a gofyn am sampl newydd.

Cafodd y dyddiad 'sbardun' i'r tîm di-feth gysylltu a gofyn am ail sampl prawf gwaed ei bennu'n flaenorol yng Nghymru ar 14 diwrnod ar ôl i fabi gael ei eni. Yn Lloegr, mae'r dyddiad sbardun wedi'i bennu ar ddiwrnod 10, sy'n golygu y gofynnir am ail brofion yn gynharach sy'n galluogi atgyfeirio cyflymach am asesiad arbenigol ar gyfer y babanod hyn, os oes angen.

Mae gennym system rhwydi diogelwch "di-feth" yn ei lle i sicrhau nad oes unrhyw fabi newydd-anedig yn cael ei golli.

Y sefyllfa

Ym mis Hydref 2023, gwnaethom leihau'r dyddiad sbardun ar gyfer ein proses rhwydi diogelwch samplau i 12 diwrnod ar ôl genedigaeth y babi.

Gwnaethom

Yn 2024-25, gwnaethom leihau'r dyddiad sbardun ymhellach i 11 diwrnod, a wnaed yn bosibl trwy wneud newidiadau o fewn tîm Gweinyddu Sgrinio Newyddenedigol, gan gynnwys cyflwyno arferion gwaith newydd a ryddhaodd staff i ddelio â nifer cynyddol o achosion yr oedd angen mynd ar eu hôl. Mae nifer cyfartalog y samplau hwyr y mae angen mynd ar eu hôl bob wythnos wedi cynyddu o 19 i 62 yn dilyn adnabod ynghynt y babanod 11 diwrnod oed nad yw'r labordy wedi derbyn eu samplau. O ganlyniad i'r newid hwn, gellir atgyfeirio babanod sydd angen asesiad i ofal clinigol yn gyflymach, ac mae teuluoedd yn cael sicrwydd o ganlyniad eu sgrinio yn gynharach.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i fonitro'r newid hwn gyda'r nod o leihau'r dyddiad sbardun i 10 diwrnod i gyd-fynd â'r canllawiau yn Lloegr. Yn seiliedig ar y rhagamcanion cyfredol ar gyfer ehangu sgrinio, rhagwelir y gallem weithredu sbardun diwrnod 10 erbyn diwedd mis Rhagfyr 2025. Rydym hefyd yn bwriadu gweithredu sgrinio Tyrosinemia Etifeddol Math 1 ar gyfer cyflwr genetig prin iawn sy'n atal y corff rhag chwalu sylwedd o'r enw tyrosin a geir mewn bwyd.

Cyflwyno profion cyflym mewn Microbioleg

Cefndir

Mae ein Gwasanaethau Heintiau yn gweithredu labordai sy'n profi samplau o feinwe'r corff, gwaed a sylweddau eraill am arwyddion o haint.

Y sefyllfa

Yn adroddiad y llynedd, fe wnaethon ni rannu rhywfaint o waith gwella yr oeddem wedi'i wneud i leihau'r amser y mae'n ei gymryd i brosesu rhai o'r profion hyn a darparu'r canlyniadau. Mae unrhyw oedi wrth ddarparu canlyniadau yn golygu ei bod hi'n cymryd mwy o amser i gleifion ddechrau cael y driniaeth fwyaf priodol. Mae hyn yn arbennig o bwysig gyda bygiau heintus iawn fel Norofeirws a all ledaenu'n gyflym ar draws ysbytai.

Yn 2023-2024, gwnaethom ddweud wrthych chi sut roedden ni wedi gweithio ar gyfleoedd profi cyflymach ac wedi bwrw ymlaen â'r gwaith hwn yn ystod 2024-2025.

Gwnaethom

Gwnaethom barhau i gefnogi Byrddau Iechyd drwy ehangu mynediad ac argaeledd profion cyflym ar gyfer heintiau, gan gynnwys Norofeirws, Clostridium difficile a MRSA. Mae hyn wedi helpu staff nyrsio i ofalu'n well am gleifion mewn ffyrdd sy'n lleihau achosion ymhlith cleifion ac yn atal oedi wrth dderbyn a rhyddhau cleifion. Gwnaethom gynnal 10,281 o brofion cyflym yn 2024-2025 ar gyfer y mathau hyn o heintiau.

Yn ogystal, rydym wedi treialu profion cyflym i nodi haint cymalau esgyrn yn llwyddiannus i helpu i wneud diagnosis o arthritis septig a heintiau cymalau artiffisial. Bydd hyn yn ein galluogi i nodi achosion posibl yr haint a dewis y gwrthfiotigau gorau i'w defnyddio i drin yr haint. Cynhaliwyd 710 o'r profion hyn yn 2024-2025.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i dreialu ac o bosibl ehangu offer diagnosteg cyflym i gynorthwyo gofal cleifion gan gynnwys ar gyfer Meningoenceffalitis a Niwmonia. Bydd hyn yn effeithio'n sylweddol ar allu ein clinigwyr i ddarparu diagnosis a thriniaeth fwy amserol ac effeithiol.

Amseroedd Aros ar gyfer ein Gwasanaethau

Sgrinio'r Fron

Cefndir

Rydym yn darparu gwasanaeth sgrinio'r fron y GIG ledled Cymru. Mae'r profion sgrinio yn chwilio am ganser y fron cyn i unrhyw symptomau ddangos, a all wella'r siawns o oroesi a lleihau'r driniaeth sydd ei hangen. Bob tair blynedd, mae menywod rhwng 50 a 70 oed sy'n byw yng Nghymru yn cael eu gwahodd i gael mamogramau, sef pelydrau-x o'r fron.

Gwnaethom

- Llwyddodd y rhaglen sgrinio'r fron i glirio'r ôl-groniad o apwyntiadau a oedd wedi'u gohirio, er mwyn cyrraedd y safon, erbyn Gorffennaf 2024 drwy gynyddu nifer y cyfranogwyr a oedd yn cael eu sgrinio. Cafodd staff sgrinio ychwanegol eu recriwtio i gefnogi'r gwaith adfer a chynigiwyd clinigau sgrinio ychwanegol gan gynnwys sgrinio ar y penwythnos.

Y sefyllfa

Roedd effaith y pandemig yn golygu bod yn rhaid oedi Rhaglen Sgrinio'r Fron Iechyd Cyhoeddus Cymru dros dro am ychydig fisoedd yn 2020 yn unol â chanllawiau cenedlaethol i atal apwyntiadau cleifion allanol nad oeddent yn rhai brys.

Y safon ar gyfer apwyntiadau sgrinio'r fron yw bod "90% o gyfranogwyr yn cael cynnig apwyntiad o fewn 36 mis i'w hapwyntiad blaenorol." Yn sgil oedi'r rhaglen yn ystod y pandemig, gwnaeth yr amser aros cyfartalog am apwyntiad barhau i fod yn hirach na 36 mis ac roedd yn 44 mis erbyn mis Ebrill 2023.

Yn ystod 2023-24, parhaodd y gwasanaeth sgrinio i weithio'n galed i adfer o effaith y pandemig a effeithiodd ar amseroedd aros sgrinio.

Beth nesaf

Rydyn ni'n gwybod bod mwy i'w wneud i leihau oedi mewn rhannau eraill o lwybr sgrinio'r fron, lle mae menywod yn aros yn hirach nag y byddem ni eisiau. Bydd Rhaglen Sgrinio'r Fron yn parhau i docio amser aros ymhellach ar lwybr sgrinio'r fron trwy'r mentrau canlynol:

Ehangu'r a Chynorthwyo'r Gweithlu

- Recriwtio a hyfforddi mwy o radiograffwyr, radiolegwyr a staff cymorth lle mae prinder staff yn effeithio ar y gwasanaethau a ddarperir.

Optimeiddio Amserlenni a'r Defnydd o Gapasiti

- Ymestyn oriau sgrinio (e.e.: gyda'r nos/penwythnosau) i wneud y defnydd gorau o'r seilwaith presennol lle mae ein hadnoddau presennol yn caniatáu.
- Defnyddio ein data i addasu argaeledd apwyntiadau ar draws rhanbarthau a chynyddu capasiti apwyntiadau a fydd yn gwella amseroedd aros cyffredinol ac yn lleihau anghydraddoldeb.

Gwelliannau Digidol a TG

- Gweithredu System Archifo Lluniau a Chyfathrebu Cymru Gyfan newydd a fydd yn galluogi rhannu delweddau digidol ar draws y rhanbarthau ar gyfer darllen a chyflafareddu a fydd yn gwella gwydnwch ac amseroldeb.

Ymwybyddiaeth a Chyfranogiad y Cyhoedd

- Rhaglen gyfathrebu wedi'i ffocysu ar hyrwyddo ymhellach nifer y bobl sy'n defnyddio gwasanaeth sgrinio'r fron.
- Darparu cyfathrebu gliriach, sy'n ddiwylliannol briodol, am y broses sgrinio, sy'n diwallu anghenion pawb.

Monitro a Gwelliant Parhaus

- Archwilio ansawdd ein llwybrau sgrinio'r fron a chanlyniadau cleifion yn rheolaidd.
- Parhau i wella ein perfformiad a'n data cyflawni.

Adolygu Ansawdd

- Cynnal adolygiad rhaglen gyfan o'r llwybr o'r dechrau i'r diwedd i nodi cyfleoedd pellach i wella ansawdd, gan ganolbwyntio ar y Ddyletswydd Ansawdd.

Y 1000 Diwrnod Cyntaf – Cefnogi Teuluoedd Iau yng Nghymru

Cefndir

Mae mil diwrnod cyntaf bywyd plentyn yn gyfle gwych i osod y sylfeini ar gyfer bywyd iach a hapus, ac mae'n bwysig ein bod yn cymryd camau i gefnogi teuluoedd yn y ffordd orau bosibl. Beichiogrwydd a blynyddoedd cyntaf bywyd yw'r sylfaen ar gyfer dyfodol hapusach ac iachach. Mae dechrau da mewn bywyd yn llywio sut mae plant yn teimlo amdanyn nhw eu hunain a'r rhai o'u cwmpas ac yn adeiladu'r blociau ar gyfer sut y byddant yn ymdopi wrth iddynt dyfu. Yn ogystal â chariad, gofal a sylw gan y bobl bwysicaf yn eu bywydau, mae babanod angen maeth, chwarae a chyfathrebu da i ddatblygu eu hymennydd a'u cyrff.

Y sefyllfa

Mae'n amlwg bod sawl her o ran sefydlu sylfeini cryf i leihau anghydraddoldebau yng Nghymru. Mae ymchwil yn dangos bod mwy nag un o bob pedwar plentyn yng Nghymru yn byw mewn tlodi. Mae amgylchiadau teuluol llawn straen yn ei gwneud hi'n anoddach i rieni roi'r dechrau gorau mewn bywyd i'w babanod. Mae plant sy'n gymwys i gael prydau ysgol am ddim yn llai tebygol o fod ar y lefel ddisgwyliedig o ran datblygiad pan fyddant yn dechrau yn yr ysgol na'r rhai nad ydynt. Pan na fydd babanod yn dechrau gyda sylfaen gadarn, mae'n anoddach iddynt ddal i fyny yn nes ymlaen, ac o ganlyniad maent yn aml ar ei hôl hi o'u cymharu â'u cyfoedion, gan fod angen mwy o gymorth arnynt yn nes ymlaen.

Gwnaethon ni

Mae **adroddiad** o'r rhaglen **1000 Diwrnod Cyntaf yn Iechyd Cyhoeddus Cymru** wedi nodi chwe maes blaenoriaeth ar gyfer gweithredu ac yn dweud y gall gwneud newidiadau bach i'r ffordd y mae pethau'n cael eu gwneud yn y meysydd hyn sicrhau gwahaniaeth enfawr i deuluoedd ledled Cymru.

Ymhellach, dywed yr adroddiad fod creu'r amodau i bob teulu ffynnu – fel cartrefi diogel, gwaith ac incwm teg, trafnidiaeth hygyrch ac amgylcheddau adeiledig a naturiol sy'n ystyriol o deuluoedd – yn gweithredu fel sylfeini cymdeithas sy'n galluogi pob plentyn i gael y dechrau gorau mewn bywyd.

Mae'r ymchwil hefyd yn dangos bod buddsoddi mewn ymyriadau blynyddoedd cynnar yn talu ar ei ganfed. Mae pob punt sy'n cael ei gwario ar helpu teuluoedd a phlant yn ystod y mil diwrnod cyntaf o fywyd yn sicrhau elw o rhwng £1.30 a £16.80 mewn arbedion hirdymor a buddion i'r economi. Er enghraifft, gall buddsoddi mewn hyfforddi ymarferwyr blynyddoedd cynnar mewn meysydd fel datblygiad lleferydd ac iaith, gael effaith enfawr ar ganlyniadau cyfathrebu plant – ac mae'r gost ariannol llawer mwy cymedrol.

Beth nesaf

Cynhaliodd y Rhaglen 1000 Diwrnod Cyntaf gyfres o weithdai ac ymgynghoriadau yn 2024-25 i helpu i ddatblygu dealltwriaeth gyffredin o 'sut olwg sydd ar dda' a beth sydd angen bod ar waith i gyflawni hynny. Cyhoeddwyd 'Dechrau Gorau mewn Bywyd: Y Fframwaith Gweithredu ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar' a 'Dechrau Gorau mewn Bywyd': Y Fframwaith Gweithredu ar gyfer y Blynyddoedd Cynnar ac Adroddiad ar **'Mewnwelediadau Rhieni'** yn 2025. Bydd canfyddiadau'r adroddiadau hyn yn cael eu defnyddio i ddatblygu camau gweithredu i gefnogi a gweithredu gwelliannau.

[1] cyflawniad-academaidd-disgyblion-mewn-asesiadau-sylfaenol-y-cyfnod-sylfaen-ac-yng-nghyfnod-allweddol-3-2022

5.3

Effeithiol

Mae gofal effeithiol ar gyfer ein poblogaeth yn sicrhau bod penderfyniadau, gofal a thriniaeth yn seiliedig ar yr ymchwil ddiweddaraf ac arferion gorau, gan sicrhau bod pobl yn cael y canlyniadau gorau posibl.

Ymchwil a gwelliannau ansawdd i'n gwasanaethau

Rydym yn ymgymryd ag ymchwil a gwella ansawdd mewn gofal iechyd fel y gallwn archwilio a deall yn barhaus ffyrdd gwell o gyflawni ein gwaith a'n gwasanaethau. Mae hyn yn ein helpu i brofi, gwerthuso a gwreiddio ffyrdd newydd o weithio i wella ansawdd, effeithiolrwydd, diogelwch ac effeithlonrwydd yn ogystal â chanlyniadau.

Mae'r oedran sgrinio'r coluddyn yng Nghymru wedi gostwng i 50.

Cefndir

Mae mwy na 9 o bob 10 o bobl sy'n cael diagnosis yng nghyfnod cynharaf canser y coluddyn yn goroesi pum mlynedd neu fwy, o gymharu â dim ond 1 o bob 10 pan gânt ddiagnosis ar y cam mwyaf datblygedig. Mae canfod yn gynnar yn allweddol i frwydro yn erbyn canser y coluddyn, a gall sgrinio nodi arwyddion cyn i symptomau ymddangos hyd yn oed.

Mewn ymateb i argymhelliad Pwyllgor Sgrinio Cenedlaethol y DU (UKNSC) ar sgrinio am ganser y coluddyn (Awst 2018), cyflwynodd Sgrinio Coluddion Cymru (BSW) y Prawf Imiwnocemegol ar Ysgarthion (FIT) fel y prif brawf sgrinio ledled Cymru ym mis Medi 2019 a datblygu cynllun i 'optimeiddio'r' rhaglen sgrinio yng Nghymru. Roedd y Cynllun hwn yn cynnwys ehangu'r oedran mewn pedwar cam i gynnwys y rhai rhwng 50 a 59 oed.

Y sefyllfa

Bydd y rhai sydd wedi cofrestru gyda Meddyg Teulu yn derbyn pecyn prawf sgrinio'r coluddyn am ddim yn awtomatig bob dwy flynedd. Mae pobl 51-74 oed eisoes yn gymwys ar gyfer y rhaglen. O 9 Hydref 2024 ymlaen, daeth pobl 50 oed yng Nghymru yn gymwys i gael prawf sgrinio'r coluddyn trwy'r GIG

Disgwylir y bydd ehangu sgrinio i bobl iau yn helpu i ganfod canser y coluddyn yn gynharach, gan gynyddu'r tebygolrwydd o driniaeth lwyddiannus.

Gall y prawf syml, hawdd ei ddefnyddio hwn wella cyfraddau goroesi yn sylweddol trwy ganfod canser yn gynnar, pan fydd yn haws ei drin.

Gwnaethom

Mae cyfraddau cyfranogi blynyddol ar gyfer sgrinio am ganser y coluddyn wedi aros yn gyson uwchlaw 60% bob blwyddyn ers 2021 (62% ar hyn o bryd).

O ganlyniad i ehangu'r oedran o bedair blynedd, mae nifer blynyddol y canserau a ganfuwyd drwy sgrinio wedi cynyddu o 211 yn 2020-21 i 375 (Mai 2024-Ebrill 2025), a chanfuwyd 219 ohonynt rhwng Hydref 2024 ac Ebrill 2025.

Beth nesaf

Ar hyn o bryd mae Sgrinio Coluddion Cymru yn gwahodd tua 515,000 o bobl rhwng 50 a 74 oed i gael eu sgrinio'n flynyddol, sy'n gynnydd o'i gymharu â'r 224,000 a gafodd wahoddiad yn ystod 2020-21. Mae hyn yn golygu y bydd angen archwiliad pellach trwy golonosgopi ar nifer cynyddol o bobl. Mae'r galw cynyddol wedi rhoi pwysau ar amseroedd aros colonosgopi byrddau iechyd, a byddwn yn gweithio mewn partneriaeth â byrddau iechyd i ostwng yr amseroedd aros hyn.

Atal Diabetes – Mynd i'r Afael â Diabetes Gyda'n Gilydd

Cefndir

Mae diabetes yn gyflwr sy'n effeithio ar allu person i reoli lefelau glwcos (siwgr) yn ei waed yn ddiogel. Dros amser, gall y cyflwr gael effaith sylweddol ar iechyd pobl. Gall diabetes effeithio ar y golwg, cylchrediad y gwaed, achosi niwed i'r nerfau, achosi clefyd y galon a'r arennau ac arwain at anabledd hirdymor a marwolaeth gynharach. Y llynedd, gwnaethom ddweud wrthych chi am y gwaith roedden ni wedi'i ddechrau i geisio mynd i'r afael â'r cynnydd pryderus yn nifer y bobl sy'n cael diagnosis o ddiabetes ac yn byw gyda'r cyflwr a'i gymhlethdodau.

Gwnaethom rannu dadansoddiad gan Iechyd Cyhoeddus Cymru sy'n dangos y gallai 1 o bob 11 oedolyn yng Nghymru fod yn byw gyda diabetes erbyn 2035, gyda ffactorau fel ethnigrwydd person, ble maen nhw'n byw a'u hincwm, i gyd yn cynyddu'r tebygolrwydd y byddan nhw'n datblygu diabetes math 2.

Y sefyllfa

Mae'r Rhaglen Mynd i'r Afael â Diabetes Gyda'n Gilydd wedi'i datblygu gan Iechyd Cyhoeddus Cymru mewn cydweithrediad â phartneriaid y GIG ledled Cymru. Gan roi pobl Cymru yn ganolog, mae'r Rhaglen wedi mabwysiadu dull sy'n ceisio mynd i'r afael ag anghydraddoldebau mewn cymunedau sy'n golygu bod pobl yn fwy tebygol o ddatblygu diabetes yn y lle cyntaf, neu gael trafferth rheoli'r cyflwr.

Caiff y Rhaglen ei chyflwyno'n lleol gan dîm ymroddedig o weithwyr cymorth gofal iechyd a dietegwyr hyfforddedig. Cynigir amrywiaeth o opsiynau cymorth i bobl sy'n mynychu'r Rhaglen, gan gynnwys cymorth i wneud newidiadau dietegol i gynnal pwysau iach ac arweiniad ar sut i ddod yn fwy egnïol yn gorfforol. Datblygodd y Rhaglen becyn cymorth i helpu gwasanaethau ledled Cymru i nodi'r cymunedau a allai fod mewn mwy o berygl o ddatblygu diabetes neu a allai gael trafferth cael y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt i atal eu cyflwr rhag gwaethygu. Mae hyn yn cefnogi timau lleol i ddefnyddio'r pecyn cymorth i atal a lleihau effaith diabetes math 2 yng Nghymru.

Gwnaethom

Ddwy flynedd ar ôl lansio'r Rhaglen Mynd i'r Afael â Diabetes Gyda'n Gilydd ym mis Mehefin 2022, mae wedi cefnogi mwy na 9,000 o bobl i leihau eu risg o ddatblygu diabetes Math 2 ac mae bellach yn cael ei chyflwyno mewn 35 allan o 60 o ardaloedd gofal sylfaenol yng Nghymru. Mae defnyddwyr y gwasanaeth wedi dweud wrthym eu bod yn gwerthfawrogi'r gefnogaeth y mae'r ymgynghoriadau'n ei darparu. Fodd bynnag, rydym am sicrhau y gall pob person cymwys yng Nghymru gael mynediad at y rhaglen a chymryd rhan ynddi i wella canlyniadau a lleihau anghydraddoldebau wrth atal diabetes math 2.

Yn ystod 2024-25, gwnaeth y Rhaglen Mynd i'r Afael â Diabetes Gyda'n Gilydd gynnydd tuag at y nod o gael mwy o bobl yn byw'n dda gyda diabetes (mathau 1 a 2) trwy ostyngiad mewn trychiadau a chanlyniadau allweddol eraill erbyn diwedd 2028-29.

Yn ystod y flwyddyn mae ein gwaith wedi cynnwys:

- sicrhau mynediad i bobl â diabetes i ap y gallant ei ddefnyddio o'r enw 'MyDesmond' sy'n eu helpu i reoli eu cyflwr yn well
- datblygu gwybodaeth ar gyfer staff iechyd a gofal cymdeithasol ar atal diabetes a hunanreoli, fel y gallant gefnogi pobl â diabetes yn well
- ariannu Swyddog Ymgysylltu i gefnogi pobl sy'n byw gyda diabetes a'u gofalwyr i'w helpu i ddeall sut i gael mynediad at wasanaethau perthnasol a gwella eu hiechyd eu hunain
- sefydlu rhaglen gymorth cymunedol ar gyfer diabetes gan gynnwys fideos ar brofiad defnyddwyr
- nodi bylchau yn y data sydd ar gael ar gyfer monitro canlyniadau cleifion a cheisio gwella hynny.

Beth nesaf

Mae sawl darn o waith eisoes ar y gweill a byddant yn parhau i 2025-26. Mae'r rhain yn cynnwys y canlynol:

- prosiect i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau canlyniadau iechyd drwy ddeall y rhwystrau y mae pobl â diabetes yn eu hwynebu wrth ddefnyddio offer digidol i wella eu hiechyd
- adolygu'r dystiolaeth i ddeall yn well y ffactorau sy'n helpu pobl i ymgysylltu â gwasanaethau ysbyty, neu'n gwneud i bobl ddatgysylltu â nhw
- nodi triniaethau gofal diabetes sydd â'r gwerth gorau am arian i gynorthwyo byrddau iechyd i ddefnyddio eu cyllidebau'n dda.

Atal Clefydau rhag Lledaenu – Brechlyn y Frech Goch, Clwy'r Pennau a Rwbela (MMR)

Cefndir

Mae brechu ac imiwneiddio yn ffyrdd pwysig o amddiffyn pobl yn erbyn clefydau heintus. Mae'r brechlyn MMR yn amddiffyn yn erbyn y frech goch, clwy'r pennau a rwbela, y cymhlethdodau a achosir gan y clefydau hyn, a lledaeniad y clefydau hyn yn y gymuned. Dechreuodd nifer yr achosion o'r frech goch gynyddu ar raddfa fyd-eang unwaith y dechreuodd cyfyngiadau'r pandemig lacio, gyda'r potensial i'r frech goch ledaenu yng Nghymru hefyd.

Y sefyllfa

Drwy ddefnyddio data a gasglwyd gennym, roeddem yn gallu blaenoriaethu gwaith gyda meddygon teulu, ysgolion a gwasanaethau cymunedol, i gynyddu'r nifer sy'n cael eu brechu mewn cymunedau lle gallem weld bod nifer y bobl sy'n cael y brechlyn MMR yn wael.

Gwnaethom barhau i gymryd camau gweithredu a dysgu o'r brigiad o achosion o'r frech goch yng Nghaerdydd yn 2023 a gwneud paratoadau i gefnogi'r GIG i fod yn barod i ymateb pe bai brigiad sylweddol o'r frech goch yn digwydd. Roedd hyn yn cynnwys camau parhaus i wella nifer y plant oedran ysgol a gweithwyr gofal iechyd sy'n cael eu brechu, gan ein bod yn gwybod mai dyma'r meysydd lle'r oedd trosglwyddo fwyaf tebygol o ddigwydd.

Gwnaethom

Gwnaethom barhau i weithio ar yr ymgyrch 'dal i fyny' ar gyfer brechiadau MMR mewn ysgolion. Arweiniodd yr ymgyrch hon at roi 1,500 a 1,000 o ddosau cyntaf i blant oedran ysgol gynradd ac ysgol uwchradd yng Nghymru yn ystod 2024-25. At hynny, rhoddwyd dros 2,000 a 1,000 o ail ddosau i blant oedran ysgol gynradd ac ysgol uwchradd yng Nghymru. Mae hyn yn welliant sylweddol yn y nifer sy'n cael brechiad MMR o'i gymharu â blynyddoedd blaenorol. Rydym hefyd wedi nodi'r ardaloedd a'r grwpiau oedran lle gallai diffyg brechu arwain at frigiad mawr o achosion, er mwyn cefnogi targedu cam nesaf y gweithgarwch.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i ddarparu data i fyrddau iechyd a'u cefnogi i ddeall y risg yn eu hardaloedd lleol. Byddwn hefyd yn rhoi cyngor ar sut y gallant leihau'r risg o frigiad o achosion o'r frech goch trwy gamau gweithredu wedi'u targedu, yn ogystal ag olrhain y nifer sy'n cael eu brechu.

Atal Clefydau rhag Lledaenu – Brechlyn Feirws Syncytiol Anadlol (RSV)

Cefndir

Mae'r Feirws Syncytiol Anadlol (RSV) yn firws heintus sy'n cylchredeg yn yr hydref a dechrau'r gaeaf, gan heintio'r rhan fwyaf o blant o fewn dwy flynedd gyntaf eu bywyd ac yn aml yn ail-heintio plant hŷn ac oedolion. Mae Feirws Syncytiol Anadlol yn achosi rhwng 400-600 o farwolaethau mewn oedolion hŷn a dros 1,000 o dderbyniadau i'r ysbyty mewn babanod ifanc yng Nghymru bob blwyddyn.

Y sefyllfa

I'r rhan fwyaf o bobl, mae haint Feirws Syncytiol Anadlol yn achosi salwch anadlol is ysgafn gyda symptomau tebyg i annwyd, ond babanod o dan flwydd oed a'r henoed sydd mewn mwyaf o berygl o haint mwy difrifol a allai arwain at dderbyniad i'r ysbyty. Bellach mae brechlyn diogel ac effeithiol ar gael sy'n cynnig amddiffyniad rhagorol, gan leddfu'r pwysau ar wasanaethau gofal sylfaenol GIG Cymru yn ystod misoedd prysur y gaeaf.

Argymhellodd y Cyd-bwyllgor ar Imiwneiddio a Brechu (JCVI) y dylid cyflwyno Rhaglen Frechu yn y DU, a derbyniwyd y cyngor hwnnw gan Lywodraeth Cymru. Mae'r rhaglen ar gyfer oedolion 75 oed ac ar gyfer darpar famau beichiog o 28 wythnos ymlaen er mwyn amddiffyn eu babi pan gaiff ei eni. Mae pawb sy'n gymwys naill ai'n derbyn gwahoddiad yn uniongyrchol neu gallant gael gwybodaeth ynghylch sut i gael eu brechu gan eu bydwraig yn ystod clinigau cynenedigol.

Yn ddiweddar, cynhaliodd Iechyd Cyhoeddus Cymru arolwg Iechyd Cyhoeddus 'Amser i Siarad' gyda dros 1,000 o oedolion yng Nghymru a chanfod bod bron i 60% wedi dweud nad oeddent wedi clywed am Feirws Syncytiol Anadlol, sy'n golygu nad yw'r rhan fwyaf o bobl yn ymwybodol o'r risg i fabanod ac oedolion hŷn.

Gwnaethom

Lansiwyd y Rhaglen Frechu Feirws Syncytiol Anadlol (RSV) newydd ym mis Medi 2024. Gwnaethom gefnogi'r gwaith o gyflwyno'r rhaglen hon ledled Cymru, drwy ddarparu hyfforddiant a chyngor arbenigol i weithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n darparu'r gwasanaeth brechu.

Gwnaethom hefyd ddatblygu adnoddau gwybodaeth gyhoeddus a chynnal ymgyrch ymwybyddiaeth gyhoeddus i gynyddu ymwybyddiaeth o'r brechlyn newydd. Yn seiliedig ar dystiolaeth a dysgu o'r pandemig, sefydlodd Iechyd Cyhoeddus Cymru raglen wyliadwriaeth newydd ar gyfer niferoedd sy'n cael eu brechu, gan fesur effeithiolrwydd y rhaglen newydd hon.

Brechlyn Feirws Syncytiol Anadlol yw'r pedwerydd brechlyn a gynigir yn ystod beichiogrwydd bellach, ynghyd â'r pas, y ffliw a COVID-19. Cânt eu cynnig ar wahanol gamau o feichiogrwydd, ac mae'r brechlynnau'n cynnig amddiffyniad rhagorol rhag salwch difrifol i'r fam a'r babi.

Beth nesaf

Ers mis Medi 2024, mae dros 75,000 o frechlynnau Feirws Syncytiol Anadlol wedi cael eu rhoi yng Nghymru. Mae tua 40% o fenywod beichiog a'r rhai rhwng 75 a 79 oed yn cael eu brechu. Mae tystiolaeth o bob cwr o'r DU wedi dangos y bydd cynnydd yn y nifer sy'n cael eu brechu yn lleihau'n sylweddol nifer y bobl sy'n cael eu derbyn i'r ysbyty yn yr hydref a'r gaeaf o ganlyniad i'r haint hwn.

Er mwyn sicrhau'r budd mwyaf posibl o'r brechlyn Feirws Syncytiol Anadlol, mae'n hanfodol bod gwaith yn parhau i wella ansawdd y rhaglen Feirws Syncytiol Anadlol gan gynnwys cynyddu ymwybyddiaeth o'r haint a'r nifer sy'n cael y brechlyn Feirws Syncytiol Anadlol cyn tymor nesaf y Feirws Syncytiol Anadlol yn hydref 2025. Byddwn yn parhau i weithio gyda byrddau iechyd lleol i wneud yn siŵr bod y rhai o gymunedau difreintiedig yn gallu cael mynediad at y brechlyn.

5.4

Effeithlon

Byddwn yn defnyddio ein hadnoddau yn y ffordd fwyaf effeithiol, gan sicrhau ein bod yn meithrin capasiti a galluogrwydd ledled y sefydliad i gyflawni'r gwerth gorau o safbwynt gofal iechyd mewn ffordd effeithlon. Dim ond yr hyn sydd angen ei wneud i gael y budd mwyaf y byddwn yn ei wneud. Byddwn yn sicrhau bod gwasanaethau'n cynrychioli'r gwerth gorau am arian ac yn gwella canlyniadau i'r rhai rydym yn gweithio gyda nhw ac ar eu cyfer mewn ffordd gynaliadwy, sy'n osgoi gwastraff.

Gwerth am arian ar gyfer y boblogaeth

Cefndir

Mae gofal iechyd effeithlon yn golygu gwneud y defnydd mwyaf effeithiol o adnoddau i gyflawni gwerth gorau mewn ffordd effeithlon. Mae'n golygu sicrhau bod yr arian a wariwn yn cael ei ddefnyddio'n dda i wella'r canlyniadau sydd bwysicaf i bobl.

Y sefyllfa

Yn Iechyd Cyhoeddus Cymru, rydym yn edrych ar y ffyrdd mwyaf effeithlon o weithredu newid, rhaglenni a gwasanaethau i gyflawni'r canlyniadau gorau; gelwir hyn yn 'ddull sy'n seiliedig ar werth'.

Gwnaethom

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi parhau i ddatblygu ei ddull sy'n seiliedig ar werth drwy 2024-25 gan ganolbwyntio ar ddefnyddio ein hadnoddau i sicrhau'r canlyniadau iechyd gorau posibl i'n poblogaeth. Mae prosiectau allweddol yn cynnwys:

- datblygu'r Pecyn Cymorth Gwerth Cymdeithasol ymhellach gan gynnwys sesiynau ymgysylltu â sefydliadau i ddangos iddynt sut i'w ddefnyddio i wneud penderfyniadau sy'n seiliedig ar werth
- gweithredu cam olaf gostwng yr oedran ar gyfer sgrinio am ganser y coluddyn a gwella cywirdeb y Prawf Imiwnocemegol ar Ysgarthion (FIT)
- cyflwyno cynnig i Lywodraeth Cymru ar sefydlu Rhaglen Sgrinio Canser yr Ysgyfaint. Nod y Rhaglen hon yw targedu'r segment o'r boblogaeth sydd fwyaf mewn perygl o ganser yr ysgyfaint ar gyfer sgrinio a chanfod cynnar i sicrhau diagnosis a thriniaeth gynnar i wella canlyniadau iechyd canser yr ysgyfaint.
- cynnal arolwg cyhoeddus "Amser i Siarad" ym mis Tachwedd 2024 gyda 1,780 o ymatebion yn darparu gwybodaeth iechyd sylweddol ar safbwyntiau a phrofiadau ein poblogaeth o'u hiechyd eu hunain i lywio penderfyniadau sy'n seiliedig ar werth ar iechyd y cyhoedd
- datblygu a chyhoeddi'r adroddiad **'Buddsoddi mewn Cymru Iachach; Blaenoriaethu Atal'** a ddangosodd bwysigrwydd buddsoddi mewn atal i helpu pobl i fyw bywydau hirach ac iachach.

Beth nesaf

Yn 2025-26 rydym yn bwriadu parhau i ddatblygu ein dull o ymdrin ag iechyd y cyhoedd sy'n seiliedig ar werth. Bydd datblygu ein Cynnig yn Ymwneud â Gwerth ar gyfer Iechyd Cyhoeddus Cymru yn allweddol yn hyn o beth.

Bydd y Cynnig yn Ymwneud â Gwerth yn disgrifio sut y byddwn yn mesur, yn adrodd ac yn ymgorffori gwerth yn ein prosesau gwneud penderfyniadau strategol a dyddiol, er mwyn sicrhau ein bod yn sicrhau'r canlyniadau iechyd cyhoeddus gorau posibl gyda'r adnoddau sydd gennym.

Wrth ddatblygu ein Cynnig yn Ymwneud â Gwerth, byddwn yn parhau i hyrwyddo a datblygu'r agenda atal ar draws GIG Cymru i wneud y gorau o werth gwasanaethau Iechyd Cyhoeddus Cymru a dulliau atal y system ehangach.

Profi DNA di-gell

Cefndir

Mae Clefyd Hemolytig y Ffetws a'r Newydd-anedig (HDFN) – a elwir hefyd yn glefyd Rhesws – yn gyflwr a all ddigwydd pan fydd gan fam waed RhD negatif ond bydd gan y babi yn ei chroth waed RhD positif. Gall achosi canlyniadau difrifol ond mae'n brin oherwydd cynigir pigiad o feddyginiaeth o'r enw imiwnoglobwlin gwrth-D i fenywod â gwaed RhD negatif. Rhoddir imiwnoglobwlin gwrth-D i fenywod RhD-negatif i atal clefyd Rhesws yn eu beichiogrwydd yn y dyfodol er mwyn atal HDFN a chymhlethdodau difrifol yn y babi.

Y sefyllfa

Hyd yn hyn, cynigiwyd y pigiad gwrth-D i bob menyw feichiog â grŵp gwaed RhD negatif (a elwid gynt yn Rhesws negatif). Cynigir y pigiad fel mater o drefn yn ystod wythnos 28 o feichiogrwydd ac os oes angen, pan fo unrhyw bosibilrwydd y bydd gwaed y fam a'r babi yn cymysgu. Mae nifer uchel o bobl yn manteisio ar y cynnig o'r pigiad hwn, sy'n gynnyrch gwaed.

Gwnaethom

Cyflwynwyd prawf gwaed syml i'r llwybr sgrinio sy'n cael ei gynnig i bob menyw RhD negatif nad oes ganddi wrthgyrff mamol (a elwir yn brawf cffDNA). Cynigir y prawf gwaed hwn tua wythnos 16 y beichiogrwydd a gall ragweld math gwaed y babi yn gywir. Mae hyn yn golygu y gellir targedu'r pigiad gwrth-D yn gywir at y menywod hynny sydd ei angen yn unig – y rhai y mae gan eu babi fath gwaed RhD positif. Mae hefyd yn golygu y gall gwasanaethau mamolaeth leihau defnydd diangen o'r driniaeth hon mewn menywod beichiog, yn ogystal â sicrhau bod cyflenwadau o imiwnoglobwlin gwrth-D yn cael eu cadw ar gyfer y rhai sydd ei angen.

Beth nesaf

Ar adeg ei gyflwyno, amcangyfrifwyd y byddai angen pigiadau gwrth-D ar oddeutu 2,000 yn llai o fenywod yng Nghymru yn ystod eu beichiogrwydd, diolch i'r prawf newydd a gyflwynwyd gan Sgrinio Cyn Geni Cymru.

Erbyn mis Ebrill 2025, roedd profion cffDNA yn cael eu derbyn gan y rhan fwyaf o fenywod oedd eu hangen. Gwneir gwaith pellach i ddeall profiadau menywod sy'n cael cynnig y prawf gwaed a'r effaith ar faint o imiwnoglobwlin gwrth-D sy'n cael ei ddefnyddio gyda menywod beichiog ledled Cymru.

Cynorthwyo'r economi llesiant ac iechyd yng Nghymru – canolbwyntio ar werth cyhoeddus a chymdeithasol

Cefndir

Mae Cymru yn wynebu heriau iechyd cyhoeddus digynsail o ganlyniad i boblogaeth sy'n heneiddio gyda phroblemau iechyd lluosog; pobl ifanc yn cael trafferth gyda'u hiechyd meddwl, pobl yn teimlo eu bod wedi'u heithrio oherwydd anfantais gymdeithasol neu ariannol, effeithiau cynyddol newid hinsawdd ar iechyd a chostau byw cynyddol. Mae hyn yn ehangu'r bwlch anghydraddoldeb ac yn rhoi pwysau gwirioneddol ar systemau cyhoeddus, fel nawdd cymdeithasol (e.e. pensiwn, budd-daliadau cymdeithasol) a'r gwasanaeth iechyd.

Y sefyllfa

Mae cydnabyddiaeth gynyddol o'r angen i ganolbwyntio mwy ar ein modelau economaidd a gynlluniwyd er mwyn sicrhau gwell llesiant i'n poblogaeth, cymdeithas a'r blaned, yn hytrach nag elw ariannol yn unig. Gelwir hyn yn 'economi llesiant' ac rydym yn gweithio gyda Llywodraeth Cymru a Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol i weithredu hyn yng Nghymru a thu hwnt.

Gwnaethom

Rydym wedi parhau i ddatblygu gwybodaeth ac adnoddau i gefnogi cydweithwyr ym maes iechyd cyhoeddus a chyllid ar draws byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd yng Nghymru i flaenoriaethu a symud cyllidebau tuag at atal, gan gynnwys:

- rhoi cyhoeddusrwydd i ddull Cymru o ddatblygu economi llesiant
- nodi'r dystiolaeth ar gyfer ymyriadau iechyd cyhoeddus mewn meysydd fel iechyd meddwl, gweithgarwch corfforol a maeth
- dangos sut mae GIG Cymru yn rhan bwysig o economi Cymru, er enghraifft, wrth brynu nwyddau a gwasanaethau a darparu swyddi.

Rydym hefyd wedi parhau i ymgysylltu â phartneriaid allweddol yng Nghymru ac yn rhyngwladol ar ddatblygu dulliau economi llesiant.

- Roedden ni'n bartner yng 'Ngŵyl Syniadau Economi Llesiant' gyntaf Cymru ym mis Tachwedd 2024. Fel rhan o hyn, gwnaethom gynnal gweithdy 'Iechyd yn yr Economi Llesiant' a archwiliodd fanteision economi llesiant i boblogaeth iach, a rôl y sector iechyd wrth adeiladu economi llesiant.
- Fel rhan o Fenter Economi Llesiant Ewropeaidd Sefydliad Iechyd y Byd, trefnwyd grŵp trafod rhanddeiliaid allweddol gan Sefydliad Iechyd y Byd, Iechyd Cyhoeddus Cymru a Llywodraeth Cymru, a gynhaliwyd yng Nghaerdydd. Croesawodd y grŵp trafod hwn arweinwyr iechyd o Wlad yr Iâ, y Ffindir a'r Alban i ddatblygu atebion ar (i) fuddsoddi mewn atal a chydraddoldeb iechyd, ac (ii) y berthynas rhwng afiechyd ac anweithgarwch economaidd.

Beth nesaf

Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru yn parhau i weithio'n agos gyda Sefydliad Iechyd y Byd, Llywodraeth Cymru a rhanddeiliaid a phartneriaid allweddol ledled Cymru i ddod â dysgu rhyngwladol i mewn, rhannu arferion gorau, defnyddio tystiolaeth, a chael mynediad at bobl ac adnoddau ar draws sectorau a gwledydd i helpu i nodi atebion cynaliadwy. Byddwn yn canolbwyntio ar ddatblygu cefnogaeth ymarferol ac adeiladu capasiti mewn perthynas â defnyddio dulliau economeg iechyd a gwerth cymdeithasol (cyhoeddus), gan eu hymgorffori yn y gwaith o wneud penderfyniadau a blaenoriaethu cyllid ar draws polisïau a sectorau i hwyluso atal cynnar, cymunedau iachach, a chymdeithas decach yng Nghymru a thu hwnt.

Lleihau allyriadau carbon o labordai microbioleg

Cefndir

Mae labordai microbioleg wedi dod i ddibynnu fwyfwy ar eitemau plastig untro oherwydd arferion gwaith sy'n esblygu, argaeledd deunyddiau, a safonau iechyd a diogelwch llym. Cynhyrchodd labordai ymchwil ledled y byd 5.5 miliwn tunnell o wastraff plastig yn ystod 2014. Mae hyn yn swm syfrdanol. Ni chafodd lawer ohono ei ailgylchu oherwydd y risgiau halogi sy'n bodoli.

Aeth y broblem hon yn waeth yn sgil pandemig COVID-19, gan arwain at gynnydd sylweddol yn y defnydd o blastigau untro a chyfarpar diogelu personol, a thrwy hynny gynyddu allyriadau a gwastraff mewn labordai.

Y sefyllfa

Gyda chyllid gan Gronfa Argyfwng Hinsawdd Iechyd a Gofal Cymdeithasol Llywodraeth Cymru, ymunodd Iechyd Cyhoeddus Cymru â phartneriaid allanol, gan gynnwys Revolution-ZERO, Rhaglen Weithredu'r Cynllun Gwastraff ac Adnoddau (WRAP), ac Eunomia, i archwilio'r her ddifrifol hon. Er bod y prosiect Lleihau Allyriadau Carbon o Labordai Microbioleg wedi canolbwyntio'n bennaf ar labordai Iechyd Cyhoeddus Cymru, mae ei ganfyddiadau a'i atebion yn addawol ar gyfer eu rhannu ar draws y sectorau gofal iechyd a gwyddoniaeth.

Gwnaethom

Nododd y Prosiect y 16 deunydd plastig untro uchaf a'r eitemau â'r effaith carbon uchaf a ddefnyddir mewn labordai microbioleg. Nodwyd nifer o gamau gweithredu lle gellid gwneud newidiadau i leihau allyriadau carbon.

Roedd y camau gweithredu hyn yn cynnwys:

- **Sefydlu Grŵp Labordy Cynaliadwy**
- **Mabwysiadu dewisiadau bioddiraddadwy amgen**
- **Lleihau'r defnydd o bapur**
- **Canolbwyntio ar yr eitemau plastig untro sydd â'r effaith carbon uchaf**
- **Ymgysylltu â chyflenwyr posibl o gynhyrchion a gwasanaethau cynaliadwy**

Yn ogystal, nododd asesiadau 'cylch bywyd' a gynhaliwyd fel rhan o'r Prosiect arbedion allyriadau sylweddol posibl o wahanol senarios, gan gynnwys ailgylchu bocsys, a lleihau bagiau a phecynnu samplau.

Beth nesaf

Mae symud i ffwrdd o blastigion untro yn cyflwyno heriau sylweddol. Fodd bynnag, mae'r brwdfrydedd a'r ymrwymiad a ddangoswyd gan staff microbioleg yn ategu ein penderfyniad i barhau i hyrwyddo cynaliadwyedd.

Mae'r Prosiect hwn yn enghraifft ardderchog o ddull rhagweithiol o leihau effaith amgylcheddol a hyrwyddo arferion cynaliadwy wrth gefnogi ein hymrwymiad i gynaliadwyedd amgylcheddol. Mae hefyd yn tynnu sylw at y ffaith y gall camau gweithredu ar raddfa fach liniaru ein holl effaith ar newid hinsawdd. Byddwn yn parhau i ganolbwyntio ar welliannau pellach yn y maes hwn.

5.5

Teg

Mae gwasanaethau teg yn cynnwys darparu cyfle cyfartal i bawb gyrraedd eu potensial llawn ar gyfer bywyd iach na ddylai amrywio o ran ansawdd yn ôl lle mae'r gofal yn cael ei ddarparu, nac yn ôl nodweddion person (fel oedran, rhywedd, cyfeiriadedd rhywiol, hil, dewis iaith, anabledd, crefydd neu gredoau, statws economaidd-gymdeithasol neu ymlyniad gwleidyddol).

Maeth Plant

Optimeiddio rôl bwyd ysgol wrth hyrwyddo maeth a lleihau anghydraddoldebau iechyd

Cefndir

Mae Cymru mewn sefyllfa gref i adeiladu ar y gwaith gwych sydd eisoes ar y gweill i wella bwyd ysgol a'i gyfraniad at iechyd a llesiant plant. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn chwarae rhan hanfodol wrth gefnogi'r gwaith hwn trwy dystiolaeth, gwerthuso a gweithio mewn partneriaeth. Gyda chydweithrediad parhaus ac ymrwymiad ar y cyd, gall bwyd ysgol yng Nghymru fod yn sbardun ar gyfer buddion iechyd, amgylcheddol ac economaidd hirdymor.

Y sefyllfa

Mae cyflwyno prydau ysgol am ddim i bawb mewn ysgolion cynradd, adolygiad Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion, ochr yn ochr ag uchelgeisiau Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, yn gyfle amserol i wireddu potensial llawn bwyd ysgol ar blant a phobl ifanc. Mae hyn yn cynnwys nid yn unig gwella canlyniadau iechyd ond hefyd cefnogi system fwyd fwy cynaliadwy a chyfrannu at economi Cymru drwy gynhyrchu a chyflenwi bwyd a chreu swyddi.

Gwnaethom

Eleni, lansiodd Iechyd Cyhoeddus Cymru ffrwd waith ymroddedig o'r enw 'Gweithio Gyda'n Gilydd dros Amgylchedd Bwyd Ysgol Iachach'. Fel rhan o'r ffrwd waith hon, gwnaethom gryfhau partneriaethau ar draws system fwyd ysgolion, gan feithrin hygrededd ac ymgysylltu â rhanddeiliaid allweddol i ddeall arferion cyfredol yn well, gan amlygu cyfleoedd i wella, a nodi meysydd i'w newid ar lefelau polisi ac arfer.

Beth nesaf

Wrth i Gymru barhau i archwilio potensial llawn bwyd ysgol i gefnogi iechyd a llesiant plant, mae cydweithio ar draws sectorau yn parhau i fod yn hanfodol. Yn y flwyddyn nesaf, bydd ein gwaith yn parhau i:

- Gefnogi Llywodraeth Cymru yn yr adolygiad 'Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Cymru)'
- Helpu pob sefydliad i baratoi ar gyfer eu gweithredu'n effeithiol.
- Adolygu cynnydd i sicrhau bod newidiadau'n cyflawni'r canlyniadau a fwriadwyd

Byddwn hefyd yn adolygu cynnydd i sicrhau bod newidiadau'n cyflawni'r canlyniadau a fwriadwyd. Gan edrych ymlaen, byddwn hefyd yn canolbwyntio ar gefnogi gwelliannau mewn amgylcheddau bwyd ysgolion uwchradd—gan helpu llunwyr polisi i ddeall y camau gweithredu sydd eu hangen i gryfhau maeth a lleihau anghydraddoldebau iechyd i ddysgwyr o bob oed.

Gwella cyfraddau bwydo ar y fron yng Nghymru a lleihau anghydraddoldebau iechyd

Cefndir

Ar hyn o bryd yng Nghymru, mae gormod o blant yn dechrau yn yr ysgol uwchlaw pwysau iach, sy'n dangos nad ydym yn gwneud digon i gefnogi teuluoedd i fodloni argymhellion dietegol cenedlaethol. Mae cyfleoedd i hyrwyddo maeth iachach yn ystod plentyndod cynnar drwy newid safbwyntiau cymdeithas tuag at fwydo ar y fron fel y dull bwydo a ffefrir, gan sicrhau dewisiadau gwybodus a chefnogol i rieni. Yn ogystal, gall cynyddu mynediad at opsiynau fforddiadwy a maethlon ac addysgu rhieni ar fwydo ymatebol feithrin arferion dietegol iachach.

Y sefyllfa

Mae ystadegau bwydo ar y fron cenedlaethol yn dangos bod rhywfaint o gynnydd wedi'i wneud o ran helpu menywod i ddechrau bwydo ar y fron a pharhau i wneud hynny, ond mae anghydraddoldebau'n parhau ar draws rhanbarthau a gwahanol gymunedau. Mae gan Gymru rai o'r cyfraddau bwydo ar y fron isaf yn Ewrop. Yn 2023 dim ond 29% o fabanod Cymru a oedd yn cael unrhyw laeth y fron yn 6 mis oed o'i gymharu â 33% yn Lloegr, 43% yn yr Alban a 71% yn y Ffindir.

Gwnaethom

Eleni, gwnaethom gynnydd wrth weithio ar draws sefydliadau i wella maeth plentyndod cynnar yng Nghymru. Gwnaethom ddatblygu argymhellion yn seiliedig ar dystiolaeth i Lywodraeth Cymru wella maeth yn ystod y 1,000 diwrnod cyntaf o fywyd, wedi'u llywio gan adolygiad o Gynllun Gweithredu Bwydo ar y Fron Cymru Gyfan.

Gwnaethom gyflwyno cynnig ar gyfer bwydo babanod i Fforwm Prif Swyddogion Nyrsio'r DU, gan sicrhau ymrwymiad gan y Pedair Gwlad i fabwysiadu diffiniadau cyson ynghylch bwydo babanod lle bo modd. Mae gwaith wedi dechrau bellach i roi hyn ar waith yng Nghymru. Gwnaethom gynnal ein digwyddiad 'Mannau Disglair' blynyddol i arddangos a dathlu arferion gorau ac arwain cais cydweithredol llwyddiannus, gyda phartneriaid allweddol, i'r Grant Arloesi Tlodi Plant a Chefnogi Cymunedau. Nod y prosiect a ariennir, 'Grymuso Cymunedau', yw gwella cyfraddau bwydo ar y fron mewn ardaloedd difreintiedig yn gymdeithasol.

Beth nesaf

Er bod cynnydd wedi'i wneud, mae gwaith i'w wneud o hyd i wella cyfraddau bwydo ar y fron. Yn y flwyddyn nesaf, byddwn yn parhau i adeiladu ar y gwaith hyd yma gyda ffocws ar gryfhau ein hymdrechion i greu amgylcheddau cefnogol sy'n diogelu ac yn hyrwyddo hawl plant i faeth. Rydym wedi cyflwyno cais am gyllid i Lywodraeth Cymru i fwrw ymlaen â chamau nesaf y Cynllun Bwydo Babanod.

Cynllun gweithredu bioamrywiaeth

Cefndir

Mae tystiolaeth helaeth i ddangos bod cynyddu mynediad at fannau gwyrdd yn cael effaith gadarnhaol ar iechyd a llesiant pawb yn y gymuned. Mae ansawdd ein bywyd a'n bodolaeth yn wir yn dibynnu ar natur. Mae angen rhwydwaith cyfoethog o blanhigion, pryfed ac anifeiliaid arnom i greu amgylchedd iach a all gynnal ein systemau bwyd, cynnal ansawdd ein haer a'n dŵr a'n helpu i addasu i newid hinsawdd trwy ein hamddiffyn rhag llifogydd a dal carbon yn hytrach na'i ryddhau i'r atmosffer. Mae ein hiechyd meddyliol a chorfforol, ein hunaniaeth a'n diwylliant hefyd wedi'u cysylltu'n ddwfn â'r byd naturiol.

Y sefyllfa

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio i wella mynediad at fannau gwyrdd, yn ogystal â hyrwyddo bioamrywiaeth a gwydnwch ecosystemau drwy leihau ein hallyriadau carbon, gwastraff ac effaith ar yr amgylchedd. Yn anffodus, tynnodd 'Adroddiad Sefyllfa Natur Cymru' a gyhoeddwyd yn 2023 sylw at golled a dirywiad eang cynefinoedd ledled Cymru ers 1970, ac mae bywyd gwyllt Cymru yn dirywio gydag un o bob chwe rhywogaeth bellach mewn perygl o ddiflannu.

Gwnaethom

Cyhoeddodd Iechyd Cyhoeddus Cymru ei ail Gynllun Gweithredu Bioamrywiaeth yn 2024 sy'n amlinellu'r gwaith y bydd yn ei wneud fel rhan o'i ddyletswydd o dan Ddeddf yr Amgylchedd, i gynnal a gwella bioamrywiaeth a hyrwyddo gwydnwch ecosystemau. Mae'r cynllun yn dweud nad oes gan bobl yng Nghymru fynediad cyfartal at natur a mannau gwyrdd a bod gan y rhai yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig y mynediad lleiaf.

Mae sawl astudiaeth wedi tynnu sylw at y cysylltiad rhwng mynediad at fannau gwyrdd a chanlyniadau beichiogrwydd ac iechyd gwaeth i bobl o'r ardaloedd mwyaf difreintiedig.

Gall sicrhau bod gan bobl mewn ardaloedd difreintiedig fwy o fynediad at fannau gwyrdd fod yn adnodd sy'n cael ei anwybyddu ar gyfer mynd i'r afael ag annhegwch iechyd, gydag ymchwil yn dangos y gall cynnydd o 10 y cant yn unig o ran dod i gysylltiad â mannau gwyrdd mewn lleoliadau trefol leihau problemau iechyd a gwella llesiant.

Rydym yn falch iawn bod ein Cynllun Gweithredu Bioamrywiaeth wedi cyrraedd rhestr fer Gwobr Cynaliadwyedd y GIG, yng nghategori Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol.

Beth nesaf

Mae'r Cynllun yn nodi ymrwymiad Iechyd Cyhoeddus Cymru i fioamrywiaeth, sef man:

- lle mae'r staff yn teimlo eu bod yn cael eu hysbrydoli i gymryd camau gweithredu i leihau eu heffaith ar yr amgylchedd a hybu bioamrywiaeth, fel unigolion ac fel timau, a lle maent yn teimlo eu bod yn gallu gwneud hynny
- lle ystyrir bod treulio amser ynghanol byd natur yn fuddiol i iechyd a llesiant y staff, a lle ceir cyfleoedd i hynny ddigwydd yn rheolaidd
- lle caiff mynediad i fannau gwyrdd a glas bioamrywiol ei hyrwyddo mewn rhaglenni sy'n canolbwyntio ar fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd
- lle rydym yn rhannu arfer da â'r sector gofal iechyd ehangach yng Nghymru ac yn helpu i gefnogi a chryfhau rhwydweithiau cenedlaethol gan ganolbwyntio ar fioamrywiaeth ac iechyd.

Camau gweithredu ar gyfer 2025-26

- ymgysylltu â staff fel rhan o Wythnos Natur Cymru, trwy sesiwn ar y cyd ar y cysylltiad rhwng yr iaith Gymraeg, tirweddau a natur
- deall y dystiolaeth ar natur ac iechyd yn enwedig mewn perthynas ag iechyd corfforol, anghydraddoldebau iechyd a llesiant meddyliol
- nodi cyfleoedd i amlygu bioamrywiaeth yn ein strategaeth
- gweithio gyda Rhwydwaith Iechyd Cyhoeddus Cymru a phartneriaid eraill i drefnu gweminar yn canolbwyntio ar fioamrywiaeth ac iechyd.

Mynediad at wasanaethau

Archwiliad Hygyrchedd

Cefndir

Mae gan Iechyd Cyhoeddus Cymru gyfrifoldeb o fewn Deddf Cydraddoldeb (2010) i sicrhau bod gan bobl fynediad cyfartal i'n hadeiladau a'n cyfleusterau. Mae'r Ddeddf yn ei gwneud yn ofynnol i ni wneud addasiadau rhesymol fel nad yw pobl yn cael eu heithrio rhag cael mynediad i'n hadeiladau oherwydd anabledd neu unrhyw nodwedd warchodedig arall.

Gwnaethom

Mae gwaith wedi parhau i archwilio cyfleoedd i wella mynediad i safleoedd Iechyd Cyhoeddus Cymru ar draws yr ystâd ymhellach er mwyn eu gwneud yn hygyrch i bawb. Yn 2024-25, gwnaethom:

- datblygu cynnig ar gyfer adleoli clinig Sgrinio Llygaid Diabetig yn y dyfodol i safle newydd sy'n rhoi cyfle i ddarparu cyfleusterau gwasanaeth gwell a hygyrchedd gwell i ddefnyddwyr gwasanaethau.
- mynd i'r afael â heriau o ran mynediad at barcio ceir i ddefnyddwyr gwasanaethau, gan gynnwys y rhai sydd angen parcio hygyrch mewn canolfan sgrinio'r fron yng Ngogledd Cymru, drwy osod system rheoli mynediad parcio
- dechrau gwaith adborth defnyddwyr gwasanaeth i archwilio cyfleoedd i wella parcio hygyrch presennol mewn canolfan sgrinio'r fron yn Ne Cymru
- sicrhau cyllid gan Lywodraeth Cymru ar gyfer gwelliannau i ganolfan sgrinio'r fron yn Ne Cymru; roedd rhan o'r gwaith yn cynnwys trefniadau mynediad gwell yn y brif fynedfa i ddefnyddwyr gwasanaethau, gan gynnwys trefniadau awtomeiddio drysau newydd ac ailgyflunio ei ddyluniad.

Y sefyllfa

Mae rhai o'n cyfleusterau'n hen ac nid ydynt yn hygyrch iawn o ran parcio, llwybrau cerdded, drysau trwm ac amgylcheddau swyddfa a chlinigol. Rydym wedi cynnal archwiliad hygyrchedd o ystâd Iechyd Cyhoeddus yn flaenorol i flaenoriaethu meysydd y mae angen i ni fuddsoddi ynddynt, eu hailgynllunio a'u gwella, ac wedi bwrw ymlaen â rhai o'r argymhellion hyn yn ystod 2024-25.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i weithio trwy'r newidiadau i'n safleoedd i'w gwneud yn fwy hygyrch i bawb, gan gynnwys blaenoriaethu rhai o'r heriau mwy fel ailosod llwybrau troed ar gyfer ein pobl sy'n defnyddio cadair olwyn, a newidiadau i barcio ceir hygyrch. Bydd canfyddiadau'r archwiliadau hygyrchedd a gwblhawyd hyd yma hefyd yn helpu i lywio'r gwaith o gynllunio datblygiadau adeiladu a threfniadau prydlesu yn y dyfodol.

Byddwn hefyd yn edrych ar sut y gall pobl gael mynediad i'n gwasanaethau os na allant yrru, gan gynnwys pryd y gall fod angen iddynt gael mynediad i wasanaethau cludo cleifion.

Ymgysylltu â'n Poblogaeth

Ein Dull o Ymgysylltu

Cefndir

Mae ymgysylltu â'n poblogaeth a chael barn ein defnyddwyr gwasanaethau yn hanfodol er mwyn:

- **asesu ansawdd ac effaith ein gwasanaethau**
- **newid pethau pan fyddant yn mynd o chwith**
- **llunio gwasanaethau iechyd cyhoeddus rhagorol yn seiliedig ar yr hyn sy'n bwysig i bobl.**

Y sefyllfa

Gwnaethom adolygu ein strategaeth ar gyfer ymgysylltu eleni i ddeall ei heffaith ac i sicrhau ein bod ni'n gwneud newidiadau lle mae angen ailffocysu, gan barhau i adeiladu ar yr hyn sydd wedi gweithio'n dda, wrth symud ymlaen.

Gwnaethom

Gweithredu arolygon ôl-brofiad neu arolygon llwybr ar gyfer pob rhaglen Sgrinio Iechyd Cyhoeddus Cymru. Yn Sgrinio'r Fron Cymru, Rhaglen Sgrinio Anewrysm Aortig yn yr Abdomen Cymru, Sgrinio Llygaid Diabetig Cymru ac, i ryw raddau Sgrinio'r Coluddion Cymru, mae gwaith pellach wedi'i wneud i gefnogi ymgysylltiad mwy cadarn, mae hyn yn cynnwys:

- adran 'gofyn am adborth' ym mhob llythyr canlyniad sgrinio. Mae'r arolygon adborth hefyd ar gael ar wefan y rhaglen berthnasol ar dudalen adborth ar wahân.
- Mae Rhaglenni Sgrinio wedi datblygu posteri, taflenni a chardiau busnes, a fydd yn cael eu dosbarthu o bryd i'w gilydd i annog adborth a phrofiadau.
- cefnogi'r gwaith o gasglu adborth a phrofiad ymhellach, mae tabledi digidol wedi'u dosbarthu i Raglenni Sgrinio gyda'r offeryn arolwg profiad y claf wedi'i lwytho ymlaen llaw. Dylai hyn ein galluogi i gasglu adborth mewn ardaloedd lle mae cysylltiad rhyngrwyd yn wael a lle mae gwasanaethau sgrinio yn cael eu darparu mewn lleoliadau cymunedol
- Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru hefyd yn treialu'r dull adborth testun SMS gyda Sgrinio Llygaid Diabetig Cymru gyda chynlluniau i'w gyflwyno i Raglenni Sgrinio eraill. Dechreuodd y cynllun peilot ym mis Chwefror 2025 ac mae eisoes wedi denu dros 300 o ymatebion adborth ar draws wyth clinig yn unig.

Beth nesaf

Cyhoeddir Fframwaith Profiad Pobl Llywodraeth Cymru yn 2025-26, ac rydym wedi dechrau gweithio ar yr hunanasesiad sefydliadol, gyda chynlluniau i rannu canfyddiadau cynnar erbyn diwedd haf 2025. Nod y dull hwn yw cefnogi diwylliant o gydweithio, gan arwain at ddatblygu a gweithredu cynllun gweithredu cynhwysfawr.

Rydym hefyd yn bwriadu cyflwyno ceisiadau adborth ar destun SMS fesul cam mewn gwasanaethau Sgrinio trwy 2025 a 2026. Byddai hyn yn golygu y byddai pob person sy'n mynd i apwyntiad yn cael y cyfle i adael adborth o fewn 72 awr i fynd i'w hapwyntiad. Mae adborth yn hanfodol i ni er mwyn gwella ein gwasanaethau'n barhaus.

Gwella Mynediad i Sgrinio ar gyfer Cymunedau Amrywiol

Cefndir

Yn Iechyd Cyhoeddus Cymru, rydym yn sgrinio am gyflyrau fel canser y coluddyn, canser y fron a chanser ceg y groth, a chlyw babanod newydd-anedig i nodi pobl a allai fod mewn mwy o berygl o ddatblygu clefyd neu gyflwr.

Y sefyllfa

Mae'n bwysig bod pobl o bob cymuned ledled Cymru yn mynd i'r apwyntiadau sgrinio hyn. Fodd bynnag, nid yw rhai grwpiau o bobl bob amser yn mynd i'w hapwyntiad. Mae hyn yn aml yn cynnwys pobl o leiafrifoedd ethnig, ac roedd angen i ni ddeall pam.

Yn adroddiad y llynedd, gwnaethom sôn wrthych chi am ein Prosiect Sgrinio Lleiafrifoedd Ethnig a oedd yn gweithio gyda chymunedau lleiafrifoedd ethnig ledled Cymru i helpu i ddeall pam nad oedd pobl yn mynd i'w hapwyntiadau sgrinio. Rydym wedi parhau â'r gwaith hwn dros y 12 mis diwethaf, gan ganolbwyntio ar y themâu allweddol a ganfuom; diwylliant, iaith, ymwybyddiaeth o wasanaethau sgrinio a'u pwysigrwydd, gwybodaeth sydd ar gael a phrofiadau sgrinio blaenorol i gefnogi gwelliannau.

Gwnaethom

Drwy gydol 2024-25 gwnaeth y tîm:

- cydweithio â sefydliadau lleiafrifoedd ethnig a grwpiau cymunedol i ddatblygu Canllaw 'Gweithio Gyda'n Gilydd'. Mae'r adnodd hwn yn darparu canllawiau ymarferol i sefydliadau sy'n cefnogi pobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig wrth iddynt gael mynediad at wasanaethau sgrinio. Lansiwyd y Canllaw ym mis Gorffennaf 2024, ac mae adborth cadarnhaol wedi dod i law gan bartneriaid cymunedol.
- parhau i weithio gyda sefydliadau cymunedol lleiafrifoedd ethnig i annog Gweithwyr Iechyd Cymunedol a Hyrwyddwyr i fynychu hyfforddiant Ymwybyddiaeth Sgrinio Iechyd Cyhoeddus Cymru
- a pharhaodd Ymarferwyr Ymgysylltu â Sgrinio i gyfarfod â gwahanol sefydliadau a grwpiau cymunedol gan gynnwys cynrychiolwyr lleiafrifoedd ethnig i barhau i feithrin perthnasoedd dibynadwy, codi ymwybyddiaeth o adnoddau cefnogol a'u hannog i fanteisio ar gyfleoedd ymgysylltu sydd ar gael mewn sgrinio.
- canolbwyntio ar ddatblygu dealltwriaeth wrth esbonio'r llwybr sgrinio i bobl sy'n dod trwy'r gwasanaeth. Gweithiodd y tîm gyda rhaglen sgrinio'r fron a chyflenwyr allanol i ddatblygu fideo. Mae'r fideo yn adlewyrchu amrywiaeth yng Nghymru ac yn cynnwys pobl o gymunedau lleiafrifoedd ethnig.

Beth nesaf

Mae gwerthusiad o'r adnodd sgrinio 'Gweithio Gyda'n Gilydd' ar gyfer cymunedau lleiafrifoedd ethnig ar y gweill ar hyn o bryd. Anfonwyd arolwg at bartneriaid cymunedol i gael adborth ar yr adnodd a sut mae wedi cael ei ddefnyddio i gefnogi'r gymuned. Bydd y canfyddiadau a'r dysgu o'r gwerthusiad a'r adborth yn llywio sut y gallwn barhau i gefnogi a gwella mynediad at sgrinio ar gyfer cymunedau lleiafrifoedd ethnig ledled Cymru.

Datblygu a Gweithredu Canllaw Arferion Gorau Anghydraddoldebau Diogelu Iechyd

Cefndir

Mae gwasanaethau diogelu iechyd yn amddiffyn pobl rhag bygythiadau fel clefydau heintus, peryglon amgylcheddol a digwyddiadau mawr. Yn aml, mae'r risgiau hyn yn effeithio'n anghymesur ar gymunedau difreintiedig, gyda ffactorau fel tai gwael neu waith peryglus yn gwaethygu eu heffaith. Mae mynd i'r afael â'r anghydraddoldebau hyn fel rhan o'n hymateb gwasanaeth yn hanfodol i sicrhau trefniadau diogelu iechyd teg ac effeithiol.

Y sefyllfa

Sefydlwyd y Rhaglen Anghydraddoldebau Diogelu Iechyd (HPIP) i sicrhau bod gwasanaethau Diogelu Iechyd a Pharodrwydd, Gwydnwch ac Ymateb Brys (EPRR) yn nodi anghydraddoldebau ac yn mynd ati i'w lleihau. Nod y Rhaglen yw gwella trefniadau cydgysylltu ar draws gwahanol feysydd diogelu iechyd, gan sicrhau bod yr agenda hon yn parhau i fod yn destun ffocws clir, mynd i'r afael â bylchau, a hyrwyddo rhannu arferion da. Mae'r Rhaglen hefyd yn gweithio i fynd i'r afael â heriau a rennir a chynyddu effaith gyffredinol ein gweithgareddau yn y maes hwn. Dan arweiniad uwch arweinwyr diogelu iechyd, mae HPIP yn anelu at wreiddio'r egwyddorion hyn ymhellach ar draws ymarfer diogelu iechyd ac ymateb i hynny bob dydd.

Gwnaethom

Gweithiodd HPIP gyda thimau perthnasol i ddatblygu cynlluniau gwaith penodol, gan ddod â'r rhain at ei gilydd a monitro eu gweithrediad. Er mwyn cynorthwyo timau i gyflawni hyn, crëwyd Canllaw Arferion Gorau yn 2024-25 i helpu timau i gydnabod ac ymdrin ag anghydraddoldebau. Roedd cyflwyno'r Canllaw hwn yn cynnwys lansiad rhithwir trwy ddosbarthu i dimau perthnasol ac ategwyd hyn gan sesiwn hyfforddi hanner diwrnod. Cymerodd dros 100 o gydweithwyr o Diogelu Iechyd, EPRR a swyddogaethau partneriaid ran yn y sesiwn hyfforddi ryngweithiol hon. Roedd yr adborth yn gadarnhaol iawn, ac mae'r cynnwys wedi bod yn rhan o'r hyfforddiant ymsefydlu i bob dechreuwr Diogelu Iechyd newydd ers mis Ebrill 2025.

Beth nesaf

- Mae'r Canllaw Arferion Gorau a gwybodaeth am ddull rhaglen HPIP wedi'u rhannu â Chyfarwyddwyr Iechyd Cyhoeddus ym myrddau iechyd Cymru, Llywodraeth Cymru a Chymdeithas Ryngwladol Sefydliadau Iechyd Cyhoeddus Cenedlaethol (IANPHI), sydd ar y cyd yn adeiladu capasiti a gallu ym maes iechyd cyhoeddus ledled y byd.
- Rydym bellach yn gweithio'n lleol ac yn rhyngwladol ar sut y gallwn rannu'r hyn a ddysgwyd o'n Rhaglen a dull ein Rhaglen, gan ymgorffori arferion gorau rhyngwladol yn ein gwaith. Bydd hyn yn ffurfio'r sylfaen ar gyfer cylch parhaus o welliant, gan sicrhau bod gwasanaethau diogelu iechyd yng Nghymru yn parhau i fod yn deg, yn wydn, ac yn ymatebol i heriau sy'n esblygu.
- Bydd y camau nesaf yn cynnwys asesu effaith y Canllaw Arferion Gorau a'r rhaglen ehangach a gwreiddio'r hyn a ddysgwyd wrth gynllunio a darparu gwasanaethau yn y dyfodol.
- Er mwyn cefnogi ymhellach hygyrchedd mewnol y wybodaeth sy'n gysylltiedig ag anghydraddoldebau diogelu iechyd, mae tudalen HPIP bwrpasol yn cael ei hystyried a fydd yn sicrhau bod gan staff fynediad cyflym a chanolog at adnoddau cywir a chyfoes. Mae hefyd yn cefnogi ymgysylltiad, dysgu a chyd-fynd parhaus â blaenoriaethau sefydliadol drwy wneud gwybodaeth allweddol yn hawdd ei chyrraedd.

5.6

Canolbwyntio ar y Person

Mae gofal sy’n canolbwyntio ar y person yn ymwneud â chanolbwyntio ar yr unigolyn, gan sicrhau bod dewisiadau, anghenion a gwerthoedd pobl yn llywio’r penderfyniadau a wnawn, a darparu gofal sy’n barchus. Fel sefydliad iechyd cyhoeddus, mae hyn yn golygu canolbwyntio ar anghenion yr unigolyn a’n poblogaeth.

Canllawiau Iechyd

Darparu gwybodaeth i rieni newydd

Cefndir

Mae'r GIG yn ffynhonnell ddibynadwy o wybodaeth i deuluoedd, ac mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gyfrifol am baratoi canllawiau a gwybodaeth iechyd i rieni ar ran y GIG yng Nghymru. Dechreuodd rhaglen waith yn 2018 i adolygu ac adnewyddu'r wybodaeth a ddarparwn a datblygu'r adnodd "Pob Plentyn" newydd i rieni newydd yn ystod beichiogrwydd a hyd at ben-blwydd eu plentyn yn 7 oed.

Y sefyllfa

Gwnaethom weithio gyda rhieni a gweithwyr proffesiynol i adolygu ac adnewyddu gwybodaeth iechyd y GIG i rieni yng Nghymru. Yn 2023-24 gwnaethom gyhoeddi'r ddau adnodd cyntaf yn y gyfres Pob Plentyn, llyfryn un 'Eich Beichiogrwydd a'r Enedigaeth' a llyfryn dau 'Newydd-anedig hyd at 2 oed'. Mae'r llyfrynnau hyn bellach ar gael yn y Gymraeg a'r Saesneg i bawb sy'n rhieni am y tro cyntaf yng Nghymru gan eu bydwraig a'u hymwelydd iechyd.

Gwnaethom

Yn ystod 2024-25 cyhoeddwyd y llyfrynnau olaf yn y gyfres Pob Plentyn sef '2 oed hyd at ddechrau yn yr ysgol' ac '4 i 7 oed', a sicrhau eu bod ar gael yn ddigidol i deuluoedd a gweithwyr proffesiynol yng Nghymru. Gwnaethom hefyd adolygu ac adnewyddu'r adnoddau Pob Plentyn presennol: 'Eich Beichiogrwydd a'r Enedigaeth a 'Newydd-anedig hyd at 2 Oed'.

Beth nesaf

Bydd gwerthusiad parhaus o Raglen Gwybodaeth Iechyd Pob Plentyn i Rieni yn cynnwys ymgysylltiad rhieni i asesu effaith adnoddau presennol ac arwain gwelliannau yn y dyfodol. Byddwn yn parhau i ddatblygu gwybodaeth iechyd ddigidol o ansawdd uchel sy'n hygyrch, yn ddeniadol, ac yn effeithiol o ran cynyddu gwybodaeth a sgiliau, gan ddiwallu anghenion teuluoedd a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yng Nghymru.

Cefnogi Pobl i Fyw Bywydau Iachach – Annibyniaeth, Dewis a Rheolaeth

Imiwneiddio yn mynd i'r afael ag anghydraddoldeb iechyd – dealltwriaeth y cyhoedd o frechlynnau

Cefndir

Cyhoeddwyd Fframwaith Imiwneiddio Cenedlaethol (NIF) Cymru ym mis Hydref 2022. Mae'r Fframwaith yn gosod y blaenoriaethau eang ar gyfer gwasanaethau brechu ledled Cymru ac yn gosod gweledigaeth ar gyfer dyfodol imiwneiddio yng Nghymru, gan anelu at sicrhau bod nifer uchel o bobl yn defnyddio brechlynnau effeithiol a chynaliadwy, ar yr amser iawn, er mwyn lleihau marwolaethau ac afiachedd.

Ymhlith y chwe blaenoriaeth a amlinellir yn y Fframwaith Imiwneiddio Cenedlaethol mae'r nod o sicrhau y gall pawb yng Nghymru adnabod pwysigrwydd brechu a chael mynediad a chyfle teg i fanteisio ar gynigion brechu.

Y sefyllfa

Diffinnir llythrennedd iechyd fel gallu a lefel cymhelliant unigolyn i gael mynediad at, deall, cyfathrebu a gwerthuso geiriau ysgrifenedig a gwybodaeth rifiadol er mwyn hybu, rheoli a gwella eu statws iechyd drwy gydol eu hoes. Mae hyn yn ymgorffori sgiliau iaith, llythrennedd a rhifedd a ddefnyddir mewn lleoliadau iechyd ac ar gyfer rheoli iechyd, yn ogystal â'r gallu i gyrchu, deall, gwerthuso, defnyddio a llywio gwybodaeth a gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol.

Mae llythrennedd iechyd unigolyn yn dibynnu ar ei allu eu hunan ac ar ymdrechion systemau iechyd a gofal cymdeithasol i wneud eu gwasanaethau a'u gwybodaeth yn glir ac yn hygyrch i bawb. Diffinnir llythrennedd brechu fel llythrennedd iechyd sy'n ymwneud yn benodol â brechiadau, imiwneiddio a chlefydau y gellir eu hatal â brechlyn a'r gwasanaethau sy'n gysylltiedig â nhw.

Canfu astudiaethau a gynhaliwyd yng Nghymru fod cyfran sylweddol o'r boblogaeth yng Nghymru yn profi lefelau llythrennedd iechyd gwael neu broblemus. Mae gwella llythrennedd iechyd ar gyfer brechiadau yn hanfodol er mwyn sicrhau y gall pobl wneud dewis gwirioneddol wybodus a'u bod yn gallu cael mynediad at wasanaethau brechu.

Gwnaethom

Mewn partneriaeth â rhanddeiliaid allweddol, gwnaethom arwain y gwaith o ddatblygu a chyhoeddi Strategaeth Llythrennedd Brechu i Gymru. Mae'r strategaeth yn canolbwyntio ar gyflawni lefel uchel o lythrennedd brechu ymhlith y cyhoedd, ond hefyd ar ddatblygu cefnogaeth o fewn cymunedau lleol i wella lefelau brechu yn lleol.

Fel rhan o'r Strategaeth hon, gwnaethom ddatblygu safonau ar gyfer ansawdd y wybodaeth gyhoeddus a ryddhawn, er mwyn cynyddu gwybodaeth pobl am frechlynnau, ac rydym hefyd wedi cryfhau capasiti a gallu ein tîm ymgysylltu â'r cyhoedd.

Beth nesaf

Byddwn yn archwilio gwybodaeth gyhoeddus a gynhyrchir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn erbyn y safonau hyn a byddwn yn datblygu cynllun gwella yn seiliedig ar y canfyddiadau.

Byddwn yn peilota offer addysgol ar gyfer ysgolion i helpu i wella llythrennedd brechu mewn plant a phobl ifanc

Byddwn yn archwilio modiwlau addysgol a hyfforddi i gefnogi llythrennedd brechu gwell mewn gweithwyr iechyd a gofal cymdeithasol.

Diogelu a Hybu Llesiant Meddyliol

Diogelu a Hybu Llesiant Meddyliol

Cefndir

Mae llesiant meddyliol yn ymwneud â sut rydym yn meddwl, yn teimlo ac yn ymdopi â bywyd ar adeg benodol. Gallwn ddweud bod gennym lesiant meddyliol da pan fyddwn yn “teimlo’n dda ac yn gweithredu’n dda”, sut bynnag y mae hynny’n edrych i ni fel unigolion. Mae’n cael ei ddylanwadu gan brofiadau trwy gydol ein bywydau, gan gynnwys y rhai o blentyndod cynnar, yn ogystal â’n perthnasoedd â theulu, ffrindiau, a phartneriaid. Mae hefyd yn cael ei ddylanwadu gan y cymunedau ehangach yr ydym yn rhan ohonynt, cyfleoedd i ddylanwadu ar bethau sy’n digwydd yn ein bywydau ein hunain, a chael ein hanghenion sylfaenol wedi’u diwallu.

Mae llesiant meddyliol da yn rhan hanfodol o’n hiechyd da yn gyffredinol. Pan fyddwn yn teimlo’n dda ac yn gweithredu’n dda, rydym yn fwy tebygol o ofalu am ein hiechyd corfforol. Rydym hefyd yn llai tebygol o gymryd rhan mewn ymddygiad sy’n niweidio iechyd fel yfed gormod o alcohol neu ysmygu.

Y sefyllfa

Dangosodd canfyddiadau o Arolwg Cenedlaethol Cymru (2022-23) fod llesiant meddyliol wedi dirywio dros y blynyddoedd diwethaf, o sgôr gyfartalog o 51 i oedolion yn 2018-19 i lawr i 48 yn 2022-23 (fel y’i mesurwyd gan Raddfa Llesiant Meddyliol Warwick Edinburgh).

Mae tystiolaeth yn dangos bod gwneud amser i wneud pethau fel bod yn greadigol, treulio amser yn cysylltu â natur, bod yn gorfforol egnïol a chysylltu â ffrindiau y gellir ymddiried ynddynt yn amddiffyn ac yn gwella ein llesiant meddyliol.

Gwnaethom

Agorodd Iechyd Cyhoeddus, ochr yn ochr â phartneriaid strategol cenedlaethol, sgwrs genedlaethol ar lesiant meddyliol. Partneriaid strategol Iechyd Cyhoeddus Cymru ar y rhaglenni yw **Hapus** Chwaraeon Cymru, Cadw, Cyngor Celfyddydau Cymru, Amgueddfa Cymru, Ymddiriedolaeth Genedlaethol Cymru, Tempo, y Sefydliad Iechyd Meddwl, Cyngor Gweithredu Gwirfoddol Cymru a Chydffederasiwn GIG Cymru.

Nod y rhaglen Hapus newydd yw ysbrydoli pobl yng Nghymru i gymryd rhan mewn gweithgareddau sy'n amddiffyn ac yn gwella llesiant meddyliol ac mae wedi'i chynllunio i gynyddu gwybodaeth poblogaeth Cymru am yr hyn y gallant ei wneud i amddiffyn neu wella eu llesiant meddyliol eu hunain. Mae Hapus hefyd yn darparu gwybodaeth ac adnoddau i helpu pobl i gymryd camau i wella eu llesiant meddyliol ac yn annog pobl i rannu'r hyn sy'n bwysig i'w llesiant meddyliol.

Cefnogir y sgwrs genedlaethol gan wefan Hapus bwrpasol (a lansiwyd ym mis Gorffennaf 2024) a gweithgaredd ar y cyfryngau cymdeithasol. Mae ymgysylltu â'r wefan a gweithgarwch ar y cyfryngau cymdeithasol yn perfformio'n dda o'i gymharu â safleoedd ac ymgyrchoedd gwella iechyd eraill.

Mae Hapus yn helpu i hyrwyddo'r sgwrs genedlaethol a'r ymgysylltiad â gweithgareddau sy'n hybu llesiant trwy rannu cynnwys ar y cyfryngau cymdeithasol a chyfrannu canllawiau, straeon ac enghreifftiau ymarferol o sut y gall unigolion a chymunedau wella llesiant meddyliol ac elwa o ymgysylltu â gweithgareddau cymunedol.

Mae gweithgareddau penodol gan bartneriaid yn cynnwys:

Cynhaliodd **Amgueddfa Cymru - Museum Wales** ŵyl 'Caru eich lles meddwl' i nodi Dydd Santes Dwynwen ar Ionawr 25 2025 ac maent bellach yn bwriadu cynnal gwyliau llesiant blynyddol yn dilyn llwyddiant y digwyddiad ar safleoedd amrywiol.

Cadw – mae cydweithio ar y gweill ag Iechyd Cyhoeddus Cymru i ddatblygu ffilm fer sy'n hyrwyddo buddion llesiant ymgysylltu â threftadaeth, gan adlewyrchu lleisiau'r cyhoedd, y byd academaidd, partneriaid iechyd a'r sector treftadaeth. Nod y ffilm yw cynyddu gwybodaeth ac ymwybyddiaeth ymhlith gweithwyr gofal iechyd a gweithwyr proffesiynol a'r cyhoedd.

Tempo – casglwyd a hyrwyddwyd straeon y rhai sy'n elwa o wirfoddoli trwy'r cyfryngau cymdeithasol a gwefan Hapus, gan gynnwys erthygl **"Wynebau amrywiol gwirfoddoli"** sy'n anelu at dynnu sylw at yr amrywiaeth eang o bobl sy'n gwirfoddoli ac ysgogi eraill i wirfoddoli yn eu cymunedau.

Ymddiriedolaeth Genedlaethol Cymru – mae deunyddiau hyrwyddo ar gyfer y Dôl Ofalgar yn Erddig wedi'u datblygu a byddant yn cael eu rhannu drwy gydol yr haf. Bydd digwyddiad dan arweiniad yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn Haf 2026 yn dod â phobl ynghyd i ddathlu creu'r safle a'r cyfleoedd y mae'n eu cynnig i gynyddu llesiant a chysylltiad â natur i drigolion ac ymwelwyr.residents and visitors.

Y Sefydliad Iechyd Meddwl (MHF) – cyfieithwyd canllawiau ychwanegol gan MHF i'r Gymraeg a'u rhoi ar wefan Hapus. Mae'r rhain yn cynnwys adnoddau y Sefydliad Iechyd Meddwl sy'n cael eu lawrlwytho'n aml ar **hunan-niweidio** ac **iechyd meddwl yn y gweithle**. Hefyd, darparodd y Sefydliad Iechyd Meddwl fersiynau wedi'u diweddaru o *Sut i reoli straen* (Rhagfyr 2024), *Ein hawgrymiadau iechyd meddwl gorau* (Chwefror 2025) a *Sut i reoli ofn a phryder* (Mawrth 2025).

Cynhaliwyd gwerthusiad, yn canolbwyntio ar y partneriaethau, yn ystod 2024 a nododd fod y bartneriaeth yn symud i'r cyfeiriad cywir a bod angen am gamau cydweithredol pellach.

Canfu'r gwerthusiad:

- mae'r rhan fwyaf o bartneriaid yn teimlo bod gan eu sefydliad well dealltwriaeth o beth yw llesiant meddyliol a gweithgareddau sy'n hybu llesiant ers ymuno â'r bartneriaeth
- mae'r bartneriaeth wedi hwyluso cysylltiadau a pherthnasoedd newydd rhwng sefydliadau partner nad oeddent yn bodoli cyn Hapus
- Iechyd Cyhoeddus Cymru yw'r chwaraewr allweddol o fewn y system sy'n hwyluso'r gwaith o ddosbarthu gwybodaeth i sefydliadau eraill, gan ddangos rôl hanfodol Iechyd Cyhoeddus Cymru wrth arwain y bartneriaeth.
- yn unigol, mae'r rhan fwyaf o bartneriaid wedi cymryd camau ychwanegol i hybu llesiant meddyliol a/neu leihau rhwystrau i'w gwasanaethau.

Yn dilyn argymhellion o'r gwerthusiad, gwahoddwyd sefydliadau ychwanegol i ymuno â'r Bartneriaeth ac mae ymgysylltu â phartneriaid eraill a wahoddwyd yn ddiweddar bellach ar y gweill.

Cyhoeddodd Hapus adnodd ymarferol newydd **'Llesiant ar Waith'** wedi'i anelu at ein cefnogwyr a'r rhai sy'n datblygu ac yn cyflwyno gweithgareddau cymunedol. Mae'n rhoi awgrymiadau ar sut i hybu buddion llesiant wrth ddylunio a datblygu gweithgareddau cymunedol.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i dyfu ein rhwydwaith Cefnogwyr Hapus a chefnogi aelodau i ddathlu arferion da a chryfhau eu cyfraniadau at ddiogelu a hybu llesiant unigol a chymunedol yng Nghymru.

Yn dilyn digwyddiad Cefnogwyr Hapus yn 2024-25, rhoddodd Iechyd Cyhoeddus Cymru gefnogaeth i Celfyddydau Cenedlaethol Ieuenctid Cymru i gyflwyno cais llwyddiannus i Gronfa Tlodi Plant Llywodraeth Cymru yn ddiweddar. Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cefnogi Celfyddydau Cenedlaethol Ieuenctid Cymru i integreiddio proses Asesiad o'r Effaith ar Iechyd wrth gynllunio a chyflwyno gweithgareddau sydd â'r nod o gynyddu mynediad at y celfyddydau mewn cymunedau llai cefnog yn Ne Cymru.

Mae'r tîm hefyd yn gweithio gydag un arall o'n cefnogwyr, sef Elusen Aloud, i ddatblygu cais am gyllid Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ymchwil Iechyd i werthuso effaith eu menter Only Boys Aloud ar lesiant meddyliol a chymdeithasol bechgyn yn eu harddegau. Mae cydweithwyr o Gyfarwyddiaeth Ymchwil, Digidol a Data (RDD) Iechyd Cyhoeddus Cymru ac academyddion blaenllaw sydd ag arbenigedd yn y celfyddydau a chanu ar gyfer iechyd meddwl a llesiant yn cefnogi datblygiad y cais hwn.

Bydd Hapus a phartneriaid yn cyfarfod i fyfyrio ar ganfyddiadau adroddiad Gwerthuso'r Bartneriaeth Strategol a llunio ei blaenoriaethau a'i ffyrdd o weithio yn y dyfodol ac i nodi cyfleoedd i gefnogi uchelgeisiau ehangach.

Cryfhau cysylltiadau cymunedol i wella iechyd a llesiant yng Nghymru

Cefndir

Mae cysylltiadau cymdeithasol yn chwarae rhan hanfodol yn ein hiechyd a'n llesiant a gallant fod yn ffactor sy'n cyfrannu at brofiad rhai pobl o ganlyniadau iechyd gwaeth nag eraill.

Y sefyllfa

Mae pobl yn byw'n hirach ac yn cael llai o blant nag mewn cenedlaethau blaenorol. Mae maint teulu cyfartalog y DU wedi bod yn lleihau'n gyson – o 1.91 o blant fesul menyw yn 2010 i 1.49 yn 2022, gyda rhagamcaniadau yn awgrymu y gallem hefyd weld mwy o aelwydydd aml-genhedlaeth ac un person.

Er y gallai byw gydag aml-genhedlaeth gyfrannu at fanteision fel mwy o sicrwydd ariannol a mwy o adnoddau ar gyfer gofal plant a'r henoed, mae risg y gallai teuluoedd mwy difreintiedig gael eu gorfodi i sefyllfaoedd lle mae cartrefi'n orlawn ac o dan straen. Gallai aelwydydd un person brofi mwy o ynysu, o gymharu.

Rhaid inni amddiffyn a hybu cysylltiadau cymdeithasol cryfach mewn byd sy'n newid yn gyflym er mwyn gwella iechyd a llesiant pawb yng Nghymru.

Darllenwch yr adroddiad 'Gadael Neb ar Ôl' yma

Gwnaethom

Roedd **'Gadael neb ar ôl'**, adroddiad a gyhoeddwyd ym mis Gorffennaf 2024 gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn archwilio rhai o effeithiau posibl tueddiadau'r dyfodol ar ein cysylltedd cymdeithasol a'n rhwydweithiau cymunedol. Roedd yr adroddiad yn ystyried tueddiadau fel ein poblogaeth sy'n heneiddio, cyfansoddiad teuluoedd sy'n newid, ehangu cymunedau ar-lein, a dyfodol gwaith, er mwyn asesu sut y gallai'r rhain effeithio ar ein hiechyd a'n llesiant.

Cyflwynwyd gweminar mewn partneriaeth â chydweithwyr o Ganolfan Grŵp Pobl The Hive yng Nghasnewydd ac Arweinydd Heneiddio'n Dda yn Swyddfa Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru. Cyflwynwyd gweithdy ar ddyfodol cysylltiad cymdeithasol hefyd yng Nghynhadledd Flynyddol Grŵp Ymgynghorol Cyfranogiad Tenantiaid Cymru.

Beth nesaf

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn datblygu adroddiad newydd ar unigrwydd, ynysigrwydd cymdeithasol a chysylltiad cymdeithasol yng Nghymru, gyda'r bwriad o'i gyhoeddi yn ddiweddarach yn 2025. Bydd yr Adroddiad yn tynnu ar ymchwil ac adroddiadau presennol o Gymru, data diweddar a gasglwyd drwy Banel Iechyd Cyhoeddus Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus Cymru, a dysgu o waith Sefydliad Iechyd y Byd. Bydd yn cyflwyno gwybodaeth am gyffredinrwydd unigrwydd, ynysigrwydd cymdeithasol a chysylltiad cymdeithasol yng Nghymru, ffactorau risg, effeithiau ar iechyd, tystiolaeth ar atebion ac astudiaethau achos o weithredu yng Nghymru.

Ymateb i Anghenion Pobl

Cwynion a phryderon

Rheoliadau Gweithio i Wella yw'r broses ar gyfer codi pryderon yn GIG Cymru. Mae'r Rheoliadau'n cefnogi pobl i godi pryderon ynghylch eu profiad gofal, ac yn ymrwymo sefydliadau i ymchwilio, rhannu a dysgu o'r rhoddion y mae adborth yn eu cynnig inni er mwyn gwella.

Yn 2024-25 cawsom 121 o gwynion, ac o'r rhain roedd 42 yn gwynion ffurfiol ac roedd 80 yn gwynion anffurfiol. Mae'n ofynnol i gyrff cyhoeddus ymchwilio i gwynion ffurfiol a darparu ymateb sefydliadol o fewn 30 diwrnod gwaith. Gyda chwyn anffurfiol, yn gyffredinol gallwn ddatrys y gŵyn yn lleol ar lefel gwasanaeth a'n nod yw gwneud hyn yn gyflym.

Rydym yn adolygu unrhyw themâu a thueddiadau o'n cwynion yn gyson, ac maent yn ymwneud yn bennaf â:

- materion cyfathrebu
- mynediad at ein gwasanaethau
- trefnu apwyntiadau neu faterion sy'n ymwneud ag apwyntiadau.

Beth nesaf

Y flwyddyn nesaf, byddwn yn gweithio i gefnogi ein gwasanaethau sgrinio ymhellach i adolygu a gwella eu prosesau'n barhaus yn seiliedig ar brofiad Defnyddwyr Gwasanaethau, gan ganolbwyntio ar fynediad teg, cyfleusterau a gofal cwsmeriaid.

5.7

Arweinyddiaeth

Datblygu a chefnogi ein harweinwyr

Cefndir

Rydym wedi ymrwymo i ddatblygu ein harweinwyr ar draws y sefydliad fel bod ganddynt y sgiliau cywir, y wybodaeth a'r cyfleoedd i lwyddo ac arwain ein gweithlu.

Y sefyllfa

Gwnaethom barhau â'n taith o 'Ysbrydoli Diwylliant ac Arweinyddiaeth', gan barhau â sawl menter arweinyddiaeth a rheoli a ddechreuwyd yn 2024:

- Rhaglenni Trawsnewid Arweinyddiaeth a Rheoli.
- Sefydlu Fforwm Arweinyddiaeth i'n huwch arweinwyr ddysgu a rhannu gyda'i gilydd.
- Arwain gydag Effaith.
- Gweithdai a gynhaliwyd gan Academi Arweinyddiaeth a Rheoli Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Gwnaethom

Gwnaethom ailddiffinio ein dull o ymdrin ag Arweinyddiaeth a Rheoli yn unol ag un o'n hamcanion allweddol ar gyfer 2024-25 *"Datblygu a gweithredu rhaglen waith systemig a fydd yn cynyddu sgiliau, capasiti a hyder arweinyddiaeth a rheoli gan gynnwys dysgu ffurfiol".*

Mae ein Fframwaith Arweinyddiaeth a Rheoli yn ffurfio'r gwaith canolog a chydlynol ar gyfer sut rydym yn datblygu arweinwyr a rheolwyr trwy academi. Cefnogodd hefyd y gwaith o gaffael:

- contract i ddarparu coetsio yn ôl yr angen, lle gall ein harweinwyr a'n rheolwyr gael mynediad at gymorth sy'n cyd-fynd â'r cymwyseddau a'r ymddygiadau sydd eu hangen o fewn ein sefydliad i annog pawb i ffynnu, datblygu a chyflawni.
- Rhaglen Sefydlu Rheolwyr Newydd sy'n galluogi'r mynychwyr i ddeall beth mae'n ei olygu i reoli a chreu'r diwylliant yr ydym yn anelu ato.

Beth nesaf

Academi Arweinyddiaeth a Rheoli Iechyd Cyhoeddus Cymru

Bydd Academi Arweinyddiaeth a Rheoli Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gam arwyddocaol wrth esblygu ein diwylliant drwy ddatblygu ein harweinwyr a'n rheolwyr mewn rhaglen ffurfiol.

Nod yr Academi yw grymuso rheolwyr llinell i greu amgylchedd lle gall pobl a thimau ffynnu. Drwy gysylltu ag arweinwyr ymgysylltiedig, optimistaidd a myfyriol, bydd cyfranogwyr yn profi gweithgareddau ysgogol, sy'n procio'r meddwl. Nod yr Academi yw darparu lle diogel a chefnogol i brofi ffyrdd newydd o weithio a chyfrannu at newid cadarnhaol ar draws Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Lansiwyd yr Academi ym mis Ionawr 2025, gyda dyddiadau ar gyfer y pedair carfan gyntaf wedi'u hysbysebu ac yna'n rhedeg ar draws 2025-26. Mae'r cyfle ar agor i'r rhai sy'n cyfrannu at greu amgylchedd lle mae ein pobl a'n timau'n ffynnu, sef:

- ein harweinwyr sefydliadol (cydweithwyr sy'n arwain gwaith ac yn gwneud penderfyniadau y tu hwnt i'w swyddogaeth eu hunain)
- y rhai sy'n rheoli pobl yn uniongyrchol.

Y Fframwaith Arwain a Rheoli

Mae Fframwaith Arweinyddiaeth a Rheoli Iechyd Cyhoeddus Cymru yn nodi sut mae ein harweinwyr a'n rheolwyr yn gweithio ac yn ymddwyn, gan greu diwylliant lle gall ein holl bobl ffynnu, datblygu a chyflawni ar draws pob rhan o'r sefydliad.

Mae'r Fframwaith wedi'i gynllunio i:

- cefnogi unigolion sy'n gweithredu ar hyn o bryd mewn rolau arweinyddiaeth a rheoli
- cefnogi'r sawl sy'n dymuno bod yn arweinwyr a rheolwyr
- llunio sut rydym yn arwain ac yn rheoli ein pobl drwy bob cam o Gylchred Bywyd y Gweithiwr gan gynnwys denu'r bobl gywir sy'n rhannu ein gwerthoedd a'n hymddygiadau
- llywio cynllunio ar gyfer olyniaeth a datblygiad ein proffesiynau ein hunain
- darparu rhaglenni a mentrau datblygu sy'n rhannu'r un neges gyson ynglŷn â sut rydym yn arwain ac yn rheoli fel unigolion ac fel sefydliad.

Mae'r Fframwaith yn cefnogi ein cydweithwyr, rheolwyr pobl ac arweinwyr sefydliadol wrth iddynt fynd trwy gylchred bywyd y gweithiwr:

- datgan sut rydym yn denu, recriwtio a sefydlu'r bobl gywir
- nodi'r modiwlau dysgu a chynlluniau hunanddatblygu a ddarperir gan ein Hacademi Arweinyddiaeth a Rheoli
- defnyddio hyfforddwyr, arddulliau coetsio a mentora sy'n adlewyrchu ein diwylliant
- darparu datblygiad tîm, hunanddatblygiad, adborth 360 gradd, ymyriadau a deunydd sy'n cyd-fynd â'r sgiliau a'r ymddygiadau a fydd yn helpu pobl gyda'u dysgu.

Llywodraethu, Rheoli a Chynaliadwyedd

Fframwaith Sicrwydd y Bwrdd

Cefndir

Mae'n ofynnol i holl sefydliadau'r GIG ddangos llywodraethu da i sicrhau eu bod yn gweithredu systemau diogel i ddarparu gwasanaethau cyhoeddus.

Y sefyllfa

Cefnogir y sefydliad gan lywodraethu da sy'n cefnogi ac yn rheoli sut mae penderfyniadau'n cael eu gwneud. Mae sicrwydd cadarn gan y bwrdd yn hanfodol i weithrediad effeithiol y bwrdd drwy strwythur, proses a rheolaeth a rheoli risg.

Mae Fframwaith Sicrwydd y Bwrdd yn crynhoi sut rydym yn cyflawni ac yn cynnal llywodraethu da i sicrhau bod ein hamcanion strategol a amlinellir yn ein Strategaeth Hirdymor yn cael eu cyflawni. Mae'n amlinellu'r broses o wneud penderfyniadau a pha rolau sydd gan bwyllgorau gwahanol Iechyd Cyhoeddus Cymru, a pha fathau o wybodaeth a sicrwydd y maent yn eu defnyddio ac yn craffu arnynt.

Gwnaethom

Adolygwyd Fframwaith Sicrwydd y Bwrdd yn 2024 a chymeradwywyd fersiwn ddiwygiedig gan Fwrdd Iechyd Cyhoeddus Cymru ym mis Mai; caiff ei adolygu'n flynyddol. Roedd yr adolygiad yn cynnwys y canlynol:

- cytunodd cadeiryddion Pwyllgorau Iechyd Cyhoeddus Cymru ar ddull traws-bwyllgor o weithio; i reoli atgyfeiriadau ac eitemau lle roedd rhywfaint o dir cyffredin â Phwyllgorau eraill
- mae atgyfeiriadau rhwng Pwyllgorau yn cael eu cydlynu drwy Uned Fusnes y Bwrdd
- mae gwaith yn parhau i sicrhau bod cylch gorchwyl a chynlluniau gwaith y Pwyllgorau wedi'u halinio
- bu'r Pwyllgorau yn adolygu eu heffeithiolrwydd drwy gydol y flwyddyn i sicrhau defnydd effeithiol o amser a sicrhau eu bod yn cyflawni eu swyddogaeth a'u rôl cytunedig.

Beth nesaf

Mae datblygiadau / gwelliannau allweddol a gynlluniwyd ar gyfer 2025-26 yn cynnwys:

- adeiladu ar y dull gweithio traws-bwyllgor
- datblygu llawlyfr pwyllgorau i gefnogi ein Cyfarwyddwyr Anweithredol sy'n symud rhwng pwyllgorau / yn newydd i'r sefydliad, gan amlinellu'r meysydd ffocws allweddol, rôl a chylch gwaith pob pwyllgor a sut maen nhw'n cysylltu â'r Bwrdd
- archwilio cymorth i staff sy'n mynychu pwyllgorau neu'n ysgrifennu adroddiadau, o ran ysgrifennu adroddiadau, deall rôl y pwyllgorau a disgwyliadau, i gefnogi eu dealltwriaeth ehangach o'r swyddogaeth sicrwydd
- cynnal adolygiad nesaf Fframwaith Sicrwydd y Bwrdd a gafodd ei gymeradwyo gan y Bwrdd ym mis Mai 2025.

5.8

Y Gweithlu

Llesiant ein staff yw ein blaenoriaeth, ac rydym yn parhau i wneud gwaith pwysig i gadw ein gweithlu yn iach.

Llesiant y Gweithlu a Galluogi'r Gweithlu

Llesiant Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gwnaethom

Gweithdai Iechyd Meddwl a Llesiant

Gwnaethom gynnal 10 gweithdy llesiant yn ystod 2024-25; wyth gweithdy wedi'u hanelu at reolwyr llinell a dau weithdy wedi'u hanelu'n ehangach at bob rheolwr nad yw'n rheolwr llinell.

Roedd y canlyniadau dysgu ar gyfer y sesiwn rheolwyr llinell yn cynnwys:

- archwilio syniadau ar sut i greu diwylliant mwy caredig 'o bell' lle mae pobl yn ofalgar, yn gefnogol ac yn fwy empathig o bryderon ei gilydd
- ystyried arferion gorau i reolwyr ysbrydoli gweithwyr i barhau i ymgysylltu yn ystod cyfnodau eithriadol o heriol
- sut i ysbrydoli gweithwyr i fod yn fwy agored drwy ddweud 'mae'n iawn peidio â bod yn iawn' a thrwy rannu ein gofidion ein hunain.

Roedd y canlyniadau dysgu ar gyfer rheolwyr nad ydynt yn rheolwyr llinell yn cynnwys:

- sut allwch chi asesu eich iechyd meddwl eich hun a gwella eich lefelau eich hun o wydnwch personol yn ystod cyfnodau heriol
- sut i adnabod yr arwyddion pe byddai cydweithiwr yn ddioddef ag iechyd meddwl gwael ac yna'r ffordd orau o ddechrau sgwrs llesiant heb wneud iddo/iddi deimlo'n anghyfforddus
- pwysigrwydd defnyddio'r iaith gywir i annog sgwrs onest ac agored am lesiant
- sut i ysbrydoli ein cydweithwyr i fod yn fwy agored trwy ddweud 'mae'n iawn peidio â bod yn iawn' a thrwy rannu ein gofidion ein hunain.

Gwnaethom hyfforddi bron i 100 o gydweithwyr ar draws rhaglenni rheolwyr llinell a rheolwyr nad ydynt yn rheolwyr llinell yn ystod 2024-25.

MedTRIM

Mae trirheolwr Rheoli Trawma a Gwydnwch Meddygol (MedTRIM) wedi ymgymryd â hyfforddiant i gefnogi gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ar ôl digwyddiadau trawmatig gyda chefnogaeth gan gymheiriaid, ymyrraeth gynnara strategaethau llesiant. Yn ogystal, bydd y rhai sydd wedi'u hyfforddi yn helpu i gefnogi a chydlynu'r gwaith o gyflwyno'r Rhaglen Ymarferydd Gwydnwch Trawma a Straen.

Ymwybyddiaeth ofalgar

Datblygwyd a dechreuwyd gweithdai ymwybyddiaeth ofalgar, gan weithio mewn cydweithrediad â chwmni theatr yng Nghymru. Roedd hyn yn rhan o gynllun peilot a oedd yn gweithio ar draws amrywiol safleoedd y GIG yng Nghymru ac fe'i cynhaliwyd dros gyfnod o bedair wythnos. Y nod oedd darparu offer a thechnegau i helpu i reoli straen, gwella llesiant meddyliol, a meithrin gwydnwch.

Llesiant Ariannol

Mae'r offeryn MoneyHelper ar waith. Porth llesiant ariannol yw hwn gydag adnoddau ynghylch cynllunio ariannol personol yn amrywio o gyllidebu personol, cynllunio pensiwn, buddsoddiadau, morgeisi, gwneud ewyllys, a llawer mwy.

Sut alla i fod?	Bod yn gefn i chi'ch hun	Bod yn Gefn i Eraill
Rwy'n teimlo'n iach ac am aros yn iach	• Ap 'Headspace': Headspace for NHS • Gweithio Sut Mae'n Gweithio Orau / Amser i Symud: Work How It Works Best (sharepoint.com) • Cyfryngau Cymdeithasol (Facebook ar gyfer y Staff / Cymuned 'Llesiant Iechyd Cyhoeddus' ar Yammer): A work place social network (sharepoint.com) or Public Health Wales Staff | Facebook • Gweithdai Llesiant: Wellbeing Workshops (sharepoint.com) • Rhwydweithiau Amrywiaeth Staff: Staff Diversity Networks	• Gweithdai Llesiant i Reolwyr Wellbeing Workshops (sharepoint.com) • Siarad â'ch tîm yn rheolaidd am eu llesiant • Cymorth i Bobl: People Support.PHW@wales.nhs.uk • Adnoddau: Resources (sharepoint.com) • Sesiynau 'Care Space' Care Space (sharepoint.com) • Hyfforddiant i Swyddogion Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl
Rwy'n dechrau cael trafferth dod i ben â'm llesiant emosiynol	• Mynnwch air â'ch rheolwr • Cymorth i Bobl - PeopleSupport.PHW@wales.nhs.uk • Rhaglen Gymorth i Weithwyr trwy Care First/NOS - Counselling and Support Information (sharepoint.com) Ffôn: 0800 174319 • Tudalennau Llesiant ar y Fewnrwyd - Staff Wellbeing (sharepoint.com) • Pecyn Cymorth a Chaffis y Menopos - Menopause Toolkit (sharepoint.	
Rwy'n cael trafferth dod i ben â'm llesiant emosiynol	• Mynnwch air â'ch rheolwr • Llinell gymorth Iechyd i Weithwyr Iechyd Cymru (9am-5pm, Llun – Gwener) 0800 058 2738 neu www.hhpwales.co.uk • 'Silvercloud': SilverCloud. Making Space For Healthy Minds (silvercloudhealth.com) • Ap 'Headspace': Headspace for NHS • Swyddogion Cymorth Cyntaf Iechyd Meddwl	
Rwy'n cael trafferth ofnadwy dod i ben â'm llesiant emosiynol - Mynnwch air â'ch Meddyg Teulu		

Beth nesaf

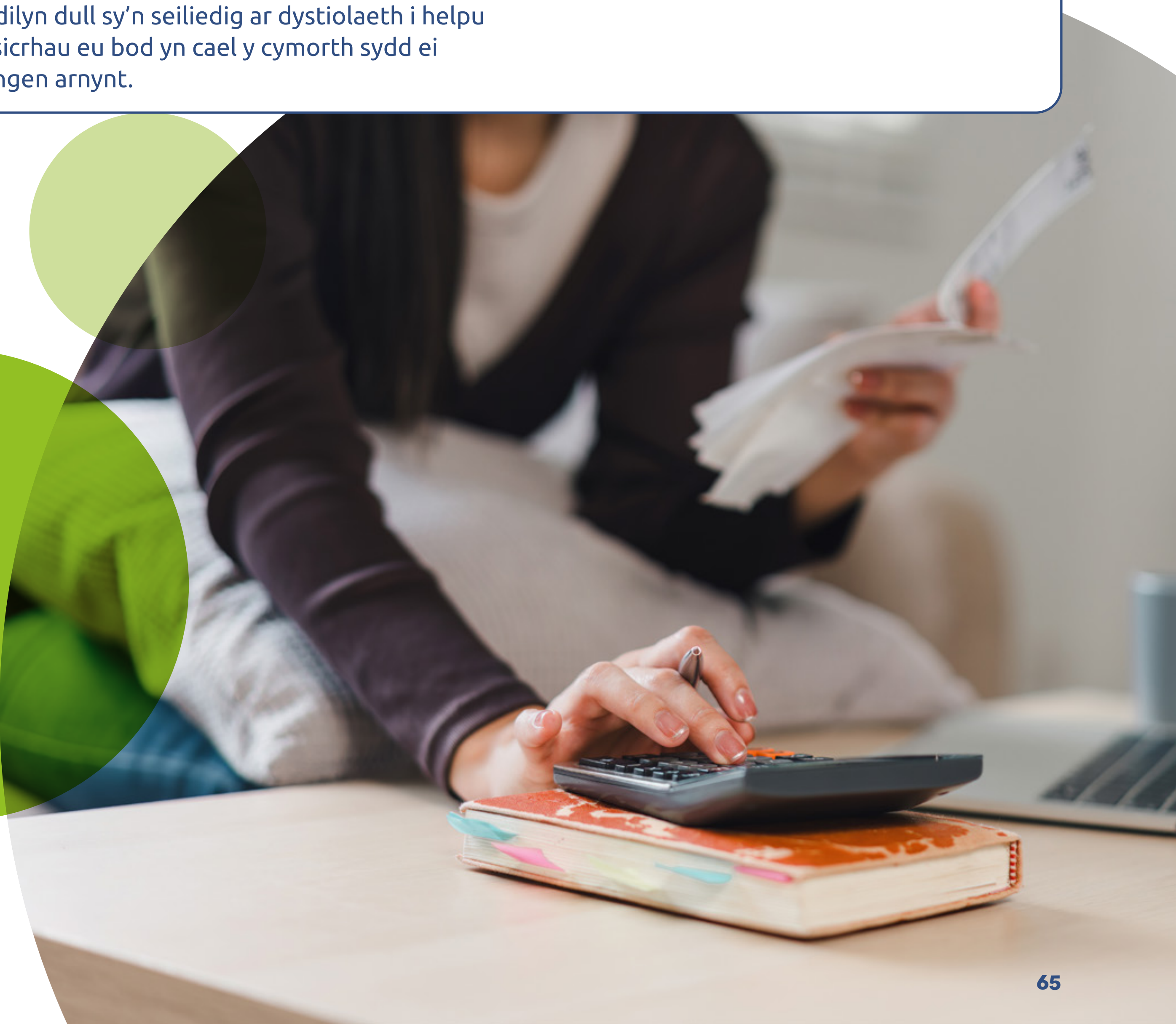
Rydym yn cynllunio 10 gweithdy llesiant pellach yn ystod 2025-26 wedi'u hanelu at reolwyr llinell a rheolwyr nad ydynt yn rheolwyr llinell.

Byddwn yn dechrau archwilio a hyfforddi 12 hyrwyddwr llesiant ar draws pob cyfarwyddiaeth i wella ymgysylltiad a meithrin ymdeimlad o gymuned. Drwy rymuso'r hyrwyddwyr hyn, ein nod yw hwyluso rhannu syniadau a sicrhau cyfathrebu effeithiol ar draws pob lefel sefydliadol, a thrwy hynny gefnogi diwylliant o gydgefnogaeth a chynhwysiant.

Byddwn yn cyflwyno'r rhaglen Gwydnwch Trawma a Straen ar draws y sefydliad gyda'n cydweithwyr MedTRIM. Bydd cydweithwyr ar draws y sefydliad yn gallu cael mynediad at y rhaglen cefnogaeth gan gymheiriaid, gan ddilyn dull sy'n seiliedig ar dystiolaeth i helpu i sicrhau eu bod yn cael y cymorth sydd ei angen arnynt.

Bydd llesiant ariannol yn cael ei ehangu ymhellach trwy ychwanegu dau fodiwl e-ddysgu:

- Meddylfryd Arian: mae'r cwrs ar-lein hwn wedi'i gynllunio i helpu unigolion i ddatblygu meddylfryd arian cadarnhaol, sy'n hanfodol ar gyfer rheoli cyllid personol yn effeithiol
- Sylfeini mewn Cynllunio Ariannol Personol: bydd y cwrs ar-lein hwn yn darparu cyflwyniad cynhwysfawr i hanfodion cynllunio ariannol personol, gan roi'r wybodaeth i gyfranogwyr i reoli eu materion ariannol eu hunain yn hyderus.



Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiant y Gweithlu

Cynllun Cydraddoldeb Strategol

Cefndir

Mae Cynllun Cydraddoldeb Strategol Iechyd Cyhoeddus Cymru yn amlinellu ein hymrwymiad i gyflawni ein cyfrifoldebau cyfreithiol a'n huchelgais sefydliadol i weithredu ar anghydraddoldeb.

Y sefyllfa

Yn unol â Dyletswydd Cydraddoldeb y Sector Cyhoeddus (2011), mae sawl gofyniad penodol, megis:

- datblygu Cynllun Cydraddoldeb Strategol
- cynnwys y cyhoedd a'n partneriaid o grwpiau gwarchodedig pan fyddwn yn datblygu cynlluniau a pholisïau ac yn llunio gwasanaethau
- casglu a chyhoeddi gwybodaeth am gydraddoldeb, cyflogaeth a gwahaniaethau mewn cyflog.

Gwnaethom

Cyhoeddwyd ein Cynllun Cydraddoldeb Strategol ym mis Ebrill 2024 yn dilyn ymgynghoriad cyhoeddus manwl. Mae'r Strategaeth yn cwmpasu'r cyfnod hyd at Fawrth 2028 ac mae'n ofynnol i ni ddarparu diweddariadau yn ein Hadroddiad Cydraddoldeb Blynyddol bob blwyddyn.

Beth nesaf

Mae gwaith cefndirol wedi digwydd i osod y sylfeini ar gyfer Cynllun Prentisiaeth Lleiafrifoedd Ethnig newydd. Rydym hefyd wedi cyfarfod â'r Tîm Cymorth Lleiafrifoedd Ethnig ac Ieuenctid Cymru (EYST) a fydd yn partneru â ni i nodi ymgeiswyr sydd â diddordeb i gymryd rhan yn y Cynllun hwn.

5.9

Diwylliant

Mae ein system gofal iechyd yn creu'r hinsawdd a'r diwylliant cywir i feithrin ac annog ansawdd a diogelwch systemau. Mae pobl yn cael eu gwerthfawrogi mewn gweithle cefnogol, cydweithredol a chynhwysol fel bod ein pobl yn teimlo'n ddiogel yn seicolegol i allu mynegi pryderon a rhoi cynnig ar syniadau a dulliau newydd. Mae perthnasoedd rhwng timau a chyda'r bobl rydyn ni'n eu gwasanaethu yn effeithiol ac yn seiliedig ar dryloywder, ymddygiad moesegol, ymddiriedaeth a diwylliant cyfiawn lle gall pobl ffynnu.

Ein Strategaeth Pobl

Cefndir

Mae ein Strategaeth Pobl yn amlinellu ein huchelgais ar gyfer sut rydym yn disgwyl i bobl ymddwyn a gweithio gyda'i gilydd.

Y sefyllfa

Mae ein Strategaeth Hirdymor wedi'i hategu gan y gwaith rydym yn ei arwain ar ddiwylliant o fewn ein sefydliad. Yn ein Strategaeth Pobl, gwnaethom gyfeirio at y gwaith rydym wedi'i wneud i ddeall y diwylliant 'delfrydol' y mae ein staff a'n Bwrdd yn anelu at ei gael. Rydym wedi defnyddio fframwaith ymddygiad Bod ar Ein Gorau a lansiwyd gennym yn 2023 i symud y gwaith hwn ymlaen.

Gwnaethom

Dyma rai o fentrau Bod ar Ein Gorau a gynhaliwyd yn 2024-25:

- Roedd wythnos Bod ar Ein Gorau (Mehefin 2024) yn cynnwys sesiynau ar-lein:
  - 'Cyflwyno Bod ar Ein Gorau'
  - "Bod ar Ein Gorau - Myfyrio, Twf Personol a Datblygiad" yr oedd yr holl staff wedi cael gwahoddiad iddynt. Cyfathrebiadau pellach ar gyfer codi ymwybyddiaeth gan gynnwys myfyrio a hunanasesu, Arwain trwy Esiampl ac addewid arweinyddiaeth Bod ar Ein Gorau
- gweithio gydag Uned Cydweithredu Iechyd y Cyhoedd ym Mhrifysgol Bangor, i gynnal gwerthusiad o'r Fframwaith Bod ar Ein Gorau
- creu cyfres o gyrsiau ac adnoddau ar gyfer pob un o'r tri chategori Bod ar Ein Gorau i gydweithwyr i gefnogi datblygiad gweithwyr
- diweddaru pecyn cymorth Bod ar Ein Gorau Iechyd Cyhoeddus Cymru i gynnwys ymarferion ychwanegol i gefnogi timau i nodi eu cryfderau a'u meysydd datblygu ac offer myfyrio i gefnogi twf a datblygiad personol
- datblygu offeryn hunanasesu ac adborth aml-ffynhonnell i gefnogi'r gwaith o wreiddio ein gwerthoedd a'n fframwaith ymddygiadol.

Beth nesaf

Yn dilyn asesiad Bod ar Ein Gorau a gynhaliwyd gan gydweithwyr Uned Cydweithredu Iechyd y Cyhoedd (Prifysgol Bangor) yn 2024-25, rydym wrthi'n ystyried canlyniadau'r asesiad hwnnw a fydd yn llywio ein cynlluniau parhaus i wreiddio'r fframwaith ar draws cylch bywyd cyfan ein gweithwyr.

Caredigrwydd, a Diwylliant a'r Rhyddid i Godi Llais

Sbotolau ar Codi Llais heb Ofn

Gwnaethom

Ers cymeradwyo **Protocol Codi Llais heb Ofn** Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2023-24, mae gwaith wedi bod yn mynd rhagddo i wreiddio'r dull hwn ac i hyrwyddo'r fframwaith o fewn y sefydliad.

Roedd hyn yn cynnwys:

- datblygu cynllun gweithredu hunanasesu ar gyfer gwreiddio'r fframwaith o fewn y sefydliad
- Mae Hyrwyddwyr Codi Pryderon wedi ehangu eu rolau i gynnwys holl ystod y Fframwaith Codi Llais heb Ofn
- Mae gan ein Pwyllgor Pobl a Datblygu Sefydliadol (gydag aelodau o Undebau Llafur a Phobl a Datblygu Sefydliadol) gyfrifoldeb am Godi Llais heb Ofn o fewn ei Gylch Gorchwyl. Mae'r Pwyllgor yn adolygu Adroddiad Blynyddol ar godi pryderon, gan gynnwys data allweddol a dysgu thematig.

Creodd y sefydliad ganllawiau newydd hefyd i adlewyrchu'r Fframwaith newydd, gan gynnwys gwybodaeth am anhysbysrwydd, cymorth staff, llwybrau sydd ar gael i leisio barn, a Chwestiynau Cyffredin, sydd i gyd ar ein mewnrwyd.

Rydym wedi ymgysylltu â rhwydweithiau amrywiaeth staff, arbenigwyr pwnc mewn Cydraddoldeb Amrywiaeth a Chynhwysiant, a Chynghorwyr Pobl a Datblygu Sefydliadol. Rydym wrthi'n gweithredu canfyddiadau'r Asesiad Diwylliant diweddar, gan nodi a mynd i'r afael â bylchau rhwng y diwylliant presennol a'r diwylliant delfrydol, yn enwedig o ran creu amgylchedd sy'n ddiogel yn seicolegol ar gyfer codi llais. Fel rhan o'r gwaith hwn, mae'r sefydliad wedi cyflwyno rhaglen achrededig i ddatblygu Eiriolwyr Diwylliannol a all gefnogi timau a'r sefydliad wrth newid diwylliant.

Mae datblygiadau eraill yn cynnwys:

- deunydd dysgu a datblygu sydd ar gael i arweinwyr sefydliadol, rheolwyr pobl, a phob cydweithiwr, gan gynnwys hyfforddiant ymwybyddiaeth ddiwylliannol
- datblygu tudalennau mewnrwyd mewn perthynas â Codi Llais heb Ofn (dolen fewnol ar gyfer gweithwyr y GIG yn unig) sy'n cynnwys gwybodaeth a chymorth ar gyfer codi llais
- Straeon Newyddion ar dudalennau staff i godi ymwybyddiaeth a dolenni i adnoddau sydd ar gael.

Beth nesaf

- **Mae fersiynau Cymraeg o dudalennau'r fewnrwyd yn cael eu datblygu.**
- **archwilio ymhellach y rhwystrau i godi llais a sut y gellir goresgyn y rhain**
- **hyrwyddo aml y gallu i godi pryderon drwy ein Tîm Cyfathrebu.**

Datblygu diwylliant o staff o ansawdd uchel, cynaliadwy a hyfforddedig

Hyfforddiant Gorfodol

Cefndir

Mae ein pobl wrth wraidd ein gwaith ac mae datblygu ein gweithlu yn ganolog i hyn.

Gwnaethon ni

Mae 10 cwrs hanfodol y mae'n rhaid i staff ar draws y GIG yng Nghymru eu cwblhau i sicrhau eu bod wedi'u hyfforddi'n ddiogel i weithio yn unrhyw un o'n sefydliadau. Mae'r rhain yn cynnwys hyfforddiant diogelwch tân, sut i drin offer yn ddiogel, rheoli gwybodaeth yn ddiogel ac atal a rheoli heintiau. Yn Iechyd Cyhoeddus Cymru rydym wedi rhagori ar y targed a osodwyd yn genedlaethol o 85% ar gyfer yr hyfforddiant gorfodol hwn.

Yn ogystal, ym mis Ionawr 2024 gwnaethom ychwanegu hyfforddiant Dyletswydd Ansawdd i'n holl staff i wella eu gwybodaeth o ran beth y mae hyn yn ei olygu a sut i'w gymhwyso'n ymarferol. Gyda tharged o 85%, cwblhaodd 93.06% o staff yr hyfforddiant hwn erbyn diwedd 2024-25.

10 Cwrs Hanfodol Cymru Gyfan

Targed: 85%

2023-24: Gwnaethom gyflawni	89.5%
2024-25: Gwnaethom gyflawni	92.27%

10 cwrs Hanfodol a 7 cwrs ychwanegol Iechyd Cyhoeddus Cymru:

Targed: 85%

2023-24: Gwnaethom gyflawni	88.34%
2024-25: Gwnaethom gyflawni	92.8%

5.10

Gwybodaeth

Mae ein systemau gofal iechyd yn sicrhau bod gwybodaeth ar gael ac yn cael ei rhannu'n briodol â phawb sydd ei hangen. Rydym yn troi data yn wybodaeth drwy driongli perfformiad meintiol ac ansoddol, gan ddefnyddio profiad a mesurau canlyniadau i ddeall ansawdd gwasanaethau, effeithiolrwydd gwaith gwella ac effaith penderfyniadau a wnawn. Rydym yn monitro, yn adrodd ac yn uwchgyfeirio dangosyddion trwy ein strwythurau llywodraethu i sicrhau bod y camau priodol yn cael eu cymryd ar bob lefel o ran dysgu a gwella.

Rheoli Gwybodaeth

Dangosfwrdd y Clystyrau Gofal Sylfaenol

Cefndir

Mae clwstwr gofal sylfaenol yn dwyn ynghyd yr holl wasanaethau lleol sy'n ymwneud ag iechyd a gofal ar draws ardal ddaearyddol. Mae clystyrau'n cwmpasu poblogaeth lai na bwrdd iechyd, gan wasanaethu poblogaeth rhwng 25,000 a 100,000 fel arfer. Mae gweithio fel clwstwr yn sicrhau bod gofal yn cael ei gydlynu'n well i hyrwyddo llesiant unigolion a chymunedau.

Y sefyllfa

Cysylltodd cydweithwyr o'r Adran Gofal Sylfaenol â'n Tîm Data a Gwybodaeth ynghylch y posibilrwydd o ddiweddaru'r adroddiadau Clystyrau gofal sylfaenol a gyhoeddwyd tua deng mlynedd yn ôl. Aeth aelodau'r Tîm hwn ati i gyfarfod â grwpiau rhanddeiliaid allweddol i fesur diddordeb ehangach a chwilio am aelodau ar gyfer grŵp defnyddwyr i'n helpu i ddeall eu hanghenion ac arwain datblygiad y gwaith.

Gwnaethon ni

Cyhoeddodd Iechyd Cyhoeddus Cymru **Ddangosfwrdd Clystyrau Gofal Sylfaenol** newydd, sy'n cynnwys amrywiaeth o ddangosyddion am y 64 clwstwr gofal sylfaenol yng Nghymru, i'w helpu i gynllunio a llywio eu blaenoriaethau a mynd i'r afael ag unrhyw anghydraddoldebau o fewn eu clystyrau.

Mae'r dangosfwrdd yn darparu set gynhwysfawr o ddata a fydd yn galluogi clystyrau i asesu anghenion penodol eu hardal o'i gymharu ag ardaloedd eraill ac yn erbyn cyfartaledd cenedlaethol Cymru.

Mae'r dangosfwrdd yn cynnwys data demograffig fel oedran a rhyw, yn ogystal â metrigau iechyd y boblogaeth fel: canran pwysau geni isel; bwydo ar y fron ar ôl 10 diwrnod; marwolaethau a marwolaethau y gellir eu hosgoi; cyffredinrwydd cyflyrau cronig fel asthma; yn ogystal â derbyniadau brys ar gyfer cyflyrau fel diabetes a chlefydau cylchrediad y gwaed. Mae'r dangosfwrdd hefyd yn ymgorffori mapiau sy'n dangos poblogaethau clwstwr yn seiliedig ar fesurau amddifadedd.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i wella ac ychwanegu at y dangosfwrdd, a byddem yn croesawu adborth gan ddefnyddwyr gofal sylfaenol ar sut maen nhw'n defnyddio'r data a pha ddatblygiadau pellach y gellid eu hystyried.

Rydym yn ymwybodol bod gan wahanol bersonâu defnyddwyr anghenion amrywiol. Er enghraifft, efallai na fydd gan rai yr amser i ymchwilio i ddangosfwrdd. Felly, fe ddechreuon ni weithio gyda defnyddwyr i gynhyrchu **crynodeb o ddangosyddion Clystyrau Gofal Sylfaenol** yn dangos dangosyddion allweddol ar gyfer pob clwstwr o fewn pob bwrdd iechyd ynghyd â chanfyddiadau allweddol cryno. Cyhoeddwyd hwn ym mis Mawrth 2025, ac rydym eisoes wedi derbyn adborth cadarnhaol.

Mae'r adborth hyd yma wedi bod yn gadarnhaol

"Mae datblygu'r Dangosfwrdd Clystyrau Gofal Sylfaenol newydd wedi bod yn broses barhaus. Rydym wedi cael mewnbwn gwych gan ein grŵp defnyddwyr ac ystod eang o sefydliadau ac unigolion, sydd wedi dangos y galw clir am ddata ar y lefel ddaearyddol hon."

"Mae'r dangosfwrdd yn rhoi cyfoeth o wybodaeth i glystyrau am eu poblogaethau, a bydd yn golygu bod ganddyn nhw dystiolaeth i helpu i ganolbwyntio adnoddau i wella canlyniadau i'r boblogaeth a lleihau anghydraddoldebau."

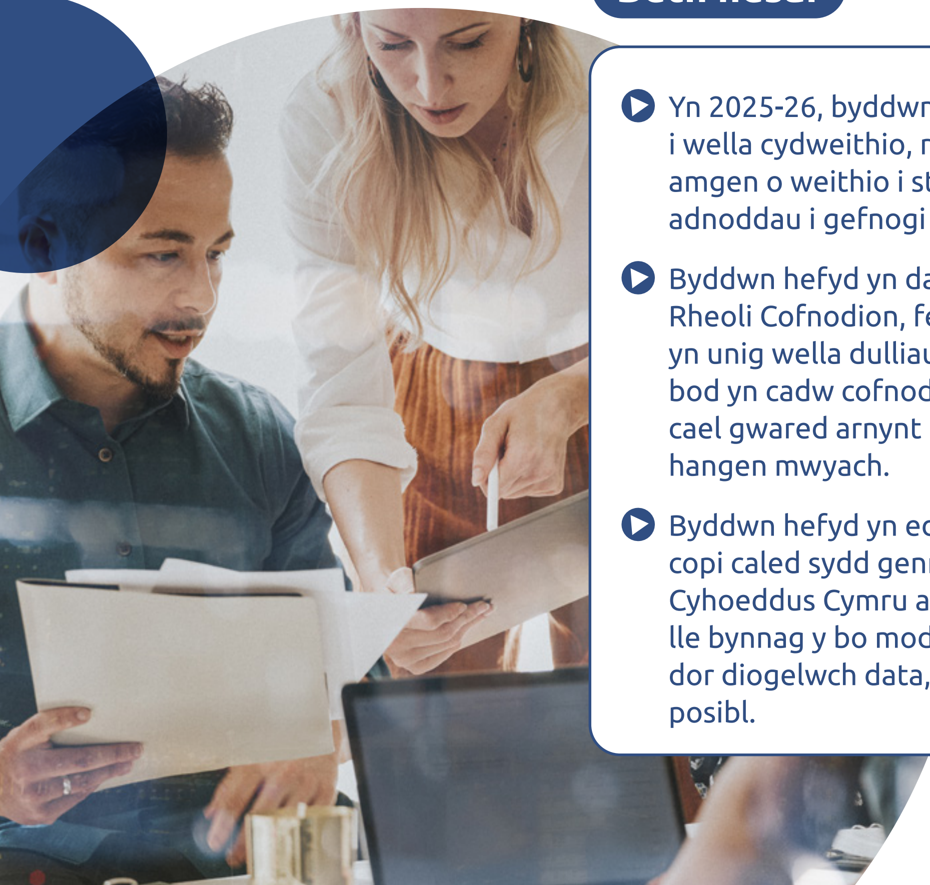
Rheoli Cofnodion a Llywodraethu Gwybodaeth

Cefndir

Rydym wedi arwain darn o waith â ffocws dros yr ychydig flynyddoedd diwethaf i wella cadernid sut rydym yn rheoli'r wybodaeth a'r cofnodion a ddefnyddiwn, a sut rydym yn rhannu gwybodaeth yn ddiogel at ddiben cynllunio a darparu gwasanaethau.

Y sefyllfa

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi newid sut mae'n rheoli cofnodion drwy eu symud i storfa ddogfennau SharePoint ar-lein. Mae SharePoint yn system ddiogel sy'n rhoi rheolaeth llawer gwell inni o fynediad at wybodaeth ac yn ein gwneud ni'n fwy effeithlon.



Gwnaethom

Dechreuodd y Prosiect Rheoli Cofnodion yn 2023 gyda'r nod o greu System Rheoli Cofnodion Dogfennau Electronig newydd ar gyfer Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Cyflawnodd y prosiect yr holl ganlyniadau disgwyliedig, cafodd ei gwblhau ar amser ac o fewn y gyllideb gyda phob Cyfarwyddiaeth, Adran a Thîm yn cael lle SharePoint i storio a threfnu eu dogfennau a'u cofnodion; daeth y prosiect i ben ym mis Mawrth 2025. Mae SharePoint wedi ein galluogi i ddatblygu system sy'n ei gwneud hi'n haws i staff drefnu, storio a rhannu ein gwybodaeth lle bo angen, gan ein galluogi hefyd i gadw'r dogfennau a'r cofnodion sydd angen eu cadw'n barhaus, gan sicrhau eu bod ar gael i'w defnyddio a bod modd cyfeirio atynt yn y dyfodol. Mae hyn hefyd yn cynnwys dull sefydliadol o storio a rheoli Cofnodion Staff. Yn ogystal, mae SharePoint yn caniatáu inni storio cofnodion personol, cyfrinachol a sensitif yn ddiogel gan ddefnyddio rheoli caniatâd gadarn.

Mae gan y sefydliad hefyd ddull diogel o rannu data, lle gallwn ganiatáu i randdeiliaid a phartneriaid allanol gael mynediad at ardaloedd SharePoint dynodedig i drosglwyddo neu gael mynediad at wybodaeth berthnasol. Mae hyn wedi lleihau'r risg o dor diogelwch data ac wedi symleiddio'r broses ar gyfer trosglwyddo gwybodaeth rhwng sefydliadau.

Beth nesaf

- Yn 2025-26, byddwn yn parhau i gefnogi cydweithwyr i wella cydweithio, rhannu gwybodaeth a rhoi ffyrdd amgen o weithio i staff er mwyn arbed amser ac adnoddau i gefnogi system rheoli cofnodion gadarn.
- Byddwn hefyd yn datblygu ac yn gweithredu Archwiliad Rheoli Cofnodion, fel y gallwn nodi ffyrdd y gallwn nid yn unig wella dulliau rheoli cofnodion, gan sicrhau ein bod yn cadw cofnodion y mae angen eu cadw, ond yn cael gwared arnynt mewn modd amserol pan nad oes eu hangen mwyach.
- Byddwn hefyd yn edrych i ddeall pa gofnodion copi caled sydd gennym o hyd yn safleoedd Iechyd Cyhoeddus Cymru a lleihau nifer y cofnodion copi caled lle bynnag y bo modd, er mwyn parhau i leihau'r risg o dor diogelwch data, colli gwybodaeth a pheryglon tân posibl.

Llywodraethu Gwybodaeth: Ceisiadau Rhyddid Gwybodaeth

Mae Deddf Rhyddid Gwybodaeth 2000 yn cefnogi'r sefydliad i fod yn fwy agored a thryloyw yn ein dull a'n diwylliant. Mae'r ddeddfwriaeth yn rhoi'r hawl gyffredinol i'r cyhoedd weld gwybodaeth a gedwir gan unrhyw awdurdod cyhoeddus fel Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn amodol ar rai eithriadau cyfyngedig. Mae amser targed ar gyfer ymateb i geisiadau o fewn 20 diwrnod gwaith ar ôl derbyn y cais cychwynnol.

Yn ystod 2024-25 gwnaethom dderbyn ac ymateb i'r ceisiadau Rhyddid Gwybodaeth canlynol:

209

Derbyniwyd 209 o geisiadau

160

Roedd 160 o ymatebion yn cydymffurfio â gofynion y Ddeddf

44

Methodd 44 (22%) o geisiadau â chydymffurfio, sy'n ostyngiad bach o 26% o'i gymharu â'r llynedd. Mae ceisiadau sy'n methu â chydymffurfio yn aml oherwydd bod natur y cais yn gymhleth ac angen mwy o amser i sicrhau ymateb cynhwysfawr.

5

Mae pum cais o 2024-25 yn dal i gael eu prosesu ond maent yn parhau i gydymffurfio yn sgil estyniadau amser oherwydd yr angen i egluro gyda'r ceisydd yn union pa wybodaeth y maent yn gofyn amdani, ac wrth ddelio ag ymholiadau cymhleth.

Ers cyflwyno trefniadau rheoli perfformiad llymach yn gynharach yn 2025, mae amseroedd ymateb wedi gwella.

Llywodraethu Gwybodaeth: Ceisiadau am Fynediad at Ddata gan y Testun

Mae Cais am Fynediad at Ddata gan y Testun yn gais y gellir ei wneud yn ysgrifenedig, drwy e-bost neu drwy ofyn ar lafar am fynediad at y wybodaeth bersonol sydd gan gwmni neu sefydliad amdanoch. Mae hon yn hawl gyfreithiol y mae gan unrhyw unigolyn yn y DU yr hawl ei harfer ar unrhyw adeg am ddim. Yr amser targed i ymateb i hyn yw un mis ar ôl cael y cais.

Yn ystod 2024-25 derbyniwyd Ceisiadau am Fynediad at Ddata gan y Testun fel a ganlyn:

Derbyniwyd 22

Roedd pob un o'r 22 ymateb yn cydymffurfio â gofynion y Ddeddf.

Llywodraethu Gwybodaeth: Prosesu Data

Cychwynnwyd dull diwygiedig o gymeradwyo prosesu data personol a chyflwyno Asesiadau Effaith Diogelu Data (DPIA) ym mis Gorffennaf 2024. Roedd hyn yn cynnwys nodi Perchnogion Asedau Gwybodaeth (IAO) ym mhob Cyfarwyddiaeth sy'n cymryd cyfrifoldeb am gymeradwyo gweithgareddau prosesu a gweithio'n agos gyda'r Gwasanaeth Llywodraethu Gwybodaeth i sicrhau bod prosesu'n cael ei gynnal yn gyfreithlon, yn deg ac yn dryloyw. Roedd hon yn rhaglen hyfforddi ddwys ar gyfer Perchnogion Asedau Gwybodaeth a'u staff cymorth, a datblygwyd system SharePoint newydd i symleiddio cyflwyno Asesiadau Effaith Diogelu Data.

Ym mis Mawrth 2025, cynhaliwyd cynllun peilot ar gyfer cynnig gwasanaeth newydd a oedd yn fenter ar y cyd rhwng y Gwasanaeth Llywodraethu Gwybodaeth a'r tîm Digidol, lle gwahoddwyd staff i ddod â'u syniadau prosiect i gyflwyniad byr fel y gallent dderbyn cyngor cynnar ar ba brosesau y byddai angen iddynt eu dilyn a pha ddogfennaeth a allai fod yn ofynnol.

Hefyd ym mis Mawrth 2025, cymeradwywyd Polisi Llywodraethu Gwybodaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru gan y Pwyllgor Archwilio a Llywodraethu Corfforaethol cyn ei gyhoeddi.

Beth Nesaf

Mae nifer o weithdrefnau newydd neu ddiwygiedig wedi'u datblygu ac maent ar hyn o bryd yn y cyfnod ymgynghori, gan gynnwys:

- Hawliau Gwrthrych Data
- Rheoli Tor Diogelwch Data Personol
- System Archwilio Integredig Deallus Genedlaethol.

Mae polisïau cenedlaethol diwygiedig ar Lywodraethu a Diogelwch Gwybodaeth, Defnyddio'r Rhyngrwyd a defnyddio E-bost yn y camau olaf o ran datblygiad a disgwylir iddynt fod yn barod yn gynnar yn 2026.

Adrodd ar Waith Bob Amser

Cefndir

Mae'r Ddyletswydd Ansawdd yn ei gwneud yn ofynnol i weinidogion Cymru a chyrff y GIG fonitro cynnydd yn weithredol ar wella gwasanaethau a chanlyniadau o ansawdd a rhannu'r wybodaeth hon yn rheolaidd â'u poblogaeth. Mae 'adrodd ar waith bob amser' yn un ffordd o gyflawni hyn.

Y sefyllfa

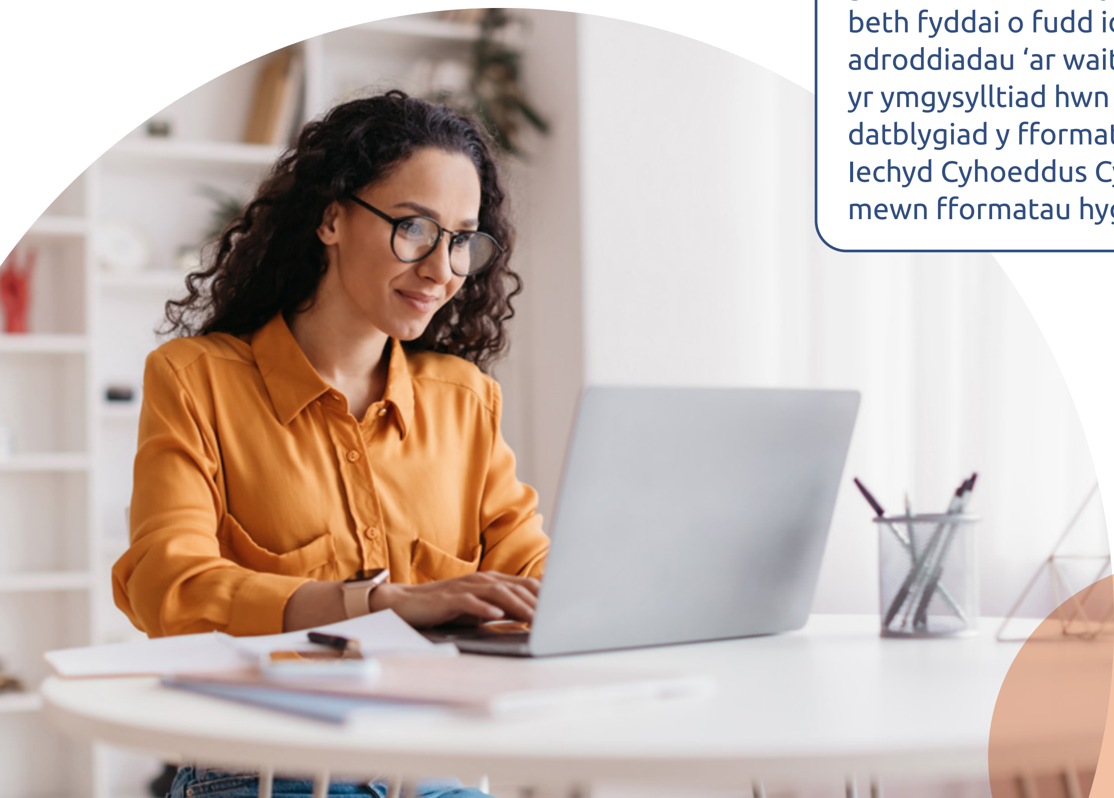
Mae 'adrodd ar waith bob amser' yn golygu bod sefydliadau'r GIG yn mynd ati'n rheolaidd i gasglu, dadansoddi, monitro a sicrhau bod gwybodaeth am ansawdd y gwasanaeth ar gael yn rhwydd, yn y sefydliad ac yn allanol i'r boblogaeth a rhanddeiliaid eraill. Mae hyn yn hyrwyddo bod yn agored ac yn dryloyw.

Gwnaethom

Datblygwyd tudalen we 'Adrodd ar waith bob amser' ac mae ar gael i'w chyrchu ar dudalen we Dyletswydd Ansawdd Iechyd Cyhoeddus Cymru (**Dyletswydd Ansawdd ac Adrodd**) sy'n cyfeirio'r cyhoedd at wybodaeth am:

- Pwyllgorau a Byrddau Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Adroddiadau blynyddol Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Data ac ystadegau am iechyd yng Nghymru.

Nod y dangosfwrdd hwn yw helpu pobl i ddeall y Ddyletswydd Ansawdd yn ehangach a'r hyn y mae'n ei olygu iddyn nhw.



Beth nesaf

Mae grŵp traws-sefydliadol yn gweithio i wella ein 'hadroddiadau ar waith bob amser'. Mae ffocws y gwaith ar:

- datblygu mesurau a gwybodaeth i ddangos ansawdd ein gwasanaethau a'n canlyniadau, gan gynnwys canmoliaeth a phryderon
- datblygu straeon cleifion a staff
- adroddiadau yn dilyn adolygiadau neu arolygiadau allanol gan arolygiaethau a chyrff trwyddedu.

Byddwn yn ymgysylltu â defnyddwyr gwasanaethau a'r cyhoedd i ddeall yn well beth fyddai o fudd iddynt gan ddefnyddio adroddiadau 'ar waith bob amser'. Nod yr ymgysylltiad hwn yw helpu i lywio datblygiad y fformat adrodd ar wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru a bydd ar gael mewn fformatau hygyrch.

5.11

Dysgu, Gwella ac Ymchwil

Rydym yn parhau i fod wedi ymrwymo i raglen o ddysgu a datblygu parhaus, er mwyn gwella ein gwasanaethau.

Diwylliant Dysgu – Dull sefydliadol o ddysgu parhaus

Y Ganolfan Gwella ac Arloesi

Cefndir

Mae'r Ddyletswydd Ansawdd yn pwysleisio'r angen i gael System Rheoli Ansawdd ar waith sy'n darparu rheolaethau, sicrwydd a seilwaith ar gyfer gwelliant yn ein sefydliad.

Y sefyllfa

Mae Canolfan Gwella ac Arloesi Iechyd Cyhoeddus Cymru ('y Ganolfan Gwella ac Arloesi') yn gweithio gyda phob rhan o'r sefydliad i gefnogi gwaith gwella ansawdd a galluogi arloesedd i ffynnu. Mae'n gwneud hyn drwy hyfforddi, dysgu, llyfrgelloedd ac offer ar-lein, ynghyd â chefnogaeth ymarferol.

Gwnaethom

Parhaodd y Ganolfan Gwella ac Arloesi i helpu i feithrin capasiti a gallu ym meysydd ansawdd, gwelliant ac arloesedd. Mae 'Simply Do' yn blatfform syniadau sy'n caniatáu i staff gyflwyno syniadau arloesi yn ddigidol i'w hystyried, gan ein galluogi i gefnogi a datblygu syniadau ac awgrymiadau arloesol ar gyfer gwella o fewn y sefydliad. Agorom bedair her syniadau ar draws Iechyd Cyhoeddus Cymru yn 2024-25; er enghraifft, yn ystod yr her Newid Hinsawdd, cyflwynodd staff Iechyd Cyhoeddus Cymru syniadau gyda'r nod o leihau ein hôl troed carbon digidol. Mewn ymateb, cynhyrchodd yr Hwb Iechyd a Chynaliadwyedd, ynghyd â'r Ganolfan Gwella ac Arloesi, ganllaw ymarferol yn cynnwys awgrymiadau syml ond effeithiol i helpu i leihau ein hôl troed carbon digidol ar ddyfeisiau gwaith a dyfeisiau personol.

Cefnogodd y Ganolfan Gwella ac Arloesi nifer o brosiectau gwella ansawdd drwy gydol y flwyddyn; ceir enghraifft o un isod.

- Cynhaliwyd pedwar gweithdy Helpa Fi i Stopio ledled Cymru lle daeth 95 o gynghorwyr, ymarferwyr, fferyllwyr, arweinwyr gwasanaethau Helpa Fi i Stopio ac eraill ynghyd i drafod syniadau newid y gellid eu profi ar draws gwasanaethau gyda'r nod o ddarparu gwasanaeth rhoi'r gorau i ysmygu effeithiol i gleientiaid yng Nghymru.

Mae'r tîm i yn parhau i gefnogi ein gwasanaethau sgrinio, gan gynnwys:

- Cefnogi grŵp Tegwch Sgrinio Coluddion Cymru i helpu'r gwasanaeth i gyrraedd poblogaethau nad ydynt yn cael eu cyrraedd yn ddigonol
- mewn cydweithrediad â thîm Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus, cefnogi arolwg cenedlaethol i ddeall canfyddiadau'r cyhoedd ar ddefnyddio deallusrwydd artiffisial wrth ddarllen delweddau sgrinio'r fron.

Beth nesaf

- Yn ystod 2025-26, bydd y Ganolfan Gwella ac Arloesi yn parhau i weithio gyda'r rhaglen Helpa Fi i Stopio i ddylunio a gweithredu gwelliannau i wella ansawdd y gwasanaeth a'r canlyniadau.
- Byddwn hefyd yn cynorthwyo tîm Pobl a Datblygu Sefydliadol Iechyd Cyhoeddus Cymru i gyflawni gwelliannau yn ein Systemau Rheoli Achosion Cysylltiadau â Chyflogeion, a'r ffordd rydym yn recriwtio.
- Byddwn yn cyflwyno hyd at chwe sesiwn 'Cyflwyniad i Welliant' a thair sesiwn 'Arwain ar Welliant ac Arloesi', gan roi sgiliau gwella ac arloesi i staff. Bydd cyfranogwyr yn cael eu cefnogi drwy hyfforddiant i annog cydweithio, dysgu ar y cyd, a lledaenu arferion gorau ledled Iechyd Cyhoeddus Cymru.
- Byddwn yn cefnogi'r gwaith o weithredu syniadau gwella o fewn y Rhaglen Cadw Nyrsys sy'n anelu at ein helpu i gadw ein gweithlu nyrsio.
- Byddwn hefyd yn cefnogi pob gwasanaeth sgrinio i weithredu'r dull 'Menig i Ffwrdd' gyda'r nod o leihau'r defnydd o fenig untro o fewn y sefydliad.

Ymchwil i wella gwasanaethau

Effeithiolrwydd ymyriadau rhoi'r gorau i ysmygu ar gyfer grwpiau â rhai problemau iechyd meddwl

Cefndir

Nod Llywodraeth Cymru yw lleihau nifer y bobl sy'n ysmygu o'r gyfradd bresennol o 13% i lai na 5% o'r boblogaeth erbyn 2030, fel rhan o'u strategaeth 'Cymru Ddi-fwg'. Mae'n bwysig ystyried grwpiau sydd â chyfraddau ysmygu uwch, ac sy'n llai tebygol o gael mynediad at wasanaethau i'w helpu i roi'r gorau i ysmygu.

Y sefyllfa

Mae gan bobl sy'n byw gyda chyflyrau iechyd meddwl gyfraddau ysmygu sylweddol uwch o'i gymharu â'r boblogaeth gyffredinol ac maent yn llai tebygol o gael mynediad at wasanaethau rhoi'r gorau i ysmygu. Fodd bynnag, mae tystiolaeth yn dangos y gall rhoi'r gorau i ysmygu leihau symptomau iselder a phryder wrth wella hwyliau ac ansawdd bywyd.

Gwnaethom

Fel rhan o waith cydweithredol â Chanolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, cynhaliodd y Gwasanaeth Tystiolaeth adolygiad cyflym o'r llenyddiaeth bresennol yn edrych ar effeithiolrwydd ymyriadau rhoi'r gorau i ysmygu mewn pobl sy'n byw gydag iselder a/neu gorbryder.

Edrychodd yr astudiaethau ar ystod o ymyriadau a oedd yn cynnwys meddyginiaeth, technegau seicolegol fel sut i newid eich ymddygiad i fynd i'r afael â phroblemau sy'n effeithio'n andwyol ar eich hwyliau neu gyfuniad o'r rhain.

Roedd rhywfaint o dystiolaeth y gallai meddyginiaethau, yn enwedig varenicline, a thechnegau seicolegol, helpu i leihau ysmygu mewn pobl ag iselder. Roedd defnyddio'r ddau fath o ymyriadau gyda'i gilydd yn cael effaith debyg ar roi'r gorau i ysmygu. Fodd bynnag, nid oedd y canfyddiadau'n dangos gwelliannau yn iechyd meddwl y cyfranogwyr yn gyson. Cafodd yr astudiaethau a ddefnyddiodd ymyriadau yn seiliedig ar ymarfer corff ganlyniadau cymysg, ac nid oeddent yn ymddangos i gael effaith gadarnhaol ar iechyd meddwl.

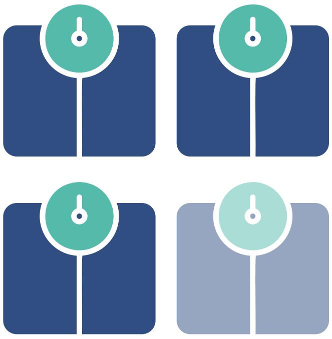
Beth nesaf

Mae'r adolygiad cyflym hwn o dystiolaeth bresennol wedi helpu i lywio'r gwaith o ddiwygio Cynllun Cyflenwi Rheoli Tybaco i gynnwys camau gweithredu i gefnogi'r rhai sydd â chyflyrau iechyd meddwl yn well. Gellir ei ddefnyddio hefyd i lywio adolygiad y Gwasanaeth Helpa Fi i Stopio sydd wedi'i gomisiynu gan Lywodraeth Cymru ac sy'n anelu at nodi poblogaethau penodol ag angen sy'n gysylltiedig â'r gwasanaethau hyn, er mwyn nodi sut y gellir eu cefnogi orau i roi'r gorau i ysmygu. Dangosodd yr adolygiad cyflym hefyd yr angen am ymchwil bellach yn y maes hwn, er mwyn sefydlu pa ymyriadau sydd wedi'u targedu at y grŵp hwn o bobl sydd fwyaf effeithiol wrth leihau ysmygu.

Gwella iechyd a llesiant plant a phobl ifanc

Cefndir

Yn 2019, roedd dros chwarter o blant yng Nghymru dros bwysau neu'n ordew. Mae cyfraddau gordewdra ymhlith plant yn rhannol oherwydd cyfraddau tlodi bwyd a ddiffinnir gan Lywodraeth Cymru fel yr anallu i sicrhau diet digonol a maethlon yng Nghymru, yn enwedig mewn rhannau difreintiedig o'r wlad. Yn ôl Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant, mae pobl ifanc rhwng 15 a 17 oed yn fwy tebygol o oryfed mewn pyliau.



Mae plant sy'n byw yn ardaloedd mwyaf difreintiedig Cymru 76% **yn fwy tebygol o fod yn ordew** o'u cymharu â phlant sy'n byw yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig.

Mae bron i hanner (45%) plant Cymru rhwng 7-11 oed, a chwarter (26%) y plant 12-18 oed, **yn poeni am gael digon o fwyd i'w fwyta**

Cyfran y plant sy'n ymgysylltu ym mhob ymddygiad ffordd o fyw

Ymddygiad Ffordd Iach o Fyw	2017/18	2019/20
Erioed wedi ysmygu	95%	94%
Byth/anaml yn yfed alcohol	80%	81%
Yn cwrdd â chanllawiau gweithgaredd corfforol dyddiol	18%	18%
Bwyta 5+ dogn o ffrwythau/llysiau bob dydd	46%	48%

Nid yw ymddygiadau ffordd o fyw iach plant wedi gwella dros y blynyddoedd diwethaf. Mae angen brys a momentwm am newid yn tyfu yng Nghymru. Mae data o arolwg Iechyd Cyhoeddus Cymru, Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus,ar amgylcheddau bwyd yn dangos cefnogaeth y cyhoedd i fesurau mwy ffurfiol i fynd i'r afael â bwyd a diodydd afiach:

63%

Cytunodd 63% o bobl y dylid defnyddio deddfau cynllunio i gyfyngu ar nifer y bwytai bwyd cyflym ger ysgolion

63%

Cytunodd 63% o bobl y dylai fod cyfyngiadau ar noddi digwyddiadau a thimau chwaraeon gan gwmnïau sy'n marchnata bwyd afiach

81%

Cytunodd 81% o bobl y dylai opsiynau diodydd iach, fel dŵr neu laeth, fod yr opsiwn diofyn ar gyfer cynigion prydau bwyd i blant.

82%

Cytunodd 82% o bobl y dylai fod cyfyngiadau oedran ar gyfer prynu bwyd a diodydd wedi'u labelu fel rhai nad ydynt yn addas i blant (e.e.: lefel uchel o gaffein neu siwgr)

83%

Cytunodd 83% o bobl y dylai llywodraethau ddefnyddio mesurau ariannol i ostwng pris bwydydd iachach fel ffrwythau a llysiau ffres.

Y sefyllfa

Mae tystiolaeth ryngwladol yn tynnu sylw at y ffaith y gall cyfyngiadau hysbysebu, gofynion oedran cyfreithiol, cynnydd mewn prisiau, a therfynau ar ble y gellir adeiladu siopau bwyd cyflym leihau amlygiad a mynediad at gynhyrchion nad ydynt yn iach. Gall hyn arwain at ganlyniadau iechyd gwell ymhlith plant a phobl ifanc, yn ogystal ag oedolion.

Gwnaethom

Arweiniodd Iechyd Cyhoeddus ddau adroddiad dysgu rhyngwladol a oedd yn mynd i'r afael â'r mater hwn:

- **Penderfynyddion Masnachol Iechyd**
- **Ysgogwyr Cyllidol i Fynd i'r Afael â Gordewdra.**

Mae tystiolaeth yn awgrymu bod pobl ifanc yn arbennig o agored i effeithiau andwyol gweithgareddau masnachol ar eu hiechyd.

Mae'r adroddiadau'n argymell sawl cam gweithredu i lunwyr polisi, gan gynnwys:

- blaenoriaethu gweithredu cyfyngiadau marchnata cynhwysfawr ar gyfer cynhyrchion nad ydynt yn iach
- cryfhau rheoliadau cynllunio trefol i reoli nifer y siopau bwyd cyflym ger ysgolion
- hyrwyddo ymyriadau mewn ysgolion i sicrhau amgylcheddau bwyd iach yn ogystal â chyfyngiadau ar farchnata ar-lein
- mae polisïau ariannol sy'n dylanwadu ar bris cymharol bwydydd a diodydd wedi cael eu hargymell dro ar ôl tro ar lefel fyd-eang fel opsiwn i hyrwyddo diet iach; a gallent fod â'r potensial i wneud eitemau iachach yn fwy fforddiadwy

Mae'r mesurau hyn yn gofyn am ymrwymiad, adnoddau ac addasu i'w gweithredu'n llwyddiannus. Nid un ateb mohonynt ac er y gallant gael effaith gadarnhaol ar brynu a bwyta/yfed, mae angen mesurau ehangach ar gyfer gorbwysau a gordewdra hefyd.

Beth nesaf

- Edrychodd Iechyd Cyhoeddus ar **oblygiadau cytundebau masnach rydd ar iechyd y cyhoedd** yn ogystal ag ymyriadau llwyddiannus ar draws cyfnodau bywyd, gan gynnwys y blynyddoedd cynnar, i **flaenoriaethu atal** a **gwerth cymdeithasol**. Gan adeiladu ar y dystiolaeth hon a dysgu rhyngwladol o bolisi ac ymarfer, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn llywio penderfyniadau a pholisïau Llywodraeth Cymru sy'n llunio ymddygiadau (af)iach plant a phobl ifanc, megis trethi a chymorthdaliadau, ymyriadau ysgol, bwyd cynaliadwy, ac eraill.
- Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru hefyd yn gweithio fel rhan o ddull systemau cyfan ynghylch pwysau iach gyda byrddau iechyd yng Nghymru a phartneriaid strategol i ail-lunio amgylcheddau bwyd lleol, gan nodi ysgogwyr lleol a chenedlaethol ar gyfer newid i blant, teuluoedd a chymunedau.
- Rydym hefyd yn rhan o'r agenda fyd-eang ac yn cyfrannu at lywio'r agenda trwy gyfrannu at adroddiadau a mentrau Sefydliad Iechyd y Byd.

Ymchwil i systemau rhybudd cynnar o lifogydd yn blaenoriaethu effaith ariannol yn hytrach nag iechyd

Cefndir

Gall llifogydd gael effaith sylweddol ar iechyd meddwl a chorfforol, pan fydd llifogydd gwirioneddol yn digwydd a phan fydd unigolion yn ymwybodol eu bod yn byw mewn ardal lle mae perygl o lifogydd.

Y sefyllfa

Mae ymchwil sydd eisoes yn bodoli i fanteision systemau rhybudd cynnar o lifogydd wedi canolbwyntio ar eu heffaith ar golledion diriaethol, megis difrod i eiddo, yn hytrach nag ystyried eu heffeithiolrwydd ar gyfer lleihau effeithiau negyddol llifogydd ar iechyd.

Gwnaethom

Archwiliodd y Gwasanaeth Tystiolaeth yn Iechyd Cyhoeddus Cymru a yw systemau rhybudd cynnar o lifogydd wedi bod yn effeithiol wrth liniaru effeithiau llifogydd ar iechyd.

Ychydig iawn o dystiolaeth a ganfu'r adolygiad sy'n ystyried effeithiolrwydd systemau rhybudd cynnar o lifogydd ar effeithiau iechyd. Mae'r rhan fwyaf o'r ymchwil presennol yn canolbwyntio ar yr effaith lliniarol y mae systemau'n ei chael ar eiddo neu asedau diriaethol eraill.

Roedd rhywfaint o dystiolaeth bod y rhai a dderbyniodd rybuddion cynnar o lifogydd ar eu hennill. Mae'r ymchwil yn awgrymu po hiraf o rybudd i lifogydd, y lleiaf yw'r effeithiau negyddol tymor byr neu hirdymor ar iechyd.

Dangosodd astudiaeth arall fod iselder ac Anhwylder Straen wedi Trawma (PTSD) yn uwch ymhlith pobl a gafodd eu dadleoli gan lifogydd ac nad oeddent wedi cael unrhyw rybudd cynnar, o'u cymharu â'r rhai a gafodd rybudd am lifogydd fwy na 12 awr ymlaen llaw.

Yn ogystal â hyn, cynhaliodd y Gwasanaeth adolygiad cwmpasu o'r dystiolaeth a oedd yn archwilio ymyriadau i gefnogi iechyd meddwl a llesiant mewn ardaloedd sydd mewn perygl o lifogydd ac ar ôl digwyddiad llifogydd.

Ni chanfu'r adolygiad cwmpasu unrhyw ymchwil eilaidd a oedd yn canolbwyntio'n llwyr ar ymyriadau iechyd meddwl a llesiant i'r rhai yr effeithiwyd arnynt gan lifogydd. Fodd bynnag, roedd peth ymchwil a oedd yn ystyried trychinebau yn fwy cyffredinol ac a awgrymodd fod trallod o ganlyniad i lifogydd fel arfer yn rhywbeth dros dro i'r rhan fwyaf o bobl, ond y gallai fod angen cyfeirio rhai pobl at wasanaethau iechyd meddwl arbenigol ar gyfer problemau seicolegol sylweddol a pharhaus.

Beth nesaf

Mae gwaith datblygu blaenoriaethau ymchwil Iechyd Cyhoeddus Cymru ynghylch newid hinsawdd, gan gynnwys llifogydd, yn parhau oherwydd yr adolygiadau cwmpasu a thystiolaeth a'r astudiaethau ymchwil a gynhelir gan y Gwasanaeth Tystiolaeth.

Monitro a Gwella Canlyniadau – Gwelliant Parhaus

Clefydau Trosglwyddadwy

Cefndir

Mae clefyd trosglwyddadwy yn un sy'n lledaenu clefyd o un person i'r llall. Gellir ei ledaenu hefyd o anifail neu arwyneb i berson. Gall clefyd trosglwyddadwy achosi brigiadau o achosion, afiechyd a marwolaeth, tarfu ar wasanaethau a gall arwain at gostau a gorbryder.

Y sefyllfa

Yng Nghymru mae gennym gynllun manwl sy'n rhoi arweiniad ynghylch sut i reoli clefydau a brigiadau o achosion o'r fath - y Cynllun ar gyfer Brigiadau o Achosion o Glefydau Trosglwyddadwy yng Nghymru a gafodd ei ddiweddaru a'i gyhoeddi yn 2024 ar ôl adolygiad helaeth gan Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Gwnaethom

Cynhaliwyd nifer o ymarferion yn 2024-25 gan gynnwys ymarfer Fad Faeln ac ymarfer MPOX a ddangosodd allu a pharodrwydd y system i ymateb i achosion o glefydau trosglwyddadwy a'u rheoli. Mae adroddiadau dilynol wedi cael eu cyhoeddi mewn perthynas â'r ymarferion hyn ac mae dysgu perthnasol yn cael ei wreiddio.

Beth nesaf

Byddwn yn parhau i brofi a gwella ein gwydnwch a'n parodrwydd i ddarparu ymateb diogel, amserol, teg, effeithlon, effeithiol ac un sy'n canolbwyntio ar bobl wrth ymdrin ag achosion, digwyddiadau a brigiadau o achosion clefydau amgylcheddol a throsglwyddadwy, gan gynnwys:

- cynnal Ymarfer Parhad Busnes Seiberddiogelwch yn Sgil Tarfu Digidol ar draws yr is-adran lle byddwn wedyn yn rhoi'r hyn a ddysgwyd ar waith
- cymryd rhan weithredol yn Ymarfer Pegasus cenedlaethol (i brofi ein hymateb i Bandemig) ac yna rhoi'r dysgu ar waith
- cydweithio â'n partneriaid i adolygu ac adnewyddu canllawiau'r Tîm Rheoli Digwyddiadau Iechyd Cyhoeddus Amgylcheddol.

5.12

Dull Systemau Cyfan

Mae dull systemau cyfan yn disgrifio camau gweithredu cyfunol cymunedau a llawer o sefydliadau i fynd i'r afael â materion sy'n wynebu cymunedau lleol ar y cyd.

Fel y sefydliad iechyd cyhoeddus blaenllaw yng Nghymru, ni allwn gyflawni'r effaith a'r newid uchelgeisiol ledled ein poblogaeth heb y partneriaid a'r rhanddeiliaid niferus yr ydym yn cydweithio â nhw.

Gweithio ar y cyd i wella canlyniadau

Gwaith Cenedlaethol ar Drais a Thrawma

Cefndir

Mae Uned Atal Trais Cymru yn dîm a gynhelir gan Heddlu De Cymru sydd â nifer o bartneriaid gwahanol. Mae'n cael ei ariannu gan y Swyddfa Gartref. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn aelod sefydlu ac mae ganddo dîm ymchwil a chyfathrebu bach yn yr Uned Atal Trais. Mae Hwb Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) Cymru yn darparu rhaglen waith a ariennir gan Lywodraeth Cymru. Mae'r ddwy yn enghreifftiau o ddulliau systemau cyfan.

Y sefyllfa

Mae Iechyd Cyhoeddus yn gweithio gydag arbenigwyr a phartneriaid lleol a rhyngwladol yn y meysydd hyn i gefnogi ymyriadau cymunedol a all, yn eu tro, gefnogi pobl sy'n byw gydag effaith trais a thrawma. Mae hyn yn ein helpu i gefnogi unigolion sy'n profi gofid gydol oes oherwydd eu hamlygiad ac mae hefyd yn ein helpu i weithio gyda'n gilydd i adeiladu cymunedau mwy gwydn yng Nghymru.

Gwnaethom

Aeth y gwaith o weithredu Fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma yn ei flaen gyda Grŵp Llywio sefydledig wedi'i gyd-gadeirio gan Hwb ACE Cymru a Straen Trawmatig Cymru. Sefydlwyd gweithgorau i arwain ar feysydd blaenoriaeth fel plant a phobl ifanc, cyfathrebu ac ymgysylltu, monitro a gwerthuso.

Datblygwyd nifer o adnoddau, gan gynnwys ymchwil ar yr hyn sy'n gweithio, e-ddysgu a chanllawiau ar ymarfer myfyriol a mannau ffisegol, yn ogystal â gwerthusiadau annibynnol o'r pecyn cymorth a gwaith penodol i'r sector.

Bu'r Uned Atal Trais yn bwrw ymlaen â gweithrediad Fframwaith Cymru Heb Drais gan ddatblygu pecyn cymorth 'Dynion a Bechgyn' deniadol i ddarparu ystod o wybodaeth hygyrch ar gyfer deall, cefnogi ac asesu'n feirniadol y rôl y gall rhaglenni sy'n ymgysylltu â dynion a bechgyn ei chwarae wrth atal trais.

Beth nesaf

Byddwn yn cwblhau gweithrediad Fframwaith Cymru sy'n Ystyriol o Drawma gyda phrosiectau a mentrau i gefnogi ymgysylltiad cymunedol effeithiol a chynhwysol. Bydd deall profiad ac effaith trawma hiliol, a datblygu adnoddau a chanllawiau ymhellach ar gyfer y GIG, gofal cymdeithasol ac addysg yn ffocws allweddol o'r gwaith parhaus hwn.

Bydd yr Uned Atal Trais, a elwir bellach yn Dîm Atal Trais, yn parhau i chwarae rhan genedlaethol wrth hybu blaenoriaethu atal sylfaenol. Bydd gweithrediad Fframwaith Cymru Heb Drais yn parhau i gefnogi ardaloedd lleol i haneru troseddau cyllyll a Thrais yn erbyn Menywod a Merched yn y deng mlynedd nesaf.

Dulliau Ysgol Gyfan a Systemau Cyfan ar gyfer Iechyd a Llesiant

Cefndir

Mae gan ein hysgolion a'n lleoliadau addysg blynyddoedd cynnar le unigryw o ran dylanwadu ar iechyd a llesiant plant a phobl ifanc. Mae cefnogaeth rhieni wedi'i nodi fel un o'r prif ysgogwyr sy'n galluogi lleoliadau i ymgorffori dulliau ysgol gyfan ar gyfer iechyd a llesiant.

Y sefyllfa

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn chwarae rhan flaenllaw o ran hybu a gweithredu dulliau ysgol gyfan a systemau cyfan o ymdrin ag iechyd a llesiant. Dyma dair rhaglen gyflenwol a gyflwynir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, ar ran Llywodraeth Cymru:

- Rhwydwaith Ysgolion Cymru sy'n Hybu Iechyd a Lles (WNHWPS)
- Dull Ysgol Gyfan ar gyfer Llesiant Emosiynol a Meddyliol (WSAEMWB)
- Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy (HSPSS)

Gyda chymorth ar waith i gymryd camau seiliedig ar dystiolaeth i wreiddio iechyd a llesiant yng ngwead yr ysgol neu'r feithrinfa, gan gefnogi iechyd a llesiant corfforol, meddyliol ac emosiynol gydol oes.

Gwnaethom

Dangosodd arolwg a gynhaliwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru a'i gyhoeddi ym mis Ebrill 2024 fod y rhan fwyaf o bobl yng Nghymru yn cefnogi gweld ysgolion a meithrinfeydd yn chwarae rhan mewn canlyniadau iechyd a llesiant i rai dan 18 oed. Dangosodd y canlyniadau fod cefnogaeth i rôl lleoliadau addysgol (e.e, ysgolion a meithrinfeydd) yn uchel ar draws pob un o'r naw maes iechyd a llesiant plant y gwnaethom holi amdanynt.

Beth nesaf

Bydd ein timau'n parhau i roi cymorth lleol i ysgolion a lleoliadau blynyddoedd cynnar, dan arweiniad offer, canllawiau ac adnoddau cenedlaethol, i helpu i nodi eu blaenoriaethau iechyd a llesiant, datblygu cynlluniau gweithredu, a chael mynediad at gymorth ychwanegol fel hyfforddiant, i ddiwallu anghenion cymuned eu hysgol.

Gweithgarwch corfforol ymhlith disgyblion ysgolion uwchradd yng Nghymru

Cefndir

Gwyddom fod gweithgarwch corfforol rheolaidd yn cynnig manteision iechyd meddwl a chorfforol sylweddol i blant a phobl ifanc. Mae'n gwella ffitrwydd cardiofasgwlaidd, yn cryfhau esgyrn, ac yn lleihau'r risg o glefydau cronig fel diabetes a phwysedd gwaed uchel. Mae cymryd rhan mewn gweithgaredd corfforol yn gysylltiedig â chwsg o well ansawdd, llai o symptomau gorbryder ac iselder, a gwell perfformiad academaidd.

Mae Canllawiau Prif Swyddog Meddygol y DU yn argymell y dylai plant a phobl ifanc 5-18 oed gymryd rhan mewn o leiaf 60 munud o weithgarwch corfforol cymedrol i egnïol bob dydd ar gyfartaledd drwy gydol yr wythnos.

Dros y degawd diwethaf, mae lefelau gweithgarwch corfforol ymhlith plant a phobl ifanc yng Nghymru wedi dangos gostyngiad ers 2017, gyda dim ond 16% o bobl ifanc yn 2021 yn cyflawni'r 60 munud o weithgarwch corfforol dyddiol a argymhellir. Er gwaethaf gwelliant mwy diweddar, mae lefelau gweithgarwch cyffredinol yn parhau i fod yn isel – yn enwedig ymhlith pobl ifanc hŷn a merched. Mae plant o gefndiroedd mwy cyfoethog yn fwy tebygol o gymryd rhan mewn gweithgaredd corfforol rheolaidd.

Mae'r tueddiadau hyn yn tynnu sylw at yr angen am ymyriadau wedi'u targedu i hyrwyddo gweithgarwch corfforol ymhlith pobl ifanc yng Nghymru.

Y sefyllfa

Mae ysgolion eu hunain yn cynnig cyfle delfrydol i fynd i'r afael â gweithgarwch corfforol ymhlith plant a phobl ifanc. Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio gyda phartneriaid cenedlaethol, gan gynnwys Llywodraeth Cymru, Chwaraeon Cymru, a Cyfoeth Naturiol Cymru, i ddatblygu'r Dull Ysgol Gyfan Bywiog Bob Dydd o ran Gweithgarwch Corfforol ("Bywiog Bob Dydd"). Nod hyn yw gwella cyfleoedd ar gyfer gweithgarwch corfforol yn ystod y diwrnod ysgol ac o'i amgylch, gan ganolbwyntio ar feysydd fel gwersi egnïol, datblygu addysg gorfforol a theithio llesol.

Gwnaethom

Mae arolwg Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Mewn Ysgolion (SHRN) sy'n canolbwyntio ar Gymru yn un o'r arolygon mwyaf o ddisgyblion ysgol yn y DU. Bob dwy flynedd mae'n gofyn cwestiynau ar amrywiaeth o bynciau gan gynnwys llesiant meddyliol, defnyddio sylweddau a bywyd ysgol. Cafodd yr arolwg diweddaraf ei gwblhau gan bron 130,000 o ddysgwyr ym mlynyddoedd 7 i 11, mewn 200 o ysgolion uwchradd a gynhelir ledled Cymru.

Mae'r canlyniadau wedi'u cynnwys fel rhan o ddiweddariad newydd i'r **Dangosfwrdd Iechyd a Llesiant Plant Ysgol Uwchradd**, sef offeryn hawdd ei ddefnyddio sy'n galluogi defnyddwyr fel ysgolion, y llywodraeth ac awdurdodau lleol i edrych ar ffigurau o arolygon SHRN dros amser. Mae'r dangosfwrdd yn galluogi defnyddwyr i archwilio'r data yn ôl rhanbarthau gwahanol, oedrannau, rhywedd a chyfoeth teulu, gan roi cyfle i nodi tueddiadau ar gyfer pobl ifanc yng Nghymru.

Un enghraifft o'r canfyddiadau yw cynnydd mewn lefelau gweithgarwch corfforol gan wrthdroi dirywiad a ddechreuodd yn 2017. Mae angen rhoi sylw arbennig ar annog mwy o weithgarwch corfforol ymhlith pobl ifanc (yn enwedig merched) wrth iddynt symud ymlaen trwy eu harddegau.

Beth nesaf

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio'n agos gyda Llywodraeth Cymru, Chwaraeon Cymru, a Cyfoeth Naturiol Cymru i ddatblygu'r Dull Ysgol Gyfan Bywiog Bob Dydd o ran Gweithgarwch Corfforol. Nod Bywiog Bob Dydd yw gwella darpariaeth addysg gorfforol o ansawdd uchel a chreu profiadau a chyfleoedd cadarnhaol ar gyfer gweithgarwch corfforol yn ystod ac o amgylch y diwrnod ysgol. Mae'r fenter hon yn mabwysiadu dull ysgol gyfan o ymdrin â gweithgarwch corfforol, gan hyrwyddo iechyd gydol oes, llythrennedd corfforol, a mwynhad o weithgareddau corfforol sydd wedi'u teilwra i allu pawb.

Mae amrywiaeth o weithgareddau datblygu a darganfod wedi cynnal, wedi'u llywio gan ddata o arolwg SHRN a ffynonellau gwybodaeth eraill. Mae Bywiog Bob Dydd bellach yn datblygu fframwaith asesu ar gyfer ysgolion a bydd yn cefnogi ysgolion i wella eu cynnig gweithgarwch corfforol dros y blynyddoedd nesaf.

Cynllun Gweithredu Atal Gordewdra Gofal Sylfaenol

Cefndir

Mae gordewdra yn bryder iechyd difrifol sy'n cynyddu'r risg o lawer o gyflyrau iechyd eraill fel clefyd y galon, diabetes math 2 a rhai mathau o ganser fel canser y coluddyn. Yn ogystal â bod yn bryder sylweddol i iechyd y cyhoedd, mae hefyd yn rhoi pwysau sylweddol ar ein hadnoddau iechyd ac ariannol.

Y sefyllfa

Y llynedd, gwnaethom gyflwyno'r gwaith a arweiniwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru drwy ddau adroddiad i gefnogi'r gwaith o atal gordewdra a rheoli pwysau yng Nghymru, gyda ffocws penodol ar Ofal Sylfaenol. Parhaodd yr argymhellion o'r adroddiadau hyn i fod yn ffocws i ni yn 2024-25. Dyma'r argymhellion:

- cefnogi'r daith sy'n canolbwyntio ar yr unigolyn mewn gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned
- cefnogi'r gweithlu gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned i reoli gorbwysau a gordewdra yn hyderus
- optimeiddio defnydd o ddata am orbwysau a gordewdra a thechnolegau gofal iechyd digidol mewn gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned
- datblygu arweinyddiaeth a llywodraethu i yrru'r gwaith o weithredu camau gweithredu mewn gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned.

Gwnaethom

Gwnaed cynnydd sylweddol yn erbyn Cynllun Gweithredu Atal Gordewdra Gofal Sylfaenol i wella cymorth rheoli pwysau mewn gofal sylfaenol a gofal yn y gymuned, gyda gweithgarwch sylweddol wedi digwydd mewn perthynas â 24 allan o'r 29 o gamau gweithredu yn y Cynllun.

Amlygodd adroddiad a gyhoeddwyd ym mis Tachwedd 2024 fod y rhan fwyaf o'r camau gweithredu yn y Cynllun wedi'u cyflawni drwy weithgarwch mewn pedwar maes 'sbotolau':

- cefnogi atal gordewdra a rheoli pwysau ôl-enedigol mewn menywod hyd at bum mlynedd ar ôl beichiogrwydd
- integreiddio Llwybr Rheoli Pwysau Cymru Gyfan (AWWMP) i gynlluniau trin cleifion
- cefnogi atal a rheoli cyflyrau cyhyrysgerbydol fel osteoarthritis
- darparu adnoddau i gefnogi'r gweithlu gofal sylfaenol a chymunedol i wella dulliau rheoli pwysau.

Ochr yn ochr â'r adroddiad, cyhoeddwyd ffeithlun hefyd i helpu llunwyr polisi, ymarferwyr ac ymchwilwyr i ddeall a chefnogi dulliau rheoli pwysau ôl-enedigol yn well mewn gofal sylfaenol a chymunedol.

Beth nesaf

Yn ystod 2025-26, byddwn yn blaenoriaethu:

- cynnal ac adeiladu ar y momentwm a gyflawnwyd mewn meysydd gwaith allweddol, gan gynnwys iechyd a llesiant ôl-enedigol, gwreiddio atal gordewdra mewn llwybrau clinigol, a datblygu adnoddau mwy defnyddiol ar gyfer y gweithlu gofal sylfaenol a chymunedol
- mynd i'r afael â heriau i wneud cynnydd ar ddatblygiadau digidol a llesiant y gweithlu.

Fepio ar gyfer dysgwyr oed uwchradd yng Nghymru

Cefndir

Mae fepio yn ymddygiad sy'n achosi pryder parhaus, yn enwedig ymhlith pobl ifanc. Mae gennym rôl i'w chwarae wrth nodi tueddiadau newydd a allai effeithio ar iechyd ein poblogaeth. Mae fepio yn un o'r tueddiadau newydd hyn ac mae'n cynnwys anadlu anwedd i mewn ac allan. Mae'r anwedd fel arfer yn cynnwys nicotin a chyflasyn.

Y sefyllfa

Y llynedd, fe dreulion ni amser yn deall y data a'r tueddiadau mewn fapio ymhlith plant a phobl ifanc, a rhoi gwybod i chi am ddogfen a gynhyrchwyd gennym i gefnogi ysgolion i ymateb i anweddu: **Canllawiau ar Fepio**. Mae fepio yn parhau i fod yn faes blaenoriaeth i ni yn 2025-26.

Gwnaethom

Yn ystod 2024-25, i ategu'r wybodaeth a'r canllawiau ar fepio ar gyfer ysgolion, gwnaethom gynhyrchu pecyn cymorth cwricwlwm manwl a oedd yn darparu canllawiau i athrawon, banciau gwybodaeth a gweithgareddau ystafell ddosbarth. Gwnaethom hefyd ddatblygu a chyhoeddi canllawiau penodol i rieni a gofalwyr ar fepio i'w helpu i ddeall materion allweddol, canfod a yw eu plentyn yn fepio, a chael sgyrsiau cefnogol.

Beth nesaf

Yn ystod 2025-26 byddwn yn:

- cynhyrchu gweminar i staff ysgolion ar fepio
- datblygu set o adnoddau i gefnogi gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phobl ifanc sy'n fepio i ddarparu ymyriad byr
- creu cynnig Helpa Fi i Stopio wedi'i deilwra ar gyfer pobl ifanc sy'n fepio ac sy'n ddibynnol ar nicotin i'w cynorthwyo i roi'r gorau i fepio.

6. System Rheoli Ansawdd

Cefndir

Mae'r Ddyletswydd Ansawdd yn ei gwneud yn ofynnol i Weinidogion Cymru a chyrff y GIG ddatblygu eu system rheoli ansawdd (QMS) gyda ffocws priodol ar reoli ansawdd, cynllunio ansawdd, gwella ansawdd a sicrhau ansawdd er mwyn creu diwylliant o ansawdd o fewn sefydliadau. Mae angen i wella gwasanaethau ac effaith fod wrth wraidd popeth a wnawn[2].

Y sefyllfa

Yn ystod 2024-25, gwnaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru, fel rhan o'i ymrwymiad i'r Ddyletswydd Ansawdd, barhau i ddatblygu dull i'r sefydliad ddod yn sefydliad sy'n cael ei ysgogi gan ansawdd.

Gwnaethom

- Gwnaethom ddatblygu a chyhoeddi fideos animeiddiedig byr ar gyfer ein staff, i godi ymwybyddiaeth a gwybodaeth am y Ddyletswydd Ansawdd, Safonau Ansawdd Iechyd a Gofal, a phob agwedd ar System Rheoli Ansawdd.
- Gwnaethom sefydlu Grŵp Goruchwyliaeth Ansawdd pwrpasol i ddarparu fforwm strwythuredig ar gyfer trafod materion sy'n ymwneud â'r Ddyletswydd Ansawdd. Mae'r Grŵp Goruchwyliaeth Ansawdd yn elfen allweddol wrth ein cefnogi i ddod yn sefydliad sy'n cael ei yrru gan ansawdd ac sy'n rhannu dysgu.
- Gwnaethom ddatblygu a gweithredu offeryn hunanasesu digidol Dyletswydd Ansawdd Safonau Ansawdd Iechyd a Gofal. Mae'r offeryn hwn yn ein helpu i adrodd ar ansawdd ein gwasanaethau a'u hasesu ledled y sefydliad, sbarduno penderfyniadau o ansawdd a rhannu dysgu. Byddwn yn gallu monitro ein heffaith drwy ddangosfwrdd mesur a fydd yn cael ei ddatblygu yn 2025-26.
- Mae Canolfan Gwella ac Arloesi Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi gweithio gyda phob maes ac ar draws y sefydliad i gefnogi gwaith gwella ansawdd, meithrin sgiliau gwella yn ein staff a galluogi arloesedd i ffynnu.
- Gwnaethom gaffael a dechrau gweithredu system ddigidol sy'n ein galluogi i gofnodi'r holl waith archwilio a wnawn. Mae archwilio yn ein helpu i sicrhau cyflawniad yn erbyn safonau a bydd y system newydd hon yn gwella ein gallu i gofnodi canlyniadau, camau gweithredu a rhannu dysgu.

[2] Canllawiau Statudol Dyletswydd Ansawdd 2023 a Safonau Ansawdd 2023

Beth nesaf

- Yn 2025-26, byddwn yn cefnogi ein timau a'n gwasanaethau i ddatblygu'r dull System Rheoli Ansawdd hwn. Byddwn yn gweithredu meysydd gwella o'n hasesiad yn erbyn y Safonau Ansawdd Iechyd a Gofal ac yn rhannu cynnydd a dysgu.
- Byddwn yn datblygu teclyn digidol a fydd yn ein galluogi i gynnal Asesiadau Effaith Ansawdd fel y gallwn ddeall a chofnodi effaith unrhyw newidiadau rydym yn bwriadu eu gwneud ar ansawdd ein gwasanaethau a gwella ein prosesau gwneud penderfyniadau ansawdd.
- Bydd Canolfan Gwella ac Arloesi Iechyd Cyhoeddus Cymru yn parhau i gefnogi pob rhan o'r sefydliad i sbarduno gwelliant ansawdd ac arloesedd, rhannu dysgu o'r gwaith, a chyrraedd mwy o staff i feithrin gwybodaeth a sgiliau gwella ac arloesi ar draws ein gweithlu.
- Byddwn yn monitro'r cynnydd a wneir er mwyn i ni allu darparu tystiolaeth a sicrwydd i'r bobl sy'n defnyddio ein gwasanaethau bod gennym y systemau cywir ar waith i ddarparu gwasanaethau rhagorol, ac i ddysgu a gwella'n barhaus.

7. Nodyn i gloi

Mae'r ail Adroddiad Blynyddol Dyletswydd Ansawdd hwn wedi adeiladu ar adborth o adroddiad y llynedd.

Gobeithiwn ei fod yn drosolwg defnyddiol o'n cynnydd a'n hymdrechion eleni i barhau i wella ansawdd ein gwasanaethau. Byddwn yn parhau i ddefnyddio'r 12 Safon Ansawdd i ganoli ein gwaith dyddiol a'n strategaeth a'n gweledigaeth ar gyfer Cymru iachach, gan gyflawni rhagoriaeth ym mhopeth a wnawn a pharhau i fod yn sefydliad sy'n dysgu ac yn gwella.

Hoffwn ddiolch i bawb sydd wedi cyfrannu at yr adroddiad hwn, ac i chi, ein poblogaeth am gymryd yr amser i'w ddarllen a chefnogi ein gwaith.