Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

# Fepio a Smygu ymhlith Dysgwyr ym Mlwyddyn 7 i 11 yng Nghymru

## Dadansoddiad o Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) mewn Ysgolion Uwchradd y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN), 2025.

Medi 2026


Chris Emmerson, Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Rebecca Hughes, Dadansoddwr Gwybodaeth, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Mary-Ann McKibben, Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Laura Rich, Prif Ymarferydd Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Dr Nicholas Page, Cymrawd Ymchwil, Prifysgol Caerdydd


*Mae'r ddogfen yma ar gael yn y Gymraeg/This document is available in Welsh*

# Cynnwys


**1. Crynodeb gweithredol** ..... **4**

1.1. Cyd-destun ..... 4

1.2. Y canfyddiadau allweddol ..... 5

**2. Cyflwyniad** ..... 6

**3. Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) mewn Ysgolion Uwchradd y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)** ..... 7

**4. Fepio ymhlith dysgwyr blwyddyn 7 i 11 yng Nghymru** ..... 7

4.1 Y rhai sy'n fepio'n rheolaidd ..... 7

4.2 'Defnyddio (fêps) erioed' ..... 8

**5. Ysmygu ymhlith dysgwyr blwyddyn 7 i 11 yng Nghymru** ..... 9

5.1 Y rhai sy'n ysmygu'n rheolaidd ..... 10

5.2 'Defnyddio tybaco erioed' ..... 11

**6. Ysmygu a fepio** ..... 12

**7. Y cyfyngiadau** ..... 13

**8. Casgliad** ..... 14

**Cydnabyddiaeth** ..... 15

**Atodiad 1: Tablau data** ..... 16

**Atodiad 2: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)** ..... 22

**Cyfeiriadau** ..... 23

# Rhestr o Ffigurau

**Ffigur 1:** Defnydd rheolaidd o fêps (o leiaf bob wythnos), yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) .......... **8**

**Ffigur 2:** Defnyddio fêp erioed, yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) .......... **9**

**Ffigur 3:** Ysmygu'n rheolaidd (o leiaf bob wythnos), yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) .......... **11**

**Ffigur 4:** Ffigur 2: Defnyddio tybaco erioed, yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)... **11**

**Ffigur 5:** (1) Defnydd rheolaidd o fêps yn unig (2) defnydd rheolaidd o dybaco yn unig (3) defnyddwyr deuol rheolaidd (o leiaf bob wythnos), blynyddoedd 7 i 11, 2017-25. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN). Noder efallai na fydd y cyfrannau yn y ffigur hwn yn cyfateb .......... **13**

# Fepio a Smygu ymhlith Dysgwyr ym Mlwyddyn 7 i 11 yng Nghymru

## 1. Crynodeb gweithredol

### 1.1. Cyd-destun

- Mae nifer y dysgwyr oedran ysgol sy'n fepio wedi cynyddu'n sylweddol yn ystod y blynyddoedd diwethaf yng Nghymru, gyda chyfran gynyddol o'r rhai sy'n fepio'n nodi nad ydynt erioed wedi ysmygu neu nad ydynt yn ysmygu'n rheolaidd. Bu cryn bryder ymhlith llunwyr polisi, athrawon ac arweinwyr addysg, gweithwyr gofal iechyd a gweithwyr iechyd y cyhoedd proffesiynol a phobl ifanc eu hunain ynghylch effaith y cynnydd hwn.

- Fodd bynnag, mae tystiolaeth ddiweddar wedi awgrymu y gallai'r cynnydd hwn fod yn sefydlogi neu'n gostwng ychydig mewn grwpiau oedran iau.

- Mae pobl ifanc yn parhau i fod â dealltwriaeth wael o'r niwed o ganlyniad i fepio o'i gymharu ag ysmygu.

- Ers mis Mehefin 2025, mae gwerthu fêps untro wedi'i wahardd yng Nghymru a gwledydd eraill y DU. Derbyniodd Deddf Tybaco a Fêps Gydsyniad Brenhinol ym mis Ebrill 2026. Mae'r ddeddf yn gwahardd gwerthu tybaco i unrhyw un a aned ar ôl 1 Ionawr 2009 ac yn creu pwerau i Lywodraeth Cymru a Llywodraeth y DU reoleiddio tybaco a fêps ymhellach.

- Er bod tystiolaeth o effaith gwahardd fêps untro yn dal i ddod i'r amlwg, a bod Deddf Tybaco a Fêps wedi dod yn gyfraith ar ôl arolwg 2025 y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN), mae pasio'r ddau ddarn hyn o ddeddfwriaeth/rheoliad wedi cael sylw mawr yn y cyfryngau ac efallai eu bod wedi dylanwadu ar agweddau ac ymddygiadau.

- Mae Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) yn arolwg mawr mewn ysgolion sy'n cynnwys eitemau ar ymddygiadau ysmygu a fepio pobl ifanc. Cymerodd cyfanswm o 130,361 o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 o 201 o ysgolion yng Nghymru ran yn y broses o gasglu data rhwng mis Medi a mis Rhagfyr 2025.

## 1.2. Y canfyddiadau allweddol

- Erbyn hyn, cyfran y dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 yng Nghymru sy'n nodi eu bod yn fepio o leiaf unwaith yr wythnos yw 5.2%. Mae hyn yn cynrychioli gostyngiad ers 2023, pan oedd y gyfradd yn 7%. Mae cyfradd fepio yn y grwpiau blwyddyn hyn bellach yn gymharol â 2021, pan gafodd ei chofnodi'n 5.4

- Mae cyfraddau fepio yn parhau i fod yn uwch ymhlith merched (6.6%) na bechgyn (3.7%) ac mae'r dystiolaeth yn awgrymu bod cyfraddau fepio ym mhob blwyddyn ysgol yn sefydlog neu'n gostwng. Amcangyfrifir mai'r cyfraddau ymhlith dysgwyr Blwyddyn 11 bellach yw 12.8% o'i gymharu â 15.9% yn 2023.

- Mae cyfran y dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 sy'n nodi eu bod wedi rhoi cynnig ar fêp erioed wedi gostwng o 25.7% yn 2023 i 21% yn 2025. Unwaith eto, mae'r ffigur ar gyfer 2025 yn gymharol â'r hyn a gofnodwyd yn 2021 (20.5%). Mae cyfraddau 'defnyddio (fêps) erioed' a gofnodwyd wedi gostwng ym mhob grŵp blwyddyn o'u cymharu â 2023.

- Erbyn hyn, dim ond 1.8% o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 sy'n ysmygu'n rheolaidd o'i gymharu â 2.7% yn 2023 a 3.1% yn 2021. Mae hyn yn awgrymu bod y gostyngiad yng nghyfran y dysgwyr yn y blynyddoedd hyn sy'n ysmygu'n rheolaidd yn cyflymu.

- Roedd cyfanswm o 5.9% o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 naill ai'n ysmygu neu'n fepio'n rheolaidd yn 2025, o'i gymharu ag 8% yn 2023. Fel yn 2023, y rhai sy'n fepio yn unig yw mwyafrif y defnyddwyr nicotin, sef 4.1% o'r holl ddysgwyr. Mae cyfanswm o 0.7% o'r holl ddysgwyr yn ysmygu yn unig ac mae 1.1% yn nodi eu bod yn ysmygu ac yn fepio. Mae'r patrwm hwn yn debyg i 2023, gyda'r rhan fwyaf o'r rhai sy'n ysmygu hefyd yn fepio

- Y defnydd cyffredinol o nicotin (ysmygu a fepio) ymhlith dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 yn 2025 oedd 6%, sef gostyngiad o 8% yn 2023 a'r gyfran isaf a gofnodwyd ers Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) 2019.

- Gan ddefnyddio ffigurau diweddaraf Llywodraeth Cymru ar gyfer nifer y disgyblion sydd wedi cofrestru mewn ysgolion a gynhelir yng Nghymru yn ôl blwyddyn a grŵp blwyddyn, mae'r data hyn yn awgrymu bod tua 9,100 o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 yn fepio'n rheolaidd a 3,200 yn ysmygu'n rheolaidd. Mae'r amcangyfrifon hyn yn cynrychioli gostyngiadau o tua 3,200 o ddysgwyr yn fepio a 1,600 yn ysmygu o'u cymharu â 2023. Mae tua thraean o'r rhai sy'n fepio a'r rhai sy'n ysmygu yn y grwpiau blwyddyn hyn ym Mlwyddyn 11

## 2. Cyflwyniad

Mae fepio yn llawer llai niweidiol nag ysmygu ond nid yw heb ei risg[1]. Er mai dim ond lleiafrif o ddysgwyr oedran uwchradd sy'n fepio, mae cynnydd bob dwy flynedd mewn cyfraddau ymhlith dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 yng Nghymru wedi'i arsylwi mewn data o Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) ers 2017[2]. Mae'r cynnydd hwn wedi achosi pryder, yn enwedig mewn perthynas â dibyniaeth ar nicotin ymhlith plant a phobl ifanc, ymhlith llunwyr polisi, gweithwyr proffesiynol addysg, gofal iechyd, iechyd y cyhoedd a gwasanaethau ieuenctid, a rhieni a gofalwyr, yn ogystal â phlant a phobl ifanc eu hunain[3].

Egwyddor graidd o bolisi ac arfer yng Nghymru a'r DU yw na ddylai plant a phobl ifanc fepio[1]. Mae nifer o fesurau polisi allweddol wedi'u cymryd i leihau cyfraddau fepio ymhlith plant a phobl ifanc yng Nghymru a'r DU. Mae wedi bod yn anghyfreithlon gwerthu fêps i unrhyw un o dan 18 oed ers 2015 ac mae hysbysebu fêps trwy gyfryngau darlledu, papurau newydd a chylchgronau, a nawdd wedi bod yn anghyfreithlon ers 2016. Yn fwy diweddar, daeth gwaharddiad ar fêps untro (a roddwyd ar waith drwy ddeddfwriaeth amgylcheddol ond y mae disgwyl y bydd yn lleihau argaeledd cynhyrchion fepio rhad) i rym ym mis Mehefin 2025; a derbyniodd Deddf Tybaco a Fêps Gydsyniad Brenhinol ym mis Ebrill 2026. Mae'r Ddeddf yn creu pwerau i Lywodraeth Cymru a Llywodraeth y DU roi cyfyngiadau ar waith ar drwyddedu manwerthu, dylunio fêps, pecynnu a marchnata mewn mannau gwerthu. Er mai dim ond ychydig fisoedd cyn Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) 2025 y daeth y gwaharddiad ar fêps untro i rym a bod y Ddeddf Tybaco a Fêps wedi'i phasio ar ôl i'r arolwg ddod i ben, roedd y ddau ddarn hyn o ddeddfwriaeth wedi cael sylw mawr yn y cyfryngau ac mae tystiolaeth i awgrymu y gallai hyn fod wedi cael effaith ar gyfraddau fepio[4].

Mae nifer o arolygon cenedlaethol wedi awgrymu y gallai cyfraddau fepio fod wedi sefydlogi yn ystod y blynyddoedd diwethaf yn dilyn y cynnydd cymharol gyflym a welwyd ddechrau'r 2020au. Mae fepio mewn grwpiau oedran iau yn sefydlogi, ac mae hyn yn cael ei gefnogi gan ffigurau gan ASH, sydd wedi nodi bod 7 i 8% o blant 11-17 oed yn fepio ym mhob arolwg o'r grŵp oedran hwn ym Mhrydain Fawr rhwng 2022 a 2025[5]. Adroddodd y Swyddfa Ystadegau Gwladol fod 6.1% o bobl 16–24 oed yn defnyddio fêp yn ddyddiol yn 2024, a bod 6.9% yn defnyddio fêp yn achlysurol. Er bod cynnydd bach mewn defnydd dyddiol o'i gymharu â 2023, pan oedd y gyfradd yn 6.9%, gostyngodd defnydd achlysurol ddau bwynt canran o 8.9% y flwyddyn flaenorol; yn 2022 amcangyfrifwyd bod 10.4% o bobl 16-24 oed yn fepio'n achlysurol[6]. Mae'r data diweddaraf o'r astudiaeth pecyn cymorth ysmygu (STS), arolwg misol o'r boblogaeth oedolion, yn awgrymu, ar ôl cynnydd cryf iawn rhwng 2021 a 2023, nad yw cyfran y grŵp oedran 16-24 sy'n fepio yn cynyddu ar gyfraddau a welwyd cyn hynny[4]. Nid yw'n glir pa ffactorau sy'n sbarduno'r patrymau diweddar hyn o gyffredinrwydd, er, fel y nodwyd uchod, mae rhywfaint o dystiolaeth efallai bod cyhoeddi deddfwriaeth sy'n rheoleiddio agweddau ar fêps yn gysylltiedig â'r newidiadau hyn[4].

Mae data cadarn ar y defnydd o fêps gan blant a phobl ifanc yng Nghymru yn hanfodol ar gyfer datblygu a gweithredu polisïau a gwasanaethau effeithiol i ddiwallu

anghenion y boblogaeth hon. Mae'r adroddiad hwn yn crynhoi data a gasglwyd rhwng mis Medi a mis Rhagfyr 2025 o Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) mewn Ysgolion Uwchradd y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN). Mae’r Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) yn darparu'r data mwyaf cyfredol a dibynadwy ar ymddygiadau iechyd, gan gynnwys ysmygu a fepio, ymhlith dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 (11 i 16 oed) yng Nghymru.

# 3. Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) mewn Ysgolion Uwchradd y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)

Mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd Ysgolion (SHRN) yn bartneriaeth ymchwil-polisi-ymarfer rhwng Prifysgol Caerdydd, Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae’r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) yn gweinyddu'r Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) mewn Ysgolion Uwchradd ar gyfer dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 (h.y. dysgwyr 11-16 oed) yng Nghymru bob dwy flynedd. Mae cwestiynau am fêps (e-sigaréts) wedi cael eu gofyn ers 2017. Gweinyddwyd Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) 2023 rhwng mis Medi a mis Rhagfyr 2025 ac mae'n cynnwys ymatebion gan 130,361 o ddysgwyr Blwyddyn 7 i 11 o 201 o ysgolion yng Nghymru.

Darperir manylion yr arolwg, gan gynnwys ffrâm y sampl a'r mesurau, yn Atodiad 2.

# 4. Fepio ymhlith dysgwyr blwyddyn 7 i 11 yng Nghymru

## 4.1 Y rhai sy’n fepio’n rheolaidd

Yn Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) 2025, nododd 5.2% o'r holl ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 eu bod yn fepio'n rheolaidd. Roedd merched (6.6%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn fepio na bechgyn (3.7%). Mae hyn yn adlewyrchu patrymau a welwyd mewn arolygon blaenorol ac a gofnodwyd mewn arolygon eraill ar gyfer plant a phobl ifanc yn y DU.

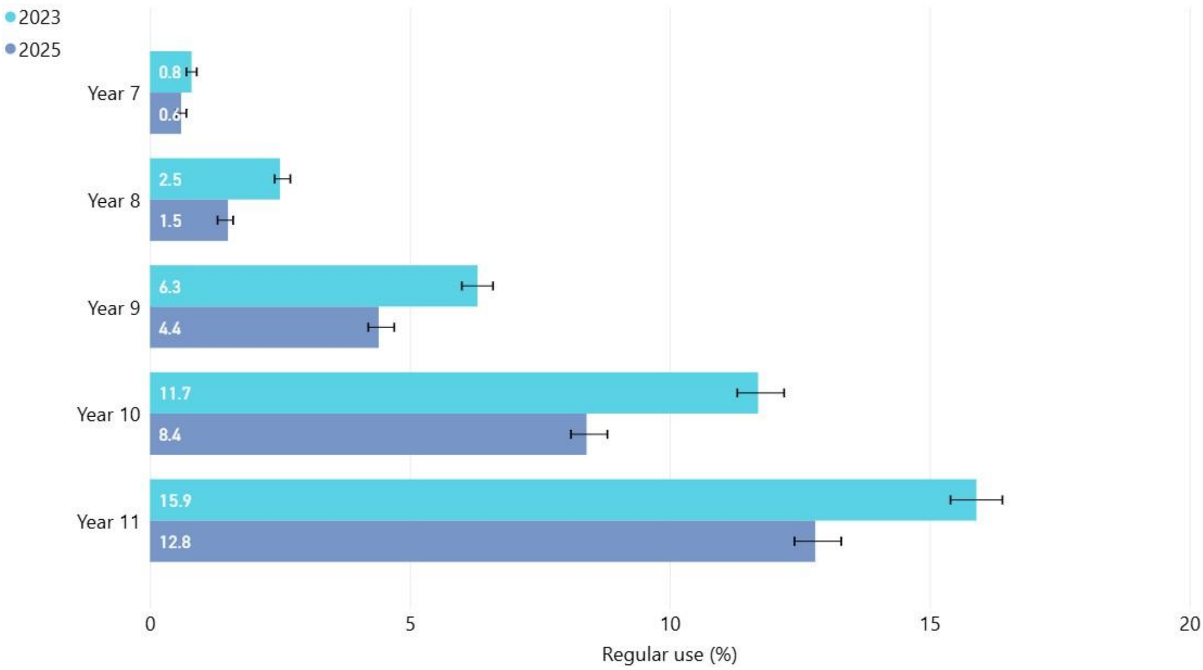
Yn yr un modd â blynyddoedd blaenorol, mae'r tebygolrwydd o fepio yn cynyddu'n sylweddol gydag oedran. Er bod 0.6% o'r holl ddysgwyr ym Mlwyddyn 7 ac 1.5% o'r rhai ym Mlwyddyn 8 yn nodi eu bod yn fepio'n rheolaidd, mae'r gyfran hon yn codi i

12.8% erbyn Blwyddyn 11. Mae'r gyfran amcangyfrifedig o ddysgwyr sy'n nodi eu bod yn fepio'n rheolaidd yn is ym mhob grŵp blwyddyn o'i gymharu â 2023.

Gan ddefnyddio ffigurau diweddaraf Llywodraeth Cymru ar gyfer nifer y disgyblion sydd wedi cofrestru mewn ysgolion a gynhelir yng Nghymru yn ôl blwyddyn a grŵp blwyddyn, gallwn amcangyfrif bod tua 9,100 o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 yng Nghymru yn fepio'n rheolaidd yn 2025, a bod y nifer hwn 3,200 yn llai ers 2023[i]. Amcangyfrifir bod mwy na 2 o bob 5 (42.5%) o'r rhai sy'n fepio'n rheolaidd yn y blynyddoedd ysgol hyn ym Mlwyddyn 11.

*Dangosir ffigurau ar gyfer fepio'n rheolaidd yn ôl grŵp blwyddyn yn 2023 a 2025 yn* Ffigur 1*.* Tabl 1 *i*

Tabl 4 yn Atodiad 1, a dangosir manylion defnydd rheolaidd o fêps yn ôl rhywedd a grŵp blwyddyn, gan gynnwys cyfyngau hyder, ar gyfer 2023 a 2025.




*Ffigur 1: Defnydd rheolaidd o fêps (o leiaf bob wythnos), yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

## 4.2 'Defnyddio (fêps) erioed'

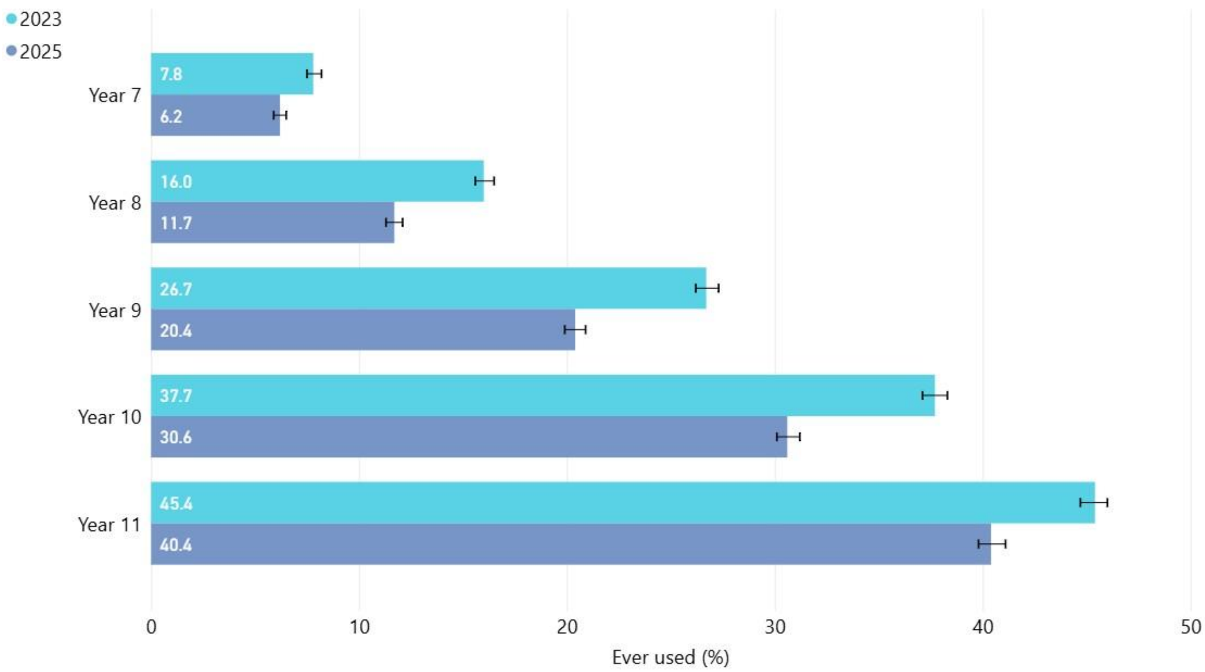
Nododd ychydig dros un o bob pump (21%) o holl ymatebwyr Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) ym Mlynyddoedd 7 i 11 eu bod wedi rhoi cynnig ar fêp erioed

[i] Mae amcangyfrifon o niferoedd sy'n ysmygu ac yn fepio yn seiliedig ar gymhwyso'r gyfran a gofnodwyd o'r rhai sy'n ysmygu a'r rhai sy'n fepio yn yr Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) i ddata cofrestru ysgolion o StatsCymru[7] ar gyfer 2024-25 (y ffigurau diweddaraf) ar gyfer arolwg 2025 a chofrestriadau ar gyfer 2023-24 ar gyfer arolwg 2023.

('defnyddio erioed'). Yn yr un modd â defnydd rheolaidd, ac yn gyson ag arolygon blaenorol, roedd merched (23.4%) yn fwy tebygol o nodi eu bod wedi defnyddio fêp erioed na bechgyn (18.4%). Roedd 'defnyddio erioed' hefyd yn gysylltiedig ag oedran, gyda 6.2% o ddysgwyr ym mlwyddyn 7 yn nodi eu bod wedi defnyddio fêp erioed o'i gymharu â 40.4% ym Mlwyddyn 11. Mae'r cyfrannau hyn yn awgrymu bod tua 36,800 o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 wedi rhoi cynnig ar fêp erioed yn 2025, o'i gymharu â thua 45,300 yn 2023.

*Cyfran y dysgwyr ym mlynyddoedd 7 i 11 a nododd eu bod wedi rhoi cynnig ar fêp erioed oedd 25.7% yn 2023. Gostyngodd cyfran y dysgwyr a nododd eu bod wedi defnyddio fêp erioed ym mhob grŵp blwyddyn yn 2025 o'i gymharu â 2023. Dangosir ffigurau ar gyfer 'defnyddio erioed' yn ôl rhywedd a grŵp blwyddyn yn 2023 a 2025 yn* ***Tabl 1*** *i*

Tabl 4 yn Atodiad 1, gan gynnwys y cyfyngau hyder.




*Ffigur 2: Defnyddio fêp erioed, yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

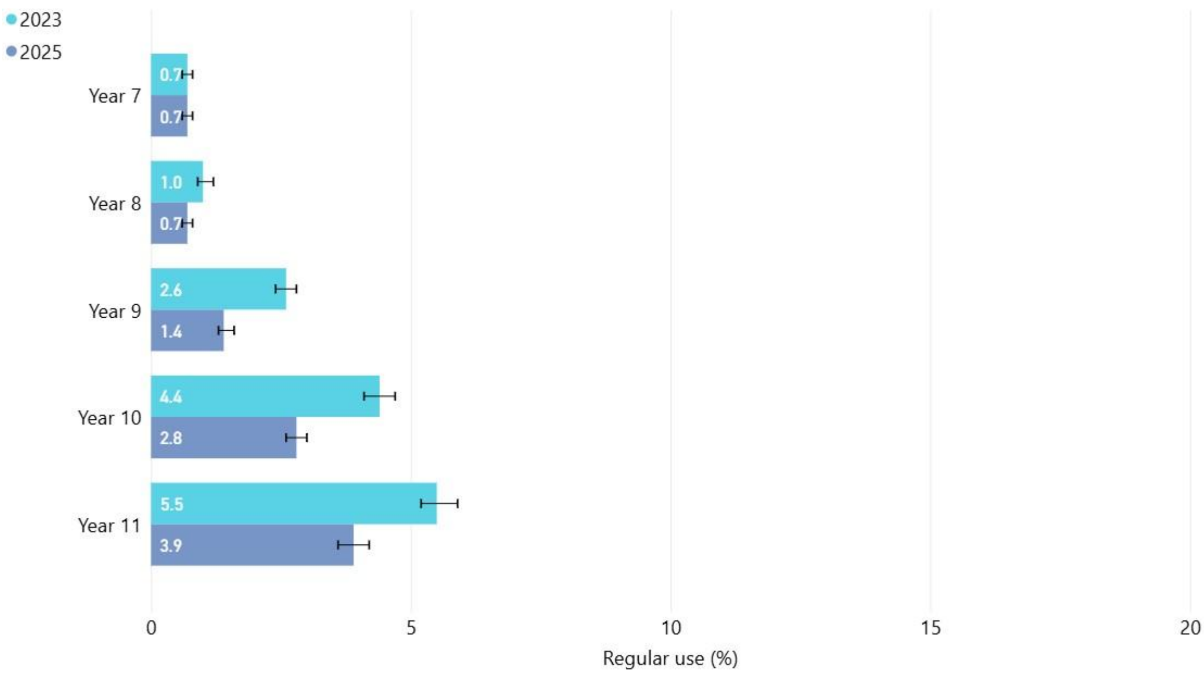
# 5. Ysmygu ymhlith dysgwyr blwyddyn 7 i 11 yng Nghymru

## 5.1 Y rhai sy'n ysmygu'n rheolaidd

Mae plant a phobl ifanc bellach yn llawer mwy tebygol o nodi eu bod yn fepio'n rheolaidd nag yn ysmygu'n rheolaidd. Yn Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) 2025, nododd 1.8% o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 eu bod yn ysmygu o leiaf bob wythnos o'i gymharu â 2.7% yn 2023 a 3.1% yn 2021. Mae patrymau defnydd yn ôl rhywedd hefyd yn wahanol, gyda bechgyn (2%) yn fwy tebygol o nodi eu bod yn ysmygu'n rheolaidd na merched (1.2%). Roedd y rhai a gofnododd nad oedd 'merch' na 'bachgen' yn disgrifio eu rhywedd yn fwy tebygol o nodi eu bod yn fepio'n rheolaidd (18.5%) ac yn ysmygu'n rheolaidd (17.4%). Yn yr un modd â fepio, roedd cyfran y dysgwyr a nododd eu bod yn ysmygu'n rheolaidd yn cynyddu gydag oedran, ond roedd llawer llai o'r rhai sy'n ysmygu na'r rhai sy'n fepio mewn grwpiau blwyddyn hŷn. Roedd 3.9% o ddysgwyr ym Mlwyddyn 11 yn nodi eu bod yn ysmygu'n rheolaidd o'i gymharu â 12.8% sy'n fepio'n rheolaidd.

Mae'r ffigurau hyn yn cynrychioli gostyngiad sylweddol yng nghyfradd ysmygu ymhlith dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 o'i chymharu â 2023, pan oedd y gyfradd yn 2.7% ymhlith yr holl ddysgwyr ac yn 5.5% ymhlith dysgwyr Blwyddyn 11. Ar draws Blynyddoedd 7 i 11, amcangyfrifir bod 3,200 o ddysgwyr yn ysmygu'n rheolaidd, sef 1,600 yn llai nag yn 2023. Yn yr un modd â fepio, mae cyfran gymharol uchel o'r rhai sy'n ysmygu yn y grwpiau blwyddyn hyn ym Mlwyddyn 11 (37.2%).

Dangosir ysmygu'n rheolaidd yn ôl grŵp blwyddyn yn 2021 a 2023 yn Ffigur 3.



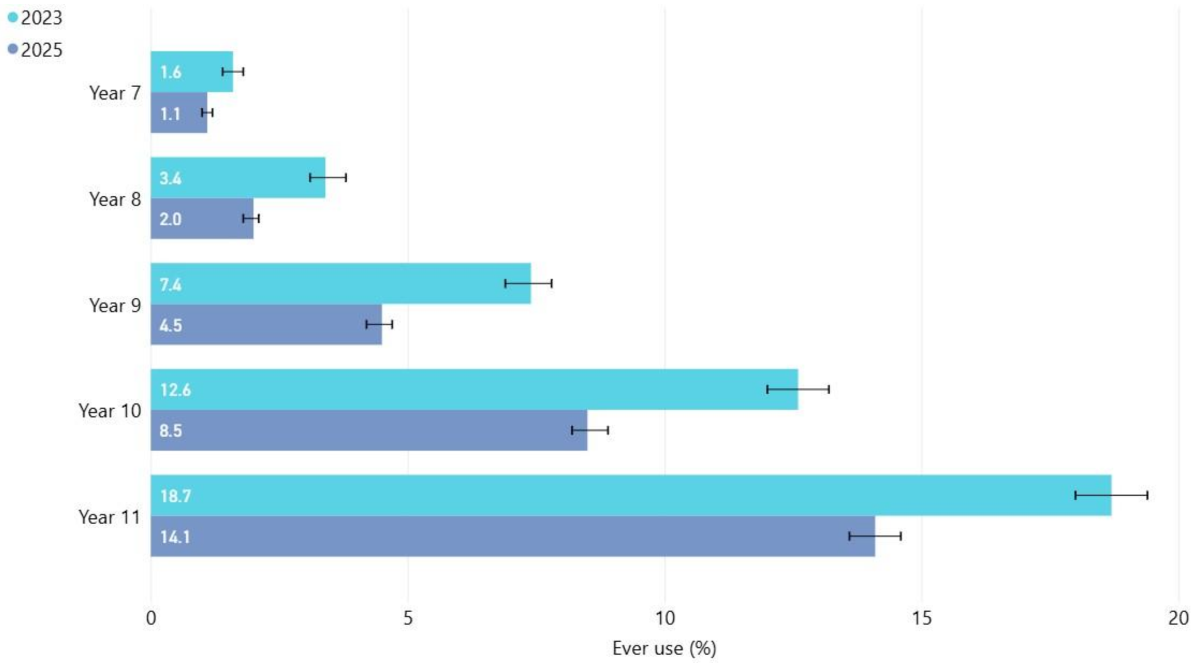
*Ffigur 3: Ysmygu'n rheolaidd (o leiaf bob wythnos), yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

## 5.2 'Defnyddio tybaco erioed'

Adroddwyd 'defnyddio tybaco erioed' gan 5.7% o ymatebwyr Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) ar draws yr holl flynyddoedd, gyda'r rhai ym Mlwyddyn 11 (14.1%) yn fwyaf tebygol o adrodd eu bod wedi rhoi cynnig ar dybaco. Er gwaethaf y ffaith bod bechgyn yn fwy tebygol o ysmygu'n rheolaidd, roedd merched (6.2%) yn fwy tebygol o nodi eu bod wedi rhoi cynnig ar ysmygu erioed na bechgyn (4.8%).

*Roedd cyfran y dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 a nododd eu bod wedi ysmygu erioed yn 2025 yn is nag yn 2023, pan oedd yn 8.2%. Gostyngodd cyfran y dysgwyr a nododd eu bod yn ysmygu ym mhob grŵp blwyddyn rhwng 2023 a 2025. Dangosir cyfran y dysgwyr sy'n nodi eu bod wedi ysmygu erioed yn ôl grŵp blwyddyn ar gyfer 2023 a 2025 ynFfigur 4 .Tabl 6 i*

Tabl 9 yn Atodiad 1. Mae'n dangos ffigurau manwl ar gyfer defnydd o dybaco yn ôl rhywedd a grŵp blwyddyn, gan gynnwys cyfyngau hyder.

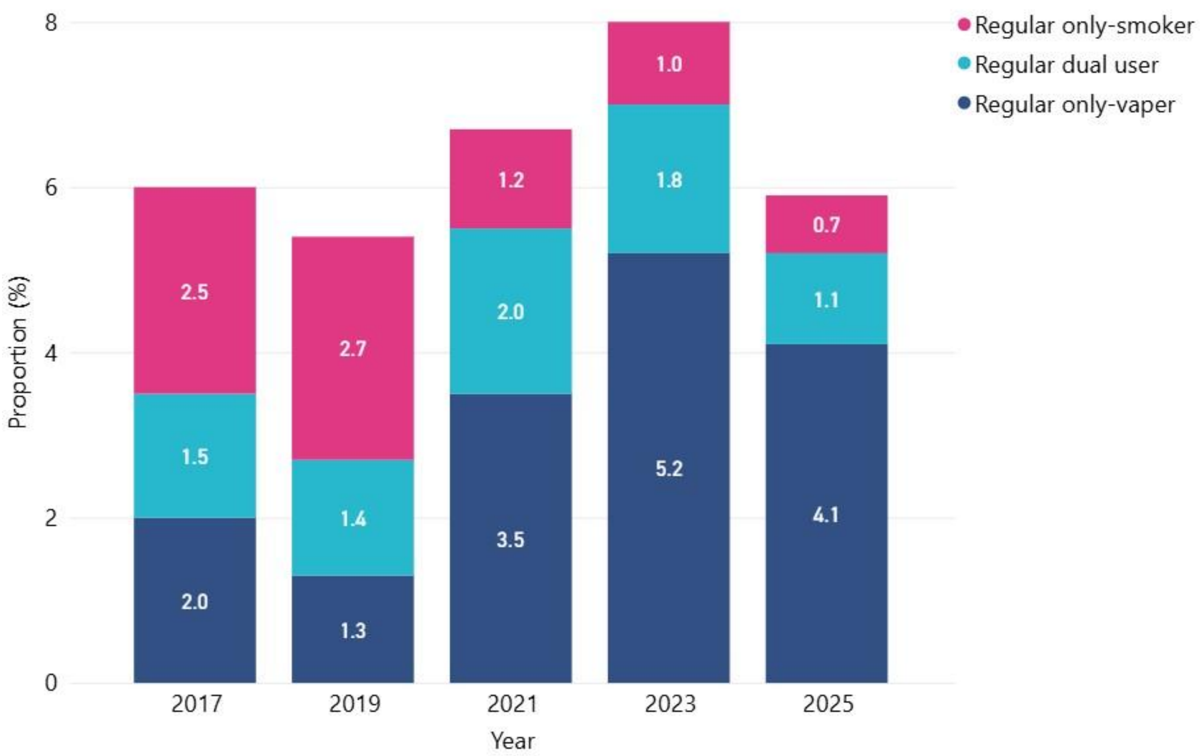



*Ffigur 4: Ffigur 2: Defnyddio tybaco erioed, yn ôl grŵp blwyddyn, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95%, 2023 a 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

# 6. Ysmygu a fepio

Mae data blaenorol o'r Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) wedi dangos, er bod ysmygu a fepio yn cyd-ddigwydd yn aml ymhlith dysgwyr yn y grwpiau blwyddyn hyn, mae patrymau wedi newid dros amser. Awgrymodd data o arolygon 2017 a 2019 fod mwyafrif o'r holl rai a oedd yn defnyddio nicotin yn rheolaidd yn y ffurfiau hyn yn ysmygu, gydag 'ysmygu yn unig' yn cyfrif am hanner yr holl rai a oedd naill ai'n ysmygu neu'n fepio. Fodd bynnag, ers 2021, mae'r rhan fwyaf o ddefnyddwyr nicotin o dybaco neu fêps yn fepio ac mae mwyafrif yr holl ddefnyddwyr yn fepio yn unig.

Dim ond 0.7% o ddysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 oedd yn 'ysmygu'n rheolaidd yn unig' yn 2025, tra bod 4.1% yn 'fepio'n rheolaidd yn unig' gydag 1.1% yn nodi eu bod yn ysmygu ac yn fepio'n rheolaidd. Mae hyn yn golygu mai'r defnydd cyffredinol o nicotin o gynhyrchion tybaco a fepio ymhlith y grwpiau blwyddyn hyn yn 2025 oedd 6%, sy'n is na'r 8% yn 2023 a'r gyfran isaf a gofnodwyd ers arolwg 2019. Mae hefyd yn nodedig, rhwng 2023 a 2025, nid yn unig y gostyngodd cyfran gyffredinol y dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 sy'n defnyddio nicotin yn y ffurfiau hyn, ond gostyngodd y cyfrannau ym mhob categori ('fepio'n rheolaidd yn unig', 'ysmygu'n rheolaidd yn unig' a 'defnyddwyr deuol rheolaidd' ym Mlynyddoedd 7 i 11). Dangosir cyfran y rhai sy'n ysmygu'n rheolaidd, y rhai sy'n fepio'n rheolaidd a 'defnyddwyr deuol' rheolaidd yn Ffigur 5. Cyflwynir ffigurau manwl ar gyfer ysmygu yn unig, fepio yn unig a defnyddwyr deuol ar draws arolygon Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) ynTabl 5.



*Ffigur 5: (1) Defnydd rheolaidd o fêps yn unig (2) defnydd rheolaidd o dybaco yn unig (3) defnyddwyr deuol rheolaidd (o leiaf bob wythnos), blynyddoedd 7 i 11, 2017-25. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN). Noder efallai na fydd y cyfrannau yn y ffigur hwn yn cyfateb*

## 7. Y cyfyngiadau

Yn yr un modd ag arolygon Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) blaenorol, mae'r ffigurau hyn yn seiliedig ar ymddygiad wedi'i hunan-adrodd a all arwain at ragfarnau oherwydd cof a chanfyddiad o ddymunoldeb cymdeithasol ymddygiad. Nid yw eitemau sy'n ymwneud â fepio yn yr arolwg yn nodi fepio nicotin.

Nid yw newidiadau mewn ymddygiad a gofnodwyd mewn arolygon dros flynyddoedd gwahanol wedi'u profi'n ystadegol ond maent wedi'u hasesu yn seiliedig ar gyfyngau hyder nad ydynt yn gorgyffwrdd.

Mae'n bwysig nodi, fel y disgrifir yn y testun, nad yw dadansoddiad o ddefnydd cyffredinol o nicotin yn cynnwys cynhyrchion sy'n dod i'r amlwg fel bagiau bach o nicotin, er bod y dystiolaeth ddiweddaraf yn awgrymu bod defnydd o'r cynhyrchion hyn yn parhau i fod yn isel ymhlith plant a phobl ifanc o'i gymharu â thybaco a fêps[5].

# 8. Casgliad

Mae'r dadansoddiad hwn o ddata o Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) 2025 a'i gymhariaeth â blynyddoedd blaenorol yn awgrymu bod cyfraddau ysmygu a fepio wedi gostwng ymhlith dysgwyr ym Mlynyddoedd 7 i 11 ers 2023, yn dilyn cynnydd nodedig mewn fepio dros flynyddoedd arolwg blaenorol. Yn gyson â dadansoddiad o ddata 2023, mae'r dystiolaeth yn awgrymu nad yw'r rhan fwyaf o'r rhai sy'n fepio erioed wedi ysmygu ac mae patrymau defnyddio nicotin dros sawl arolwg yn awgrymu nad yw cyfran fawr erioed wedi ysmygu[2]. Mae dadansoddiad o arolwg 2025 hefyd yn awgrymu bod y defnydd cyffredinol o nicotin yn gostwng. Mae patrymau ysmygu a fepio ar draws rhywedd ac oedran yn parhau, gyda gostyngiadau yn y cyfraddau cyffredinol yn cael eu hadlewyrchu mewn gostyngiadau yn y rhan fwyaf o garfanau grwpiau blwyddyn. Er ei bod yn debygol bod llawer o ffactorau'n dylanwadu ar newidiadau yng nghyfraddau ysmygu a fepio ymhlith dysgwyr uwchradd, mae tystiolaeth gyson bod deddfwriaeth a rheoliadau a gynlluniwyd i leihau argaeledd ac apêl cynhyrchion tybaco a fepio i blant a phobl ifanc yn effeithiol wrth leihau cyffredinrwydd tybaco, fêps a chynhyrchion nicotin eraill[4,8–10].

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

# Cydnabyddiaeth

Mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) yn bartneriaeth rhwng Prifysgol Caerdydd, Llywodraeth Cymru, ac Iechyd Cyhoeddus Cymru, a ariennir gan Lywodraeth Cymru. Barn yr awduron a fynegir yma ac nid o reidrwydd barn y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) na Phrifysgol Caerdydd.

# Atodiad 1: Tablau data

*Tabl 1: Defnyddio fêp erioed a defnydd rheolaidd o fêps, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl rhywedd, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Cyfanswm (Cymru Gyfan) | Bachgen | Merch | Nid yw'r naill air na'r llall yn fy nisgrifio |
|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 21.0% [20.8-21.3%] n=119,740 | 18.4% [18.1-18.7%] n=59,849 | 23.4% [23.0-23.7%] n=57,365 | 36.2% [33.9-38.7%] n=1,509 |
| Defnydd rheolaidd* | 5.2% [5.1-5.3%] n=118,696 | 3.7% [3.5-3.8%] n=59,496 | 6.6% [6.4-6.8%] n=56,707 | 14.2% [12.5-16.0%] n=1,488 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | |

*Tabl 2: Defnyddio fêp erioed a defnydd rheolaidd o fêps, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl rhywedd, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2023. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Cyfanswm (Cyfan Cymru) | Bachgen | Merch | Nid yw'r naill air na'r llall yn fy nisgrifio |
|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 25.7% [25.5-26.0%] In=118,485 | 22.6% [22.2-22.9%] n=58,650 | 28.5% [28.1-28.9%] n=57,132 | 39.3% [37.0-41.7%] n=1,668 |
| Defnydd rheolaidd* | 7.0% [6.9-7.1%] n=116,859 | 5.1% [5.0-5.3%] n=58,015 | 8.6% [8.4-8.9%] n=56,107 | 16.3% [14.6-18.2%] n=1,634 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | |

*Tabl 3: Defnyddio fêp erioed a defnydd rheolaidd o fêps, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl grŵp blwyddyn, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Blwyddyn 7 | Blwyddyn 8 | Blwyddyn 9 | Blwyddyn 10 | Blwyddyn 11 |
|---|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 6.2%<br>[5.9-6.5%]<br>n=25,668 | 11.7%<br>[11.3-12.1%]<br>n=24,666 | 20.4%<br>[19.9-20.9%]<br>n=25,209 | 30.6%<br>[30.1-31.2%]<br>n=23,395 | 40.4%<br>[39.8-41.1%]<br>n=20,802 |
| Defnydd rheolaidd* | 0.6%<br>[0.5-0.7%]<br>n=25,590 | 1.5%<br>[1.3-1.6%]<br>n=24,484 | 4.4%<br>[4.2-4.7%]<br>n=24,961 | 8.4%<br>[8.1-8.8%]<br>n=23,119 | 12.8%<br>[12.4-13.3%]<br>n=20,542 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | | |

*Tabl 4: Defnyddio fêp erioed a defnydd rheolaidd o fêps, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl grŵp blwyddyn, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2023. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Blwyddyn 7 | Blwyddyn 8 | Blwyddyn 9 | Blwyddyn 10 | Blwyddyn 11 |
|---|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 7.8%<br>[7.5-8.2%]<br>n=25,665 | 16.0%<br>[15.6-16.5%]<br>n=25,094 | 26.7%<br>[26.2-27.3%]<br>n=24,512 | 37.7%<br>[37.1-38.3%]<br>n=22,288 | 45.4%<br>[44.7-46.0%]<br>n=20,926 |
| Defnydd rheolaidd* | 0.8%<br>[0.7-0.9%]<br>n=25,551 | 2.5%<br>[2.4-2.7%]<br>n=24,841 | 6.3%<br>[6.0-6.6%]<br>n=24,137 | 11.7%<br>[11.3-12.2%]<br>n=21,858 | 15.9%<br>[15.4-16.4%]<br>n=20,472 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | | |

*Tabl 5: Ysmygu'n rheolaidd yn unig, fepio'n rheolaidd yn unig a defnyddwyr deuol rheolaidd, blynyddoedd 7 i 11, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2017-25. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | 2017<br><br>(n=96,160) | 2019<br><br>(n=108,052) | 2021<br>(n=54,780)** | 2023<br><br>(n=115,609) | 2025<br><br>(n=117,262) |
|---|---|---|---|---|---|
| Ysmyg'n rheolaidd* yn unig | 2.5%<br><br>[2.4-2.6%] | 2.7%<br><br>[2.6-2.8%] | 1.2%<br><br>[1.1-1.3%] | 1.0%<br><br>[0.9-1.1%] | 0.7%<br><br>[0.7-0.8%] |
| Fepio'n rheolaidd* yn unig | 2.0%<br><br>[2.0-2.1%] | 1.3%<br><br>[1.3-1.4%] | 3.5%<br><br>[3.3-3.6%] | 5.2%<br><br>[5.1-5.4%] | 4.1%<br><br>[4.0-4.3%] |
| Defnyddiwr deuol rheolaidd* | 1.5%<br><br>[1.4-1.5%] | 1.4%<br><br>[1.3-1.5%] | 2.0%<br><br>[1.9-2.1%] | 1.8%<br><br>[1.8-1.9%] | 1.1%<br><br>[1.1-1.2%] |
| Annefnyddiwr | 94.0%<br><br>[93.8-94.1%] | 94.6%<br><br>[94.5-94.7%] | 93.3%<br><br>[93.1-93.5%] | 91.9%<br><br>[91.8-92.1%] | 94.0%<br><br>[93.8-94.1%] |

*O leiaf bob wythnos

**Noder mai dim ond i hanner y sampl gyfan y gofynnwyd cwestiynau am ddefnydd rheolaidd o fêps yn 2021

Noder efallai na fydd y cyfrannau yn y tabl hwn yn cyfateb i gyfrannau a gyflwynir mewn tablau eraill oherwydd talgrynnu.

*Tabl 6: Defnyddio tybaco erioed a defnydd rheolaidd o dybaco, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl rhywedd, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Cyfanswm (Cyfan Cymru) | Bachgen | Merch | Nid yw'r naill air na'r llall yn fy nisgrifio |
|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 5.7%<br>[5.6-5.8%]<br>n=122,039 | 4.8%<br>[4.7-5.0%]<br>n=60,740 | 6.2%<br>[6.0-6.4%]<br>n=58,726 | 18.8%<br>[16.9-20.8%]<br>n=1,533 |
| Defnydd rheolaidd* | 1.8%<br>[1.7-1.9%],<br>n=123,194 | 2.0%<br>[1.9-2.1%],<br>n=61,251 | 1.2%<br>[1.1-1.3%]<br>n=59,343 | 15.6%<br>[13.9-17.5%]<br>n=1,542 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | |

*Tabl 7: Defnyddio tybaco erioed a defnydd rheolaidd o dybaco, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl rhywedd, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2023. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Cyfanswm (Cyfan Cymru) | Bachgen | Merch | Nid yw'r naill air na'r llall yn fy nisgrifio |
|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 8.2%<br>[8.0-8.5%]<br>n=61,312 | 6.9%<br>[6.6-7.2%]<br>n=30,308 | 9.2%<br>[8.8-9.5%]<br>n=29,562 | 22.5%<br>[19.9-25.4%]<br>n=875 |
| Defnydd rheolaidd* | 2.7%<br>[2.6-2.8%],<br>n=121,486 | 2.7%<br>[2.6-2.9%],<br>n=59,736 | 2.2%<br>[2.1-2.3%]<br>n=58,866 | 17.4%<br>[15.7-19.3%]<br>n=1,700 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | |

*Tabl 8: Defnyddio tybaco erioed a defnydd rheolaidd o dybaco, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl grŵp blwyddyn, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Blwyddyn 7 | Blwyddyn 8 | Blwyddyn 9 | Blwyddyn 10 | Blwyddyn 11 |
|---|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 1.1%<br>[1.0-1.2%]<br>n=26,066 | 2.0%<br>[1.8-2.1%]<br>n=25,367 | 4.5%<br>[4.2-4.7%]<br>n=25,724 | 8.5%<br>[8.2-8.9%]<br>n=23,768 | 14.1%<br>[13.6-14.6%]<br>n=21,114 |
| Defnydd rheolaidd* | 0.7%<br>[0.6-0.8%]<br>n=26,640 | 0.7%<br>[0.6-0.8%]<br>n=25,582 | 1.4%<br>[1.3-1.6%]<br>n=25,896 | 2.8%<br>[2.6-3.0%]<br>n=23,836 | 3.9%<br>[3.6-4.2]<br>n=21,240 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | | |

*Tabl 9: Defnyddio tybaco erioed a defnydd rheolaidd o dybaco, blynyddoedd 7 i 11, yn ôl grŵp blwyddyn, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2023. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | Blwyddyn 7 | Blwyddyn 8 | Blwyddyn 9 | Blwyddyn 10 | Blwyddyn 11 |
|---|---|---|---|---|---|
| Defnyddio erioed | 1.6%<br>[1.4-1.8%]<br>n=13,289 | 3.4%<br>[3.1-3.8%]<br>n=13,013 | 7.4%<br>[6.9-7.8%]<br>n=12,696 | 12.6%<br>[12.0-13.2%]<br>n=11,520 | 18.7%<br>[18.0-19.4%]<br>n=10,794 |
| Defnydd rheolaidd* | 0.7%<br>[0.6-0.8%]<br>n=26,605 | 1.0%<br>[0.9-1.2%]<br>n=25,901 | 2.6%<br>[2.4-2.8%]<br>n=25,055 | 4.4%<br>[4.1-4.7%]<br>n=22,673 | 5.5%<br>[5.2-5.9%]<br>n=21,252 |
| *O leiaf bob wythnos | | | | | |

*Tabl 10: Defnydd rheolaidd o fêps (o leiaf bob wythnos), blynyddoedd 7 i 11, yn ôl statws ysmygu, gan gynnwys cyfyngau hyder 95% a meintiau samplau, 2019-2025. Ffynhonnell: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)*

| | 2019 (n = 107,461) | 2021 (n=54,434)† | 2023 (n = 114,664) | 2025 (n = 116,599) |
|---|---|---|---|---|
| Erioed wedi ysmygu/nad yw'n ysmygu'n rheolaidd* | 1.2% [1.2-1.3%] | 3.3% [3.1-3.4%] | 4.9% [4.8-5.0%] | 3.9% [3.7-4.0%] |
| Ysmygu'n rheolaidd ** | 38.2% [36.7-39.7%] | 69.2% [66.9-71.4%] | 72.6% [71.0-74.2%] | 67.8% [65.7-69.8%] |

*Mae'r sawl nad yw'n ysmygu'n rheolaidd yn cynnwys y sawl a roddodd gynnig ar ysmygu unwaith a'r sawl sy'n ysmygu'n achlysurol (<bob wythnos)

**O leiaf bob wythnos

†Noder mai dim ond i hanner y sampl gyfan y gofynnwyd cwestiynau ar ddefnydd rheolaidd o fêps yn 2021

# Atodiad 2: Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN)

## Trosolwg

Mae'r Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) yn bartneriaeth ymchwil-polisi-ymarfer rhwng Prifysgol Caerdydd, Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru sy'n cynhyrchu ac yn cyfieithu tystiolaeth ymchwil i wella iechyd a llesiant plant a phobl ifanc yng Nghymru a thu hwnt.

## Dyluniad a sampl yr Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW)

Mae’r Arolwg Iechyd a Llesiant Myfyrwyr (SHW) yn arolwg trawsdoriadol, seiliedig ar ysgolion, a weinyddir bob dwy flynedd i ddysgwyr ym mlynyddoedd 7 i 11 yng Nghymru, a ariennir gan Lywodraeth Cymru. Mae'r arolwg yn cael ei arwain gan y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion (SHRN) ym Mhrifysgol Caerdydd ac mae'n gofyn cwestiynau am iechyd meddwl a chorfforol pobl ifanc a'u perthnasoedd cymdeithasol.

Caiff yr arolwg ei weinyddu'n electronig gyda data'n cael ei gasglu rhwng mis Medi a mis Rhagfyr. Ceir cydsyniad ar sail gwybodaeth gan bob myfyriwr cyn cwblhau'r arolwg. Gall rhieni dynnu eu plentyn yn ôl rhag cymryd rhan drwy broses o optio allan o ran cydsynio. Gall myfyrwyr ddewis peidio ag ateb unrhyw gwestiwn drwy ddewis 'Nid wyf am ateb'. Ceir cymeradwyaeth foesegol gan Bwyllgor Moeseg Ymchwil (SREC) Ysgol y Gwyddorau Cymdeithasol Prifysgol Caerdydd. Yn 2025, cymerodd 130,361 o fyfyrwyr o 201 o ysgolion ran yn yr arolwg, sef cyfradd ymateb o 96% ar lefel yr ysgol.

## Mesurau

Cafodd myfyrwyr a nododd eu bod wedi rhoi cynnig ar sigarét erioed (mwy na phwff) eu dosbarthu’n ‘rhai sydd wedi ysmygu erioed'. Cafwyd statws ysmygu cyfredol drwy ofyn i fyfyrwyr pa mor aml roeddent yn ysmygu ar hyn o bryd, gyda myfyrwyr a oedd yn nodi eu bod yn ysmygu bob dydd neu bob wythnos eu dosbarthu’n 'rhai sy’n ysmygu’n rheolaidd'. Roedd mesurau cyfatebol yn deillio o eitemau arolwg tebyg ar gyfer defnydd ‘erioed’ a ‘rheolaidd’ o fêps.

# Cyfeiriadau


1. Public Health Wales. *Vapes (e-Cigarettes) Position Statement*. Public Health Wales; 2026. https://phw.nhs.wales/app/uploads/sites/2/2026/06/Vapes-e-cigarettes-Position-Statement.pdf

2. Emmerson C, McKibben MA, Hughes R, Bishop J. *Vaping and Smoking amongst Learners in Year 7 to 11 in Wales: Analysis from The School Health Research Network (SHRN) Student Health and Well-Being (SHW) Survey in Secondary Schools, 2023*. Public Health Wales; 2024. https://phw.nhs.wales/news/new-vaping-regulations-welcomed-as-vape-use-rises-among-young-people/vaping-amongst-children-and-young-people-in-wales-in-2023/

3. Incident Response Group. *Incident Report: Vaping amongst Children and Young People in Wales*. Public Health Wales; 2024. https://phw.nhs.wales/news/tackle-dependency-visibility-and-availability-to-address-rapid-rise-in-youth-vaping-say-public-health-experts/vaping-amongst-children-and-young-people-in-wales-incident-response-group-report/

4. Jackson SE, Shahab L, Tattan-Birch H, Buss V, Brown J. Changes in vaping trends since the announcement of an impending ban on disposable vapes: A population study in Great Britain. *Addiction*. 2025;120(9):1876-1883. doi:10.1111/add.70057

5. ASH GB. *Use of Vapes among Young People in Great Britain*. ASH GB; 2025. https://ash.org.uk/uploads/youth-vaping-fact-sheet-2025-final.pdf?v=1772034547

6. Office for National Statistics (ONS). *E-Cigarette Use in Great Britain*. Office for National Statistics; 2025. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/drugusealcoholandsmoking/datasets/ecigarretteuseingreatbritain

7. StatsWales. *Maintained Schools and Pupils by Local Authority, Sector, School Language and Year*. Welsh Government; 2025. Accessed July 6, 2026. https://stats.gov.wales/en-GB/aedd6ec5-f557-42d4-b767-8e93e5706663#history

8. Haw S, Currie D, Eadie D, et al. The impact of the point of sale tobacco display ban on young people in Scotland: before and after study. *Public Health Research*. 2020;8(1):1-118. doi:10.3310/phr08010

9. DHSC. *Post-Implementation Review of Tobacco Legislation*. UK Government; 2022. https://assets.publishing.service.gov.uk/media/623d86db8fa8f5277500d945/the-standardised-packaging-of-tobacco-products-regulations-2015-post-implementation-review-web-accessible.pdf

10. Taylor E, Arnott D, Cheeseman H, et al. Association of Fully Branded and Standardized e-Cigarette Packaging With Interest in Trying Products Among Youths and Adults in Great Britain. *JAMA Netw Open*. 2023;6(3):e231799. doi:10.1001/jamanetworkopen.2023.1799

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

# Gweithio gyda'n gilydd ar gyfer Cymru Iachach

© 2026 Public Health Wales NHS Trust
Terms of Use
ISBN 978-1-83766-935-6