



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales

# Adolygiad thematig o farwolaethau plant a phobl ifanc drwy foddï

Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant

© 2016 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Gellir atgynhychu deunydd yn y ddogfen hon o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored (OGL)

[www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/](http://www.nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3/)

ar yr amod y caiff hynny ei wneud yn gywir ac na chaiff ei ddefnyddio mewn cyd-destun camarweiniol.

Dylid cydnabod Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae'r hawlfraint o ran y trefniant teipograffyddol, y dylunio a'r diwygio yn eiddo i Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.

ISBN: 978-1-910768-28-0



## Awduron

**Dr Sarah Jones**, Arweinydd Proffesiynol yr adolygiad hwn, Arweinydd Iechyd y Cyhoedd ar gyfer Anafiadau, Iechyd Cyhoeddus Cymru  
**Beverley Heatman**, Rheolwr y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

**Dr Lorna Price**, Arweinydd Pediatrig, Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

**Dr Bruce McKenzie**, Arweinydd Iechyd y Cyhoedd, Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Roedd awduron yr adroddiad yn aelodau o'r panel thematig hefyd. Mae holl aelodau'r panel wedi cwblhau datganiadau gwrthdaro buddiannau posibl, sydd ar gael ar wefan yr Adolygiad o Farwolaethau Plant: [www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/49644](http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/49644)

## Aelodau'r panel thematig

**Yr Athro Simon Smail**, Cadeirydd y Panel, Aelod Anweithredol o'r Bwrdd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

**Dr Andrew Bamber**, Cofrestrydd Arbenigol mewn Histopatholeg, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

**Nicola Davies**, Rheolwr Lleihau Digwyddiadau Cymunedol (Cymru, De Lloegr a'r Afon Hafren), Sefydliad Cenedlaethol Brenhinol y Badau Achub

**Sandra Dredge**, Uwch Nyrs, Iechyd Plant Cymunedol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

**Dr Malcolm Gajraj**, Dwysegydd Pediatrig Ymgynghorol, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro

**Dr Lindsay Groves**, Meddyg Penodedig ar gyfer Diogelu Plant, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

**Karen Jones**, Pennaeth Diogelwch Cymunedol, Gwasanaeth Tân ac Achub Canolbarth a Gorllewin Cymru

**Paul Jones**, Ditectif Ringyll, Heddlu Dyfed-Powys

**Dr Joanne McCarthy**, Cofrestrydd Arbenigol mewn Iechyd y Cyhoedd, Iechyd Cyhoeddus Cymru

**Dr Leesa Parkinson**, Ymgynghorydd Meddyginiaeth Bediatrig a Meddyginiaeth Oedolion Brys, Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

**Dawn Pinder**, Pennaeth Adran, Gweithrediadau Hamdden, Cyngor Caerdydd

**Yr Athro Jo Sibert**, Athro Emeritws Iechyd Plant, Prifysgol Caerdydd

**Ian Smith**, Gweithiwr Proffesiynol Interim Penodol ar gyfer Diogelu Plant, Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru

**David Walker**, Rheolwr Diogelwch Hamdden, y Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau

## Cydnabyddiaeth

Hoffai'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant ddiolch i'n cydweithwyr o Iechyd Cyhoeddus Cymru, sef: Dr Sarah Jones am ei gwaith fel Arweinydd Proffesiynol; Gillian Hopkins am ei gwaith fel Swyddog Gwybodaeth; a'r Athro Simon Smail am ei waith fel Cadeirydd y Panel. Diolch i Dr Ciarán Humphreys a Dr Rosalind Reilly am eu cyfraniadau at gynllunio'r adolygiad hwn. Hefyd, hoffem ddiolch i aelodau'r panel thematig; Tîm Dadansoddol a Gwasanaeth Tystiolaeth Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru; pawb sydd wedi cyflwyno gwybodaeth i gefnogi'r adolygiad hwn; a'n cydweithwyr yn Is-adran Gwybodaeth Iechyd, Iechyd Cyhoeddus Cymru am eu cymorth gyda'r gwaith prawf ddarllen.

## Eich adborth

Ym mha ffordd ydych chi wedi defnyddio'r wybodaeth yn yr adroddiad hwn? Hoffech chi wneud unrhyw sylwadau eraill? Defnyddiwch ein gwefan i roi gwybod i ni: [www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/49644](http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/888/tudalen/49644)

# Gwybodaeth am adolygu marwolaethau plant yng Nghymru

## Pam adolygu marwolaethau plant yng Nghymru?

- Mae marwolaeth unrhyw blentyn yn drasiedi.
- Yn aml, mae'r golled yn cael effeithiau. dinistriol sy'n newid bywydau rhieni, brodyr a chwiorydd, neiniau a theidiau a'r teulu a'r gymuned ehangach.
- Yn aml mae modd atal marwolaethau annisgwyl yn ystod plentyndod.

## Beth mae'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yn ei wneud?

- Mae'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant (CDR) yn casglu gwybodaeth reolaidd am farwolaethau plant a anwyd yn fyw, a fu farw ar ôl 1 Hydref 2009 ond cyn eu pen-blwydd yn 18 oed, ac a oedd yn preswyl fel arfer yng Nghymru neu a fu farw yng Nghymru (gan gynnwys plant yng ngofal awdurdod lleol a leolwyd y tu allan i Gymru a phlant a oedd yn byw y tu allan i Gymru dros dro am resymau gofal iechyd neu addysg).
- Mae'r Rhaglen CDR yn ceisio nodi a disgrifio patrymau ac achosion marwolaethau plant ac argymhell camau gweithredu a allai atal marwolaethau plant yng Nghymru.

## Beth ydym wedi'i gyflawni?

Mae gwaith y Rhaglen CDR yn cynnwys:

- Adolygiadau thematig sy'n ystyried y dystiolaeth ac yn trafod marwolaethau mewn amgylchiadau cyffredin. Rydym wedi astudio marwolaethau pobl ifanc yn eu harddegau mewn cerbydau modur (2013), marwolaethau plant a phobl ifanc drwy hunanladdiad tebygol (2014) a marwolaethau annisgwyl sydyn mewn babandod (2015).
- Cynhelir adolygiadau cyflym ar raddfa lai nag adolygiadau thematig; maent wedi canolbwyntio ar farwolaethau yn deillio o frathiadau cŵn, llid yr ymennydd neu glefyd meningococaid.
- Mae adroddiadau blynyddol sydd wedi'u cyhoeddi ers 2013 yn cynnwys gwybodaeth am farwolaethau ac yn crynhoi gweithgarwch y rhaglen CDR yn ystod y flwyddyn flaenorol.
- Cynhelir digwyddiadau i randdeiliaid er mwyn rhannu'r hyn a ddysgwyd o'r adolygiadau a'r adroddiadau a gwahodd partneriaid i rannu eu syniadau am gamau gweithredu sy'n rhoi ein hargymhellion ar waith.

Yn ogystal, rydym yn trafod â phartneriaid ledled Cymru a gweddill y DU i weld sut y gallwn gydweithio i hyrwyddo newidiadau er mwyn atal marwolaethau plant.

Mae manylion pob marwolaeth yn hynod bwysig i'r rhai sy'n cael eu heffeithio fwyaf ganddo, ond mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ystyried y darlun cyffredinol ar lefel boblogaeth. Ein cyfraniad ni at y Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yw deall a chysylltu'r manylion â'r materion ehangach, dysgu gwersi o'r hyn a ddigwyddodd a rhannu cyngor ar atal rhagor o ddigwyddiadau o dan amgylchiadau tebyg.





# Tabl Cynnwys

|                                                                 |           |                                              |           |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------|-----------|
| <b>Rhagair</b>                                                  | <b>7</b>  | <b>4. Thema: Cydweithio</b>                  | <b>25</b> |
| <b>Crynodeb</b>                                                 | <b>9</b>  | (Argymhelliad 1)                             |           |
| <b>1. Pam astudio achosion o farwolaethau drwy foddi?</b>       | <b>11</b> | <b>5. Thema: Negeseuon cyffredin</b>         | <b>27</b> |
| 1.1 Pa mor gyffredin ydynt?                                     | 11        | (Argymhelliad 2)                             |           |
| 1.2 Beth yw eu heffaith?                                        | 11        | <b>6. Thema: Epilepsi a dŵr</b>              | <b>29</b> |
| 1.3 A oes modd atal marwolaethau drwy foddi?                    | 12        | (Argymhelliad 3)                             |           |
| 1.4 Pwy sy'n dadlau o blaid gweithredu?                         | 12        | <b>7. Thema: Alcohol</b>                     | <b>31</b> |
| <b>2. Beth oedd yr adolygiad hwn yn ei ystyried?</b>            | <b>17</b> | <b>8. Thema: Goruchwyllo</b>                 | <b>33</b> |
| 2.1 Beth oedd ein hamcan?                                       | 17        | <b>9. Thema: Mynediad diogel</b>             | <b>37</b> |
| 2.2 Pa farwolaethau a gafodd eu cynnwys?                        | 17        | <b>10. Thema: Dysgu nofio</b>                | <b>41</b> |
| 2.3 O le daeth ein gwybodaeth am farwolaethau?                  | 17        | <b>11. Thema: Risgiau a chynlluniau</b>      | <b>43</b> |
| 2.4 Sut aethom ati i chwilio am dystiolaeth yn y llenyddiaeth?  | 18        | <b>12. Thema: Gwyliau mwy diogel</b>         | <b>45</b> |
| 2.5 Beth oedd rôl y panel thematig?                             | 18        | <b>13. Thema: Materion data</b>              | <b>47</b> |
| 2.6 A oedd cyfyngiadau i'n dull gweithredu?                     | 20        | <b>14. Thema: Cymorth</b>                    | <b>49</b> |
| <b>3. Trosolwg thematig</b>                                     | <b>21</b> | <b>Atodiad</b>                               | <b>51</b> |
| 3.1 Beth y gwnaethom ei ddysgu o'n gwybodaeth?                  | 21        | Rhanddeiliaid mewn perthynas ag argymhellion |           |
| 3.2 Beth y gwnaethom ei ddysgu o'r llenyddiaeth?                | 22        |                                              |           |
| 3.3 Pa themâu a ddaeth i'r amlwg yn dilyn trafodaethau'r panel? | 23        |                                              |           |





# Rhagair

Mae marwolaeth plentyn neu berson ifanc yn drasiedi o dan unrhyw amgylchiadau, ac mae'n amhosibl mesur y golled i'r teulu, ffrindiau a'r gymuned ehangach. Yn rhinwedd fy swydd fel Eiriolwr Plant Iechyd Cyhoeddus Cymru, roeddwn yn gwerthfawrogi'r cyfle i gyfrannu at yr adolygiad a helpu i ganfod ffactorau y gellir eu haddasu i atal marwolaethau drwy foddi yn y dyfodol.

Mae cymryd rhan mewn gweithgareddau yn y dŵr, ar y dŵr neu ger y dŵr yn cael ei annog at ddibenion chwarae, hamdden neu chwaraeon; fel nofiwr a sgwba-blymiwr brwd yn fy amser hamdden ers blynyddoedd lawer, rwy'n gwerthfawrogi'r manteision hyn. Mae cyfleoedd gwyh ar gael yng Nghymru i werthfawrogi a defnyddio dyfroedd ein harfordiroedd a'n llynnoedd godidog; mae rhoi ystyriaeth wybodus i'r peryglon yn y llefydd hyn cyn bwysiced ag ystyried y peryglon yn ein cartrefi ein hunain ac mewn amwynderau lleol. Mae'r adolygiad hwn yn tynnu sylw at gyfleoedd i wella diogelwch dŵr o gwmpas ein holl ddyfroedd.

Mae'r adroddiad hwn yn disgrifio'r themâu sydd wedi dod i'r amlwg yn sgil adolygu marwolaethau plant a phobl ifanc hyd at 24 oed drwy foddi. Mae'r themâu hyn wedi arwain at dri argymhelliad ac wyth neges allweddol sy'n ceisio cadw pobl yn ddiogel yn y dŵr ac o gwmpas dŵr. Mae gwaith partneriaeth y panel thematig yn dangos pwysigrwydd cydweithio; ein hargymhelliad cyntaf yw y dylid sefydlu fforwm Cymru Gyfan i fynd i'r afael â phryderon cyffredin yn ymwneud â diogelwch dŵr. Mae angen gwneud hyn er mwyn datblygu consensws ar hyrwyddo un neges diogelwch dŵr ar bob safle lle mae perygl o foddi (*Argymhelliad 2*). Bydd hyrwyddo cyngor ar sail consensws i blant a phobl ag epilepsi a'u gofalwyr yn helpu pobl i wneud penderfyniadau gwybodus ynglŷn ag ymdrochi mwy diogel (*Argymhelliad 3*).



Fel Cadeirydd y panel adolygu hoffwn ddiolch i'r rhai a gyfrannodd at y gwaith manwl a oedd ei angen i gefnogi a llunio'r adolygiad hwn. Hoffwn ddiolch hefyd i aelodau unigol y panel, sydd wedi dod atom o amrywiaeth o sefydliadau ac sydd wedi dangos ymrwymiad personol drwy gymryd rhan weithredol yn nhrafodaethau'r panel. Mae angen i ni sicrhau ymrwymiad tebyg ar lefel sefydliadol sy'n adlewyrchu pwysigrwydd atal achoson o foddi o safbwynt iechyd y cyhoedd, gan sicrhau ei fod yn cyd-fynd â pholisi a chyfeiriad strategol presennol, fel y nodir yn glir yn yr adroddiad hwn. Mae'n hanfodol bwysig bod pob un ohonom yng Nghymru sydd â chylch gwaith yn ymwneud â diogelwch dŵr (waeth pa mor anuniongyrchol) yn cyfrannu'n llawn at helpu i gyflawni ein nod cyffredin o leihau achosion y gellir eu hosgoi o blant a phobl ifanc yn marw drwy foddi.

A handwritten signature in black ink, reading 'Simon Smail'.

Yr Athro Simon Smail, CBE





# Crynodeb

## Pam astudio achosion o farwolaethau drwy foddi?

Er bod achosion o foddi yn gymharol brin yng Nghymru, mae modd atal llawer o farwolaethau drwy foddi ac mae'r canlyniadau a'r costau yn sylweddol.

## Beth oedd yr adolygiad hwn yn ei ystyried?

Ystyriwyd gwybodaeth am achosion o foddi yng Nghymru, neu achosion o drigolion Cymru yn boddi mewn llefydd eraill, ynghyd â thystiolaeth o'r llenyddiaeth a thrafodaeth y panel thematig ynglŷn â phob digwyddiad boddi er mwyn datblygu cyngor i atal marwolaethau drwy foddi yn y dyfodol.

## Beth oedd ein hargymhellion?

Aethom ati i gyflwyno'r argymhellion canlynol:

1. Dylid sefydlu fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr.
2. Mae angen un neges diogelwch dŵr sy'n cael ei rhannu gan yr holl sefydliadau perthnasol ar bob safle lle mae perygl o foddi.
3. Mae angen canllawiau cyson ar ymdrochi mwy diogel ar gyfer pobl ag epilepsi.

## Beth oedd ein negeseuon allweddol?

Nodwyd y negeseuon allweddol canlynol:

1. Mae'n ymddangos bod alcohol yn ffactor sy'n cyfrannu at rai achosion o foddi.
2. Gallai goruchwyliaeth fwy gweithredol a phriodol gan oedolion fod wedi atal rhai achosion o foddi.
3. Mae yna ymyriadau a all hyrwyddo nofio mwy diogel neu atal cyswllt anfwriadol â dŵr.
4. Rydym yn cymeradwyo gweledigaeth Llywodraeth Cymru i sicrhau bod pob plentyn yng Nghymru yn gallu nofio erbyn 2020. Rydym yn awgrymu y dylid cynnwys addysg diogelwch dŵr ar sut mae gwersi yn y pwll nofio yn berthnasol i ddŵr agored.
5. Mae angen cynlluniau yng Nghymru i gyflawni'r nod o lunio cynlluniau asesu risg a diogelwch dŵr cymunedol sydd ar gael i'r cyhoedd yn unol â strategaeth genedlaethol y DU ar gyfer atal achosion o foddi (2016-2026).
6. Gellid annog pobl sydd ar eu gwyliau yn y wlad hon a thramor i fod yn fwy ymwybodol o ddiogelwch dŵr. I gefnogi'r gwaith hwn, gallai'r diwydiant twristiaeth ddarparu cyngor a chanllawiau rheolaidd ar ddiogelwch dŵr.
7. Mae yna gyfleoedd i wella'r broses o rannu data. Hefyd, mae'n bwysig ystyried sut mae gwybodaeth yn cael ei chyfleu er mwyn helpu i atal achosion o foddi, gan gynnwys adroddiadau crwneriaid.
8. Mae cymorth priodol ar gyfer y rhai sy'n ymwneud â digwyddiadau boddi yng Nghymru yn bwysig.





# 1. Pam astudio achosion o farwolaethau drwy foddi?

## 1.1 Pa mor gyffredin ydynt?

Mae achosion o foddi yn gymharol brin yng Nghymru.

- Gall achosion o foddi ddeillio o weithgarwch sydd wedi'i gynllunio neu nad yw ei gynllunio yn y dŵr, ar y dŵr neu o gwmpas y dŵr.
- Ar lefel fyd-eang, boddi yw un o brif achosion marwolaeth plant a phobl ifanc. Mae cysylltiad cryf rhwng y perygl o foddi ag oedran, gyda phlant rhwng un a phedair oed yn wynebu'r perygl mwyaf, wedyn plant hŷn rhwng pump a 14 oed (Sefydliad Iechyd y Byd, 2014).
- Ar gyfartaledd, mae llai na thri pherson ifanc o dan 18 oed yn boddi yng Nghymru bob blwyddyn.

## 1.2 Beth yw eu heffaith?

Mae gan achosion o foddi ganlyniadau a chostau pwysig.

- Mae effeithiau achosion o foddi yn eang, gan gynnwys effeithiau ar iechyd a lles emosiynol teuluoedd yn ogystal â chostau economaidd yn sgil chwilio ac achub.
- O ganlyniad i bob marwolaeth, mae'r rhai sy'n gysylltiedig â hi mewn mwy o berygl o ddioddef iechyd gwael hirdymor (Macintyre, 2014).
- Mae pob marwolaeth yn arwain at golli potensial ar gyfer yr unigolyn, ei deulu a'r gymdeithas gyfan.
- Gall achosion lle mae unigolyn bron â boddi newid ei fywyd am byth (er enghraifft, oherwydd anaf i'r ymennydd).
- Yn ôl amcangyfrifon o Ganada ac Awstralia, mae marwolaethau drwy foddi yn costio rhwng \$US265,000 a \$US373,000 (Tabl 1.1). Ar sail costau cyfatebol, gallai cyfanswm effaith ariannol achosion o foddi yn y Deyrnas Unedig (DU) fod rhwng £81 a £114 miliwn y flwyddyn, a rhwng £4 a £5.7 miliwn y flwyddyn yng Nghymru.

**Tabl 1.1:** Amcangyfrif costau ariannol boddi

|                  | Poblogaeth (miliynau) | Cyfanswm marwolaethau drwy foddi | Cost achosion o foddi (\$US miliwn) | Cyfradd achosion o foddi (fesul 100,000) | Cost fesul poblogaeth (\$US) | Cost fesul achos o foddi (\$US) |
|------------------|-----------------------|----------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| Awstralia        | 23.0                  | 322                              | 85.5                                | 1.4                                      | 3.70                         | 265,528                         |
| Canada           | 35.5                  | 578                              | 173                                 | 1.6                                      | 4.90                         | 373,650                         |
| Y Deyrnas Unedig | 64.1                  | 463                              |                                     | 0.7                                      |                              |                                 |
| Cymru            | 3.2                   | ~23                              |                                     |                                          |                              |                                 |

Ffynhonnell: Y Swyddfa Ystadegau Gwladol; <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs347/en/>

Nodiadau:

1. Gan gymryd mai 3.2M yw poblogaeth Cymru, bod y gost fesul achos o foddi yn y DU yr un fath ag yng Nghanada ac Awstralia, a bod 1\$US = £0.66, cyfanswm cost marwolaethau drwy foddi yng Nghymru yw rhwng £4M a £5.7M y flwyddyn.
2. Mae cyfradd yr achosion o foddi yn y Deyrnas Unedig tua hanner cyfradd Awstralia neu Ganada, a gall hynny effeithio ar amcangyfrifon cost. Fodd bynnag, nid yw'n hysbys a fyddai'r ffaith hon yn cynyddu costau (drwy baratoi gwasanaethau nad ydynt yn cael eu defnyddio'n aml) neu'n lleihau costau.
3. Mae'r amcangyfrifon hyn yn seiliedig ar achosion o foddi o bob math, nid achosion yn ymwneud â phlant a phobl ifanc yn unig.

### 1.3 A oes modd atal marwolaethau drwy foddi?

Gellid atal y rhan fwyaf o achosion o foddi.

- Mae rhai ffactorau risg ar gyfer boddi yn debyg i'r ffactorau ar gyfer anafiadau a mathau eraill o salwch. Er enghraifft, gallai yfed gormod o alcohol arwain at achos o foddi, damwain ffordd, ymosodiad, neu heintiau a drosglwyddir yn rhywiol.
- O ganlyniad, dylai ymdrechion i atal marwolaethau drwy foddi gael effaith ehangach o lawer ar iechyd, a thu hwnt i iechyd, gan gynnwys effeithiau ar yr economi.
- Disgwylir i'n tywydd newid yn y dyfodol, gan newid y peryglon o foddi hefyd. Mae'n bwysig meddwl am y peryglon hyn yn awr gan ystyried sut rydym yn mynd i'r afael â nhw.
- Gall ymyriadau i atal achosion o foddi hyrwyddo cyfranogiad diogel mewn chwaraeon dŵr hefyd. Gallai hyn helpu i atal salwch sy'n gysylltiedig ag anweithgarwch neu arwahanrwydd cymdeithasol, fel gordewdra neu broblemau iechyd meddwl.

### 1.4 Pwy sy'n dadlau o blaid gweithredu?

Mae achosion o foddi yn digwydd mewn llawer o leoedd gwahanol ac mae'r bobl sydd mewn perygl yn amrywio rhwng y lleoedd hyn. O ganlyniad, mae llawer o sefydliadau gwahanol yn cyfrannu at y gwaith o atal marwolaethau drwy foddi, ac mae angen cydlynu eu hymdrechion. Mae sawl dogfen allweddol yn cydnabod pwysigrwydd atal achosion o foddi (*Tabl 1.2*) gan gynnwys:

- adroddiad 2014 Sefydliad Iechyd y Byd ar foddi, sy'n nodi 10 cam gweithredu byd-eang
- cardiau cofnodi diogelwch plant Cynghrair Diogelwch Plant Ewrop / EuroSafe, a nododd yn 2012 fod perfformiad Cymru yn wael ym meysydd deddfwriaeth a pholisi diogelwch dŵr ac atal achosion o foddi
- strategaeth atal achosion o foddi y DU a gyhoeddwyd yn ddiweddar gan y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

Yng Nghymru, mae gan dair strategaeth gyffredinol (*Ein Dyfodol Iach, Adeiladu Dyfodol Mwy Disglair a Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol*) gysylltiadau ag atal anafiadau, ac, felly, lleihau achosion o foddi.

**Tabl 1.2:** Crynodeb o'r cyd-destun polisi i atal achosion o foddï

| Polisi a chyrhaeddiad                                                                                                                                                                            | Crynodeb                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Sylw                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Adroddiad<br/>byd-eang ar foddï,<br/>2014</b><br><br><i>Byd-eang</i><br><br><i>Pob oedran</i><br><br><i>Boddi</i>                                                                             | <p>Ceisio mynd i'r afael â her iechyd y cyhoedd y gellir ei hatal sydd erioed wedi'i thargedu gan ymdrech atal strategol fyd-eang:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gosod rhwystrau i reoli mynediad i ddŵr;</li> <li>2. Darparu mannau diogel ymhell o'r dŵr ar gyfer plant oedran cyn ysgol, gyda gofal plant medrus;</li> <li>3. Sicrhau bod plant oedran ysgol yn dysgu sgiliau nofio, diogelwch dŵr ac achub diogel sylfaenol;</li> <li>4. Darparu hyfforddiant achub diogel a dadebru ar gyfer pobl sydd wrth law;</li> <li>5. Cryfhau ymwybyddiaeth y cyhoedd o foddï a thynnu sylw at y ffaith fod plant yn benodol yn agored i niwed;</li> <li>6. Pennu a chyflwyno rheoliadau diogelwch ar gyfer cychod, llongau a fferïau;</li> <li>7. Datblygu cadernid a rheoli peryglon llifogydd a pheryglon eraill yn lleol ac yn genedlaethol;</li> <li>8. Cydgysylltu ymdrechion i atal achosion o foddï ag ymdrechion sectorau ac agendâu eraill;</li> <li>9. Datblygu cynllun diogelwch dŵr cenedlaethol;</li> <li>10. Defnyddio astudiaethau sydd wedi'u cynllunio'n dda i ymdrin â chwestiynau ymchwil â blaenoriaeth.</li> </ol>                                                                                                 | <p>Dogfen fyd-eang yw hon sy'n targedu ymdrechion gan wledydd incwm isel-canolig yn benodol. Hefyd, mae'n pwysleisio perthnasedd achosion o foddï i iechyd y cyhoedd yn ehangach, sef y newid yn yr hinsawdd, ymfudo torfol ac iechyd plant a'r glasod.</p> |
| <b>Cardiau cofnodi<br/>diogelwch plant</b><br><br><i>Rhaglen<br/>Ewropeaidd sy'n<br/>cynnwys asesiad o<br/>berfformiad Cymru</i><br><br><i>0 - 19 oed</i><br><br><i>Anafiadau<br/>anfwriadol</i> | <p>Nod y rhaglen hon yw asesu perfformiad polisiâu cenedlaethol gwledydd gwahanol yn Ewrop i fynd i'r afael ag anafiadau anfwriadol mewn meysydd gwahanol, gan gynnwys diogelwch dŵr/atal achosion o foddï. Aseswyd 16 eitem ar sail diogelwch dŵr; yng Nghymru, nodwyd bod perfformiad yn erbyn 10 o'r rhain yn wael, sef:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ffensys sy'n gweithredu fel rhwystrau ar gyfer pyllau cyhoeddus;</li> <li>2. Ffensys sy'n gweithredu fel rhwystrau ar gyfer pyllau preifat;</li> <li>3. System genedlaethol o adnewyddu tystysgrifau achubwyr bywydau yn rheolaidd;</li> <li>4. Isafswm achubwyr bywydau ar draethau;</li> <li>5. Isafswm achubwyr bywydau mewn pyllau preifat;</li> <li>6. Asesiad risg o'r holl fannau hamdden dŵr cyhoeddus dynodedig;</li> <li>7. Mynediad cyfartal i wersi nofio mewn pyllau nofio cyhoeddus ar gyfer plant ysgol;</li> <li>8. Defnydd gorfodol o ddyfeisiau arnofiol personol/siacedi achub bywyd ar y dŵr;</li> <li>9. Adran o'r Llywodraeth â chyfrifoldeb penodol dros ddiogelwch dŵr ar gyfer plant/y glasod.</li> <li>10. Strategaeth atal anafiadau genedlaethol gyda thargedau a llinellau amser penodol ar gyfer diogelwch dŵr a phlant/y glasod.</li> </ol> | <p>Cwblhawyd yr asesiad diweddaraf yn 2012. Canolbwyntir ar ddeddfwriaeth a pholisi.</p>                                                                                                                                                                    |
| <b>A future without<br/>drowning: The UK<br/>national drowning<br/>prevention<br/>strategy<br/>2016–2026</b><br><br><i>Y DU</i><br><br><i>Pob oedran</i><br><br><i>Atal achosion o<br/>foddï</i> | <p>Nod y strategaeth hon, a ddatblygwyd gan y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol, yw ysgogi camau gweithredu gan bob partner ym maes diogelwch dŵr er mwyn ceisio sicrhau gostyngiad o 50% yn nifer y marwolaethau drwy foddï yn y DU erbyn 2026.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Mae'r strategaeth hon yn cyflwyno cyd-destun y DU ac mae'n ymwneud â diogelwch dŵr/atal achosion o foddï yn benodol.</p>                                                                                                                                 |

| Policy and reach                                                                                                                      | Summary                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Comment                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>Ein Dyfodol Iach, 2009</i></b><br><br>Cymru<br><br>Pob oedran<br><br>Bywydau iach                                               | Mae'r datganiad polisi hwn yn cyflwyno uchelgeisiau Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd y cyhoedd. 'Atal' yw un o'r chwe maes gweithredu, ac mae ceisio lleihau nifer y damweiniau ac anafiadau yn un o 10 canlyniad â blaenoriaeth. Nod arall yw lleihau gwahaniaethau rhwng canlyniadau iechyd (annhegwch).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Mae hyn yn cyd-fynd â gweithgarwch i atal boddi damweiniol.                                                             |
| <b><i>Adeiladu Dyfodol Mwy Disglair, 2013</i></b><br><br>Cymru<br><br>Y Blynyddoedd Cynnar<br><br>Pob agwedd ar iechyd a lles         | <p>Mae'r polisi hwn yn dadlau o blaid buddsoddi yn y blynyddoedd cynnar, ac mae'n amlinellu pwysigrwydd iechyd a llesiant da, teuluoedd cryf a chadarnhaol, addysg a gofal plant cynnar o ansawdd uchel, addysg gynradd dda a chodi safonau. Yn yr adran iechyd a lles, mae derbyn plant i'r ysbty ag anafiadau yn un o'r dangosyddion, ac o dan y pennawd 'Creu amgylcheddau iach' mae Llywodraeth Cymru yn datgan y bydd yn:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• arwain y ffordd wrth atal anafiadau yn ystod y blynyddoedd cynnar drwy ystyried argymhellion yr adroddiad Baich Anafiadau yng Nghymru (GIG, 2012) a Cherdyn Cofnodi Diogelwch Plant Ewrop/Eurosafe er mwyn lleihau nifer y damweiniau</li> <li>• datblygu strategaeth atal anafiadau i blant ar gyfer Cymru gyfan wedi'i chydgysylltu ar draws pob gwasanaeth a lleoliad er mwyn lleihau'r risg o farwolaeth ymhlith plant a niwed i blant o ganlyniad i anaf.</li> </ul> | Fel sy'n wir am <i>Ein Dyfodol Iach</i> , mae'r polisi hwn yn cyd-fynd yn llawn â gweithgarwch i atal boddi.            |
| <b><i>Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (2015)</i></b><br><br>Cymru<br><br>Pob oedran<br><br>Llesiant                             | Mae'r ddeddf hon yn ei gwneud yn ofynnol i gyrff cyhoeddus gyfrannu at nodau llesiant fel rhan o ddatblygu cynaliadwy. Mae hyn yn golygu bod angen i gyrff cyhoeddus o'r tu allan i'r sector iechyd fod yn ymwybodol o'u dyletswydd i hyrwyddo ymddygiad iachach (llai peryglus) hefyd. Mae angen i gyrff cyhoeddus gynllunio ar gyfer newid (e.e. y newid yn yr hinsawdd), cydweithio ag eraill ac ystyried cyfleoedd ar gyfer gweithgareddau atal wrth wneud penderfyniadau a all effeithio ar bobl Cymru yn y dyfodol.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Gall cyfranogiad gweithredol mewn gweithgareddau i atal achosion o foddi helpu cyrff cyhoeddus i wneud y cyfraniad hwn. |
| <b><i>Newid fformiwla cyllid Menter Nofio Am Ddim</i></b><br><br>Cymru<br><br>Pobl ifanc dan 16 oed a'r rhai dros 60 oed<br><br>Nofio | Cyflwynwyd rhaglen beilot nofio am ddim yn 2003, ac fe'i datblygwyd yn rhaglen genedlaethol yn 2007 i gynnig nofio am ddim i'r rhai dros 60 oed gydol y flwyddyn ac i bobl ifanc o dan 16 oed yn ystod gwyliau ysgol. Yn 2015 cyhoeddwyd bod y cyllid ar gyfer Nofio am Ddim wedi newid ac mai ffocws newydd Llywodraeth Cymru oedd 'sicrhau bod pob plentyn yn gallu nofio' beth bynnag ei amgylchiadau cymdeithasol neu ei gyfoeth.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mae yna gysylltiadau rhesymegol rhwng gallu nofio ac atal achosion o foddi.                                             |



## Cyfeiriadau

Macintyre D. (2014). *The psychological impact of fatal child drowning in Queensland and the availability and use of support* (Thesis). Brisbane: Prifysgol Queensland. Ar gael ar: [https://espace.library.uq.edu.au/view/UQ:341848/S4212498\\_phd\\_submission.pdf](https://espace.library.uq.edu.au/view/UQ:341848/S4212498_phd_submission.pdf) [Fel ar 5 Ionawr 2016]

Mackay M. a Vincenten J. (2012). *Child safety report card 2012*, Cymru. Birmingham: Cynghrair Diogelwch Plant Ewrop, Eurosafe; 2012. Ar gael ar: <http://www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Cynulliad Cenedlaethol Cymru. (2015). *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015*. Caerdydd; Cynulliad Cenedlaethol Cymru. Ar gael ar: <http://www.senedd.cynulliad.cymru/mgIssueHistoryHome.aspx?IID=10103>. [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol. (2015). *A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

*Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015*. Ar gael ar: <http://www.senedd.cynulliad.cymru/mgIssueHistoryHome.aspx?IID=10103>. [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Llywodraeth Cymru. (2013). *Adeiladu Dyfodol Mwy Disglair: Cynllun Blynnyddoedd Cynnar a Gofal Plant*. Caerdydd; Llywodraeth Cymru. Ar gael ar: <http://gov.wales/topics/educationandskills/earlyyearshome/building-a-brighter-future-early-years-and-childcare-plan/?skip=1&lang=cy> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Llywodraeth Cymru. (2009). *Ein Dyfodol Iach*. Caerdydd; Llywodraeth Cymru. Ar gael ar: <http://gov.wales/topics/health/cmo/healthy/?skip=1&lang=cy> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Sefydliad Iechyd y Byd. (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Geneva; Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael ar: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]



## 2. Beth oedd yr adolygiad hwn yn ei ystyried?

### 2.1 Beth oedd ein hamcan?

Amcan yr adolygiad hwn oedd datblygu argymhellion ar sail tystiolaeth ac ar sail gwybodaeth a phrofiad y panel er mwyn helpu i atal marwolaethau drwy foddi a chyfleu'r canfyddiadau hyn i asiantaethau priodol i lywio camau gweithredu.

### 2.2 Pa farwolaethau a gafodd eu cynnwys?

Yr ystod oedran ar gyfer yr adolygiad hwn oedd y cyfnod rhwng genedigaeth a 24 oed. Mae hyn yn mynd y tu hwnt i'r grŵp oedran (hyd at 18 oed) a gafodd ei gynnwys mewn adolygiadau blaenorol. Roedd yr adolygiad yn cynnwys marwolaethau o dan yr amgylchiadau canlynol:

- Marwolaethau rhwng 1 Hydref 2009 a 30 Medi 2014.
- Roedd yr hyn a achosodd y farwolaeth wedi digwydd yng Nghymru, neu'r tu allan i Gymru ond bod y plentyn neu'r person ifanc yn byw yng Nghymru fel arfer.
- Cofnodwyd mai boddi oedd y dull marwolaeth, gan gynnwys mewn achosion lle mai cyflwr arall oedd achos sylfaenol y farwolaeth (er enghraifft, epilepsi). Astudiwyd marwolaethau mewn dŵr agored a dŵr caeedig, gan gynnwys mewn baddon a safleoedd domestig eraill.
- Cafodd y codau a ddefnyddiwyd i ddsbarthu'r marwolaethau<sup>1</sup> eu hadolygu er mwyn asesu bwriad (damweiniol neu fwriadol) ac a oedd y farwolaeth eisoes wedi'i hystyried gan adolygiad blaenorol. Eithriwyd marwolaethau a oedd yn ymddangos fel petaent yn fwriadol (er enghraifft, hunanladdiad) neu farwolaethau'n deillio o ddamweiniau cerbydau modur.

### 2.3 O le daeth ein gwybodaeth am farwolaethau?

Defnyddiwyd nifer o ffynonellau gwybodaeth, gan gynnwys:

- cofrestriadau marwolaeth y Swyddfa Ystadegau Gwladol
- adroddiadau a gyflwynwyd i'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant (CDR), er enghraifft gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol a oedd yn rhan o'r ymateb meddygol
- cofnodion gwasanaethau sy'n ymwneud ag adolygu marwolaethau, fel adolygiadau achosion difrifol, adolygiadau ymarfer plant a'r Ymateb Trefniadol i Farwolaethau Annisgwyl mewn Plentynod (PRUDiC)
- gwybodaeth gan Benaethiaid Diogelu yn y byrddau iechyd
- dyfarniadau ac adroddiadau crwneriaid
- gwybodaeth y gwasanaethau brys am yr ymateb i'r digwyddiad
- Cronfa Ddata Digwyddiadau Dŵr (WAID) y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol
- adroddiadau yn y cyfryngau ac ar-lein.

Roedd lefel y wybodaeth a oedd ar gael am ddigwyddiadau boddi yn amrywio, ond gwnaed pob ymdrech i groesgyfeirio ffynonellau i wirio'r manylion.

<sup>1</sup> Mae'r codau hyn yn perthyn i'r system ICD-10. Rydym wedi cynnwys marwolaethau a gafodd godau ar gyfer boddi a suddo damweiniol (V90, V92, W65–W74) ac ar gyfer mecanwaith boddi a suddo heb fod yn angheuol (T75.1). Os nad oedd cod wedi'i ddefnyddio, neu os oedd ansicrwydd ynglŷn â bwriad (Y21), neu os oedd y cod yn amhenodol (V94) penderfynodd yr Arweinydd Proffesiynol a'r tîm Adolygu Marwolaethau Plant a ddylid cynnwys y farwolaeth ai peidio.

## 2.4 Sut aethom ati i chwilio am dystiolaeth yn y llenyddiaeth?

Aethom ati i chwilio am dystiolaeth a fyddai'n helpu i ateb dau gwestiwn:

- Beth yw'r ffactorau risg a diogelu sy'n gysylltiedig ag achosion o blant a phobl ifanc o dan 25 oed yn boddï?
- Pa mor effeithiol yw ymyriadau sy'n ceisio mynd i'r afael â ffactorau risg, cynyddu ffactorau diogelu ac atal marwolaethau drwy foddi ymysg plant a phobl ifanc o dan 25 oed?

Datblygwyd y dull o ateb y cwestiynau hyn gan Wasanaeth Tystiolaeth Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae'r dull a'r canfyddiadau ar gael ar wefan y Rhaglen CDR. Dyma grynodedb o'r gwaith:

- cytuno ar set o reolau ar gyfer adolygu'r dystiolaeth (protocol adolygiad)
- mynd ati i chwilio llenyddiaeth i ddod o hyd i dystiolaeth
- penderfynu pa astudiaethau sydd wedi bodloni'r meini prawf/nad ydynt wedi bodloni'r meini prawf ar gyfer eu cynnwys yn yr adolygiad (yr enw am hyn yw dethol neu hidlo astudiaethau, sy'n cynnwys sawl cam)
- asesu ansawdd y gwaith ymchwil sydd wedi'i gynnwys (er enghraifft, a yw astudiaethau wedi defnyddio dulliau gwyddonol priodol, a sut y cawsant eu disgrifio)
- dethol y wybodaeth bwysig o'r astudiaethau a gafodd eu cynnwys.

Aethom ati i chwilio am adroddiadau cyrff arbenigol ac adolygiadau systematig o waith ymchwil gwreiddiol (cynradd) a gyhoeddwyd rhwng mis Ionawr 2000 a mis Gorffennaf 2015. Teimlwyd bod y dyddiadau hyn yn sicrhau bod modd canfod digon o dystiolaeth berthnasol i lywio penderfyniadau yn yr amser a oedd ar gael.

## 2.5 Beth oedd rôl y panel thematig?

Cafodd aelodau'r panel thematig eu dethol a buont yn cyfarfod fel grŵp â'r tîm CDR i ddwyn ynghyd (triongli) yr holl dystiolaeth er mwyn nodi themâu ar gyfer yr adolygiad hwn a datblygu a chytuno ar argymhellion neu negeseuon allweddol.

### Y panel

- Roedd yn ofynnol i aelodau'r Panel fod â phrofiad neu arbenigedd ym maes boddï, a gallu cynrychioli eu sefydliad neu gorff proffesiynol. Enwir aelodau'r panel ar ddechrau'r adroddiad hwn.
- Sefydlwyd panel thematig yn dilyn gwahoddiadau i sefydliadau ym maes diogelwch dŵr yn ogystal â gwasanaethau brys, gofal heb ei drefnu, gofal dwys, pediatreg, iechyd y cyhoedd ac awdurdodau lleol.
- Rheolwyd agenda'r tri chyfarfod panel gan gadeirydd y panel.
- Er bod y wybodaeth yn anhysbys, atgoffwyd aelodau'r panel o'u dyletswydd i ymddwyn yn gyfrinachol o dan y gyfraith gyffredin, ac aethant ati i lofnodi datganiad cyfrinachedd. Casglwyd yr holl ddeunyddiau argraffedig a rannwyd â'r aelodau, a'u nodiadau, ar ddiwedd pob cyfarfod a'u storio'n ddiogel.
- Gofynnwyd i aelodau'r panel ddatgan unrhyw wrthdaro buddiannau personol.

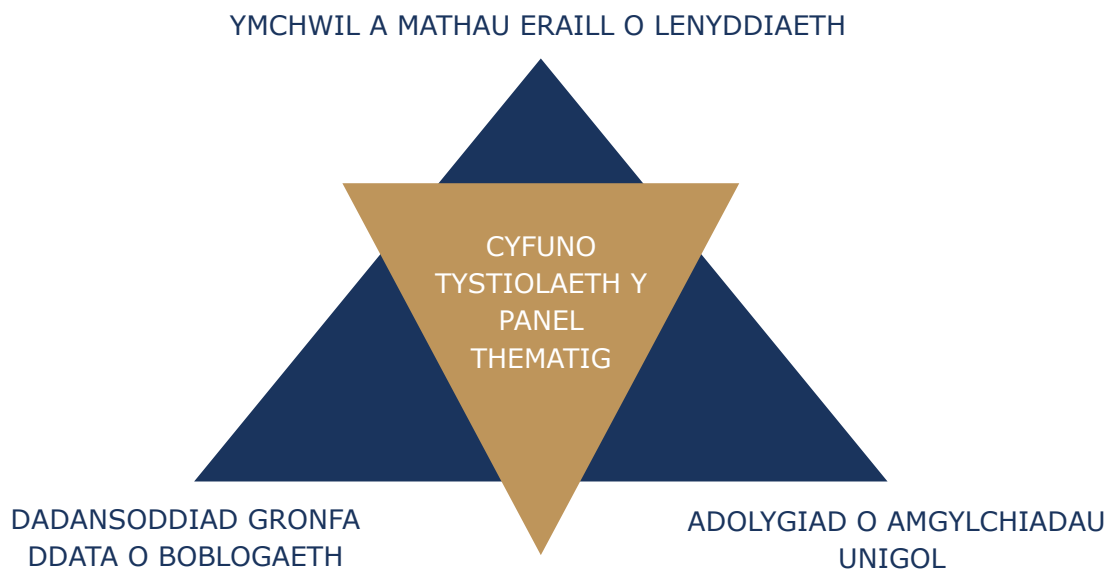
### Triongli tystiolaeth

Adolygodd aelodau'r panel dri phrif fath o dystiolaeth (*Ffigur 2.1*) sef:

- gwybodaeth o gronfa ddata'r CDR
- tystiolaeth o'r adolygiad o lenyddiaeth ar beryglon boddï ac effeithiolrwydd ymyriadau i leihau peryglon
- trafod digwyddiadau unigol.

Mynychodd Gwasanaeth Tystiolaeth yr Arsyllfa ddau o'r tri chyfarfod panel i gyflwyno ei ganfyddiadau.





**Ffigur 2.1:** *Darlun o rôl y panel wrth driongli tri math o dystiolaeth a ddefnyddiwyd i lunio argymhellion a negeseuon allweddol yr adolygiad thematig.*

### Nodi themâu

- Gofynnwyd i aelodau'r panel wneud nodiadau gydol y trafodaethau.
- Aeth tîm y CDR ati i goladu'r nodiadau a'u trefnu ar sail themâu i'w cyflwyno i'r panel.
- Bu aelodau'r panel yn adolygu'r themâu gan gytuno arnynt, eu gwrthod neu eu had-drefnu i adlewyrchu'r trafodaethau a gynhaliwyd.

### Datblygu cyngor y panel

Darparodd y panel gyngor ar bob thema mewn dwy ffordd wahanol:

- Fel argymhelliad: Roedd cyngor o'r fath yn cael ei gefnogi'n dda yn gyffredinol wrth driongli'r dystiolaeth, ond nid o reidrwydd gan lenyddiaeth y gwaith ymchwil yn unig; neu
- Fel neges allweddol: Roedd y dull hwn yn fwy priodol os oedd y dystiolaeth yn wannach neu os oedd perthnasedd iechyd y cyhoedd y thema yn ehangach nag achosion o fodd yn unig.

Aseswyd yr holl argymhellion arfaethedig yn erbyn meini prawf CAMPUS; dylent fod yn gyraeddadwy, amserol, mesuradwy, penodol,

uchelgeisiol a synhwyrol. Ystyriodd y panel y mater hwn o safbwynt pedwar cwestiwn:

- *Beth sydd angen ei wneud?* Nodi'r maes pryder penodol i'w wella a'r camau unioni gofynnol.
- *Pwy sydd angen gweithredu?* Nodi'r sefydliadau sy'n gyfrifol am weithredu.
- *Pa fesur ac erbyn pryd?* Nodi'r llinell sylfaen (Ble rydym ar hyn o bryd?), y newid disgwylidig (Ble rydym eisiau bod?) a sut i fesur newid (Sut byddwn ni'n gwybod os ydym wedi llwyddo?). Hefyd, roedd yn bwysig pennu amserlen i gyflwyno a mesur newid.
- *A yw hyn yn ymarferol ac yn synhwyrol?* Yr ymdrech sydd ei hangen i sicrhau newid, camau gweithredu posibl a gallu neu adnoddau'r sefydliad sy'n gyfrifol i weithredu. Ystyriodd y panel a allai'r newid leihau nifer y plant sy'n marw drwy fodd.

Hefyd, ystyriodd y panel a allai unrhyw argymhelliad neu neges allweddol achosi niwed, neu a allai niwed ddeillio o'u hatal.

## 2.6 A oedd cyfyngiadau i'n dull gweithredu?

### Y marwolaethau a gafodd eu cynnwys

- Adolygwyd nifer fach o farwolaethau, a dim ond marwolaethau anfwriadol drwy foddï a adolygwyd. Hefyd, ceir achosion o farwolaethau bwriadol sy'n gysylltiedig â dŵr, fel hunanladdiad, ac mae'n bosibl bod modd atal rhai o'r rhain hefyd.
- Ceir achosion o unigolion sydd bron â boddi hefyd; gallai rhai o'r achosion hyn fod wedi bod yn angheuol oni bai am ymyriadau sydd ar waith eisoes. Gallai astudio achosion o unigolion y bu bron iddynt foddï fod wedi ychwanegu at yr hyn a ddysgwyd, ond nid oedd hyn yn rhan o gwmpas y Rhaglen CDR ac, o ganlyniad, nid oedd y wybodaeth hon ar gael.
- Ni ddigwyddodd unrhyw un o'r marwolaethau a adolygwyd mewn llifddwr. Fodd bynnag, mae gan y newid yn yr hinsawdd oblygiadau arwyddocaol posibl ar gyfer diogelwch dŵr, atal achosion o foddï a'r perygl o foddï.

### Ffynonellau gwybodaeth

- Nid yw ein data yn gyflawn, ac mae'n bosibl nad yw'n cynnwys yr holl wybodaeth berthnasol am farwolaethau damweiniol drwy foddï.

### Adolygiad o lenyddiaeth

- Mae cynnal gwaith ymchwil ar foddï yn heriol o safbwynt moesegol a methodoleg, ac mae hynny'n cyfyngu ar ansawdd a lefel y dystiolaeth sydd ar gael neu a fydd ar gael.
- Adolygiadau Systematig diweddar oedd y prif fath o dystiolaeth ymchwil y chwiliwyd amdani. Er mai Adolygiadau Systematig yw'r dystiolaeth fwyaf dibynadwy fel arfer, os oedd prinder gwybodaeth, neu wybodaeth o ansawdd gwael, aethom ati i edrych

ar rai astudiaethau gwreiddiol. Mae hyn yn effeithio ar y posibilrwydd o ailadrodd ein hadolygiad, a gallai fod wedi ffafrio astudiaethau penodol.

- Mae'r astudiaethau sydd wedi'u cynnwys yn perthyn i amrywiaeth eang o leoliadau ac ymyriadau, sy'n golygu mai ychydig iawn ohonynt sy'n ymdrin â'r un cwestiwn ac na allant atgyfnerthu'r un casgliad. Yn ogystal, nid yw diffyg tystiolaeth ymchwil o ansawdd da yn golygu nad yw ffactor risg yn ddibwys neu ymyriad yn aneffeithiol.

Mae adroddiad yr adolygiad llawn o dystiolaeth ar gael ochr yn ochr â'r adroddiad hwn ar wefan y Rhaglen CDR.

### Proses y Panel

- Nid tystiolaeth ymchwil yw'r unig fath o dystiolaeth sydd ar gael, ond mae gormod o bwyslais yn gallu cael ei roi arni yn ystod y broses driongli, faint bynnag ohoni sydd ar gael.
- Nid yw themâu yn dod i'r amlwg tan ar ôl i'r panel drafod y dystiolaeth, sy'n golygu na fydd tystiolaeth ymchwil sy'n cyfateb i bob thema ar gael bob amser.

## 3. Trosolwg thematig

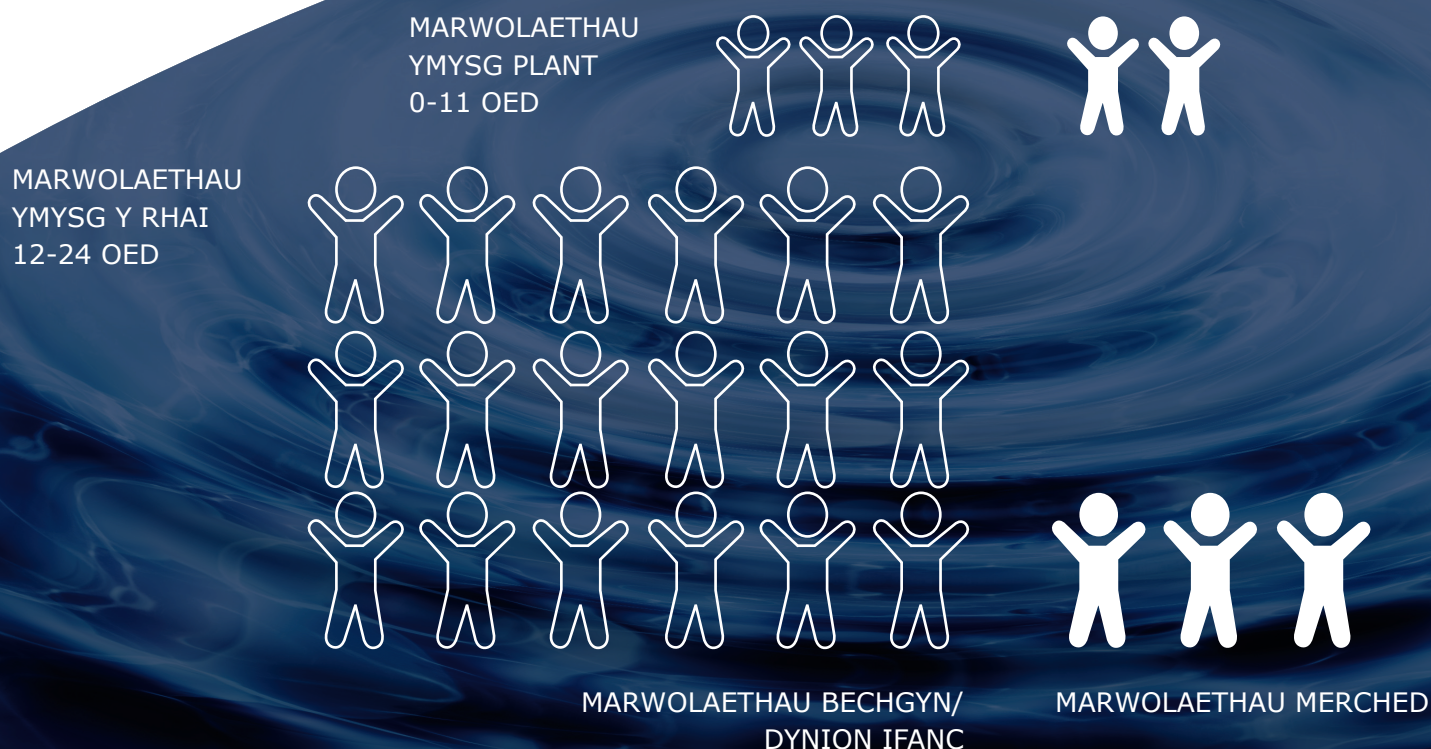
### 3.1 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Daeth chwiliadau cychwynnol o hyd i 39 o farwolaethau yn y grŵp 0–24 oed; roedd 32 (82%) yn fechgyn/dynion ifanc a saith (18%) yn ferched.
- Nid oedd 13 o'r marwolaethau hyn yn bodloni ein meini prawf cynhwysiant, naill ai oherwydd eu bod wedi digwydd ar ôl damwain cerbyd modur neu eu bod yn debygol o fod yn fwriadol (dynladdiad, hunanladdiad, neu fwriad amhendiant).

### Oed a Rhyw

Ar ôl eithrio'r 13 o farwolaethau hyn, cafodd 26 o farwolaethau eu cynnwys yn ein hadolygiad (Ffigur 3.1):

- Roedd un ar hugain (81%) o'r rhai a fu farw rhwng 12 a 24 oed.
- Roedd pump (19%) ohonynt yn 11 oed neu'n iau (tri bachgen a dwy ferch).
- Roedd 21 (81%) o'r 26 a fu farw yn fechgyn/dynion ifanc a phump (19%) yn ferched.
- Roedd deunaw (69%) o'r rhai a fu farw yn fechgyn/dynion ifanc rhwng 12 a 24 oed.



**Ffigur 3.1:** Cyfran y 26 marwolaeth a gafodd eu cynnwys yn ôl band oedran a rhyw. Mae ffigur bach yn dangos plentyn iau ac mae ffigur du yn dangos merch.

## Lleoliad

Dosbarthwyd y lleoliadau fel rhai dyfroedd agored (moroedd, afonydd, llynnoedd, chwareli) a dyfroedd caeedig (pyllau nofio, baddonau, pyllau, pyllau padlo):

- Bu farw pedwar o'r pump (80%) o'r rhai 11 oed neu iau mewn dyfroedd caeedig.
- Bu farw 20 o'r 21 rhwng 12 a 24 oed mewn dyfroedd agored.
- Bu farw wyth o'r naw rhwng 12 a 17 oed a phob un o'r rhai rhwng 18 a 24 oed mewn dyfroedd agored.

## Natur dymhorol

- Digwyddodd hanner y marwolaethau (13, 50%) rhwng mis Mehefin a mis Awst, a digwyddodd pump (19%) rhwng mis Mawrth a mis Mai.
- Mae tywydd cynnes, gwyliau ysgol a gwyliau cyhoeddus yn debygol o fod yn ffactorau mewn patrymau tymhorol.

## Preswylfa arferol

- Roedd saith (27%) o'r 26 a fu farw yn blant a phobl ifanc o Gymru a oedd ar eu gwyliau neu'n preswyllo'r tu allan i Gymru dros dro.

## 3.2 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

Crynodeb o ganfyddiadau'r adolygiad o dystiolaeth yw hwn; mae pob pennod thematig yn yr adroddiad hwn yn cynnwys rhagor o wybodaeth, ac mae'r adolygiad llawn o dystiolaeth ar gael ar wefan Adolygu Marwolaethau Plant.

## Ffactorau risg

- Daethpwyd o hyd i chwe deg naw o erthyglau yn ymwneud â ffactorau risg, a dewiswyd pum adolygiad systematig i'w cynnwys yn ein hadolygiad o dystiolaeth.
- Nododd un adolygiad systematig bedwar prif faes fel ffactorau risg i'w haddasu o bosibl ar gyfer achosion o foddï a bron â boddi: defnyddio alcohol, diffyg goruchwyliaeth o ansawdd, defnyddio seddau bath babanod ac ymddygiad risg uchel (Purnell a McNoe, 2008).

- Mae yna ddiffyg tystiolaeth o ansawdd uchel yn ymwneud â risgiau a rôl alcohol mewn gweithgarwch dŵr at ddibenion hamdden, ond mae gwaith ymchwil yn dangos bod y perygl o foddï yn cynyddu pan fydd crynodiad alcohol y gwaed yn uwch.
- Mae'n ymddangos bod diffyg goruchwyliaeth wedi cyfrannu at achosion o farwolaethau drwy foddï ymysg y rhai rhwng 0 a 18 oed.
- Mae tystiolaeth gyfyngedig yn awgrymu bod gwrywod yn fwy tebygol o ymddwyn mewn ffordd risg uchel, gan gynnwys yfed alcohol, wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau dŵr.
- Mae cymryd cyffuriau a methu â dilyn canllawiau ar blymio diogel yn enghreifftiau eraill o ymddygiad risg uchel sydd wedi'u cysylltu â marwolaethau drwy foddï.
- Ym marn yr arbenigwyr, mae'r perygl o foddï yn uwch ymysg gwrywod, plant o dan bump oed a'r glasoed lle ceir diffyg goruchwylïo plant digonol, ymddygiad risg uchel (yn enwedig ymysg y glasoed), epilepsi a defnyddio alcohol wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau dŵr.
- Hefyd, cysylltir lefel uwch o berygl â dŵr mewndirol, yr haf a gweithgareddau fel cerdded/rhedeg wrth ymyl dŵr, nofio, teithio mewn cychod a physgota.
- Yn ôl data'r Deyrnas Unedig ar gyfer oedolion rhwng 18 a 93 oed, mae pobl ag epilepsi tua 15 gwaith yn fwy tebygol o foddï na'r rhai nad oes ganddynt epilepsi.

## Ymyriadau effeithiol

- Nodwyd bod yna gant a saith o erthyglau yn ymwneud ag atal achosion o foddï; cafodd saith adroddiad strategol ac un diweddariad tystiolaeth y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) eu cynnwys yn ein hadolygiad.
- Mae yna brinder tystiolaeth ymchwil yn ymwneud ag ymyriadau i atal achosion o foddï. Er bod boddi yn un o brif achosion marwolaethau yn fyd-eang, mae nifer yr achosion o bobl sy'n marw drwy foddï mewn gwledydd incwm uchel yn fach. Mae'r ffaith hon, a materion moesegol, yn golygu ei bod yn anodd cynnal astudiaethau cadarn yn ymwneud ag ymyriadau.
- Ar gyfer babanod a phlant ifanc, ceir tystiolaeth bod addysg diogelwch yn y cartref gyffredinol yn ymyrraeth aneffeithiol i atal plant rhag cael eu gadael ar eu pennau eu hunain yn y bath.



- Ar gyfer babanod a phlant ifanc, ceir tystiolaeth bod ffensio o gwmpas pyllau yn ymyrraeth effeithiol i atal achosion o foddï a bod ffensio arwahanu (pedair ochr) yn fwy effeithiol na ffensio ar hyd y terfyn (tair ochr). Mae tystiolaeth ymchwil yn awgrymu bod caniatáu ffensio pyllau ar dair ochr yn ymyrraeth aneffeithiol i atal achosion o foddï.
- Gall gwersi nofio ffurfiol ar gyfer plant iau leihau'r risg o foddï. Nid yw'n ymddangos bod gwersi ffurfiol ar gyfer plant hŷn yn cynyddu neu'n lleihau'r risg.
- Mae'r dystiolaeth yn amhendant ynglŷn â'r defnydd o ddyfeisiau arnofiol personol gan blant neu bobl ifanc.

### 3.3 Pa themâu a ddaeth i'r amlwg yn dilyn trafodaethau'r panel?

Roedd gan bob thema a ddeilliodd o drafodaethau'r panel gysylltiad agos ag o leiaf un thema arall, fel y dangosir yn Ffigur 3.2. Oherwydd amrywiaeth a natur ddynamig y panel, roedd y themâu yn cynnwys pob safle dŵr, nid dim ond y safleoedd dŵr agored sy'n cael eu hystyried fel arfer gan sefydliadau sy'n canolbwyntio ar ddiogelwch dŵr.

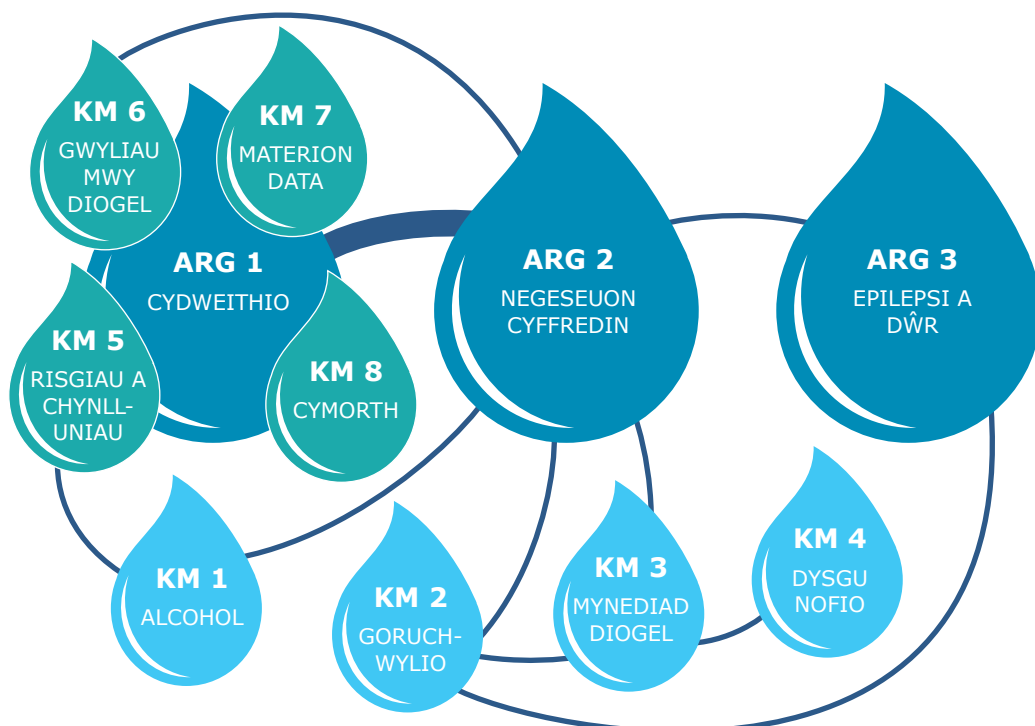
Roedd un thema ar ddeg yn sylfaen i ddatblygu argymhellion a negeseuon allweddol:

- Defnyddiwyd tair thema i wneud argymhellion a daeth wyth ohonynt yn negeseuon allweddol.
- Mae'r argymhellion yn fodd o roi rhai negeseuon allweddol ar waith hefyd. Er enghraifft, gellid lleihau risgiau sy'n gysylltiedig ag alcohol fel gweithgaredd unigol, ond mae camau gweithredu yn fwy tebygol o fod yn effeithiol fel rhan o negeseuon cyffredin a chydweithio.

Mae'r penodau canlynol yn crynhoi ein gwybodaeth am bob thema. Fodd bynnag, gellid defnyddio llawer o ymyriadau posibl ar gyfer mwy nag un thema, gan fod dull gweithredu o'r fath yn fwy effeithiol. O ganlyniad, ac oherwydd heriau mesur eraill, bydd yn anodd priodoli unrhyw ostyngiad mewn marwolaethau drwy foddï yn y dyfodol i weithredu argymhelliad neu neges allweddol benodol a awgrymwyd gan y panel thematig hwn.

### Cyfeirnod

Purnell M. a McNoe B. (2008). *Systematic review of drowning interventions and risk factors and an international comparison of water safety policies and programs*. Otago: Prifysgol Otago. Ar gael yn: [http://www.acc.co.nz/PRD\\_EXT\\_CSMP/idcplg?IdcService=GET\\_FILE&dID=3794](http://www.acc.co.nz/PRD_EXT_CSMP/idcplg?IdcService=GET_FILE&dID=3794) [Fel ar 4 Ionawr 2016]



**Ffigur 3.2:** Y themâu a ddaeth i'r amlwg yn ystod trafodaethau'r panel, yn dangos y gydberthynas (ffrydiau glas) ac yn gwahaniaethu rhwng argymhellion (defnyddau glas) a negeseuon allweddol.







## 4. Thema: Cydweithio

### 4.1 Argymhelliad 1

## Dylid sefydlu fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr.

**Bydd sydd angen ei wneud?** Dylid sefydlu fforwm sy'n cynrychioli'r holl randdeiliaid. Dylai'r fforwm ddatblygu a lledaenu negeseuon diogelwch dŵr fel ei brif amcan, gan sicrhau bod un neges diogelwch dŵr ar gyfer pobl safle lle mae perygl o foddi, sy'n cael ei rhannu gan yr holl sefydliadau perthnasol (*Argymhelliad 2*).

Dylai'r fforwm weithredu rhai o negeseuon allweddol yr adroddiad hwn hefyd, gan gynnwys:

- cynghori ar, ac adolygu asesiadau risg a chynlluniau lliniaru diogelwch dŵr cymunedol (*Neges allweddol 5*)
- cefnogi camau gweithredu i sicrhau bod gwyliau yn y dŵr, ar y dŵr ac o gwmpas y dŵr yn y wlad hon neu dramor yn fwy diogel (*Neges allweddol 6*)
- gwella ansawdd gwybodaeth a'r broses o'i rhannu (*Neges allweddol 7*)
- cyfeirio'r rhai sydd wedi ymwneud â digwyddiadau boddi at gymorth priodol (*Neges allweddol 8*).

Mae'r argymhelliad hwn yn berthnasol i bob safle diogelwch dŵr.

**Pwy sydd angen gweithredu?** Mae'n rhaid i'r holl randdeiliaid sydd â chylch gwaith ar gyfer cadw pobl yn ddiogel yn y dŵr, ar y dŵr, neu ger y dŵr weithredu a chymryd rhan - nid sefydliadau diogelwch dŵr traddodiadol yn unig (gweler yr Atodiad).

**Pa fesur, erbyn pryd?** Nid oes unrhyw fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr ar hyn o bryd; dylid sicrhau bod fforwm wedi'i sefydlu (mesur y cam gweithredu) a bod cyfarfod cyntaf wedi'i gynnal erbyn mis Medi 2016.

**A yw hyn yn ymarferol ac yn synhwyrol?** Dylai'r fforwm gynyddu gwaith partneriaeth, lleihau dyblygu drwy gyfuno adnoddau, a gwella eglurder amcan. I wneud hyn, bydd angen parodrwydd i ymgysylltu â'r fforwm a rhoi gwahaniaethau sefydliadol o'r neilltu.

**Pa dystiolaeth a gafodd ei hystyried?** Mae'r argymhelliad hwn yn deillio o drafodaeth y panel gan nad oedd unrhyw wybodaeth o'r gronfa ddata neu dystiolaeth gadarn o'r llenyddiaeth ar gael.



## 4.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Nid oedd y wybodaeth a gasglwyd am achosion o foddli ymysg plant a phobl ifanc yn cysylltu'n uniongyrchol â manteision neu anafanteision gwaith partneriaeth i atal achosion o foddli.

## 4.3 Beth ddywdodd ein llenyddiaeth wrthym?

### Ffactorau risg

- Ar ôl chwilio'r llenyddiaeth, nid oedd modd nodi a yw gweithio mewn partneriaeth neu weithio ar wahân yn cael effaith uniongyrchol ar risgiau boddi.

### Ymyriadau effeithiol

- Mae'r *Cerdyn cofnodi diogelwch plant* yn cynnwys atebolrwydd ar lefel llywodraeth ar gyfer diogelwch dŵr fel rhan o'i feini prawf asesu.
- Yn ôl y *Global report on drowning* (2014) mae angen cydgysylltu gweithgarwch i atal achosion o foddli ledled y sectorau a'r agendâu.
- Mae strategaeth *A future without drowning* (2015) yn galw am gydweithio rhwng rhanddeiliaid i leihau achosion o foddli 50% erbyn 2026.
- Nid oes gan unrhyw un o'r dogfennau uchod gysylltiad clir â thystiolaeth sylfaenol yn ymwneud ag effeithiolrwydd gweithio mewn partneriaeth i leihau achosion o foddli.

## 4.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Credir bod cydweithio'n well yn cynnig mwy o gyfle i atal achosion o foddli a hybu diogelwch dŵr. Byddai modd osgoi dyblygu, sicrhau bod mwy o bobl yn derbyn y neges a hyrwyddo cysondeb.
- Yn ogystal, gallai hyn wella'r cymorth ar gyfer y rhai sy'n ymwneud â digwyddiadau boddi, boed yn aelodau

teulu, y rhai sydd wedi goroesi neu achubwyr (*Neges allweddol 8*).

## 4.5 Sylwadau

- Nid yw'r sylfaen dystiolaeth yn cefnogi neu'n gwrthbrofi pwysigrwydd fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr i atal achosion o foddli, ac mae'n annhebygol o allu gwneud hynny yn y dyfodol. Fodd bynnag, mae'n annhebygol y byddai fforwm o'r fath yn cynyddu'r perygl o foddli.
- Mae Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol eisoes yn bodoli ar lefel y Deyrnas Unedig (DU), ond mae'n cynnwys asiantaethau diogelwch dŵr traddodiadol yn unig. Byddai fforwm Cymru Gyfan yn gallu cynrychioli sefydliadau sydd â chylch gwaith Cymru yn benodol yn well. Hefyd, dylai'r aelodau allu sicrhau sylw ehangach i beryglon dŵr—gan gynnwys peryglon yn y cartref ac amgylcheddau dŵr agored. Dylai fforymau Cymru a'r DU gydweithio.
- Os caiff y fforwm hwn ei sefydlu, bydd angen datrys nifer o broblemau, gan gynnwys pwy sy'n berchen ar y fforwm, pwy sy'n ei alw ynghyd, pwy sy'n gyfrifol amdano a phwy sy'n sicrhau ei fod yn atebol.

## Cyfeiriadau

MacKay M. a Vincenten J. (2012). *Child safety report card 2012*, Cymru. Birmingham: Cynghair Diogelwch Plant Ewrop, Eurosafe; 2012. Ar gael yn: <http://www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol (2015). *A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

Sefydliad Iechyd y Byd. (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Geneva; Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]



## 5. Thema: Negeseuon cyffredin

### 5.1 Argymhelliad 2

**Mae angen un neges diogelwch dŵr sy'n cael ei rhannu gan yr holl sefydliadau perthnasol ar bob safle lle mae perygl o foddi.**

**Beth sydd angen ei wneud?** Mae'n rhaid i'r holl randdeiliaid gydweithio i ddatblygu neu fabwysiadu a lledaenu un neges diogelwch dŵr sy'n cael ei rhannu ledled Cymru ar bob safle lle mae perygl o foddi. Mae hyn yn berthnasol i ddyfroedd agored a dyfroedd caeedig, gan gynnwys safleoedd domestig.

**Pwy sydd angen gweithredu?** Pob un o'r sefydliadau rhanddeiliaid sy'n ymwneud â hyrwyddo diogelwch dŵr yng Nghymru (gweler Atodiad).

**Pa fesur, erbyn bryd?** Nid oes unrhyw gonsensws ar negeseuon cyffredin ar hyn o bryd. Mae angen cyhoeddi set o negeseuon diogelwch dŵr penodol cyffredin a mynd ati i'w hyrwyddo drwy sefydliadau perthnasol erbyn mis Mawrth 2017.

**A yw hyn yn ymarferol ac yn synhwyrol?** Mae modd cyrraedd consensws ar neges diogelwch dŵr cyffredin ar gyfer pob safle lle mae peryglon o foddi drwy weithio mewn partneriaeth. Byddai sefydlu'r fforwm a amlinellwyd yn Argymhelliad 1 yn gwneud y gwaith hwn yn haws. Mae gan randdeiliaid arbenigedd mewn cyflew negeseuon diogelwch dŵr, a byddant yn gallu adeiladu ar hyn.

**Pa dystiolaeth a gafodd ei hystyried?** Mae'r argymhelliad hwn yn deillio o drafodaeth y panel gan nad oedd unrhyw wybodaeth o'r gronfa ddata neu dystiolaeth gadarn o'r llenyddiaeth ar gael.

Eglurder nid dryswch

Unwaith i Gymru



- Nid oedd y wybodaeth a gasglwyd gennym am foddï ymysg plant a phobl ifanc yn uniongyrchol berthnasol i fanteision neu anfoneision negeseuon cyffredin i atal achosion o foddï.

## Ffactorau risg

- Nid oedd ein chwiliad o'r llenyddiaeth yn uniongyrchol berthnasol wrth ystyried a yw presenoldeb neu absenoldeb negeseuon cyffredin yn cael effaith uniongyrchol ar beryglon boddi.

## Ymyriadau effeithiol

- Mae'r *cerdyn cofnodi diogelwch plant* a chanllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE), *Unintentional injuries: Prevention strategies for under 15s* [PH29] (2010) yn hyrwyddo gwybodaeth am ddiogelwch dŵr.
- Mae'r *Global report on drowning* (2014) ac *A future without drowning* (2015) yn dadlau o blaid gwella ymwybyddiaeth y cyhoedd o foddï a pheryglon diogelwch dŵr.
- Nid yw'n glir a yw cysylltiadau uniongyrchol â'r dystiolaeth sylfaenol yn dylanwadu ar y polisi hwn.
- Roedd diffyg tystiolaeth yn ein hadolygiad o lenyddiaeth am effeithiolrwydd ymgyrchoedd i atal achosion o foddï. Roedd un astudiaeth yn awgrymu bod pobl sy'n mynd i'r traeth yn newid eu hagwedd at ddiogelwch ar ôl cael eu haddysgu am y pwnc, ond roedd yn anodd dod i gasgliadau pendant oherwydd cynllun gwael yr astudiaeth.
- Daeth Leavy a'i gydweithwyr (2015) i'r casgliad bod angen i addysg a gwybodaeth fod yn rhan o ddull gweithredu ehangach sy'n cynnwys sawl elfen wrth geisio lleihau achosion o foddï, a bod cyd-destun penodol yr ymyriadau hyn yn bwysig.

## 5.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Mae gan negeseuon diogelwch gysylltiad agos ag ymyriadau ac maent yn ceisio hyrwyddo ymddygiad sy'n lleihau risg.
- Mae llawer o sefydliadau yn ceisio cyfleu negeseuon tebyg i'r cyhoedd am ddiogelwch dŵr. Roedd y panel yn teimlo y gallai hyn beri dryswch.
- Byddai'r broses o gyfleu un neges benodol gyffredin yn gwneud y neges yn gliriach ac yn gwella ymwybyddiaeth a dealltwriaeth y cyhoedd.

## 5.5 Sylwadau

- Nid oes unrhyw sylfaen dystiolaeth ffurfiol i gefnogi'r broses o ddatblygu un neges diogelwch dŵr gyffredin ar gyfer pob safle lle mae peryglon o foddï.
- Roedd y panel yn cytuno y byddai negeseuon penodol cyffredin yn cynorthwyo ymdrechion i leihau'r perygl o foddï, ac y byddai'r dull gweithredu hwn yn fwy effeithiol na dim neges o gwbl neu nifer o negeseuon gwahanol.
- Roedd y panel yn cytuno ei bod yn annhebygol y byddai peryglon boddi yn cynyddu drwy ddefnyddio negeseuon penodol cyffredin.

## Cyfeiriadau

Leavy JE et al. (2015). A review of drowning prevention interventions for children and young people in high, low and middle income countries. *J Commun Health* DOI 10.1007/s 10900-015-0105-2. Crynodeb yn unig

Mackay M. a Vincenten J. (2012). *Child safety report card 2012*, Cymru. Birmingham: Cynghair Diogelwch Plant Ewrop, Eurosafe; 2012. Ar gael yn: <http://www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol (2015).  
*A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal. (2010). *Strategies to prevent unintentional injuries among the under-15s*. PH29. Llundain; NICE. Ar gael yn: <https://www.nice.org.uk/guidance/ph29> [Fel ar 28 Rhagfyr 2015]

Sefydliad Iechyd y Byd (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Geneva; Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

## 6. Thema: **Epilepsi a dŵr**

### 6.1 Argymhelliad 3

#### **Mae angen canllawiau cyson ar ymdrochi mwy diogel ar gyfer pobl ag epilepsi.**

**Beth sydd angen ei wneud?** Mae angen cyngor cyson ar ymdrochi mwy diogel ar gyfer gweithwyr iechyd proffesiynol, plant a phobl ifanc sydd ag epilepsi, a'u gofalmwyr. Dylai hyn gyfeirio'n benodol at ddiogelwch cymharol cael cawod yn hytrach na bath, a chynnwys rhagofalon diogelwch i leihau risg yn y ddwy sefyllfa.

**Pwy sydd angen gweithredu?** Dylai'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) adolygu ei ganllaw *Epilepsies: diagnosis and management* (CG137) i sicrhau ei fod yn cynorthwyo ymarferwyr i gyflwyno negeseuon diogelwch sy'n seiliedig ar dystiolaeth ynglŷn ag epilepsi ac ymdrochi.

**Pa fesur, erbyn pryd?** Nid oes unrhyw gonsensws ynglŷn â chyngor ar ymdrochi mwy diogel ar gyfer pobl ag epilepsi ar hyn o bryd. Dylid cyhoeddi canllaw NICE wedi'i ddiweddarau yn unol ag amserlen fewnol NICE i adolygu CG137.

**A yw hyn yn ymarferol ac yn synhwyrol?** Amlygodd trafodaethau'r panel anghysondebau yn y cyngor a roddwyd i bobl ag epilepsi ar ymdrochi mwy diogel; mae'r gwahaniaethau hyn yn amhriodol. Mae gwaith ymchwil ar epilepsi a pheryglon ymdrochi ar gael, ac er na chafodd ei hadolygu ar gyfer yr astudiaeth hon, byddai'n ymarferol asesu'r dystiolaeth sy'n bodoli. Drwy ddatblygu a chyflwyno cyngor clir yn rheolaidd, dylid sicrhau ei fod yn datblygu'n ofal cyffredin ar gyfer pobl ag epilepsi.

**Pa dystiolaeth a gafodd ei hystyried?** Mae'r argymhelliad hwn yn deillio o wybodaeth o'r gronfa ddata, ymwybyddiaeth o lenyddiaeth berthnasol a thrafodaeth panel.

Cyngor cyson, wedi'i gyfleu'n gyson



Ystyried pwy i roi gwybodaeth iddo a phryd

## 6.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Roedd nifer fach o farwolaethau yn cynnwys unigolion a oedd â diagnosis o epilepsi, ac mae'n bosibl bod rhai ohonynt wedi cael pwl o epilepsi wrth ymdrochi.

## 6.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

### Ffactorau risg

- Mae sawl adroddiad ar gyfer Sefydliad Iechyd y Byd yn nodi bod epilepsi yn ffactor risg ar gyfer boddi.
- Yn ôl Bell *et al* (2008) mae pobl sydd ag epilepsi rhwng 15 a 19 gwaith yn fwy tebygol o foddi na'r boblogaeth gyffredinol, ond mae'r risg gynyddol hon yn cwmparu ystod oedran eang. Mae'n bosibl bod y risg gynyddol ar gyfer plant ag epilepsi yn llai na'r risg ar gyfer oedolion oherwydd bod plant ag epilepsi yn fwy tebygol o gael eu goruchwyllo.

### Ymyriadau effeithiol

- Daeth Bell *et al* (2008) i'r casgliad y dylai pobl sydd ag epilepsi a'u teuluoedd dderbyn canllawiau priodol ar eu risg gynyddol o foddi.
- Nid oedd ein chwiliad o lenyddiaeth yn cynnwys ymyriadau cwnsela neu addysg i leihau'r perygl o foddi ar gyfer pobl ag epilepsi.

## 6.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Mae rhai pobl sydd ag epilepsi (a'u teuluoedd) yn derbyn rhywfaint o wybodaeth weithiau.
- Mae'n rhaid i wybodaeth sy'n addas i'r oedran am safleoedd dŵr o bob math gael ei datblygu, ei chyflwyno fel mater o drefn a'i hatgyfnerthu'n rheolaidd.

- Yn y cartref, dylai gwybodaeth gynnwys risgiau yn y bath, goruchwyllo a mynediad i'r ystafell ymolchi.
- Mewn pyllau nofio neu yn ystod ymweliadau glan môr, dylai'r wybodaeth gynnwys y pwysigrwydd o sicrhau bod achubwyr bywyd yn ymwybodol o'r cyflwr.
- Gellid darparu gwybodaeth yn ystod ymweliadau gan gleifion allanol neu gyda phresgripsiynau ar gyfer meddyginiaeth i drin epilepsi.

## 6.5 Sylwadau

- Nid oedd unrhyw dystiolaeth yn ein hadolygiad o ganllawiau ymdrochi mwy diogel i atal achosion o foddi ymysg plant a phobl ifanc sydd ag epilepsi.
- Mae'r panel yn credu y byddai canllawiau yn helpu i leihau peryglon boddi a'u bod yn debygol o fod yn fwy effeithiol na chanllawiau nad ydynt yn seiliedig ar gonsensws (y sefyllfa bresennol) neu negeseuon lluosog sy'n cystadlu yn erbyn ei gilydd neu'n gwrthdweud ei gilydd o bosibl. Nid yw'r perygl o foddi yn debygol o gynyddu drwy ddarparu canllawiau o'r fath.
- Gall rhai plant a phobl ifanc fod mewn mwy o berygl na'i gilydd oherwydd arferion gwahanol ar hyn o bryd.

## Cyfeiriadau

Bell GS *et al*. (2008). Drowning in people with epilepsy: How great is the risk? *Neurology* 71 (8): 578–82.

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal. (2014). *Epilepsies: Diagnosis and management*. CG137. Llundain; NICE. Ar gael ar <https://www.nice.org.uk/guidance/cg137> [Fel ar 28 Rhagfyr 2015]

## 7. Thema: Alcohol

### 7.1 Neges allweddol 1

**Mae'n ymddangos bod alcohol yn ffactor sy'n cyfrannu at rai achosion o foddï.**

### 7.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Roedd bron i draean o'r marwolaethau (wyth, 31% o 26) yn gysylltiedig â defnydd posibl o alcohol.
- Yn dilyn gwybodaeth am achos y farwolaeth neu brofion ar lefelau alcohol yn y gwaed yn dilyn *post mortem*, ni phrofwyd bod pob un o'r marwolaethau yn gysylltiedig ag alcohol.
- Fel arfer, roedd y wybodaeth a oedd ar gael i ni, fel grŵp o ffrindiau yn mynd allan i yfed, mynd i glwb nos neu i barti, yn awgrymu bod alcohol wedi cyfrannu at y farwolaeth.

### 7.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

#### Ffactorau risg

- Mae'r gwaith ymchwil yn awgrymu bod hyd at 70% o'r achosion o oedolion yn marw drwy foddï yn ymwneud ag alcohol, a bod y perygl o foddï yn cynyddu wrth yfed alcohol (Driscoll *et al*, 2004).
- Mae dynion yn nodi eu bod yn yfed mwy o alcohol wrth gymryd rhan mewn gweithgareddau dŵr na menywod (Purnell a McNoe, 2008).

- Mae alcohol yn cael ei nodi'n rheolaidd mewn adroddiadau gan arbenigwyr fel ffactor risg ar gyfer boddi ymysg oedolion.

#### Ymyriadau effeithiol

- Ni wnaeth ein chwiliad o lenyddiaeth ganfod tystiolaeth yn ymwneud ag ymyriadau effeithiol i leihau'r defnydd o alcohol mewn perthynas â risgiau boddi. Fodd bynnag, nid yw hyn yn golygu nad oes tystiolaeth o'r fath yn bodoli.

### 7.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Roedd alcohol yn debygol o fod yn ffactor mewn nifer o farwolaethau plant hŷn ac oedolion ifanc, ond mae'n anodd profi hynny ar sail y wybodaeth sydd ar gael.
- Nid yw'r glasoed yn cael eu goruchwyllo i'r un graddau â phlant iau, ac mae ymddygiad risg uchel yn y dŵr neu ger y dŵr yn cyd-fynd â phatrymau ymddygiad mewn lleoliadau eraill.
- Roedd rhai marwolaethau wedi deillio o unigolion yn mynd i mewn i'r dŵr ar eu pennau eu hunain yn y nos o dan ddylanwad alcohol. Mae hyn yn codi'r mater o bwysigrwydd atgoffa pobl i edrych ar ôl eu cyfoedion.
- Er nad yn ffactor hysbys yn y marwolaethau a adolygwyd gennym, codwyd y mater o oruchwylwyr plant ifanc yn yfed alcohol.

Dydy alcohol a dŵr ddim yn cymysgu



## 7.5 Sylwadau

- Byddai llawer o'r sylwadau yn berthnasol i gamddefnyddio sylweddau hefyd, er nad oedd unrhyw dystiolaeth o hyn yn y marwolaethau a adolygwyd gennym.
- Roedd dystiolaeth o gyfraniad alcohol at y marwolaethau a adolygwyd yn anectodaidd yn aml.
- Mae boddi yn un o nifer o ganlyniadau posibl sy'n deillio o yfed alcohol. Mae lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol yn fater iechyd y cyhoedd ehangach o lawer na'r perygl o foddï yn unig.
- Dylai ymdrechion i leihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol ystyried y perygl o foddï.
- Mae ymyriadau posibl i leihau achosion o foddï yn ystod noson allan yn cynnwys hyfforddi staff sy'n gweithio mewn amgylcheddau yn y nos i weithredu yn unol â'r gyfraith a pheidio â gwerthu alcohol i bobl sydd wedi meddwi a chodi ymwybyddiaeth o beryglon dyfroedd cyfagos.
- Mae'n rhaid i asesiadau risg a chynlluniau lliniaru diogelwch dŵr cymunedol (*Neges allweddol 5*) ystyried y risgiau i bobl sydd o dan ddylanwad alcohol. Gallai'r rhain fod yn rhan o'r amcanion trwyddedu hefyd, sef amcan diogelwch y cyhoedd.
- Gallai ymgyrchoedd sy'n annog y glasoed ac oedolion ifanc i ofalu am eu ffrindiau gynnwys negeseuon am y peryglon o gymysgu alcohol a dŵr. Er enghraifft, gellid mabwysiadu ymgyrch 'Paid yfed a boddi' ardal Bryste a Chaerfaddon (*Argymhelliad 2*).

- Awgrymir hefyd y dylai addysg rianta bwysleisio'r ffaith fod angen gofalwr sobr ar bob plentyn a bod risgiau ychwanegol yn gallu deillio o fethu goruchwyllo plant pan fo oedolyn o dan ddylanwad alcohol.

Paid yfed a boddi

## Cyfeiriadau

Driscoll TR et al. (2004.) Review of the role of alcohol in drowning associated with recreational aquatic activity. *Inj Prev*; 10: 107–113. Ar gael yn <http://injuryprevention.bmj.com/content/10/2/107.full.pdf+html> [Fel ar 28 Rhagfyr 2015]

Purnell M a McNoe B. (2008). *Systematic review of drowning interventions and risk factors and an international comparison of water safety policies and programs*. Otago: Prifysgol Otago. Ar gael yn: [http://www.acc.co.nz/PRD\\_EXT\\_CSMP/idcplg?IdcService=GET\\_FILE&dID=3794](http://www.acc.co.nz/PRD_EXT_CSMP/idcplg?IdcService=GET_FILE&dID=3794) [Fel ar 4 Ionawr 2016]



## 8. Thema: Goruchwyllo

### 8.1 Neges allweddol 2

**Gallai goruchwyliaeth fwy gweithredol a phriodol gan oedolion fod wedi atal rhai achosion o fodd.**

### 8.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Roedd saith (27%) o'r 26 o unigolion a gafodd eu cynnwys yn yr adroddiad hwn ar eu pennau eu hunain adeg eu marwolaeth, ac mewn un achos arall nid yw'n hysbys a oedd yr unigolyn ar ei ben ei hun neu gyda rhywun arall.
- Roedd pump (36%) o'r 14 o'r rhai o dan 18 oed a foddodd ar eu pennau eu hunain ac roedd chwech (43%) gyda ffrindiau o oedran anhysbys.
- Ystyr 'ar ei ben ei hun' yn y cyswllt hwn yw diffyg goruchwyliaeth *weithredol*, sy'n golygu na fyddai achos lle mae rhywun arall yn bresennol yn rhywle arall ar yr un safle, er enghraifft, yn cael ei ystyried yn oruchwyliaeth *weithredol*.
- Nid oedd 11 o'r 14 o'r rhai o dan 18 oed ar y gofrestr amddiffyn plant. Nid oedd unrhyw wybodaeth ar gael am y tri arall.

Arhoswch o fewn hyd braich i blant iau

### 8.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

#### Ffactorau risg

- Mae astudiaethau ymchwil o'r tu allan i'r Deyrnas Unedig wedi dangos bod diffyg goruchwyliaeth wedi cyfrannu at achosion o fodd ymysg y rhai 0–18 oed (Purnell a McNoe, 2008).
- Mae adroddiadau gan gyrff arbenigol, gan gynnwys y *Global report on drowning* (2014) a'r *European report on child injury prevention* (2008), yn nodi bod diffyg goruchwyllo digonol o blant yn ffactor risg ar gyfer boddi. Plant iau sy'n gwbl ddibynnol ar ofalwyr sy'n wynebu'r risg fwyaf, ond gall plant hŷn (mwy symudol) fethu ag adnabod perygl neu fethu â dianc o'r dŵr heb gymorth.
- Yn 2015, daeth Public Health England (PHE) a'r Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau (RoSPA) i'r casgliad bod goruchwyliaeth annigonol o blant ifanc yn y bath yn arwain at berygl o fodd.

#### Ymyriadau effeithiol

- Mae rhywfaint o waith ymchwil yn awgrymu bod addysg diogelwch yn y cartref sy'n cynnwys sawl elfen yn aneffeithiol wrth atal plant rhag cael eu gadael ar eu pennau eu hunain yn y bath (Kendrick *et al*, 2012).
- Yn ôl un astudiaeth yn cymharu cyngor diogelwch pwrpasol â chyngor cyffredinol a grëwyd gan gyfrifiadur, nid oedd cyngor pwrpasol yn fwy effeithiol wrth atal plant rhag cael eu gadael ar eu pennau eu hunain ger pwll padlo neu bwll nofio (Kendrick *et al*, 2012).



## Eich holl sylw, drwy'r amser

- Mae tystiolaeth o ansawdd gwael o wledydd incwm isel ac incwm canolig wedi awgrymu bod goruchwyliaeth yn bwysig er mwyn atal plant rhag boddi ym mhob gwlad (Leavy *et al*, 2015).
- Mae'r *Global report on drowning* (2014) yn nodi bod angen darparu gofalu plant medrus ar gyfer plant cyn ysgol mewn mannau sy'n bell o'r dŵr.
- Yn ôl adolygiad o seddau bath ar sail dwy astudiaeth (un yn y DU), roedd cysylltiad rhwng goruchwyllo a'r perygl o foddi (Purnell a McNoe, 2008). Fodd bynnag, daeth adroddiad PHE ac RoSPA i'r casgliad bod goruchwyliaeth annigonol o blant ifanc yn y bath yn arwain at y perygl o foddi, ond bod rôl seddau bath mewn achosion o foddi yn aneglur.

### 8.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Goruchwyliaeth ac alcohol (*Neges allweddol 1*) oedd prif themâu'r trafodaethau.
- Gan amlaf, nid yw'r glasoed yn cael eu goruchwyllo i'r un graddau wrth ymddwyn mewn ffordd risg uchel, fel yfed alcohol.
- Mae plant mor ifanc ag wyth oed yn gallu mynd i mewn i byllau nofio cyhoeddus ar eu pennau eu hunain, ond nid yw eu gallu nofio yn cael ei ystyried.

### 8.5 Sylwadau

- Mae goruchwyliaeth yn sgil rhianta pwysig sy'n mynd y tu hwnt i leihau peryglon boddi. Wrth oruchwyllo, mae angen sicrhau bod cydbwysedd rhwng oedran, cyfnod datblygu (e.e. ystyried

unrhyw anawsterau dysgu neu gyflyrau fel awtistiaeth), cymryd risg a'r angen am annibyniaeth.

- Gallai Cymru ystyried mabwysiadu ymgyrch oruchwyliaeth weithredol Awstralia ar gyfer diogelwch dŵr, sef 'Byddwch yn barod, o fewn hyd braich. Eich holl sylw, drwy'r amser' (*Argymhelliad 2*).
- Mae angen i'r goruchwylwr fynd ati i oruchwyllo yn unol ag oedran, amgylchedd, ffitrwydd ac iechyd y plentyn a/neu'r goruchwylwr. Hefyd, mae'n bwysig bod cyfrifoldeb yn cael ei drosglwyddo o'r naill oruchwylwr i'r llall mewn ffordd glir.
- Gall rhieni oramcangyfrif gallu plentyn i gadw yn ddiogel yn y dŵr a thanamcangyfrif peryglon y dŵr ei hun.
- Gall pobl ddiystyru peryglon yn y cartref oherwydd eu bod yn teimlo'n ddiogel mewn lle cyfarwydd. Mae angen atgoffa rhieni o'r peryglon a'r angen i oruchwyllo plant ym mhob sefyllfa sy'n cynnwys dŵr, gan gynnwys yr holl amser rhwng dechrau rhedeg bath a gorffen gwagio bath, pyllau padlo sy'n cynnwys unrhyw ddŵr, casgenni dŵr agored, twbâu poeth heb eu cloi a'r peryglon mewn gerddi cymdogion.
- Ceir dryswch weithiau ynglŷn â rôl achubwyr bywyd mewn pyllau nofio; mae rhai rhieni yn credu eu bod yno i wneud gwaith goruchwyllo.
- Mae goruchwyllo yn gallu cynnwys plant hŷn, y glasoed ac oedolion ifanc yn gofalu am ei gilydd. Er bod gofalu am gyfoedion yn cael ei annog yn gyffredinol, ni fydd yn ateb priodol i ddiffyg goruchwyliaeth gan oedolion bob amser.

- O safbwynt atal anafiadau neu farwolaethau anfwriadol, mae goruchwylio yn faes ehangach o lawer na diogelwch dŵr a risgiau boddi.

## Cyfeiriadau

Kendrick D *et al.* (2012). Home safety education and provision of safety equipment for injury prevention. *Cochrane Database Syst Rev* Rhifyn 9. Art. No. CD005014. DOI: 10.1002/14651858.CD005014.pub3. Ar gael yn: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD005014.pub3/abstract> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Leavy JE *et al.* (2015). Recreational drowning prevention interventions for adults: A review. *J Commun Health* 40(4): 725–35.

Public Health England a'r Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau (2015). *Child safety update - child drowning and use of bath seats: Advice for Children and Young People (CYP) stakeholders*. Llundain: Public Health England, y Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau. Ar gael yn: <http://www.mossfordgreen.redbridge.sch.uk/wp-content/uploads/2015/02/Child-drowning-and-bath-seats-factsheet-30-Jan-15.pdf> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Purnell M a McNoe B (2008). *Systematic review of drowning interventions and risk factors and an international comparison of water safety policies and programs*. Otago: Prifysgol Otago. Ar gael yn: [http://www.acc.co.nz/PRD\\_EXT\\_CSMP/idcplg?IdcService=GET\\_FILE&dID=3794](http://www.acc.co.nz/PRD_EXT_CSMP/idcplg?IdcService=GET_FILE&dID=3794) [Fel ar 4 Ionawr 2016]

Sefydliad Iechyd y Byd (2008). *European report on child injury prevention*. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/child/injury/world\\_report/European\\_report.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/child/injury/world_report/European_report.pdf) [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Sefydliad Iechyd y Byd (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Gwybod pwy sy'n gyfrifol, nid cymryd pethau'n ganiataol



# 9. Thema: Mynediad diogel

## 9.1 Neges allweddol 3

**Mae yna ymyriadau a all hyrwyddo nofio mwy diogel neu atal cyswllt anfwriadol â dŵr.**

## 9.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Mewn rhai achosion, llwyddodd plant a phobl ifanc i gael mynediad amhriodol i leoliadau fel pyllau dŵr yng ngerddi cymdogion a chwareli.

## 9.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

### Ffactorau risg

- Mae'r *Global report on drowning* (2014) yn rhoi sylw i beryglon sy'n deillio o ddiffyg rhwystrau ffisegol rhwng pobl a dŵr, presenoldeb cyflenwadau dŵr nad ydynt wedi'u gorchuddio na'u diogelu, a diffyg croesfannau dŵr diogel. Mae diffyg dyfeisiau arnofiol personol neu wasanaeth achub a dadebru brys yn ffactorau risg hefyd.

### Ymyriadau effeithiol

- Yn ôl un astudiaeth yn cymharu cyngor diogelwch pwrpasol â chyngor cyffredinol a grëwyd gan gyfrifiadur, nid oedd cyngor pwrpasol yn fwy effeithiol na chyngor cyffredinol wrth atal sefyllfa lle'r oedd pwll padlo wedi'i adael yn llawn dŵr ar ôl ei ddefnyddio (Kendrick *et al*, 2012).

- Ceir tystiolaeth gyfyngedig ynglŷn â ffensio ger pyllau; mae ffensio pedair ochr (arwahanu) gyda gatiau hunan-glicied yn fwy effeithiol na ffensio tair ochr (ar hyd y terfyn) (Thomson a Rivara, 1998). Fodd bynnag, mae'r dystiolaeth yn ymwneud ag effeithiolrwydd addysg/gwybodaeth i hyrwyddo ffensio o gwmpas pyllau yn anghyson (Kendrick *et al*, 2012). Gall y gwaith o greu a chyflwyno deddfwriaeth i ganiatáu ffensio tair ochr fod yn aneffeithiol i wella cydymffurfiaeth (Garside a Moxham, 2009).
- Nid yw canllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) ar atal anafiadau anfwriadol [PH29] (2010) yn gwneud unrhyw argymhellion ar ffensio o gwmpas pyllau neu ddeddfwriaeth yn ymwneud â ffensio o gwmpas pyllau.
- Mae'r dystiolaeth yn ymwneud â defnyddio dyfeisiau arnofiol personol yn amhendiant (Leavy *et al*, 2015).
- Mae meini prawf asesu'r *Cerdyn cofnodi diogelwch plant* yn cynnwys deddfwriaeth i osod rhwystrau o gwmpas pyllau, defnydd gorfodol o ddyfeisiau arnofiol personol, ac adnewyddu tystysgrifau achubwyr bywyd a phennu isafswm achubwyr bywyd.
- Mae'r *Global report on drowning* (2014) yn rhoi cyngor ar rwystrau i reoli mynediad i ddŵr, darparu mannau diogel yn bell o'r dŵr ar gyfer plant cyn oedran ysgol, gwella'r defnydd o ddyfeisiau arnofiol personol a gwella mynediad i wasanaeth achub a dadebru brys.





## 9.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

Nododd y panel nifer o nodweddion amgylcheddol a allai fod wedi dylanwadu ar ddigwyddiadau, gan gynnwys:

- diffyg ffensys i rwystro mynediad
- lloriau pyllau nofio mwy serth na'r hyn a argymhellir
- cyfarpar achub personol ar safleoedd lle y gwaherddir nofio neu ymdrochi (gyda'r posibilrwydd o gyfleu negeseuon cyferbyniol a all annog pobl i nofio)
- dim signal ffôn symudol i ofyn am gymorth.

## 9.5 Sylwadau

- Mae'n annhebygol y bydd modd datblygu sylfaen dystiolaeth gadarn i gefnogi neu wrthbrofi ymyriadau sy'n gysylltiedig â mynediad diogel.
- Mae pyllau nofio sy'n cael eu rheoli ymysg yr amgylcheddau mwyaf diogel ar gyfer nofio, ond awgrymir y dylai ymdrochwyr gael eu cyfarwyddo i fynd i mewn i'r dŵr yn y pen mwyaf bas. Bydd hyn yn helpu i leihau'r risg o blant bach yn rhedeg allan o'r ystafelloedd newid ac yn syth i mewn i'r dŵr.
- Awgrymir y dylid gosod gatiau hunan-glicied mewn pyllau preifat er mwyn atal plant rhag mynd i mewn i'r pwll heb yn wybod i oedolion. Dylid hyrwyddo'r defnydd o ffensys ar bedair ochr â gatiau hunan-glicied ar gyfer pyllau domestig.
- Awgrymir y dylid sicrhau cydymffurfiaeth â chanllawiau ar uchafswm graddiannau ym mhob pwll.
- Mae achubwyr bywyd yn hyrwyddo nofio mwy diogel a gallant atal cyswllt anfwriadol â dŵr. Maent wedi cyfrannu at wella diogelwch dŵr yn y Deyrnas Unedig, ac awgrymir y dylid ceisio cynyddu darpariaeth achubwyr bywyd. Mae ffioedd meysydd parcio ger rhai traethau yn cyfrannu at ariannu

achubwyr bywyd; mewn achosion o'r fath, awgrymir y dylid gwneud hyn yn glir.

- Mae rhai pobl yn dewis ymweld â thraethau nad ydynt yn cael eu rheoli; gall cynyddu nifer y traethau sy'n cael eu rheoli annog pobl i chwilio am safleoedd mwy anghysbell.
- Mae seirenau rhybuddio yn cael eu defnyddio mewn rhai lleoedd nad ydynt yn cael eu rheoli pan fo'r llanw yn arbennig o beryglus, ond gallent gael eu hanwybyddu.
- Gall arwyddion ddarparu gwybodaeth am ddiogelwch ac annog pobl i beidio â nofio mewn mannau amhriodol. Er mwyn sicrhau bod arwyddion mor effeithiol â phosibl dylent fod yn gyson ac yn hawdd i'w deall a'u cofio. Dylai arwyddion gynnwys rhifau ffôn argyfwng, o bosibl gyda'r neges 'Cadwch yn ddiogel, arhoswch yn y dŵr bas' (*Argymhelliad 2*).
- Gallai fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr (*Argymhelliad 1*) helpu i safoni arwyddion.
- Mewn cartrefi lle mae plant bach yn byw neu'n ymweld yn rheolaidd (er enghraifft, neiniau a theidiau) awgrymir y dylid llenwi neu ffensio pyllau. Ar gyfer eiddo ar rent, mae'n bosibl y bydd angen trafod y mater hwn â landlordiaid. Dylai rhieni neu warchodwyr plant eraill fod yn ymwybodol o byllau nofio neu byllau cymdogion.

Cadw'n ddiogel, aros yn y dŵr bas

- Awgrymir y dylai perchnogion chwareli sicrhau bod eu safleoedd yn ddiogel. Mae tystiolaeth anecdotaidd yn awgrymu bod llifynnau tywyll yn y



dŵr yn gallu helpu i annog pobl i beidio â nofio.

- Nid oedd gan unrhyw un o'r marwolaethau a adolygwyd yma gysylltiad â thwbâu poeth, pyllau padlo neu gasgenni dŵr, ond mae pob un o'r rhain yn beryglon perthnasol. Er mwyn rheoli'r rhain yn ddiogel, awgrymir y dylid rhoi gorchuddion dros dwbâu poeth a'u cloi, y dylid gwagio pyllau ar ôl eu defnyddio ac y dylid gosod gorchuddion na ellir eu hagor dros gasgenni dŵr.
- Nid yw'n ymarferol rhwystro mynediad ffisegol i ddyfroedd agored lle nad yw nofio yn cael ei hyrwyddo na'i ganiatáu. Mae'n anodd cyfyngu ar fynediad i byllau nofio hefyd.
- Mae diffyg signal ffôn symudol wedi'i nodi fel problem i fodurwyr sydd angen cymorth ar ffyrdd anghysbell (RAC Foundation, 2015). Mae'n bosibl y bydd pobl sy'n cymryd rhan mewn gweithgareddau ar yr arfordir yn wynebu anawsterau tebyg mewn argyfwng. Mae gwella rhwydweithiau ffonau symudol neu ddefnyddio arwyddion rhybuddio sy'n hysbysu pobl am brinder signal a'r man cyswllt agosaf mewn argyfwng yn gallu bod o gymorth. Gan fod modd gwneud galwadau ffôn brys os oes unrhyw ddarparwr gwasanaeth yn yr ardal, dylid nodi ardaloedd lle nad oes unrhyw signal gan unrhyw ddarparwr.
- Ni thrafododd y panel y defnydd o ddyfeisiau arnofiol personol.

## Cyfeiriadau

Garside R a Moxham T. (2009). *Preventing unintentional injury in children review 4: Strategic and regulatory frameworks for guiding, enforcing or promoting activities to prevent unintentional injury in children and young people in the home environment*. Caerwysg: Peninsula Technology Assessment Group. (PenTAG). Ar gael yn: <http://www.nice.org.uk/guidance/ph29/evidence/review-4-strategies-and-frameworks-to-prevent-unintentional-injury-among-under-15s-home2> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Kendrick D et al. (2012). Home safety education and

provision of safety equipment for injury prevention. *Cochrane Database Syst Rev* Issue 9. Art. No. CD005014. DOI: 10.1002/14651858.CD005014.pub3. Ar gael yn: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD005014.pub3/abstract> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Leavy JE et al. (2015). Recreational drowning prevention interventions for adults: A review. *J Commun Health* 40(4): 725–35.

Mackay M a Vincenten J. (2012). *Child safety report card 2012*, Cymru. Birmingham: Cynghrair Diogelwch Plant Ewrop, Eurosafe; 2012. Ar gael yn: <http://www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (2010). *Strategies to prevent unintentional injuries among the under-15s*. PH29. Llundain: NICE. Ar gael yn: <https://www.nice.org.uk/guidance/ph29> [Fel ar 28 Rhagfyr 2015]

RAC Foundation. (2015). *Far from home and help: Mobile phone coverage across the GB road network*. Llundain: RAC Foundation. Ar gael yn: <http://www.racfoundation.org/media-centre/far-from-home-help-mobile-phone-coverage-GB> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Thompson DC a Rivara F. (1998). Pool fencing for prevention of drowning of children. *Cochrane Database Syst Rev* Issue 1. Art. No.: CD001047. DOI: 10.1002/14651858.CD001047. Ar gael yn: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD001047/abstract> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Sefydliad Iechyd y Byd (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Lle bynnag mae  
dŵr, mae perygl





# 10. Thema: Dysgu nofio

## 10.1 Neges allweddol 4

**Rydym yn cymeradwyo gweledigaeth Llywodraeth Cymru i sicrhau bod pob plentyn yng Nghymru yn gallu nofio erbyn 2020. Rydym yn awgrymu y dylid cynnwys addysg diogelwch dŵr ar sut mae gwersi yn y pwll nofio yn berthnasol i ddŵr agored.**

## 10.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Ychydig iawn o wybodaeth a oedd gennym am allu nofio'r unigolion a foddodd.
- O'r 26 o blant a phobl ifanc a adolygwyd, dywedwyd bod wyth (31%) yn gallu nofio, pedwar (15%) yn methu nofio ac roedd gallu nofio'r gweddill yn anhysbys.

## 10.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

### Ffactorau risg

- Roedd ymddygiad peryglus yn cynnwys pobl yn nofio ar eu pennau eu hunain a phobl yn nofio mewn lleoedd anniogel.
- Mae'r *Global report on drowning* (2014) yn nodi bod diffyg sgiliau nofio a diffyg ymwybyddiaeth o ddiogelwch dŵr yn beryglon boddi.

### Ymyriadau effeithiol

- Mae un astudiaeth yn awgrymu y gall gwersi nofio ffurfiol leihau peryglon o blant iau yn boddi; nid oes unrhyw

dystiolaeth o leihau peryglon boddi neu niwed ar gyfer plant hŷn (Wallis *et al*, 2014).

- Mae'r *Cerdyn cofnodi diogelwch plant* (2012) a chanllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) ar atal anafiadau anfwriadol [PH29] (2010) yn hyrwyddo addysg ar allu nofio a diogelwch dŵr, gan nodi y dylid ei chynnwys fel rhan o gwricwla ysgolion.
- Mae'r *Global report on drowning* (2014) yn nodi bod angen i blant oedran ysgol ddysgu sgiliau nofio, diogelwch dŵr ac achub sylfaenol.
- Mae'r adroddiad *A future without drowning* (2015) yn argymhell y dylid darparu gwersi nofio a diogelwch dŵr ar gyfer plant ym mhob ysgol gynradd (7–11 oed) ac y dylid ystyried gwneud hyn ar gyfer plant 12–14 oed.
- Mae cysylltiadau uniongyrchol â'r dystiolaeth sy'n llywio'r cyngor polisi yn aneglur.

## Parchu'r dŵr

## 10.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Trafodwyd gallu nofio (neu ddiffyg gallu nofio) mewn perthynas â nifer o farwolaethau.
- Mewn rhai achosion, roedd ffrindiau neu aelodau teulu'r ymadawedig wedi gwneud sylwadau penodol ar allu nofio tybiedig.



## 10.5 Sylwadau

- Mae gweledigaeth Llywodraeth Cymru yn berthnasol i leihau peryglon boddi a chynyddu gweithgarwch corfforol. Mae Llywodraeth Cymru yn awgrymu bod gallu nofio yn gysylltiedig â gwella cyfleoedd bywyd (Llywodraeth Cymru, 2015).
- O dan y Fenter Nofio am Ddim, mae gallu nofio yn golygu bod plentyn yn gallu nofio 25 metr mewn modd effeithlon; troedio'r dŵr neu arnofio am o leiaf 30 eiliad, gan gynnwys cylchdroi'n llawn i safle fertigol neu lorweddol (wyneb i fyny); mynd o dan y dŵr yn gyfan gwbl a dychwelyd i'r arwyneb i wynebu'r asesydd. Ar sail y meini prawf hyn, mae ffigurau Nofio Cymru yn dangos bod 73% o ddisgyblion Blwyddyn 6 a aseswyd yn ystod 2013–14 wedi bodloni'r safon hon, ac roedd ystod o 61–84% ledled Cymru.
- Mae'n bosibl nad yw gwersi nofio mewn pyllau nofio yn darparu'r sgiliau a'r wybodaeth sydd eu hangen ar gyfer nofio mewn afonydd neu'r môr. Awgrymir y dylid darparu addysg diogelwch dŵr ehangach hefyd, sy'n cynnwys risgiau ac effeithiau sioc dŵr oer.
- Nid oes angen i blant dros wyth oed fod yng nghwmni oedolyn i fynd i mewn i bwl nofio, ond nid yw gwersi nofio am ddim yn cael eu darparu nes bod plant yn 11 oed.

## Cyfeiriadau

MacKay M a Vincenten J. (2012). *Child safety report card 2012*, Cymru. Birmingham: Cynghair Diogelwch Plant Ewrop, Eurosafe; 2012. Ar gael ar: <http://www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf> [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal. (2010). *Strategies to prevent unintentional injuries among the under-15s*. PH29. Llundain: NICE. Ar gael ar: <https://www.nice.org.uk/guidance/ph29> [Fel ar 28 Rhagfyr 2015]

Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol. (2015). *A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Y Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

Wallis BA et al. (2014). Interventions associated with drowning prevention in children and adolescents: a systematic literature review. *Inj Prev* 10.1136/injuryprev-2014-041216. Ar gael ar: <http://injuryprevention.bmj.com/content/early/2014/09/04/injuryprev-2014-041216.full.pdf+html> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Llywodraeth Cymru (2015). *Datganiad Ysgrifenedig: Newid fformiwlâ cyllid Menter Nofio am Ddim*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. Ar gael ar: <http://gov.wales/about/cabinet/cabinetstatements/2015/freeswimming/?skip=1&lang=cy> [Fel ar 29 Rhagfyr 2015]

Sefydliad Iechyd y Byd (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Geneva: Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael ar: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhagfyr 2015]

Addysgwch ddiogelwch dŵr





# 11. Thema: Risgiau a chynlluniau

## 11.1 Neges allweddol 5

**Mae angen cynlluniau yng Nghymru i gyflawni'r nod o lunio cynlluniau asesu risg a diogelwch dŵr cymunedol sydd ar gael i'r cyhoedd yn unol â strategaeth genedlaethol y DU ar gyfer atal achosion o foddi (2016-2026).**

## 11.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Nid ydym yn gwybod faint o'r lleoliadau lle mae boddi wedi digwydd oedd eisoes â chynllun asesu risg a diogelwch dŵr ar lefel gymunedol.
- Dangosodd ein gwybodaeth faterion amgylcheddol mewn rhai achosion, gan awgrymu pe bai asesiadau wedi cael eu cynnal cyn hynny, na fyddai'r rhain wedi arwain at ymyriadau effeithiol i atal boddi o reidrwydd. Er enghraifft, dangosodd ein gwybodaeth bod materion yn ymwneud â goleuo gwael a diffyg rhwystrau diogelwch lle'r oedd alcohol wedi'i weini i bobl ifanc yn agos at ddŵr.

## 11.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

### Ffactorau risg

- Nid oedd ein chwiliad o'r llenyddiaeth yn gallu dweud wrthym a oedd presenoldeb neu absenoldeb asesiad risg ar lefel gymunedol neu weithredu cynllun diogelwch dŵr wedi effeithio'n uniongyrchol ar y risg o foddi.

### Ymyriadau effeithiol

- Rhoddodd y *Cerdyn Cofnodi Diogelwch Plant* (2012) radd 'gwael' i Gymru o ran polisiau ar gyfer asesiadau risg o ardaloedd hamdden o ddŵr cyhoeddus dynodedig ar lefel gymunedol.
- Mae canllawiau iechyd cyhoeddus a gyhoeddwyd gan y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) ar atal anafiadau anfwriadol [PH29] (2010) yn argymhell defnyddio dadansoddiad risg a gweithdrefnau rheoli.

## Deall y risgiau

- Mae'r *Global report on drowning* (2014) yn argymhell rheoli risgiau llifogydd a pheryglon diogelwch dŵr eraill ar raddfa leol a chenedlaethol.
- Mae *A future without drowning* (2015) yn argymhell bod pob cymuned lle mae risgiau dŵr yn cynnal asesiad risg ar lefel gymunedol ac yn creu cynllun diogelwch dŵr. Mae'r strategaeth yn nodi bod cyfran fawr o achosion o foddi yn deillio o fynd i mewn i'r dŵr heb fod hynny wedi'i gynllunio.
- Nid yw'r dogfennau hyn yn darparu cysylltiadau clir â thystiolaeth bod asesu risg ar lefel gymunedol yn effeithiol o ran lleihau achosion o foddi.



### 11.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Nid yw asesiadau risg diogelwch dŵr ar lefel gymunedol yn arfer cyffredin yng Nghymru.
- Efallai bod asesiadau risg ar lefel gymunedol wedi nodi risgiau addasadwy a allai fod wedi atal rhai o'r marwolaethau sydd wedi'u cynnwys yn yr adolygiad hwn.

### 11.5 Sylwadau

- Nid oes sail dystiolaeth ffurfiol i gefnogi defnyddio asesiadau risg ar lefel gymunedol. Fodd bynnag, mae'r rhain yn annhebygol o gynyddu'r perygl o foddli.
- Gellid ystyried cynnwys asesiad risg ar lefel gymunedol yn y broses o drwyddedu alcohol (*Neges allweddol 1*).
- Gallai cynnwys a'r dull o ddefnyddio a gweithredu canfyddiadau asesiadau risg gael eu llywio gan fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr (*Argymhelliad 1*). Gallai'r fforwm goladu canlyniadau, cymharu ardaloedd, lledaenu canfyddiadau a chynghori ar amserlenni ar gyfer adolygu hefyd.
- Mae angen ystyried materion yn ymwneud â statws cyfreithiol, llywodraethu ac atebolrwydd asesiadau a chynlluniau o'r fath, a phenderfynu pwy sy'n gyfrifol am gymryd y camau a nodwyd, a'r amserlen ar gyfer hynny.

### Cyfeiriadau

MacKay M a Vincenten J. (2012). *Child safety report card 2012*, Cymru. Birmingham: European Child Safety Alliance, Eurosafe; 2012. Ar gael yn: [www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf](http://www.childsafetyeurope.org/reportcards/info/wales-report-card.pdf) [Fel ar 25 Rhag 2015]

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal. (2010). *Strategies to prevent unintentional injuries among the under-15s*. PH29. Llundain: NICE. Ar gael yn: [www.nice.org.uk/guidance/ph29](http://www.nice.org.uk/guidance/ph29) [Fel ar 28 Rhag 2015]

Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol. (2015). *A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

Sefydliad Iechyd y Byd. (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhag 2015]

Cysylltu gwybodaeth  
leol â chynllunio  
lleol



# 12. Thema: Gwyliau mwy diogel

## 12.1 Neges allweddol 6

**Gellid annog pobl sydd ar eu gwyliau yn y wlad hon a thramor i fod yn fwy ymwybodol o ddiogelwch dŵr. I gefnogi'r gwaith hwn, gallai'r diwydiant twristiaeth ddarparu cyngor a chanllawiau rheolaidd ar ddiogelwch dŵr.**

Bod yn wybodus i gadw'n ddiogel

## 12.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Bu farw naw (35%) o'r 26 o blant a phobl ifanc sydd wedi'u cynnwys yn yr adolygiad tra'r oeddent ar wyliau; roedd y rhan fwyaf dan 18 oed.
- Ychydig wnaeth fodd i y tu allan i'r Deyrnas Unedig.
- Yn y môr y boddodd chwech o'r rhai foddodd ar wyliau.

## 12.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

### Ffactorau risg

Dywed y Global report on drowning (2014) bod yna risgiau wrth deithio ar ddŵr oherwydd gorlenwi, llongau a chychod wedi'u cynnal a'u cadw'n wael, a diffyg dyfeisiau arnofio personol neu ddiffyg defnydd ohonynt.

### Ymyriadau effeithiol

- Mae canllawiau iechyd y cyhoedd wedi'u cyhoeddi gan y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Iechyd a Gofal (NICE) ar atal anafiadau anfwriadol [PH29] (2010) yn cynnwys cyngor i ddarparwyr cyfleusterau hamdden (e.e. canolfannau hamdden a gweithredwyr pyllau nofio, cwmnïau llogi cychod, gweithredwyr gwestai, cwmnïau gwyliau a gweithredwyr teithiau). Mae'r cyngor yn awgrymu defnyddio dadansoddiad risg a gweithdrefnau rheoli a darparu gwybodaeth ddefnyddiol am ddiogelwch dŵr, er nad yw'r dystiolaeth sy'n sail i hyn yn glir.
- Mae *A future without drowning* (2015) yn argymhell y dylai fod gan sefydliadau gweithgareddau dŵr hamdden asesiad risg a chynllun diogelwch dŵr. Nid yw'r dystiolaeth sy'n sail i hyn yn glir.

## 12.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Gall teuluoedd anghofio ystyried risgiau boddi tra ar wyliau.
- Bydd rhai pobl yn cymryd risgiau ar wyliau na fyddent yn eu cymryd gartref.
- Efallai y bydd y lefel o amddiffyniad rhag y risgiau hyn yn amrywio yn ôl lleoliad neu wlad.
- Gallai gwybodaeth am ddiogelwch dŵr, deddfwriaeth ac arferion lleol, y llanw lleol ac amodau ymdrochi a'r manau mwyaf diogel i nofio neu ymdrochi leihau'r risgiau. Gallai gwybodaeth o'r fath gael ei darparu wrth i'r gwyliau gael ei archebu neu mewn manau ymadael a'i chyfuno gyda negeseuon iechyd y cyhoedd eraill.



## 12.5 Sylwadau

- Nid oes tystiolaeth ffurfiol i ddangos y bydd darparu gwybodaeth am ddiogelwch dŵr i bobl sy'n mynd ar eu gwyliau yn lleihau'r risg o foddï. Fodd bynnag, mae gwybodaeth o'r fath yn annhebygol o gynyddu'r risg o foddï.
- Mae miliynau o bobl yn mynd ar wyliau mewn amryw byd o lefydd bob blwyddyn heb unrhyw drafferthion.

Gwybod beth i'w wneud os byddwch mewn trafferth

- Gallai Fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr (*Argymhelliad 1*) lywio cyngor safonol a helpu gweithredwyr lleol i ddatblygu neu wella gwybodaeth am ddiogelwch dŵr.
- Ar gyfer plant bach a phlant ifanc ar wyliau, mae cysylltiad agos rhwng y neges allweddol hon â'r canllawiau ar oruchwyliaeth weithredol a phriodol (*Neges allweddol 2*).

Does dim rhaid i hwyl fod yn angheuol

## Cyfeiriadau

Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal. (2010). *Strategies to prevent unintentional injuries among the under-15s*. PH29. Llundain: NICE. Ar gael yn: [www.nice.org.uk/guidance/ph29](http://www.nice.org.uk/guidance/ph29) [Fel ar 28 Rhag 2015]

Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol. (2015). *A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

Sefydliad Iechyd y Byd. (2014). *Global report on drowning: Preventing a leading killer*. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. Ar gael yn: [www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/publications/drowning\\_global\\_report/Final\\_report\\_full\\_web.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/drowning_global_report/Final_report_full_web.pdf) [Fel ar 25 Rhag 2015]



# 13. Thema: Materion data

## 13.1 Neges allweddol 7

**Mae yna gyfleoedd i wella'r broses o rannu data. Hefyd, mae'n bwysig ystyried sut mae gwybodaeth yn cael ei rhannu er mwyn helpu i atal achosion o foddï, gan gynnwys adroddiadau crwneriaid.**

## 13.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Coladodd a chroeswiriodd yr adolygiad hwn wybodaeth o wahanol ffynonellau - proses faith gan fod y wybodaeth yn anghyflawn yn aml.
- Mae gwybodaeth gan grwneriaid yn bwysig ond gall fod yn anodd ei chael ac mae faint o fanylion sydd ynddi'n amrywio. Ni fu modd cael gafael ar reithfarnau crwneriaid ar gyfer pedair o'r marwolaethau a adolygwyd.
- Cafwyd *A report to prevent future deaths* (adroddiad 'Rheol 28') ar gyfer un o'r achosion o foddï a adolygwyd. Mae'r adroddiadau hyn yn cael eu cyhoeddi pan fydd camau i atal marwolaethau yn y dyfodol yn cael ei nodi gan y coroner.<sup>1</sup>

Mae rhannu dysgu'n arwain at weithredu ehangach

## 13.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

- Ni wnaeth ein chwiliad llenyddiaeth gynnwys materion yn ymwneud â rhannu gwybodaeth am farwolaethau yn sgil boddi nac ansawdd y wybodaeth honno.
- Dywed *A future without drowning* (2015) bod diffyg dull cenedlaethol cyson o gasglu data a bod angen gwella'r hyn sy'n cael ei gasglu.

## 13.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Mae faint o ddata sydd ar gael i'r panel a'i ansawdd yn amrywiol iawn.
- Awgrymwyd y dylai adroddiadau crwneriaid fod ar gael yn rhwydd i adolygiadau fel hyn fel mater o drefn.

## 13.5 Sylwadau

- Dim ond os oes gan y panel wybodaeth gadarn, fanwl am y digwyddiad (mae hyn yn wir am unrhyw adolygiadau o farwolaeth plentyn) y gallant wneud argymhellion cadarn a nodi negeseuon allweddol.
- Pan fydd y dystiolaeth ymchwil yn gyfyngedig fel yn yr adolygiad hwn, mae gwybodaeth gadarn am y digwyddiad ei hun yn bwysicach fyth.
- Nid oes sail dystiolaeth ffurfiol i ddangos y bydd rhannu gwybodaeth yn well yn lleihau achosion o foddï. Fodd bynnag, nid yw'r risg o foddï'n debygol o gynyddu o ganlyniad i rannu gwybodaeth.

<sup>1</sup> Disgrifir adroddiadau i atal marwolaethau yn y dyfodol yn *Neddf Crwneriaid a Chyfiawnder 2009 a Rheoliadau 28 a 29 o Reoliadau Crwneriaid (Ymchwiliadau) 2013*. Mae dyletswydd ar grwneriaid i roi adroddiadau i unigolyn, sefydliad, awdurdod lleol neu asiantaeth neu adran y llywodraeth os yw'r crwner yn credu y dylid cymryd camau i atal marwolaethau yn y dyfodol. Am ragor o wybodaeth, gweler <https://www.judiciary.gov.uk/subject/child-death/>.





- Gwelwyd bod meysydd eraill o ran iechyd y cyhoedd (e.e. atal trais) wedi elwa ar rannu gwybodaeth yn well.
- Anogir crwneriaid i roi gwybod i'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant (CDR) am farwolaethau unrhyw blant y bwriedir cynnal cwest yn eu cylch fel mater o drefn.

rhannu gwybodaeth; mae angen trafodaethau cynnar i fynd i'r afael ag unrhyw bryderon yn gyflym ac yn glir.

### Cyfeirnod

Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol. (2015). *A future without drowning: The UK national drowning prevention strategy*. Fforwm Diogelwch Dŵr Cenedlaethol.

### Mae penderfyniadau da angen data da

- Awgrymir bod crwneriaid yn cael eu helpu i ddatblygu a rhannu rheithfarnau ar farwolaethau sy'n gysylltiedig â dŵr, yn enwedig pan fo adroddiad Rheol 28 yn cael ei gyhoeddi. Gallai fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr (*Argymhelliad 1*) hwyluso hyn.
- Awgrymir y dylai pob adroddiad Rheol 28 a wneir gan grwneriaid yng Nghymru, ac ymatebion dilynol iddynt, gael ei rannu'n awtomatig gyda'r Rhaglen CDR fel bod y cyngor hwn yn cael ei gynnwys mewn argymhellion neu negeseuon cenedlaethol lle bo hynny'n briodol.
- Er bod rhannu gwybodaeth yn hanfodol ar gyfer gweithio'n effeithiol mewn partneriaeth, nid yw heb ei anawsterau. Mae angen i'r sector cyhoeddus a sefydliadau anstatudol ddatblygu'r ymddiriedaeth i rannu gwybodaeth yn briodol. Mae fframweithiau llywodraethu gwybodaeth cadarn ar gael a dylid eu mabwysiadu er mwyn rheoli'r broses

### Mae atal yn gyfle y dylid ei rannu



## 14. Thema: Cymorth

### 14.1 Neges allweddol 8

**Mae cymorth priodol ar gyfer y rhai sy'n ymwneud â digwyddiadau boddi yng Nghymru yn bwysig.**

### 14.2 Beth ddywedodd ein gwybodaeth wrthym?

- Nid oedd y wybodaeth a gasglwyd gennym yn cwmpasu'r cymorth sydd ar gael i rieni mewn profedigaeth, gofawyr, teuluoedd, achubwyr neu dystion yr effeithiwyd arnynt gan blentyn yn boddi.

Y person iawn, y neges iawn, yr adeg iawn

### 14.3 Beth ddywedodd y llenyddiaeth wrthym?

- Nid amcan ein chwiliad llenyddiaeth oedd edrych ar effeithiolrwydd y gefnogaeth sydd ar gael yn dilyn achos o foddi.

### 14.4 Beth ychwanegodd y trafodaethau panel?

- Roedd y drafodaeth ar gefnogaeth ar gyfer profedigaeth yn gyffredinol, yn hytrach nag yn ymwneud yn benodol â'r marwolaethau a adolygwyd.

- Mae teuluoedd ac eraill yn cael cymorth drwy ffynonellau megis Ymateb Gweithdrefnol i Farwolaethau Annisgwyl mewn Plentyndod (PRUDiC) ar gyfer marwolaethau rhai dan 18 oed. Mae yna angen hefyd i gymorth fod ar gael i bawb y mae marwolaethau pobl dros 18 oed yn effeithio arnynt.
- Roedd aelodau'r panel yn ymwybodol o nifer o opsiynau cymorth, ond yn cwestiynu a oedd y rhain yn cael eu defnyddio'n eang i gyfeirio pobl atynt ar ôl i rywun foddi.
- Nid yw teuluoedd mewn profedigaeth yn cyfrannu at drafodaethau panel; petaent wedi gwneud hynny, efallai y byddai'r angen am gefnogaeth wedi'i grybwyll.

### 14.5 Sylwadau

- Mae cynnig cymorth priodol mewn ffordd glir yn bwysig i bawb sy'n gysylltiedig ag achos o foddi, p'un a ydynt yn deulu, ffrindiau, achubwyr neu bersonél y gwasanaethau brys. Mae plentyn neu berson ifanc yn boddi yn ddigwyddiad ar lefel gymunedol.
- Mae cefnogaeth hygyrch yn bwysicach na phwy sy'n ei darparu a lle caiff ei darparu.
- Gallai Fforwm Cymru Gyfan ar gyfer diogelwch dŵr (*Argymhelliad 1*) gyfrannu at helpu i gyfeirio'r rhai a effeithir gan foddi at gymorth priodol.

Gall cyfeirio pobl eu harwain at well iechyd



# Atodiad: Rhanddeiliad mewn perthynas ag argymhellion

Mae'r tabl canlynol yn cynnwys rhanddeiliaid a ystyrir yn rhai sydd â chylch gwaith lle gallent weithredu mewn perthynas â'r argymhelliad/argymhellion a ddangosir. Rhoddwyd amserlen i bob argymhelliad sy'n nodi pryd y dylai'r camau a argymhellir ddigwydd. Mae'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant (CDR) yn bwriadu pennu pa gynnydd sydd wedi'i wneud tuag at weithredu'r argymhellion hyn. Efallai nad yw'r tabl hwn yn cynnwys pawb a phopeth; cysylltwch â'r Rhaglen CDR os yw eich sefydliad wedi'i hepgor.

| Rhanddeiliad                                                 | Argymhelliad  |                       |                   |
|--------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|-------------------|
|                                                              | 1. Cydweithio | 2. Negeseuon a rennir | 3. Epilepsi a dŵr |
| Gwasanaeth Trwyddedu Gweithgareddau Antur                    | Y             | Y                     |                   |
| British Sub-Aqua Club (Rhanbarth Cymru)                      | Y             |                       |                   |
| Partneriaeth Diogelwch Dŵr Sir Gaerfyrddin                   | Y             | Y                     |                   |
| Cadeiryddion Byrddau Diogelu Plant                           | Y             |                       |                   |
| Glandŵr Cymru                                                | Y             |                       |                   |
| Cymdeithas y Prif Swyddogion Tân                             | Y             | Y                     |                   |
| Ymddiriedolaeth Atal Damweiniau ymhlith Plant                | Y             | Y                     |                   |
| Plant yng Nghymru                                            | Y             |                       |                   |
| Cyfarwyddwyr Iechyd y Cyhoedd mewn Byrddau Iechyd            | Y             |                       |                   |
| Awdurdodau Lleol yng Nghymru                                 | Y             |                       |                   |
| Asiantaeth y Môr a Gwylwyr y Glannau                         | Y             | Y                     |                   |
| National Coasteering Charter (Rhanbarthau Cymru)             | Y             |                       |                   |
| Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal |               |                       | Y                 |
| Parciau Cenedlaethol Cymru                                   | Y             |                       |                   |
| National Water Safety Forum                                  | Y             | Y                     |                   |
| Cyfoeth Naturiol Cymru                                       | Y             |                       |                   |
| Heddluoedd yng Nghymru                                       | Y             | Y                     |                   |
| Iechyd Cyhoeddus Cymru                                       | Y             | Y                     |                   |
| River and Sea Sense                                          | Y             | Y                     |                   |
| Royal Life Saving Society UK                                 | Y             | Y                     |                   |
| Sefydliad Cenedlaethol Brenhinol y Badau Achub               | Y             | Y                     |                   |
| Y Gymdeithas Frenhinol er Atal Damweiniau                    | Y             | Y                     |                   |
| Cymdeithas Achub Bywydau Beistonns Cymru                     | Y             | Y                     |                   |
| Nofio Cymru                                                  | Y             |                       |                   |
| Cymdeithas Athrawon Nofio (STA Cymru)                        | Y             |                       |                   |
| Ymddiriedolaeth GIG Gwasanaethau Ambiwlans Cymru             | Y             |                       |                   |
| Llywodraeth Cymru (Atal Anafiadau)                           | Y             |                       |                   |