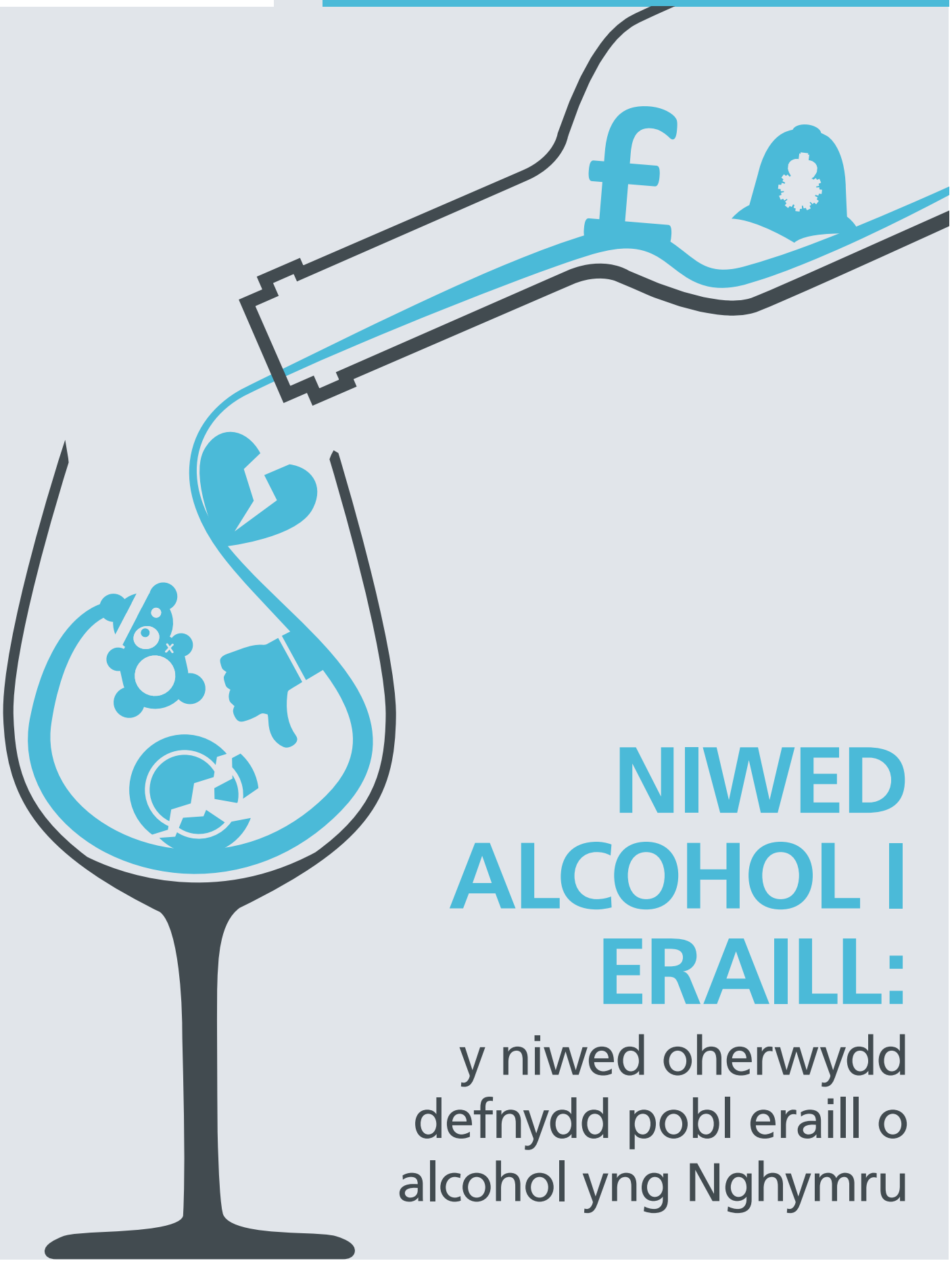
GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

PHI | Public Health Institute
LIVERPOOL JOHN MOORES UNIVERSITY



NIWED ALCOHOL I ERAILL:

y niwed oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol yng Nghymru

Zara Quigg[a], Mark A Bellis[b], Hannah Grey[a], Kathryn Ashton[b], Karen Hughes[b], Jane Webster[a]

[a]Public Health Institute (PHI)
Faculty of Education, Health and Community
Liverpool John Moores University
Henry Cotton Building
15-21 Webster Street
Liverpool L3 2ET
0151 231 4542
www.cph.org.uk
z.a.quigg@ljmu.ac.uk

[b]Iechyd Cyhoeddus Cymru
Rhif 2 Capital Quarter
Stryd Tyndall
Caerdydd
CF10 4BZ

ISBN: 978-1-910725-66-5 (gwe)
Medi 2016

Cydnabyddiaeth

Rydym yn ddiolchgar i drigolion Cymru a gymerodd ran yn yr arolwg hwn. Hoffem ddiolch i'r ymchwilwyr canlynol o SIC am gasglu'r data: Sue McGunigle, Sarah Birtwistle, Ciara McGee, Ellie Woodhall a Neil Adamson. Yn olaf, rydym yn ddiolchgar i'r holl gydweithwyr o Iechyd Cyhoeddus Cymru a SIC a gefnogodd ddatblygiad yr astudiaeth a/neu greu'r adroddiad terfynol (Diana Leighton, Sara Long, Tracy Black, Katie Hardcastle, Nadia Butler, Sara Wood, Susannah Weeks a Ryan Paden).

Dyluniwyd yn Creative Loop www.creative-loop.co.uk

Cynnwys

Crynodeb Gweithredoly 2

1. Cyflwyniad 6

2. Canfyddiadau cyffredinol 10

2.1 Nifer yr achosion o niwed oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol 10

2.2 Faint o niwed a brofwyd oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol 11

2.3 Mathau o niwed a brofwyd oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol 12

2.4 Amlder y cyswllt â niwed oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol 14

2.5 Y berthynas rhwng y rheiny sydd yn achosi ac yn profi niwed 15

2.6 Ffeithluniau niwed alcohol i eraill 16

3. Crynodeb a chasgliadau 34

4. Cyfeiriadau 38

Atodiad 1: Dulliau 41

Atodiad 2: Tablau data 44

Atodiad 3: Rhestr termau 52

Crynodeb Gweithredol

Yn rhyngwladol, mae cydnabyddiaeth gynyddol o'r niwed y gall defnydd unigolyn o alcohol ei achosi i'r rheiny o'u hamgylch (cyfeirir at hyn fel niwed alcohol i eraill). O ganlyniad, mae ymchwil i'r mater hwn wedi dechrau dod i'r amlwg gan amlygu natur, graddau a chostau niwed alcohol i eraill ar draws poblogaethau amrywiol.

Yn y DU ac Iwerddon, mae rhai astudiaethau ar niwed alcohol i eraill wedi cael eu rhoi ar waith, ac mae ffynonellau data ac arolygon arferol hefyd yn rhoi darlun o niwed penodol (e.e. trais yn gysylltiedig ag alcohol). Mae datblygu dealltwriaeth o niwed alcohol i eraill yng Nghymru yn bwysig er mwyn sicrhau bod gwir effaith alcohol ar iechyd y cyhoedd yn cael ei adnabod a bod polisi ac ymarfer priodol i atal niwed o'r fath yn cael eu gweithredu. Yn 2015, cynhaliodd Sefydliad Iechyd y Cyhoedd, Prifysgol John Moores Lerpwl, mewn cydweithrediad ag Iechyd Cyhoeddus Cymru, yr astudiaeth gyntaf ar niwed alcohol i eraill ledled Cymru. Roedd yr arolwg trawstoriadol dros y ffôn yn cynnwys 1,071 o oedolion (18 oed ac yn hŷn) ac yn ceisio rhoi dealltwriaeth gychwynnol o niwed alcohol i eraill yng Nghymru. Gan ganolbwyntio ar 19 categori niwed, archwiliodd yr arolwg eu natur, eu graddau a'u hamlder, yn ogystal â'r berthynas rhwng profiad y person oedd yn profi'r niwed a'r rheiny oedd yn achosi'r niwed.

Canfu'r astudiaeth beilot fod tua 59.7% o oedolion 18 oed ac yn hŷn yng Nghymru wedi profi un niwed o leiaf am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 1,460,151 o bobl 18 oed ac yn hŷn (Tabl a / Adran 2.1). Roedd y mathau o niwed a brofwyd yn amrywio. Roedd y niwed mwyaf cyffredin a brofwyd gan rywun arall yn yfed alcohol yn y 12 mis diwethaf yn cynnwys: teimlo pryder mewn achlysur cymdeithasol; cael eu cadw'n effro oherwydd sŵn neu amhariaeth; cael dadl ddifrifol; cael eu siomi; teimlo o dan fygythiad; a dioddef esgeulustod emosiynol (Tabl a / Adran 2.2). Roedd y perygl o brofi unrhyw niwed yn y 12 mis diwethaf yn uwch ymysg grwpiau oedran iau. Roedd y perygl o brofi niwed unigol hefyd yn amrywio yn ôl ffactorau cymdeithasol demograffig. Roedd dros ddau ym mhob pump (43.7%) o oedolion wedi profi o leiaf un niwed difrifol neu fwy[1] yn y 12 mis diwethaf. Roedd gwahaniaethau sylweddol yn y profiad o niwed mwy difrifol yn ôl ffactorau cymdeithasol demograffig. Er enghraifft, roedd y profiad o niwed mwy difrifol yn sylweddol uwch ymysg y rheiny sydd yn byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig. Ceir manylion llawn methodoleg yr astudiaeth (Atodiad 1) a'r canlyniadau (Adran 2) yn yr adroddiad hwn, gyda'r crynodebau o nifer yr achosion a'r ffactorau risg sydd yn gysylltiedig â dioddef unrhyw niwed, a phob niwed unigol, wedi eu cyflwyno fel ffeithluniau (Adran 2.6).

Mae'r astudiaeth hon yn rhoi trosolwg cychwynnol o brofiad o niwed alcohol i eraill ymysg oedolion yng Nghymru. Er bod angen mwy o ymchwil, dylai nifer yr achosion a nodwyd o niwed alcohol i eraill weithredu fel catalydd i wneuthurwyr polisïau, ymarferwyr a'r cyhoedd ystyried a gweithio i fynd i'r afael ag effeithiau eang y defnydd o alcohol. Mae yfwyr nid yn unig yn niweidio eu hunain, ond hefyd yn effeithio ar fywydau pobl eraill yn aml. Mae'r costau hyn yn cael eu hepgor yn aml wrth archwilio effeithiau negyddol alcohol ar gymdeithas, ond maent yn debygol o fod yn sylweddol. Mae cynnwys

1 Cafodd pob niwed ei ystyried yn fwy difrifol ac eithrio chwe niwed (esgeulustod emosiynol, teimlo'n bryderus, siomedigaeth, dadl ddifrifol, amharu ar gwsg ac yfed i ymdopi) os oeddent yn cael eu profi llai nag unwaith y mis.

niwed alcohol i eraill mewn asesiadau o faich alcohol yn hanfodol i ddeall ei effaith eang, ac i sicrhau bod polisïau, rheoliadau ac ymyriadau yn ceisio atal effaith niweidiol alcohol i'r yfwr a'r rheiny a allai gael eu heffeithio gan y ffaith eu bod yn yfed. Er bod atal niwed alcohol i eraill yn dasg gymhleth, mae nifer o bolisïau a rhaglenni gwaith ar waith ar draws Cymru a all helpu i fynd i'r afael â niwed o'r fath, fel Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008-2018 a Deddf Trais yn erbyn Menywod, Cam-drin Domestig a Thrais Rhywiol (Cymru) 2015.

Bydd gwybodaeth o'r arolwg hwn yn cael ei chyfuno gyda data o bob un o wledydd y DU ac Iwerddon i roi adroddiad cynhwysfawr o niwed alcohol i eraill. Fodd bynnag, rydym eisoes yn gwybod bod niwed alcohol i eraill yn cael effaith niweidiol ar ddinasyddion yr holl wledydd hyn, ac mae rhesymau cryf dros asiantaethau iechyd y cyhoedd yn gweithio gyda'i gilydd i nodi'r ffyrdd gorau o leihau nifer yr achosion a'u heffaith ar bobl sy'n dioddef niwed yn sgil alcohol heb fod unrhyw fai arnyn nhw.

Tabl a: Amlder, cyfran (%) a chyfradd fras (fesul 1,000 o'r boblogaeth) yr oedolion (18 oed ac yn hŷn) yng Nghymru sydd wedi profi niwed oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed

	Ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth**		
Niwed*	Amlder Tybiedig	%	Cyfradd fesul 1,000 o'r boblogaeth
Dadl ddifrifol	497,161	20.3	203
Wedi dioddef bygythiad corfforol	433,392	17.7	177
Esgeulustod emosiynol	423,097	17.3	173
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	135,704	5.5	55
Anafwyd yn ddamweiniol	159,369	6.5	65
Yfed a gyrru	64,214	2.6	26
Niwed rhywiol	42,953	1.8	18
Teimlo'n bryderus	714,498	29.2	292
Niwed i eiddo	264,268	10.8	108
Mater gwariant	203,898	8.3	83
Pryder am blentyn	131,337	5.4	54
Baich gofal	152,217	6.2	62
Siomedigaeth	471,033	19.2	192
Amharu ar gwsg	709,530	29.0	290
Yfed i ymdopi	152,035	6.2	62
Dod â chyswllt i ben	378,632	15.5	155
Symud cartref	84,574	3.5	35
Cyswllt â'r heddlu	264,775	10.8	108
Niwed arall	390,490	16.0	160
Unrhyw niwed	1,460,151	59.7	597

* Gweler Tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed. ** Data wedi ei bwysoli i gynrycholi oed, rhyw ac amddifadedd y boblogaeth gyffredinol, gan ddefnyddio amcangyfrifon poblogaeth 2013.

Niwed Alcohol i Eraill (H2O) yng Nghymru

Niwed alcohol i eraill yw'r niwed a achosir i unigolyn o ganlyniad i ddefnydd person arall o alcohol.

Amcangyfrifwyd bod

59.7%

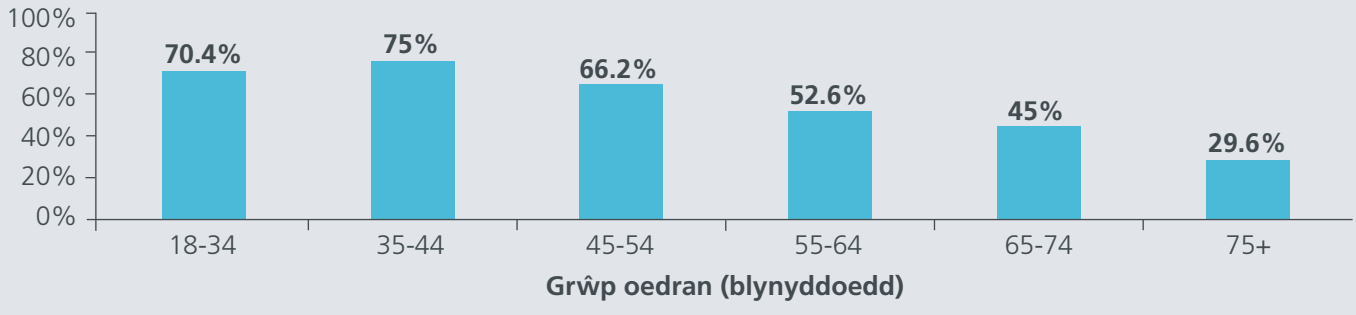
o oedolion yng Nghymru wedi profi o leiaf un niwed am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf, sydd yn gyfwerth â thros 1.4 miliwn o oedolion Cymru[a].

Niwed a ddioddefwyd gan unigolion yn y 12 mis diwethaf oherwydd bod pobl eraill yn yfed:

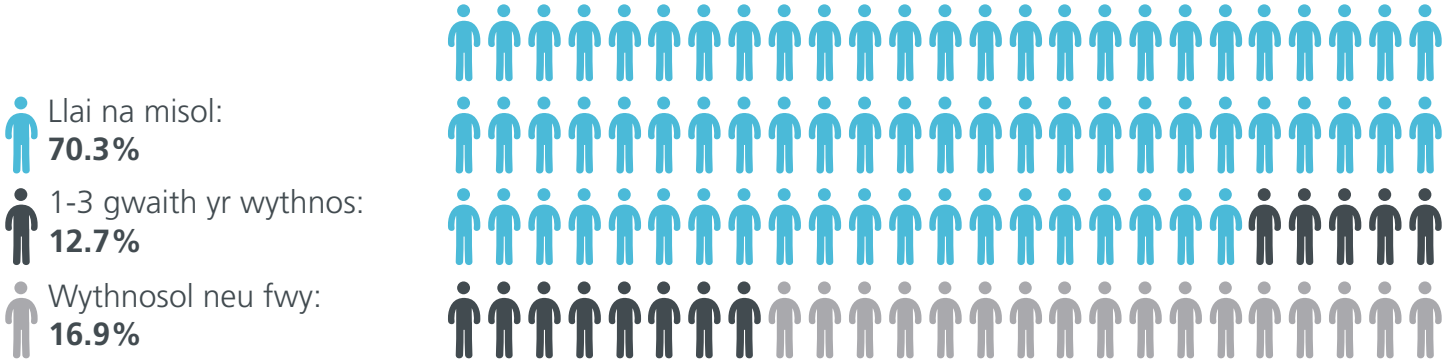
- Wedi gorfod cysylltu â'r heddlu **10.8%**
- Wedi dioddef niwed i eiddo **10.8%**
- Wedi dioddef ymosodiad corfforol **5.5%**
- Teimlo bygythiad corfforol **17.7%**
- Wedi cael eu hanafu'n ddamweiniol **6.5%**
- Wedi bod yn bryderus am niwed i blentyn **5.4%**
- Arian a wariwyd ar alcohol fyddai wedi cael ei wario ar rywbeth arall **8.3%**
- Wedi gofalu am rywun â chyflwr hirdymor a achoswyd gan alcohol **6.2%**
- Wedi cael eu brifo neu eu hesgeuluso'n emosiynol **17.3%**
- Teimlo'n bryderus **29.2%**
- Wedi dod â chyswllt gyda rhywun i ben **15.5%**
- Wedi teimlo siomedigaeth **19.2%**
- Wedi cael dadl ddifrifol **20.3%**
- Wedi teimlo gorfodaeth neu bwysau i gael rhyw neu rywbeth rhywiol **1.8%**
- Wedi yfed alcohol yn bersonol er mwyn ymdopi **6.2%**
- Symud cartref **3.5%**
- Cwsg wedi ei amharu **29.0%**
- Wedi cael eu rhoi mewn perygl wrth i rywun yfed a gyrru **2.6%**

[a] Yn seiliedig ar nifer yr achosion wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth 2013 ymysg oedolion 18 oed ac yn hŷn yng Nghymru.

Roedd unigolion mewn grwpiau oedran iau yn fwy tebygol o hysbysu ynghylch profi niwed yn sgil pobl eraill yn yfed



O'r rheiny sydd wedi profi unrhyw niwed yn y 12 mis diwethaf, nododd 16.9% bod hynny wedi digwydd yn wythnosol o leiaf[b].



Dadl wedi ei Ysgogi gan Alcohol

Roedd y rheiny oedd yn goryfed[c] mewn pyliau yn fwy tebygol o gael dadleuon difrifol yr oeddent o'r farn eu bod oherwydd pobl eraill yn yfed.

Goryfed mewn pyliau 26.1%

Ddim yn goryfed mewn pyliau 12.3%

Yfed Alcohol i Ymdopi

Roedd pobl oedd yn yfed alcohol i ymdopi â phroblemau a achoswyd gan berson arall yn yfed yn fwy tebygol o fod yn yfwyr oedd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd[d].

Goryfed mewn pyliau 9.6%

Ddim yn goryfed mewn pyliau 1.7%

Yn fwyaf aml, roedd y rheiny oedd yn achosi'r niwed yn hysbys i'r rheiny oedd yn profi'r niwed[b]:

20.3%
yn ffrindiau

19.9%
yn aelodau o'r teulu y tu allan i'r aelwyd

19%
yn bartneriaid sydd yn cyd-fyw

[b] Gwerthoedd cyfartalog ar draws 18 math o niwed a archwiliwyd yn yr astudiaeth. Ffigurau heb eu haddasu.
[c] Wedi yfed chwe diod alcoholig neu fwy ar un achlysur yn fisol o leiaf yn y 12 mis diwethaf.
[d] Mae'r berthynas rhwng yfed alcohol personol a phrofi niwed yn sgil pobl eraill yn yfed yn debygol o amrywio yn ôl math o niwed. Er enghraifft, roedd goryfed mewn pyliau yn gysylltiedig â chynnydd mewn perygl o'r niwed yfed i ymdopi ond gallai hyn fod am fod goryfed mewn pyliau yr unigolion o ganlyniad (nid oherwydd) yfed i ymdopi gyda chanlyniadau person arall yn yfed alcohol.

1. Cyflwyniad

Yn rhyngwladol, amcangyfrifir bod alcohol yn arwain at ryw 3.3 miliwn o farwolaethau bob blwyddyn, sydd yn deillio o fwy na 200 o glefydau a chyflyrau yn ymwneud ag anafiadau a achoswyd yn gyfan gwbl neu'n rhannol gan alcohol [1,2]. Tan yn ddiweddar, mae'r ymchwil ar faich alcohol wedi canolbwyntio'n bennaf ar y niwed a brofwyd gan yfwyr eu hunain. Fodd bynnag, mae cydnabyddiaeth gynyddol o'r niwed y gall unigolyn sydd yn yfed alcohol ei achosi i'r rheiny o'u hamgylch yn cynnwys aelodau o'r teulu, ffrindiau, cydweithwyr a dieithriaid [2,7]. Felly, mae ymchwil i'r maes hwn wedi dechrau datblygu.

Yn 2008, gwnaed astudiaeth genedlaethol yn Awstralia yn archwilio niwed alcohol i eraill [4], gydag ymchwil debyg yn cael ei rhoi ar waith wedi hynny mewn gwledydd yn cynnwys yr Unol Daleithiau, Seland Newydd, yr Alban ac Iwerddon [5,6,8,9]. Gyda'i gilydd, mae'r astudiaethau hyn yn amlygu'r math, y graddau a chost niwed yn sgil pobl eraill yn yfed alcohol, a phwysigrwydd ystyried niwed o'r fath wrth ddatblygu polisi ac ymarfer. Mae strategaeth fyd-eang Sefydliad Iechyd y Byd i leihau'r defnydd niweidiol o alcohol yn amlygu'r angen i ganolbwyntio ar leihau niwed i bobl eraill ar wahân i'r yfwr [10].

Gan ddatblygu'r dystiolaeth hon, i wella dealltwriaeth o niwed alcohol i eraill ar draws Cymru a'r DU[2] hefyd, yn 2015, cynhaliodd Sefydliad Iechyd y Cyhoedd, Prifysgol John Moores Lerpwl (LJMU), ac Iechyd Cyhoeddus Cymru, yr arolwg cyntaf o niwed alcohol i eraill ar draws Cymru. Nod yr arolwg oedd:

- Deall natur a graddau niwed alcohol i eraill ar draws poblogaeth Cymru; a
- Nodi'r berthynas rhwng niwed alcohol i eraill a ffactorau unigol, lefel aelwyd a chymuned.

Mae gwybodaeth o'r fath yn hanfodol i lywio polisïau a gweithgareddau atal Llywodraeth Leol a phartneriaid lleol sydd yn ceisio mynd i'r afael â chanlyniadau yfed alcohol i iechyd y cyhoedd.

Beth yw niwed alcohol i eraill?

Niwed alcohol i eraill yw'r niwed a achosir i berson o ganlyniad i berson arall yn yfed alcohol [11].

Gall y niwed yn sgil alcohol a brofir gan bobl ar wahân i'r yfwr amrywio'n sylweddol o ran math, amlder a difrifoldeb.

Gall niwed o'r fath gynnwys trais ac ymosodedd yn gysylltiedig ag alcohol (e.e. trais wrth fynd allan gyda'r nos [12]); esgeulustod, cam-drin neu gamfanteisio (e.e. plant [11]); ymddygiad troseddol (e.e. niwed i eiddo [13]); anafiadau anfwriadol (e.e. gwrthdrawiadau traffig ar y ffyrdd [14]); a hyd yn oed anhwylder sbectrwm alcohol fetws [15]. Yn ogystal, gall unigolion brofi niwed i'w hiechyd a'u lles meddwl [16]. Er enghraifft, mae ymchwil sydd eisoes yn bodoli yn amlinellu'r ffordd y mae pobl yn ofni ymosodiadau o ganlyniad i bobl eraill yn yfed alcohol ac mae hyn yn gallu amharu ar eu cwsg hyd yn oed [4].

2 Ar draws y DU ac Iwerddon, mae asiantaethau iechyd y cyhoedd yn gweithio gyda'i gilydd i gydgrynhoi tystiolaeth ar niwed alcohol i eraill. Mae hyn yn cynnwys cydgrynhoi data sydd eisoes yn bodoli ar niwed alcohol i eraill yn ogystal â rhoi arolygon poblogaeth niwed alcohol i eraill ar waith (nodir hyn yn yr adroddiad hwn ar gyfer Cymru) ar draws rhai gwledydd.

Beth ydym yn ei wybod am niwed alcohol i eraill?

Yn rhyngwladol, mae astudiaethau ymchwil ar niwed alcohol i eraill yn dechrau dod i'r amlwg [3-9,11,16]. Er bod gwahaniaethau o ran methodoleg astudiaethau (e.e. nifer a math o niwed sy'n cael ei ystyried, a'r poblogaethau a arolygir) yn golygu ei fod yn anodd cymharu astudiaethau, maent yn dangos nifer uchel yr achosion o niwed alcohol i eraill ar draws poblogaethau amrywiol. Er enghraifft, canfu Arolwg Cyffuriau Byd-eang 2015, arolwg ar-lein sy'n targedu defnyddwyr cyffuriau, dros y 12 mis diwethaf, bod dros 40% o'r ymatebwyr wedi dioddef un niwed ymosodol o leiaf (ymosodiad corfforol, llafar neu rywiol) a bod 60% wedi nodi unrhyw niwed a achosir gan rywun arall yn yfed [7]. Dangododd astudiaeth a wnaed yn UDA hefyd fod 53% o'r boblogaeth wedi profi un neu fwy o chwe math o niwed oherwydd rhywun arall yn yfed yn ystod eu bywyd [9]. Yn Awstralia, nododd arolwg cenedlaethol fod 70% o unigolion wedi profi niwed yn sgil dieithryn yn yfed yn y flwyddyn ddiwethaf, a 30% gan rywun sydd yn agos atyn nhw [4]. Yn aml, nid yw profi niwed yn ddigwyddiad untro. Fel dilyniant i'r astudiaeth yn Awstralia, nododd 65% o'r rheiny a brofodd niwed alcohol i eraill yn 2008 eu bod hefyd wedi profi niwed o'r fath yn 2011 [3].

Yn y blynyddoedd diweddar, cynhaliwyd nifer o astudiaethau yn y DU ac Iwerddon yn archwilio niwed alcohol i eraill. Canfu arolwg yn yr Alban fod ychydig dros hanner (51%) yr ymatebwyr wedi nodi o leiaf un o 16 niwed yn sgil pobl eraill yn yfed, tra bod astudiaeth yng Ngogledd Orllewin Lloegr wedi canfod bod 79% o ymatebwyr wedi nodi o leiaf un o 20 niwed yn y 12 mis diwethaf [11]. Yn Iwerddon, canfu astudiaeth genedlaethol fod 28% wedi profi niwed alcohol i eraill yn y 12 mis diwethaf, a bod 10% wedi profi niwed alcohol i eraill yn benodol yn y gweithle [6]. Nododd un mewn deg (10%) hefyd o leiaf un niwed i blant yn eu gofal [6]. Yn ogystal, mae ffynonellau data arferol ac astudiaethau ymchwil eraill yn aml yn dangos graddau'r niwed penodol.

Amcangyfrifodd Arolwg Troseddau Cymru a Lloegr yn 2013/14, fod ychydig dros hanner (53%) yr holl drais wedi ei gyflawni gan rywun oedd o dan ddylanwad alcohol [17].

Yn ogystal, amcangyfrifodd arolwg Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) fod 14% o oedolion 18-59 oed wedi cael eu magu ar aelwyd lle'r oedd rhiant yn cam-drin alcohol [18].

Mae ymchwil sydd eisoes yn bodoli yn amlinellu y gall profiad o niwed alcohol i eraill amrywio yn ôl demograffeg gymdeithasol (e.e. oed a rhyw [4,5,7,11,19-21]). Mewn astudiaethau amrywiol, mae'r rheiny mewn grwpiau oedran iau wedi cael eu nodi i fod yn dioddef mwy o niwed o ganlyniad i bobl eraill yn yfed o'u cymharu â grwpiau oedran hŷn [4,5,7,20,21]. Mae'r berthynas rhwng rhyw a phrofiad o niwed alcohol i eraill, yn cynnwys amrywiadau o ran profiad o niwed penodol, hefyd wedi cael eu canfod ar draws sawl astudiaeth [5,7,19-21]. Mae astudiaethau wedi dangos y gall profiad o niwed penodol amrywio yn ôl dosbarth cymdeithasol neu amddifadedd ardal [11,19]. Mae yfed alcohol personol hefyd wedi cael ei gysylltu â mwy o berygl o brofi niwed alcohol i eraill [7,20].

Effaith a'r gost sy'n gysylltiedig â niwed alcohol i eraill

Mae tystiolaeth yn dangos bod effaith niwed alcohol i eraill yn sylweddol. Yn yr Undeb Ewropeaidd, yn 2004, amcangyfrifwyd bod 5,564 o ddynion a 2,146 o fenywod (15-64 oed) wedi marw o ganlyniad i bobl eraill yn yfed [22]. Ond am bob marwolaeth, bydd llawer mwy yn dioddef effeithiau negyddol eraill. Er enghraifft, yn Awstralia, mewn un flwyddyn, bu farw 367 o bobl oherwydd bod pobl eraill yn yfed, cafodd 14,000 o unigolion eu derbyn i'r ysbyty ac amcangyfrifwyd bod 10.5 miliwn o unigolion wedi dioddef rhai effeithiau negyddol ar eu hiechyd a'u lles (e.e. cael eu cadw'n effro [23]).

Yn y DU, amcangyfrifir bod canlyniadau alcohol yn costio 21 biliwn yn flynyddol i'r gymdeithas [24]. Er bod yr amcangyfrifiad hwn yn cynnwys costau amrywiol fel gofal iechyd, trosedd ac anhrefn, a chostau'n gysylltiedig â'r gweithle, nid oes llawer o wybodaeth am niwed ehangach i eraill wedi bod ar gael ar gyfer poblogaeth y DU, gan arwain at danamcangyfrifiad tebygol o'r baich economaidd cyffredinol yn sgil niwed yn gysylltiedig ag alcohol. Er enghraifft, canfu arolwg yn Seland Newydd ar niwed i eraill fod cyswllt cynyddol ag yfwyr trwm yn gysylltiedig â lefelau is o les personol a statws iechyd [8]. Gall niwed a achosir gan alcohol i bobl eraill hefyd gael effaith ar draws cenedlaethau. Mae problemau alcohol yn amgylchedd y cartref yn gysylltiedig â pherygl cynyddol o gam-drin plant yn gorfforol ac yn llafar, cyswllt â thrais domestig ac esgeulustod plant yn ogystal â thor-priodas a materion iechyd meddwl ymysg rhieni [18,25]. Mae ffactorau o'r fath yn rhan o gyfres o ACE sydd nid yn unig yn cael effaith niweidiol ar iechyd plentyn yn syth ond sydd hefyd yn gysylltiedig â pherfformiad yn gwaethygu yn yr ysgol, defnyddio sylweddau a thrais yn ystod y glasoed ac, yn y tymor hwy, datblygiad clefydau cronig cyn pryd (e.e. canserau, clefyd y galon) a marwolaeth gynnar [18,25].

Arolwg niwed alcohol i eraill ar gyfer Cymru

Roedd yr arolwg trawstoriadol, archwiliadol dros y ffôn yn cynnwys 1,071 o unigolion (cyfradd gydymffurfio, 16.8%) ac yn cwmpasu 19 o gategorïau niwed (Tabl 1), yn archwilio eu graddau a'u hamlder, yn ogystal â'r berthynas rhwng y person sydd yn profi'r niwed a'r rheiny sydd yn achosi'r niwed. Yn ogystal, roedd yr arolwg yn casglu gwybodaeth ar ystod o nodweddion unigol, aelwyd a chymuned, er mwyn nodi ffactorau risg ac amddiffyniad allweddol yn ymwneud â phrofi niwed o ganlyniad i bobl eraill yn yfed. Roedd y rhain yn cynnwys: oed; rhyw; lefel amddifadedd a math o ardal (h.y. gwledig/trefol); statws perthynas; statws cyflogaeth; lefel addysg; aelwydydd â/heb blant; a goryfed mewn pyliau rheolaidd (h.y. yfed 6+ diod alcoholig ar un achlysur yn fisol o leiaf). Mae manylion llawn y dulliau a ddefnyddiwyd i weithredu'r arolwg ar gael yn Atodiad 1.

Tabl 1: Niwed alcohol i eraill

Niwed	Cwestiwn: yn y 12 mis diwethaf*	Niwed mwy difrifol os caiff ei brofi
Dadl ddifrifol	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi cael dadl ddifrifol NAD oedd yn cynnwys trais corfforol	Yn fisol o leiaf
Eich bygwth yn gorfforol	Am fod rhywun arall yn y yfed, ydych chi wedi teimlo o dan fygythiad corfforol	Unrhyw amlder
Esgeulustod emosiynol	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi cael eich brifo neu eich esgeuluso yn emosiynol	Yn fisol o leiaf
Ymosodiad corfforol	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi cael eich niweidio'n gorfforol o ganlyniad i ymosod arnoch neu weithredu'n dreisiol	Unrhyw amlder
Wedi eich anafu'n ddamweiniol	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi cael niwed corfforol o ganlyniad iddynt yn eich anafu'n ddamweiniol (e.e. syrthio arnoch chi)	Unrhyw amlder
Yfed a gyrru	Ydych chi wedi cael eich rhoi mewn perygl yn y car pan oedd rhywun yn gyrru ar ôl yfed	Unrhyw amlder

Niwed		Cwestiwn: yn y 12 mis diwethaf*	Niwed mwy difrifol os caiff ei brofi
	Niwed rhywiol	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi teimlo gorfodaeth neu bwysau i gael rhyw, neu rywbeth rhywiol	Unrhyw amlder
	Wedi teimlo'n bryderus	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi teimlo'n anghyfforddus neu'n bryderus mewn achlysur cymdeithasol	Yn fisol o leiaf
	Niwed i eiddo	Am fod rhywun arall yn yfed, a oes rhywun wedi torri neu niweidio rhywbeth oedd yn bwysig i chi	Unrhyw amlder
	Mater gwariant	Am fod rhywun arall yn yfed, a oes arian a fyddai wedi gwella ansawdd eich bywyd wedi cael ei wario ar bryniannau'n ymwneud ag alcohol	Unrhyw amlder
	Pryder am blentyn	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi bod yn bryderus y gallent achosi niwed i'ch plant chi neu blant rhywun arall	Unrhyw amlder
	Baich gofal	Ydych chi wedi gorfod treulio eich amser personol yn gofalu am gyflwr iechyd hirdymor neu anabledd sydd o ganlyniad i yfed presennol neu flaenorol	Unrhyw amlder
	Siomedigaeth	Ydych chi wedi cael eich siomi gan rywun am eu bod wedi methu gwneud rhywbeth yr oeddech yn dibynnu arnynt i'w wneud oherwydd eu bod yn yfed	Yn fisol o leiaf
	Amharu ar gwsg	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi cael eich cadw'n effro oherwydd sŵn neu amhariaeth	Yn fisol o leiaf
	Wedi yfed i ymdopi	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi yfed alcohol eich hun er mwyn ymdopi gyda'r problemau a achoswyd am eu bod yn yfed	Yn fisol o leiaf
	Wedi dod â chyswllt i ben	Ydych chi wedi gorfod rhoi'r gorau i weld neu fod mewn cysylltiad â rhywun oherwydd eu bod yn yfed	Unrhyw amlder
	Symud cartref	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi gorfod symud allan o'ch cartref presennol ac aros rhywle arall	Unrhyw amlder
	Cyswllt â'r heddlu	Am fod rhywun arall yn yfed, ydych chi wedi gorfod cysylltu â'r heddlu	Unrhyw amlder
	Unrhyw niwed	Unrhyw niwed a nodwyd yn y 12 mis diwethaf	DdB
	Niwed arall	Ydych chi wedi cael eich effeithio gan rywun arall yn yfed mewn unrhyw ffordd arall	DdB
	Unrhyw niwed mwy difrifol	Unrhyw niwed mwy difrifol a nodwyd yn y 12 mis diwethaf	DdB

* Niwed a nodir os yw'r cyfranogwr wedi ateb do i'r cwestiwn.

2. Canfyddiadau cyffredinol

Mae'r adran hon yn cyflwyno canfyddiadau allweddol o'r arolwg gyda mwy o dablau data yn Atodiad 2. Cyflwynir y canfyddiadau ar gyfer pob niwed a niwed mwy difrifol yn unig[3]. Mae'r canfyddiadau hefyd yn cael eu cyflwyno mewn crynodebau categori niwed (h.y. ffeithluniau) ar ddiwedd yr adran hon. Lle y bo'n bosibl, mae'r ffigurau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn wedi cael eu pwysoli i adlewyrchu poblogaeth Cymru gan ddefnyddio amcangyfrifon poblogaeth canol 2013 [26] (h.y. ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth).

2.1 Nifer yr achosion o niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol

Amcangyfrifwyd bod 59.7% o oedolion 18 oed ac yn hŷn wedi profi o leiaf un niwed am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf (h.y. 597 o oedolion fesul 1,000 o'r boblogaeth; Atodiad 2, Tabl ii).

Yn nadansoddiadau deuamrywedd, roedd nifer yr achosion o brofi unrhyw fath o niwed yn sylweddol uwch ymysg (Atodiad 2, Tablau iii, v, vi a vii):

- Grwpiau oedran iau (18-34 oed, 70.4%; 35-44 oed, 75.0%; gyda chyfrannau wedyn yn gostwng gydag oed i 29.6% o'r rheiny sydd yn 75 oed ac yn hŷn; $p<0.001$ [ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth]) (Ffigur 1).
- Y rheiny mewn cyflogaeth (55.0%, o'u cymharu â 46.5% o'r rheiny sydd yn ddi-waith; $p<0.01$ [ffigurau heb eu haddasu]).
- Y rheiny â lefelau addysg uwch (lefel gradd neu'n uwch, 55.1% gyda chyfrannau wedyn yn gostwng gyda lefel is o addysg i 38.9% o'r rheiny heb unrhyw gymwysterau ffurfiol; $p<0.05$ [ffigurau heb eu haddasu]).
- Goryfwyr mewn pyliau rheolaidd[4] (62.4%, o'u cymharu â 47.8% o oryfwyr mewn pyliau nad ydynt yn yfed yn rheolaidd; $p<0.01$ [ffigurau heb eu haddasu]).
- Y rheiny â phlant yn byw ar yr aelwyd (57.5%, o'i gymharu â 47.0% o'r rheiny heb blant yn byw ar yr aelwyd; $p<0.01$ [ffigurau heb eu haddasu]).

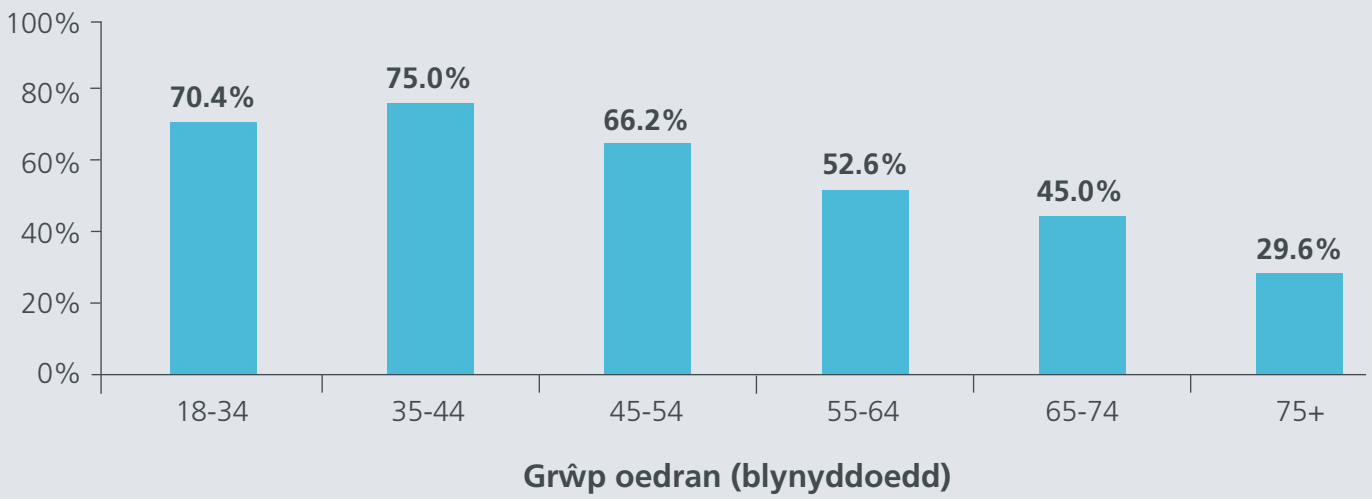
Ni welwyd unrhyw wahaniaethau arwyddocaol rhwng rhyw, statws perthynas, neu lefel amddifadedd neu fath o ardal (h.y. trefol/gwledig) (Atodiad 2, Tablau iii, iv a vi).

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd â chysylltiad arwyddocaol â phrofi unrhyw niwed, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed a'r isaf ymysg y rheiny sydd yn 75 oed ac yn hŷn (Atodiad 2, Tabl viii).

3 Cafodd pob niwed ei ystyried yn fwy difrifol ac eithrio chwe niwed (esgeulustod emosiynol, teimlo'n bryderus, siomedigaeth, dadl ddifrifol, amharu ar gwsg ac yfed i ymdopi) os oeddent yn cael eu profi llai nag unwaith y mis.

4 Yfed chwe diod alcoholig neu fwy ar un achlysur yn fisol o leiaf yn y 12 mis diwethaf

Ffigur 1: Cyfran (%) yr oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl grŵp oedran (ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth)

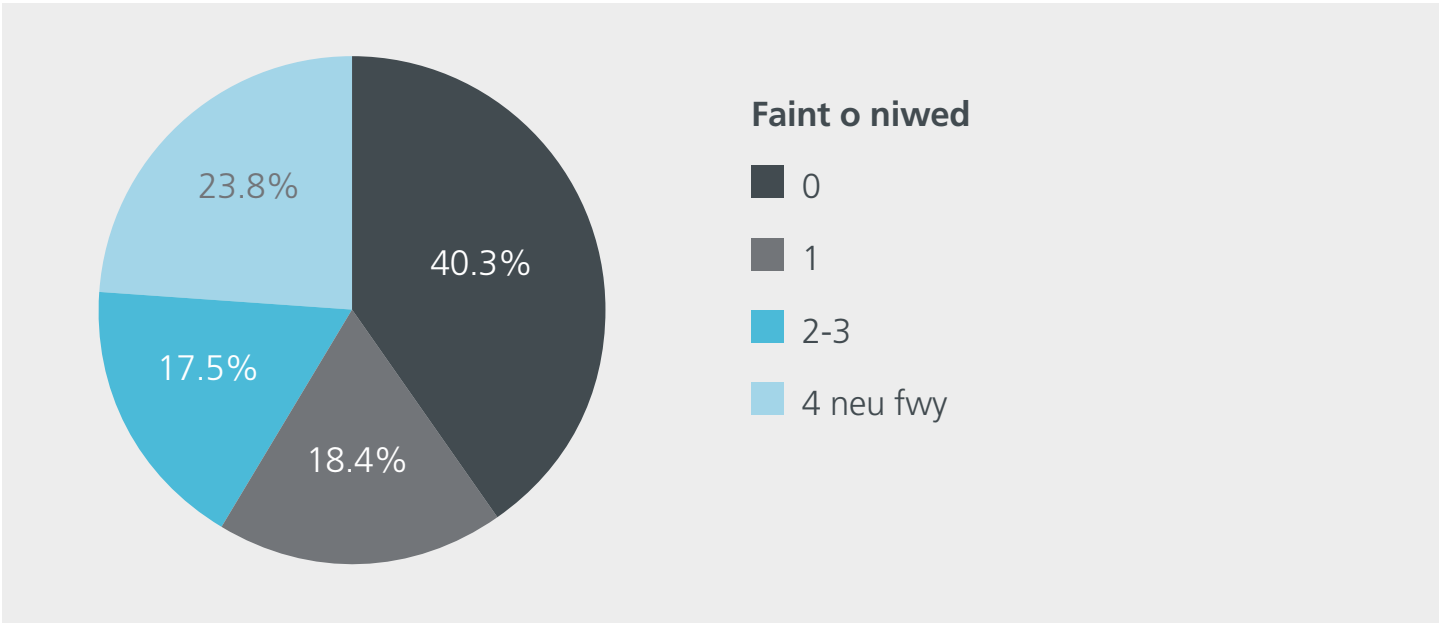


2.2 Faint o niwed a brofwyd oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol

Amcangyfrifwyd bod 40.3% o oedolion yng Nghymru heb brofi unrhyw niwed yn y 12 mis diwethaf, roedd 18.4% wedi profi un niwed, 17.5% 2-3 niwed a 23.8% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau a fesurwyd (Ffigur 2 / Atodiad 2, Tabl ix [ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth]). Roedd gwahaniaethau sylweddol yn y niwed a brofwyd yn y 12 mis diwethaf yn ôl ffactorau demograffig cymdeithasol, er enghraifft:

- Grŵp oedran: roedd 25.0% o bobl 35-44 oed heb brofi unrhyw niwed a 41.5% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau a fesurwyd, o'u cymharu â 70.4% a 3.5% yn y drefn honno ymysg y rheiny sydd yn 75 ac yn hŷn ($p<0.001$; [ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth]).
- Statws perthynas: roedd 41.4% o'r rheiny oedd yn sengl heb brofi unrhyw niwed a 22.8% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau a fesurwyd, o'u cymharu â 55.6% a 14.8% yn y drefn honno ymysg y rheiny oedd yn weddwon/wedi gwahanu/ysgaru ($p<0.05$; [ffigurau heb eu haddasu]).
- Statws cyflogaeth: roedd 45.0% o'r rheiny mewn cyflogaeth heb brofi unrhyw niwed a 18.1% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau a fesurwyd, o'u cymharu â 53.5% a 14.5% yn y drefn honno ymysg y rheiny sydd yn ddi-waith ($p<0.05$; [ffigurau heb eu haddasu]).
- Statws addysg: roedd 61.1% o'r rheiny heb unrhyw gymwysterau ffurfiol heb brofi unrhyw niwed a 12.4% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau a fesurwyd, o'i gymharu â 44.9% a 19.6% yn y drefn honno ymysg y rheiny â gradd neu gymhwyster lefel uwch ($p<0.01$; [ffigurau heb eu haddasu]).
- Aelwydydd heb blant: roedd 53.0% o'r rheiny sydd yn byw ar aelwyd heb unrhyw blant heb brofi unrhyw niwed a 14.7% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau, o'i gymharu â 42.5% a 20.3% yn y drefn honno ymysg y rheiny sydd yn byw ar aelwyd â phlant ($p<0.05$; [ffigurau heb eu haddasu]).
- Goryfed mewn pyliau: roedd 37.6% o'r rheiny sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd heb brofi unrhyw niwed a 24.2% wedi profi niwed mewn pedwar neu fwy o gategorïau a fesurwyd, o'u cymharu â 52.2% a 14.7% yn y drefn honno ymysg y rheiny sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd ($p<0.01$; [ffigurau heb eu haddasu]).

Ffigur 2: Amcangyfrif o gyfran (%) yr oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol yn y 12 mis diwethaf, yn ôl faint o niwed a brofwyd (ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth)



2.3 Mathau o niwed a brofwyd oherwydd defnydd pobl eraill o alcohol

Niwed unigol

Mae cyfran yr oedolion a brofodd bob math o niwed yn y 12 mis diwethaf wedi ei gyflwyno yn Nhabl 2. Y niwed mwyaf cyffredin a brofwyd oedd: teimlo'n bryderus (29.2%); amharu ar gwsg (29.0%); dadl ddifrifol (20.3%); a chael siomedigaeth (19.2%). Ar ôl ystyried effeithiau ffactorau demograffig cymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, cafodd amrywiadau â chysylltiad annibynnol â phrofi pob math o niwed eu nodi (Atodiad 2, Tabl viii)[5]. Roedd y rhain fel a ganlyn:

- **Dadl ddifrifol:** grŵp oedran a goryfed mewn pyliau – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed a'r rheiny sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd.
- **Wedi dioddef bygythiad corfforol:** grŵp oedran a rhyw – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed a dynion.
- **Esgeulustod emosiynol:** grŵp oedran, a'r math o ardal a lefel amddifadedd – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed, ac yn byw mewn ardaloedd gwledig a lefel amddifadedd canolig.
- **Wedi dioddef ymosodiad corfforol:** grŵp oedran – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 35 oed.
- **Wedi eu hanafu'n ddamweiniol:** grŵp oedran – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny sydd yn 35 oed.
- **Teimlo'n bryderus:** grŵp oedran – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed.
- **Niwed i eiddo:** grŵp oedran – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 35 oed.
- **Mater gwariant:** grŵp oedran a statws perthynas – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed ac yn sengl.
- **Pryder am blentyn:** byw ar aelwyd gyda/heb blant – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny sydd yn byw ar aelwyd gyda phlant.

5 Mewn dadansoddiadau amrywiadau lluosog, ni chanfuwyd bod unrhyw amrywiadau yn gysylltiedig â chyswllt â'r heddlu, baich gofal neu oryfed mewn pyliau..

- **Siomedigaeth:** grŵp oedran – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 55 oed.
- **Amharu ar gwsg:** grŵp oedran a math o ardal – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny o dan 75 oed ac yn byw mewn ardal drefol.
- **Yfed i ymdopi:** yfed alcohol personol – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd[6].
- **Dod â chyswllt i ben:** grŵp oedran – gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny sydd yn 45-54 oed.

Tabl 2: Amcangyfrif o gyfran (%) yr oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed (ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth)*

Teimlo gorbryder: (Mwy difrifol 5.8%)	**29.2%**
Amharu ar gwsg: (Mwy difrifol 13.7%)	**29.0%**
Dadl ddifrifol:	**20.3%**
Siomedigaeth: (Mwy difrifol 9.0%)	**19.2%**
Wedi dioddef bygythiad corfforol:	**17.7%**
Esgeulustod emosiynol: (Mwy difrifol 8.0%)	**17.3%**
Dod â chyswllt i ben:	**15.5%**
Cyswllt â'r heddlu:	**10.8%**
Niwed i eiddo:	**10.8%**
Mater gwariant:	**8.3%**
Wedi eu hanafu'n ddamweiniol:	**6.5%**
Baich gofal:	**6.2%**
Yfed i ymdopi: (Mwy difrifol 3.0%)	**6.2%**
Wedi dioddef ymosodiad corfforol:	**5.5%**
Pryder am blentyn:	**5.4%**
Symud cartref:	**3.5%**
Yfed a gyrru:	**2.6%**
Niwed rhywiol:	**1.8%**
Niwed arall:	**16.0%**
Unrhyw niwed:	**59.7%**

6 Mae'r berthynas rhwng yfed alcohol yn bersonol a phrofi niwed am fod pobl eraill yn yfed yn debygol o amrywio yn ôl math o niwed. Er enghraifft, roedd goryfed mewn pyliau yn gysylltiedig â chynnydd mewn perygl o'r niwed yfed i ymdopi ond gallai hyn fod am fod goryfed mewn pyliau unigolion o ganlyniad i (nid yn achos) yfed i ymdopi gyda chanlyniadau defnydd person arall o alcohol.

* Gweler Tabl 1 am ddiffiniad o bob math o niwed a niwed mwy difrifol.

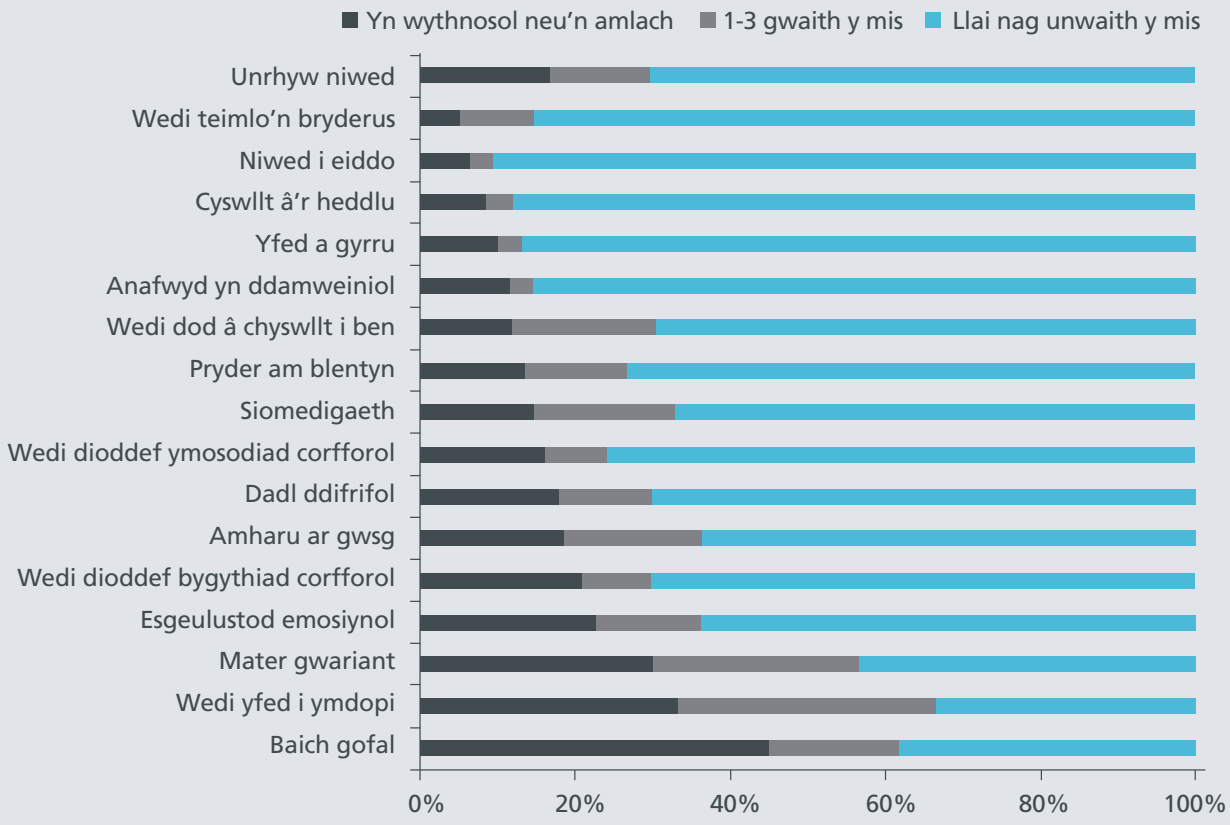
2.4 Amlder y cyswllt â niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol[7]

Y niwed â'r gyfradd uchaf o ailddigwydd ar lefel unigolyn oedd gorfod treulio amser personol yn gofalu am berson â chyflwr iechyd hirdymor neu anabledd o ganlyniad i lefelau yfed presennol neu flaenorol y person hwnnw (Ffigur 3). Roedd dros bedwar ym mhob deg (45.2%) o'r rheiny oedd wedi profi'r niwed hwn wedi gwneud hynny'n wythnosol o leiaf yn ystod y 12 mis diwethaf, gyda thraean (33.3%) yn ei brofi'n ddyddiol neu bron yn ddyddiol.

Roedd o leiaf pumed o'r rheiny oedd yn profi'r niwed canlynol wedi gwneud hynny'n wythnosol o leiaf:

- Wedi yfed alcohol yn bersonol er mwyn ymdopi gyda'r problemau a achoswyd gan rywun arall yn yfed (33.3% yn wythnosol o leiaf);
- Wedi gwario arian a fyddai wedi gwella ansawdd eu bywyd ar bryniannau rhywun arall oedd yn gysylltiedig ag alcohol (30.0% yn wythnosol o leiaf);
- Wedi cael eu hesgeuluso'n emosiynol (22.9% yn wythnosol o leiaf); ac,
- Wedi teimlo o dan fygythiad personol (20.8% yn wythnosol o leiaf).

Ffigur 3: Amlder profi unrhyw niwed a phob niwed unigol am fod pobl eraill yn yfed alcohol yn y 12 mis diwethaf (ffigurau heb eu haddasu)*



* Gweler Tabl 1 am ddisgrifiad llawn o bob math o niwed.

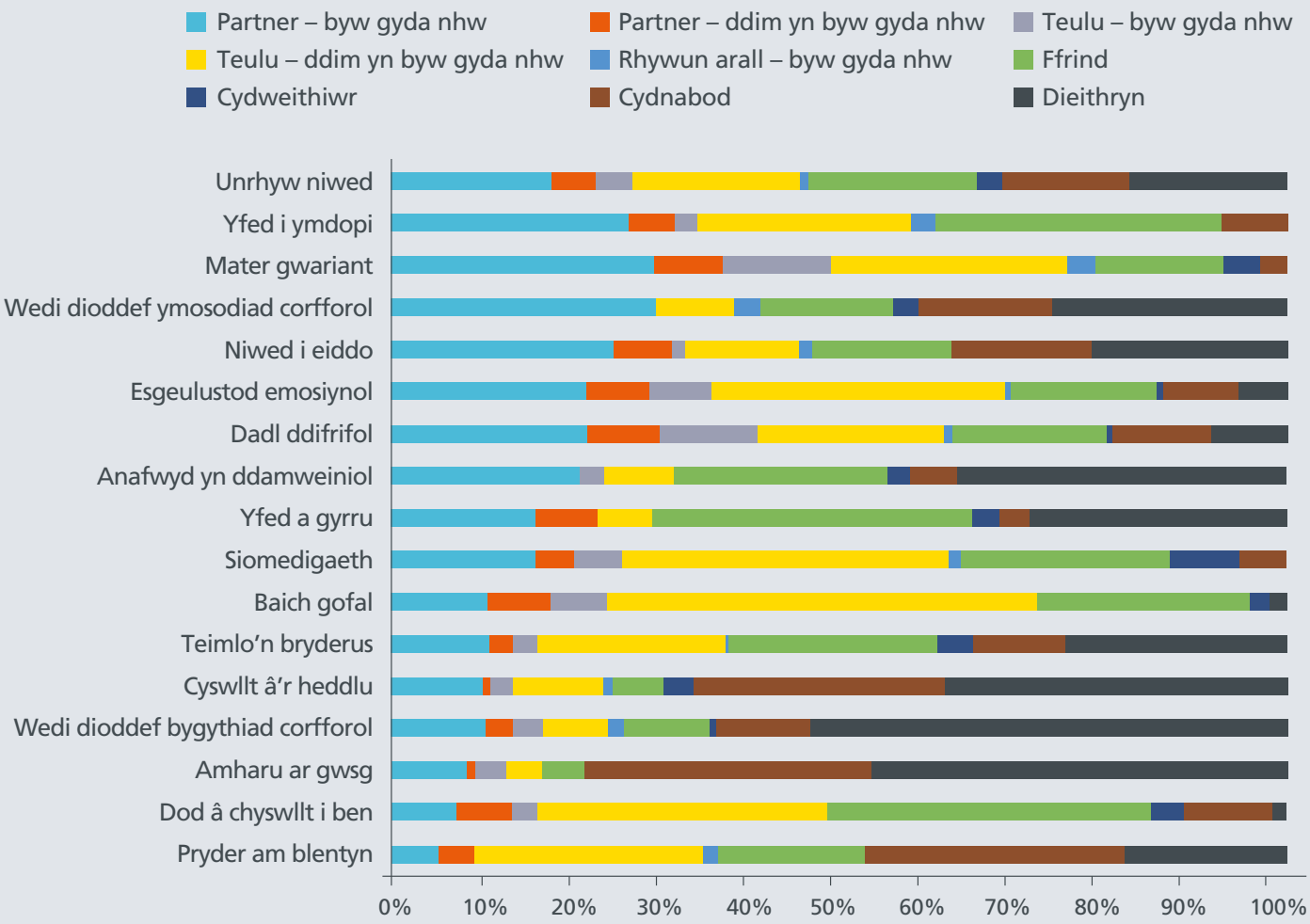
7 Ffigurau wedi eu haddasu.

2.5 Y berthynas rhwng y rheiny sydd yn achosi ac yn profi niwed[8]

Yn fwyaf aml, y rheiny oedd yn achosi niwed i eraill am eu bod yn yfed alcohol oedd: aelodau o'r teulu nad oeddent yn byw ar yr un aelwyd; ffrindiau; partneriaid oedd yn byw ar yr un aelwyd; neu ddieithriaid. Er enghraifft (gweler Ffigur 4):

- Aelod o'r teulu nad oedd yn byw ar yr un aelwyd a nodwyd amlaf fel y person oedd yn achosi'r niwed canlynol: esgeulustod emosiynol; baich gofal; a siomedigaeth.
- Ffrind a nodwyd amlaf fel y person oedd yn achosi'r niwed canlynol: unrhyw niwed; yfed a gyrru; yfed i ymdopi; a dod â chyswllt i ben.
- Partner oedd yn byw ar yr un aelwyd a nodwyd amlaf fel y person oedd yn achosi'r niwed canlynol: dadl ddifrifol; ymosodiad corfforol; niwed i eiddo; a mater gwariant.
- Dieithryn a nodwyd amlaf fel y person oedd yn achosi'r niwed canlynol: bygythiad corfforol; anafu'n ddamweiniol; teimlo'n bryderus; amharu ar gwsg; a chyswllt â'r heddlu.

Ffigur 4: Y berthynas rhwng y person oedd yn achosi'r niwed a'r rheiny a brofodd y niwed yn y 12 mis diwethaf, ar gyfer unrhyw niwed a phob niwed unigol (ffigurau heb eu haddasu)



8 Ffigurau heb eu haddasu.

2.6 Ffeithluniau niwed alcohol i eraill

Mae'r adran ganlynol yn rhoi crynodeb ffeithlun ar gyfer bob un o'r categorïau niwed9 yn cynnwys gwybodaeth am amcangyfrif o nifer yr achosion ac amlder, demograffeg y rheiny sydd yn profi'r niwed, a'r berthynas rhwng y rheiny sy'n achosi ac yn profi'r niwed.

Yn ogystal, mae'n rhoi gwybodaeth am yr unigolyn, yr aelwyd a nodweddion yr ardal oedd yn gysylltiedig yn annibynnol â phob niwed, ar ôl i'r holl ffactorau eraill gael eu rheoli.

9 Ac eithrio niwed rhywiol a symud cartref yn sgil niferoedd isel.

Unrhyw niwed

Wedi profi unrhyw niwed am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **59.7%**

Crynodeb

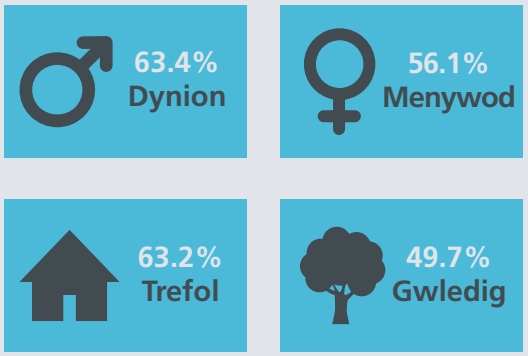
Mae chwech ym mhob deg (59.7%) o oedolion yng Nghymru wedi profi niwed am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn gyfwerth â 1,460,151 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, roedd grŵp oedran yn agos gysylltiedig â phrofi unrhyw niwed, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny rhwng 18 a 54 oed a'r isaf ymysg y rheiny sydd yn 75 oed neu'n hŷn.

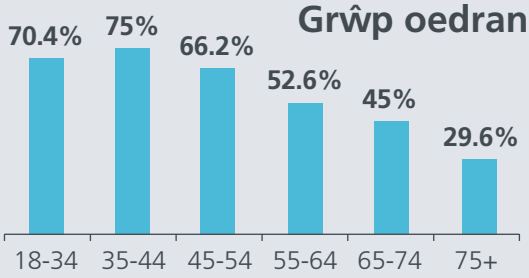
O'r rheiny sydd yn profi unrhyw niwed, roedd **16.9%** yn eu profi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ffrind (**20.3%**);
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**19.9%**);
- Yn ddieithryn (**19.3%**); a/neu,
- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**19%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

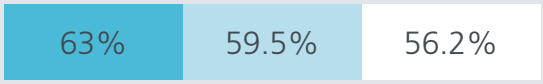


Grŵp oedran

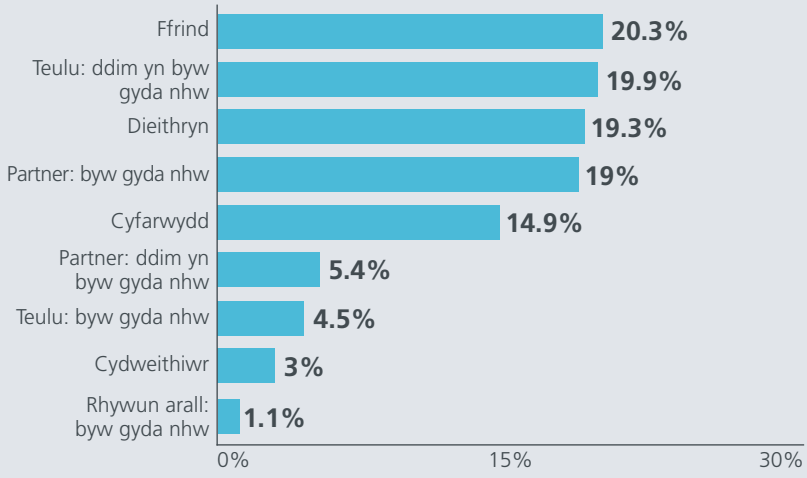


Amddifadedd ardal

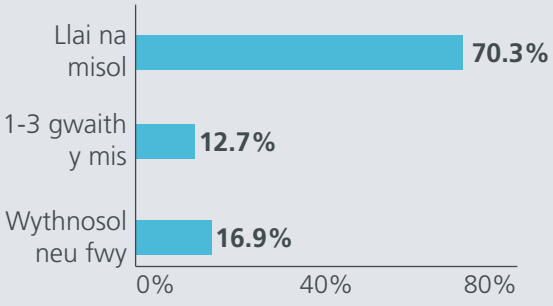
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed*



Amlder profi'r niwed*



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

* Gwerthoedd ar gyfartaledd ar draws 18 niwed (h.y. ac eithrio niwed arall).

Dadl ddifrifol

Yn gysylltiedig â dadl ddifrifol (nad oedd yn cynnwys trais corfforol) am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **20.3%**

Crynodeb

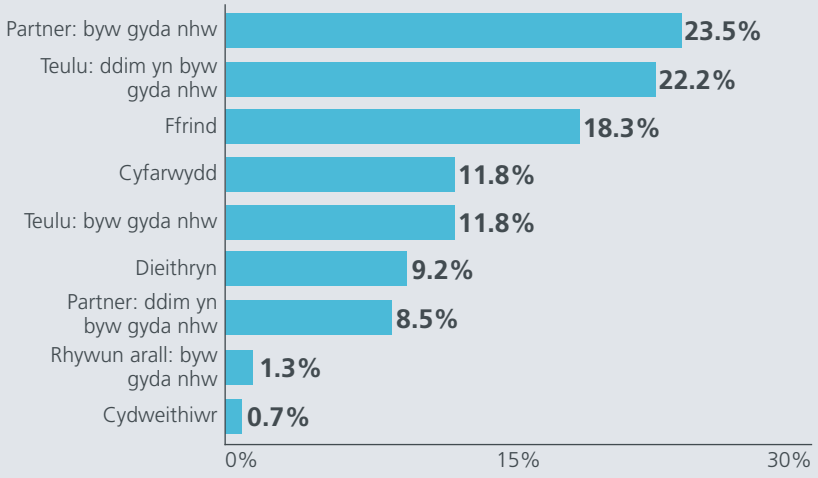
Mae un ym mhob pump (20.3%) o oedolion yng Nghymru wedi bod yn gysylltiedig â dadl ddifrifol (nad oedd yn cynnwys trais corfforol) am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 497,161 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, roedd grŵp oedran a lefelau yfed alcohol personol yn agos gysylltiedig â chael dadl, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg: y rheiny rhwng 18 a 54 oed; a'r rheiny sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd.

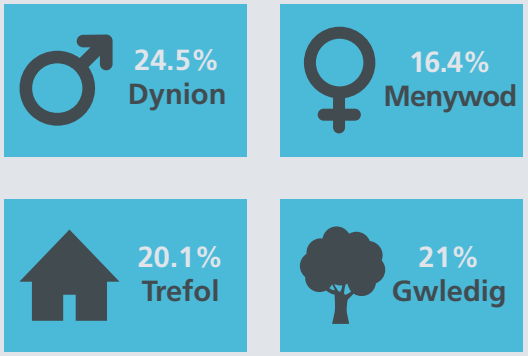
O'r rheiny sydd yn profi'r niwed hwn, roedd bron un ym mhob pump (18%) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**23.5%**);
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**22.2%**); a/neu,
- Yn ffrind (**18.3%**).

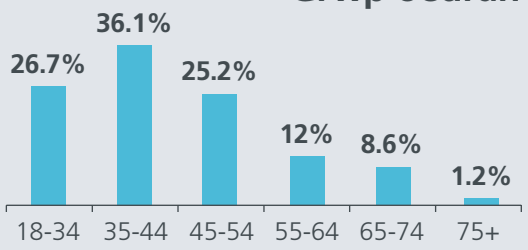
Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



Grŵp oedran

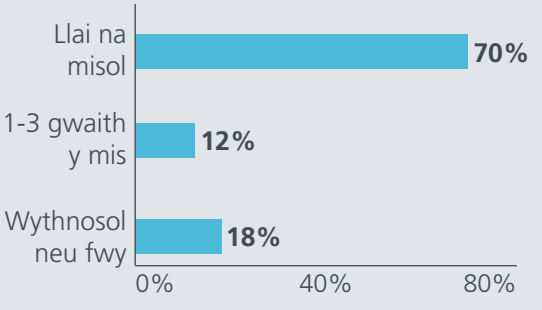


Amddifadedd ardal

Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig

20.4%	26.1%	17.1%

Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Wedi dioddef bygythiad corfforol

Wedi teimlo bygythiad corfforol am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **17.7%**

Crynodeb

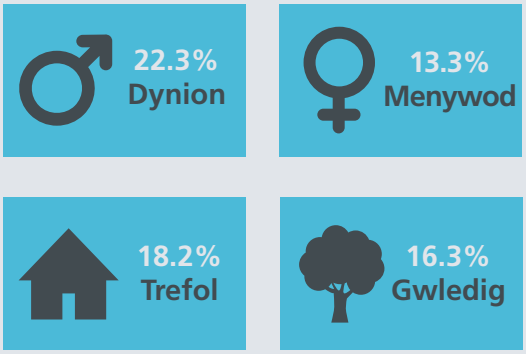
Mae ychydig o dan un ym mhob pump (17.7%) o oedolion yng Nghymru wedi teimlo bygythiad corfforol am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 433,392 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, roedd grŵp oedran a rhyw yn agos gysylltiedig â theimlo bygythiad corfforol, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg: y rheiny rhwng 18 i 54 oed; a dynion.

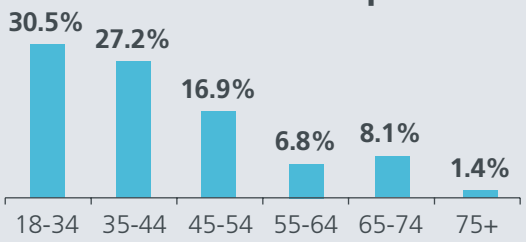
O'r rheiny sydd yn profi'r niwed hwn, roedd dros un ym mhob pump (20.8%) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ddieithryn (**55%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

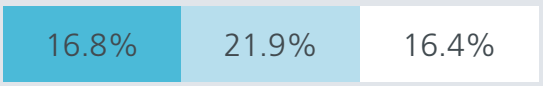


Grŵp oedran

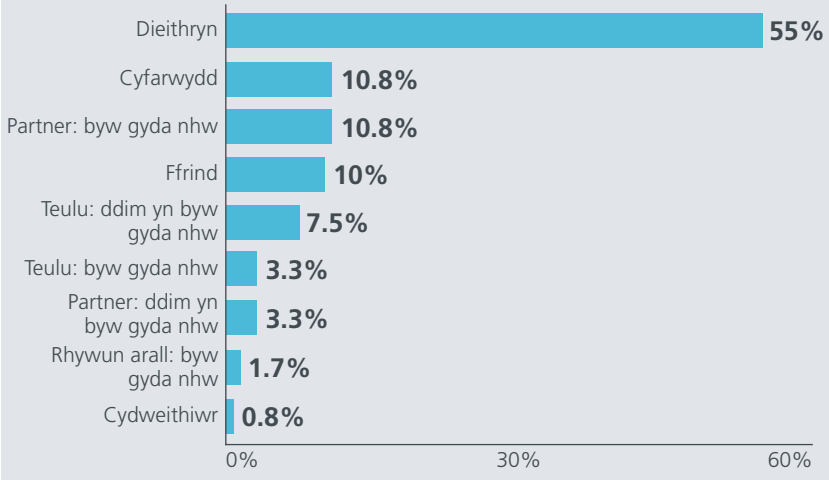


Amddifadedd ardal

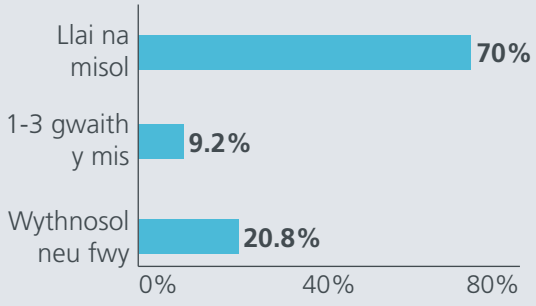
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Esgeulustod emosiynol

Wedi cael eu brifo neu eu hesgeuluso'n emosiynol am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **17.3%**

Crynodeb

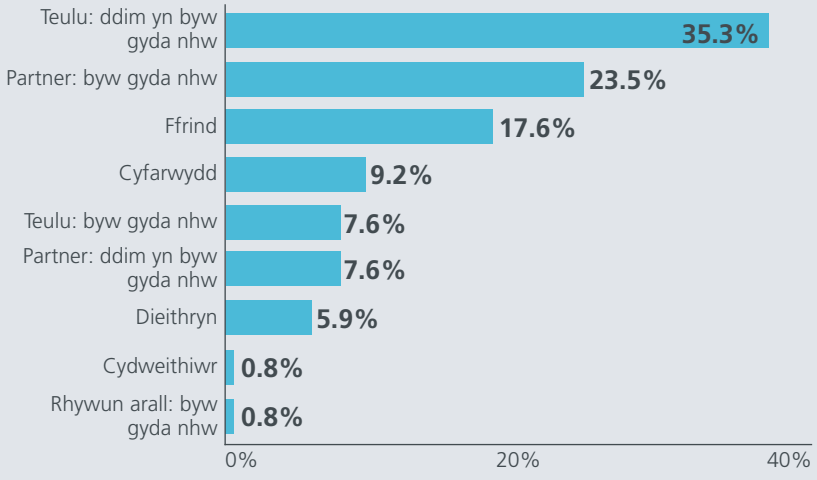
Mae ychydig yn llai nag un ym mhob pump (17.3%) o oedolion yng Nghymru wedi cael eu brifo neu eu hesgeuluso'n emosiynol am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, mae hyn yn gyfwerth â 423,097 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, roedd grŵp oedran, math o ardal ac amddifadedd ardal yn agos gysylltiedig â chael eu brifo neu eu hesgeuluso'n emosiynol, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny: rhwng 18 a 54 oed; yn byw mewn ardaloedd gwledig; ac yn byw mewn ardaloedd o amddifadedd lefel ganolig.

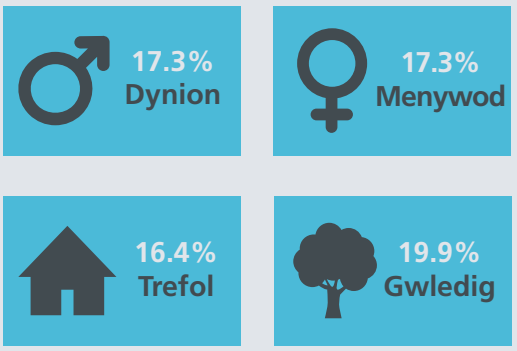
O'r rheiny a brofodd y niwed hwn, roedd dros un ym mhob pump (**22.9%**) n ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**35.3%**);
- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**23.5%**); a/neu,
- Yn ffrind (**17.6%**).

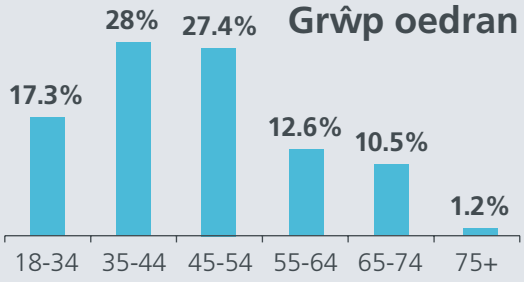
Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

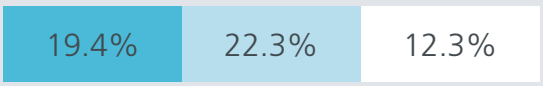


Grŵp oedran

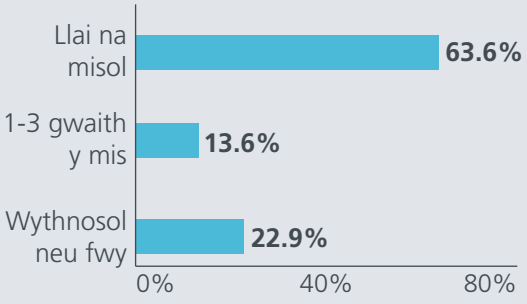


Amddifadedd ardal

Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Wedi dioddef ymosodiad corfforol

Wedi dioddef ymosodiad corfforol am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **5.5%**

Crynodeb

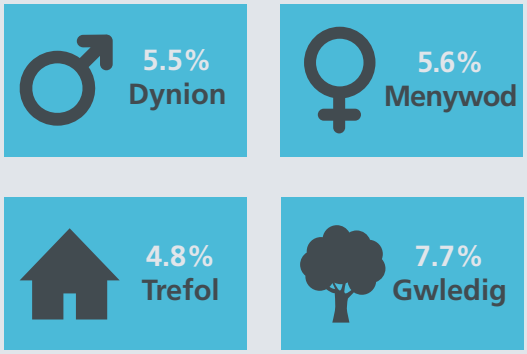
Mae un ym mhob 18 (5.5%) o oedolion yng Nghymru wedi dioddef ymosodiad corfforol am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 135,704 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demogrffeg cymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd yn agos gysylltiedig â dioddef ymosodiad corfforol, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny rhwng 18 a 34 oed.

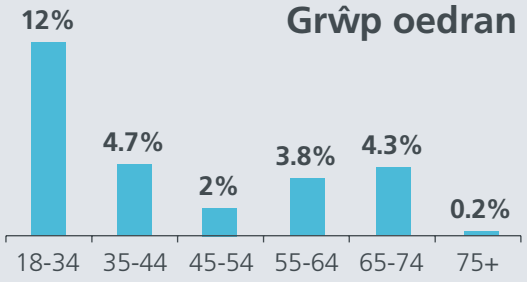
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd dros un ym mhob 10 (**15.2%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Yn fwyaf aml roedd y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**30.3%**);
- Yn ddieithryn (**27.3%**);
- Yn gyfarwydd (**15.2%**); a/neu,
- Yn ffrind (**15.2%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



Grŵp oedran

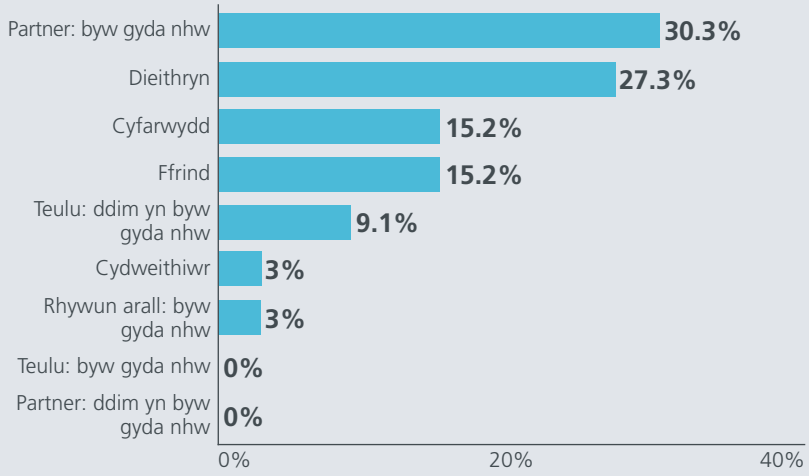


Amddifadedd ardal

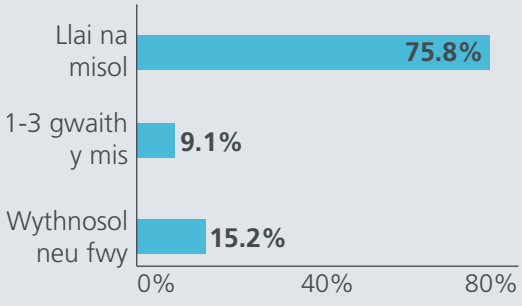
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig

5.6%	3.1%	6.8%

Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Wedi cael anaf damweiniol

Wedi cael niwed neu anaf corfforol yn ddamweiniol am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **6.5%**

Crynodeb

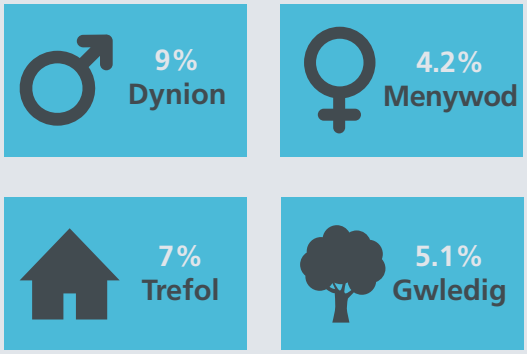
Mae ychydig dros un ym mhob 15 (6.5%) o oedolion yng Nghymru wedi cael niwed neu anaf corfforol yn ddamweiniol am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 159,369 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd yn agos gysylltiedig â chael niwed neu anaf damweiniol, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny rhwng 18 a 34 oed.

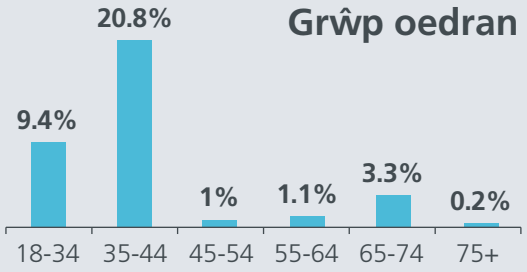
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd dros un ym mhob naw (**11.8%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Yn fwyaf aml, roedd y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ddieithryn (**41.2%**);
- Yn ffrind (**26.5%**); a/neu,
- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**23.5%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

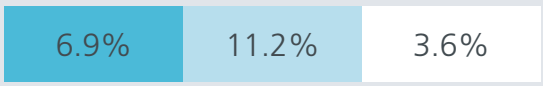


Grŵp oedran

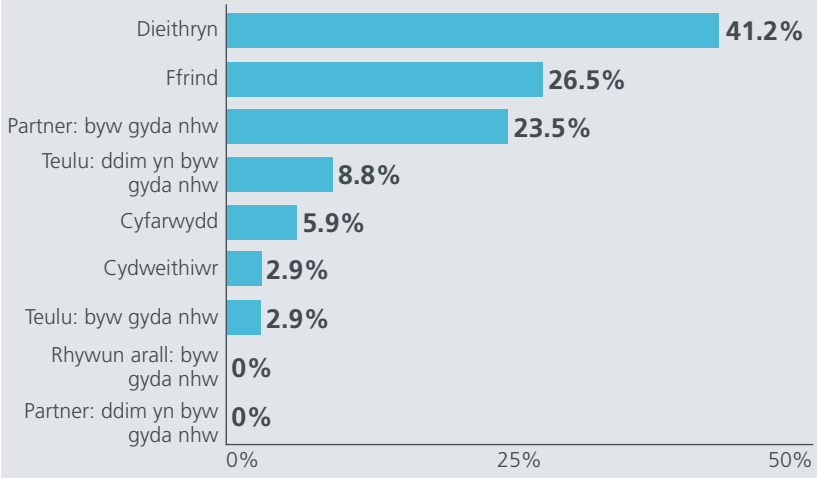


Amddifadedd ardal

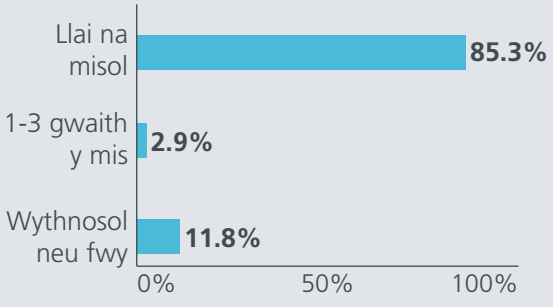
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Yfed a gyrru

Wedi cael eu rhoi mewn perygl mewn car am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **2.6%**

Crynodeb

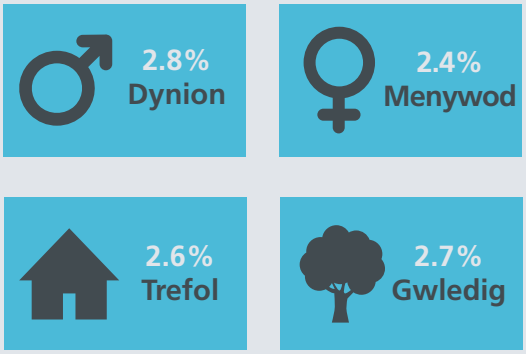
Mae un ym mhob deugain (2.6%) o oedolion yng Nghymru wedi cael eu rhoi mewn perygl mewn car am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 64,214 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ni welwyd unrhyw wahaniaethau arwyddocaol o ran profiad o'r niwed hwn rhwng nodweddion unigol, aelwyd neu ardal.

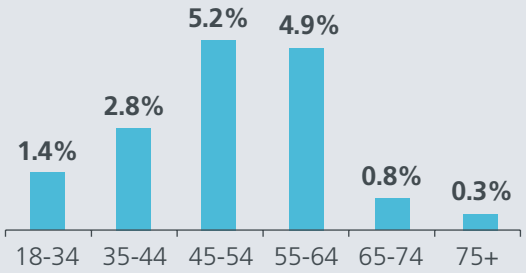
O'r rheiny oedd wedi profi'r niwed hwn, roedd un ym mhob deg (**10%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Yn fwyaf aml, nodwyd bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ffrind (**36.7%**);
- Yn ddieithryn (**30%**); a/neu,
- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**16.7%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

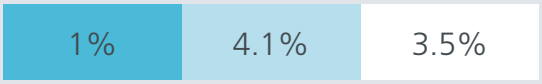


Grŵp oedran

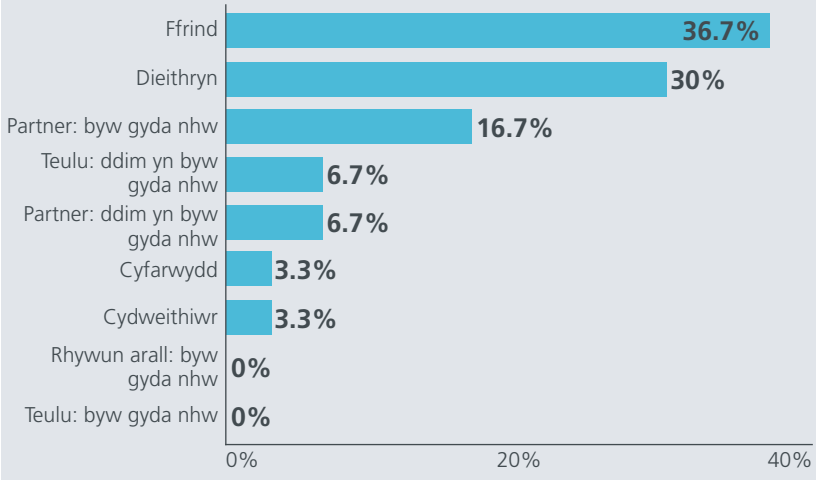


Amddifadedd ardal

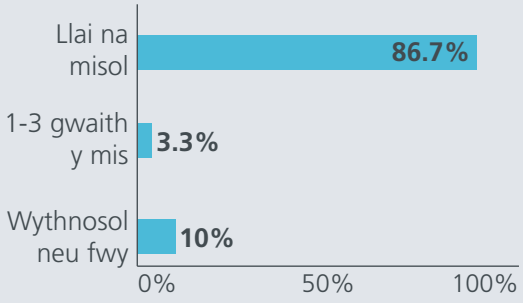
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Teimlo'n bryderus

Wedi teimlo'n anghyfforddus neu'n bryderus mewn achlysur cymdeithasol am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **29.2%**

Crynodeb

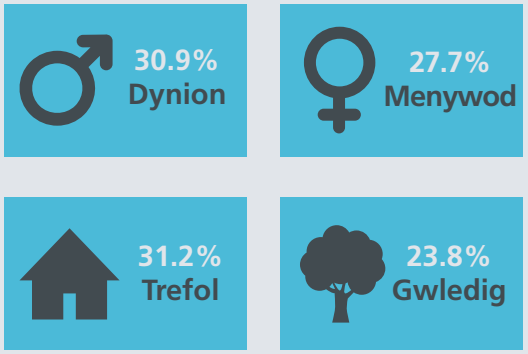
Mae bron tri ym mhob deg (29.2%) o oedolion yng Nghymru wedi teimlo'n anghyfforddus neu'n bryderus mewn achlysur cymdeithasol am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 714,498 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd yn agos gysylltiedig â theimlo'n anghyfforddus neu'n bryderus mewn sefyllfa gymdeithasol, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny rhwng 18 a 54 oed.

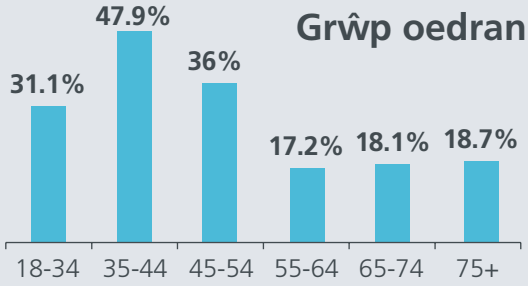
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd dros un ym mhob 20 (**5.4%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ddieithryn (**26.7%**);
- Yn ffrind (**25.1%**); a/neu,
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**22.6%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

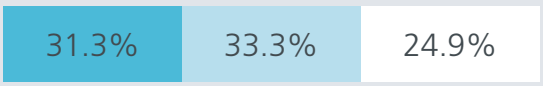


Grŵp oedran

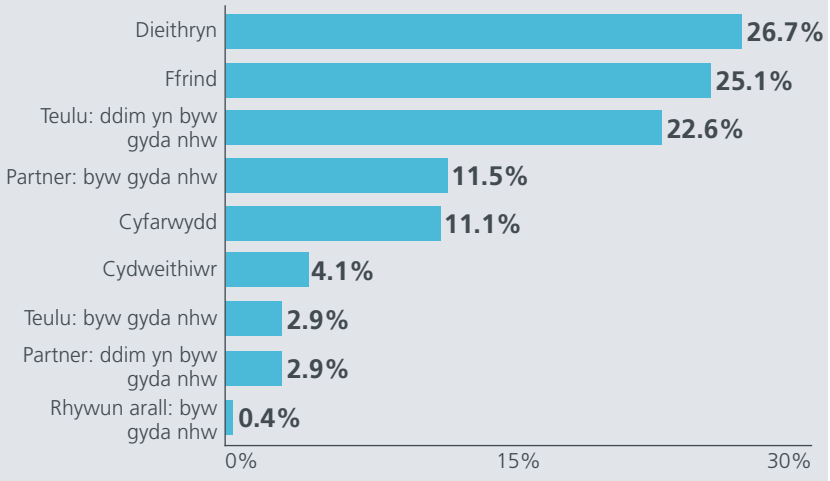


Amddifadedd ardal

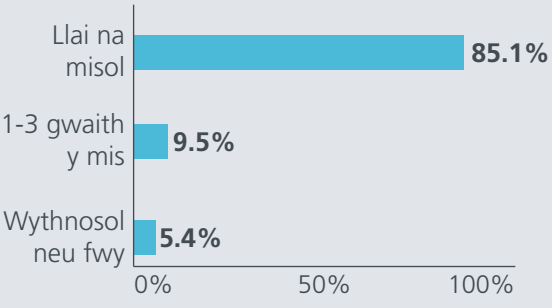
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Niwed i eiddo

Rhywbeth oedd yn bwysig iddyn nhw wedi torri neu ei niweidio am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **10.8%**

Crynodeb

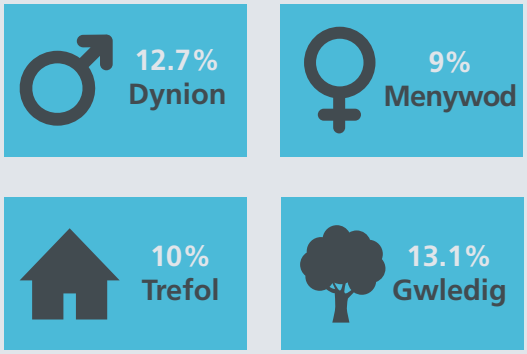
Mae rhywbeth oedd yn bwysig i un ym mhob deg (10.8%) o oedolion yng Nghymru wedi torri neu gael ei niweidio am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 264,268 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd yn annibynnol gysylltiedig â chael rhywbeth oedd yn bwysig wedi ei dorri neu ei niweidio, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny oedd rhwng 18-34 oed.

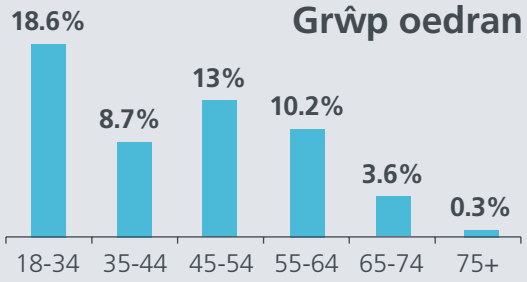
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd un ym mhob 15 (**6.5%**) yn ei brofi'n wythnosol neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**25.8%**);
- Yn ddieithryn (**22.6%**);
- Yn gyfarwydd (**16.1%**); a/neu,
- Yn ffrind (**16.1%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

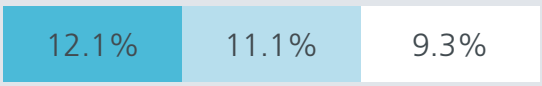


Grŵp oedran

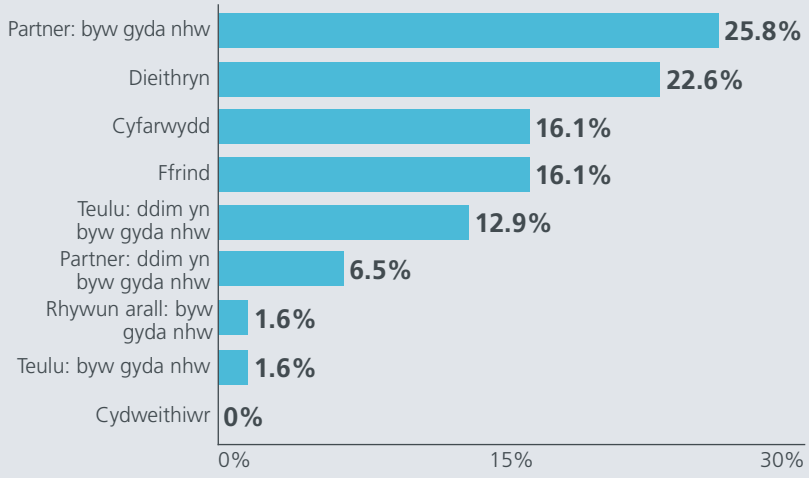


Amddifadedd ardal

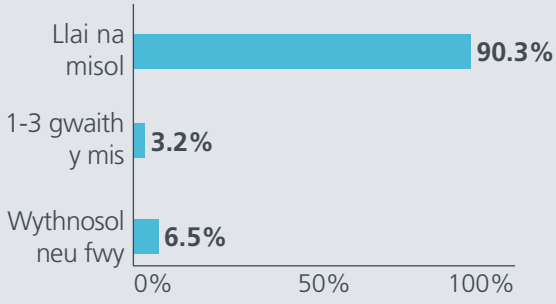
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Mater gwariant

Wedi cael arian fyddai wedi gwella ansawdd eu bywyd wedi ei wario ar bryniannau am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **8.3%**

Crynodeb

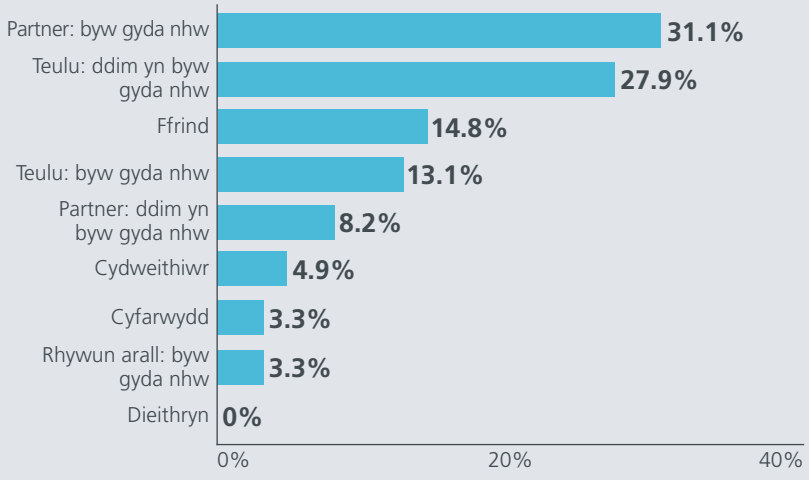
Mae dros un ym mhob 12 (8.3%) o oedolion yng Nghymru wedi cael arian a fyddai wedi gwella ansawdd eu bywyd wedi ei wario ar bryniannau'n ymwneud â rhywun arall yn yfed alcohol yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 203,898 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran a statws perthynas oedd yn annibynnol gysylltiedig â chael arian a fyddai wedi gwella ansawdd eu bywyd wedi ei wario ar bryniannau am fod rhywun arall yn yfed alcohol, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny oedd: rhwng 18 a 54 oed; ac yn sengl.

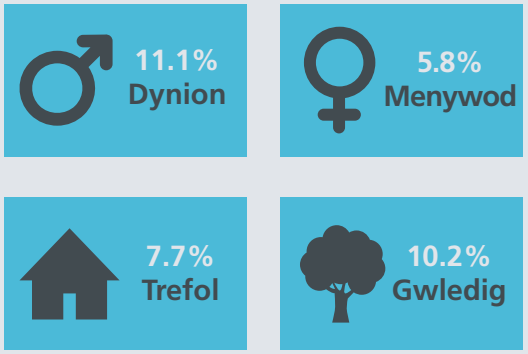
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd tri ym mhob deg (**30%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**31.1%**); a/neu,
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**27.9%**).

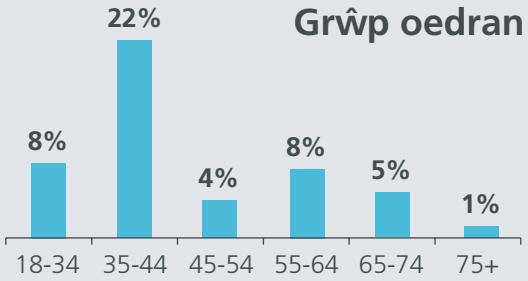
Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



Grŵp oedran

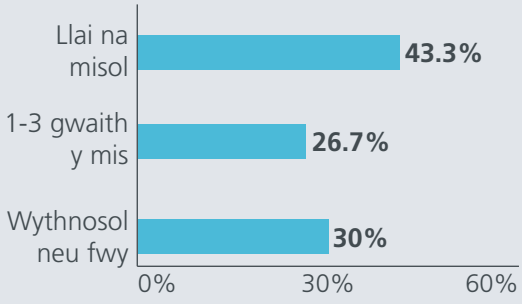


Amddifadedd ardal

Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig

4.5%	13.8%	9.5%

Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Pryder am blentyn

Pryder gwirioneddol am niwed i blant am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **5.4%**

Crynodeb

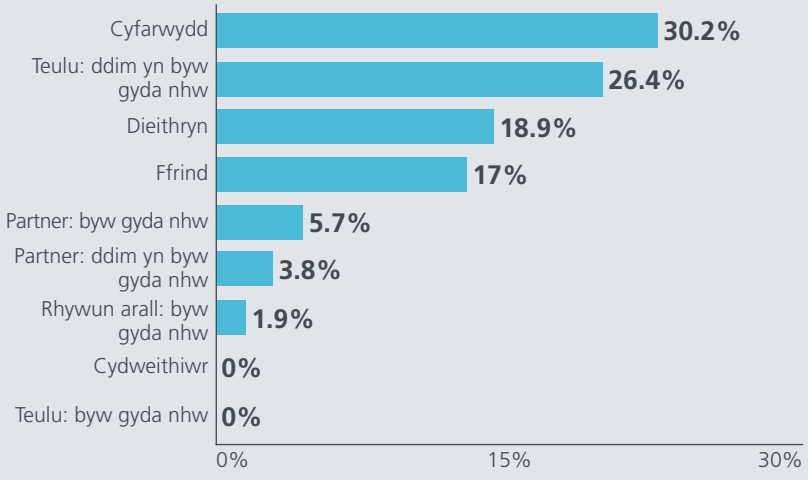
Mae un ym mhob ugain (5.4%) o oedolion yng Nghymru wedi bod yn wirioneddol bryderus am niwed yn cael ei achosi i'w plentyn/plant eu hunain neu blentyn/plant eraill am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 131,337 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond byw ar aelwyd gyda phlant oedd yn agos gysylltiedig â bod yn wirioneddol bryderus am niwed yn cael ei achosi i'w plentyn/plant neu blentyn/plant rhywun arall

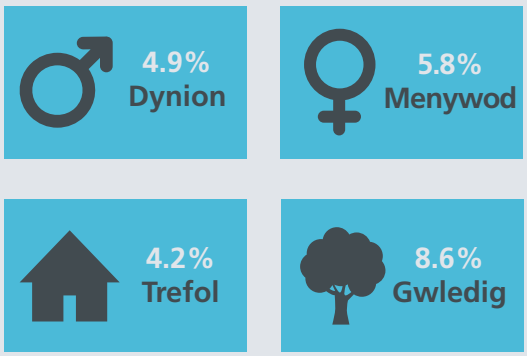
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd un ym mhob deg (**13.5%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn gyfarwydd (**30.2%**);
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**26.4%**);
- Yn ddieithryn (**18.9%**); a/neu,
- Yn ffrind (**17%**).

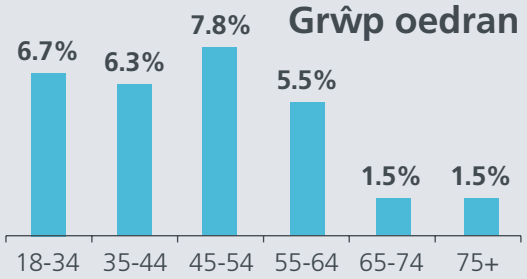
Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



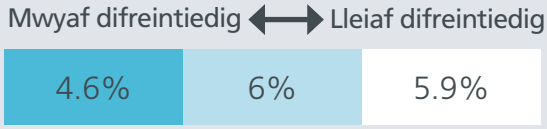
Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



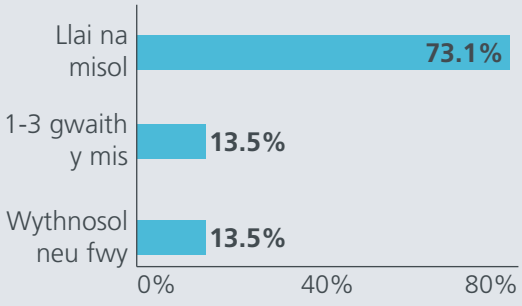
Grŵp oedran



Amddifadedd ardal



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Baich gofal

Wedi treulio amser personol yn gofalu am berson â chyflwr hirdymor neu anabledd oherwydd eu lefelau yfed presennol neu flaenorol

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **6.2%**

Crynodeb

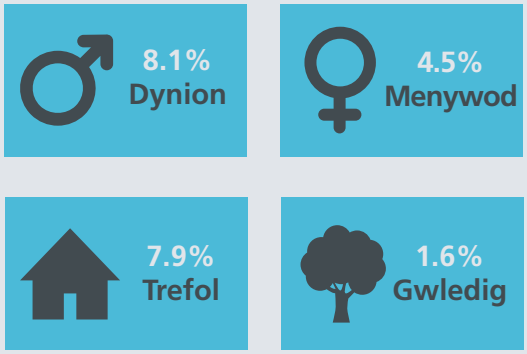
Mae ychydig dros un ym mhob 17 (6.2%) o oedolion yng Nghymru wedi gorfod treulio amser personol yn gofalu am berson â chyflwr iechyd hirdymor neu anabledd sydd o ganlyniad i'w lefelau yfed presennol neu flaenorol yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 152,217 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ni welwyd unrhyw wahaniaethau arwyddocaol o ran profi'r niwed hwn rhwng nodweddion unigolyn, aelwyd neu ardal.

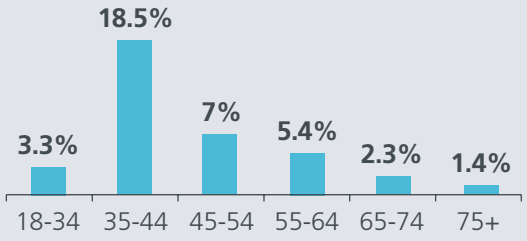
O'r rheiny sydd yn profi'r niwed hwn, roedd bron hanner wedi ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**52.4%**); a/neu,
- Yn ffrind (**26.2%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

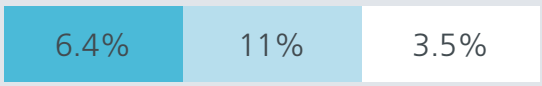


Grŵp oedran

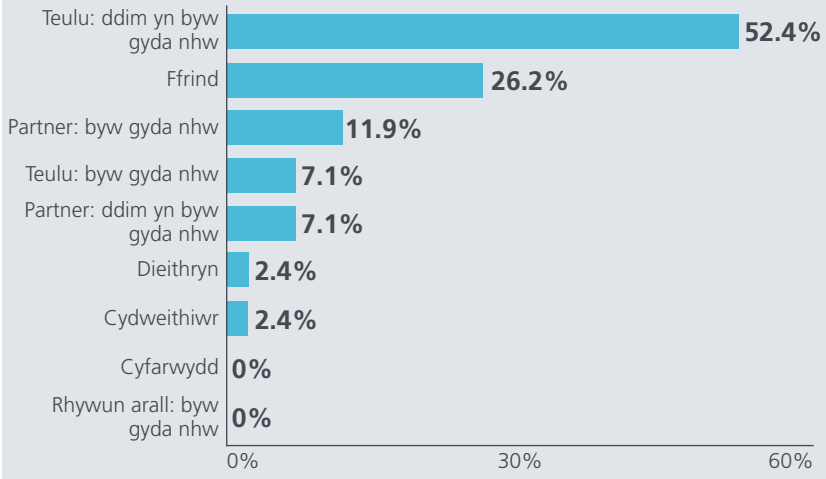


Amddifadedd ardal

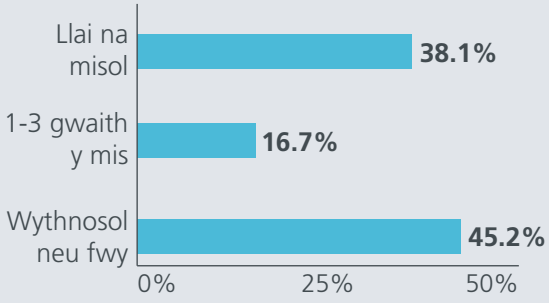
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Siomedigaeth

Cael eich siomi gan rywun arall am eu bod wedi methu gwneud rhywbeth yr oeddech yn dibynnu arnynt i'w wneud am eu bod yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **19.2%**

Crynodeb

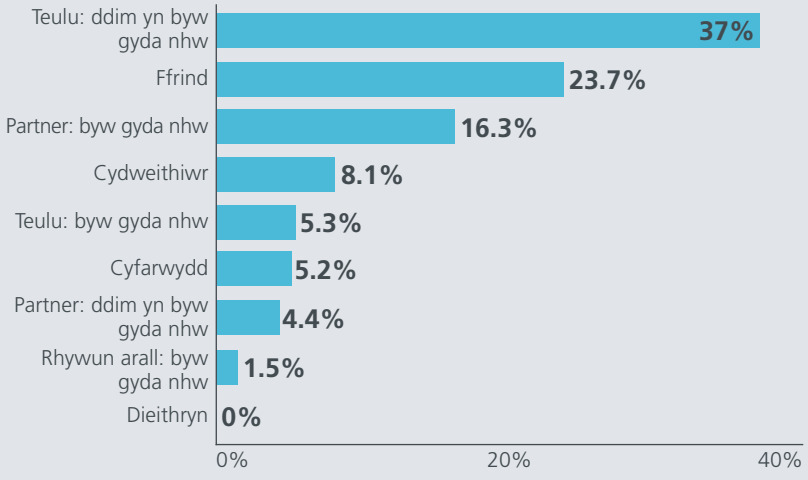
Mae ychydig o dan un ym mhob pump (19.2%) o oedolion yng Nghymru wedi cael eu siomi gan rywun am eu bod wedi methu gwneud rhywbeth yr oeddent yn dibynnu arnynt i'w wneud am eu bod yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 471,033 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd yn annibynnol gysylltiedig â chael eu siomi, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny rhwng 18 a 54 oed.

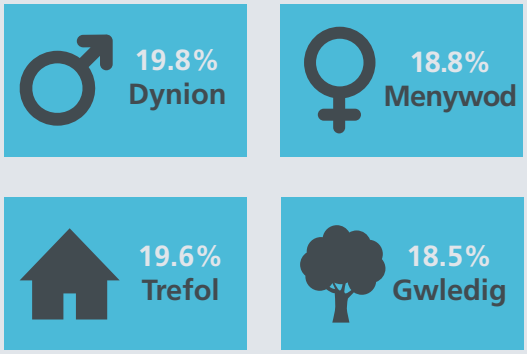
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd dros un ym mhob deg (**14.7%**) n ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**37%**); a/neu,
- Yn ffrind (**23.7%**).

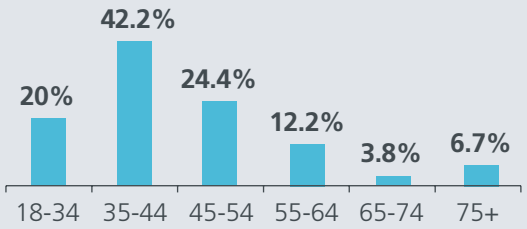
Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



Grŵp oedran

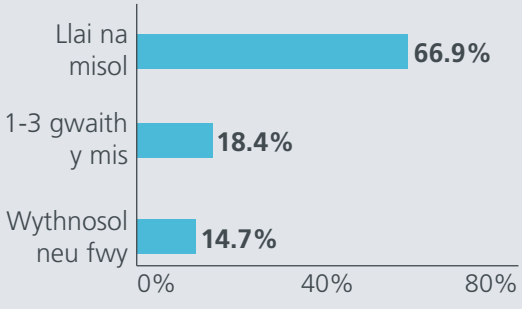


Amddifadedd ardal

Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig

20.1%	20.7%	17.7%

Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Amharu ar gwsg

Cael eich cadw'n effro oherwydd sŵn neu amhariad am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **29%**

Crynodeb

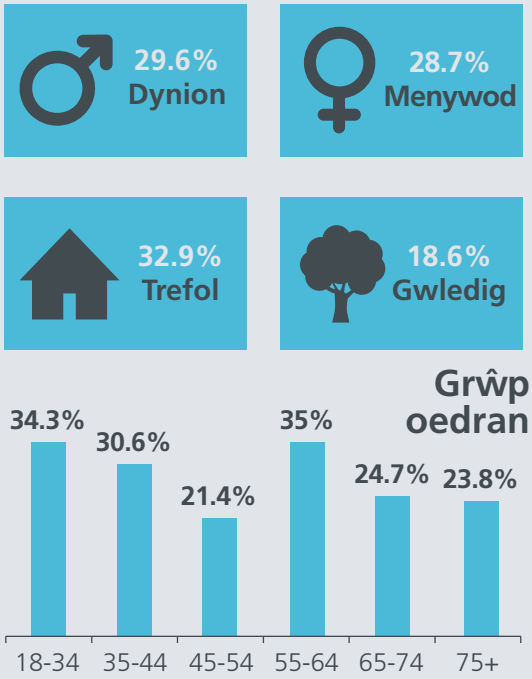
Mae ychydig o dan dri ym mhob deg o oedolion yng Nghymru wedi cael eu cadw'n effro oherwydd sŵn neu amhariad am fod rhywun yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 709,530 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran a math o ardal (h.y. trefol/gwledig) oedd yn annibynnol gysylltiedig â chael eich cadw'n effro oherwydd sŵn neu amhariad, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny: sydd o dan 75 oed; ac yn byw mewn ardal drefol.

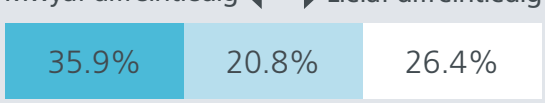
O'r rheiny sydd yn profi'r niwed hwn, roedd ychydig o dan un ym mhob pump (**18.6%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ddieithryn (**49.2%**); a/neu,
- Yn gyfarwydd (**34.2%**).

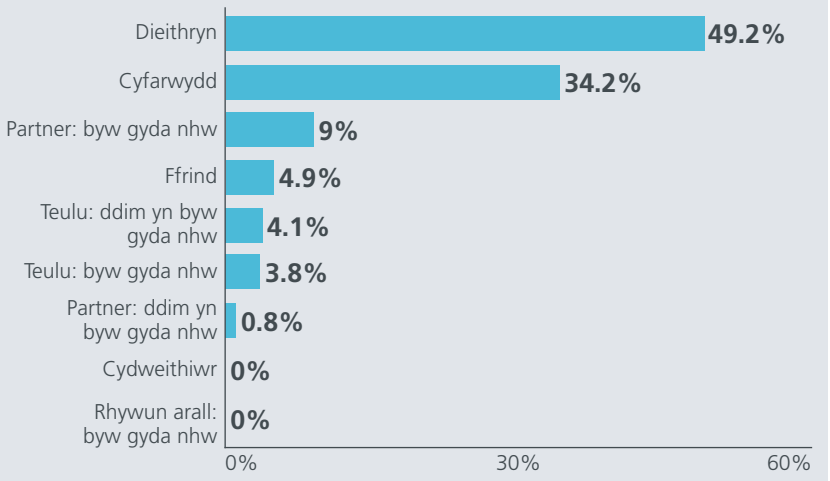
Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



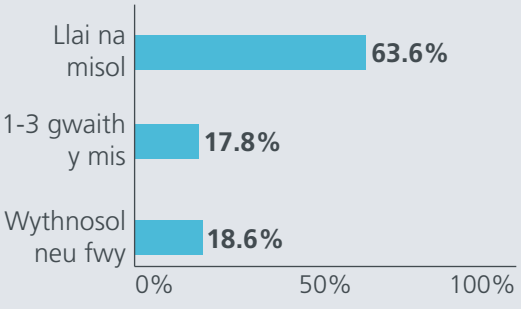
Amddifadedd ardal



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Yfed i ymdopi

Yfed alcohol i ymdopi â phroblemau a achoswyd gan rywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **6.2%**

Crynodeb

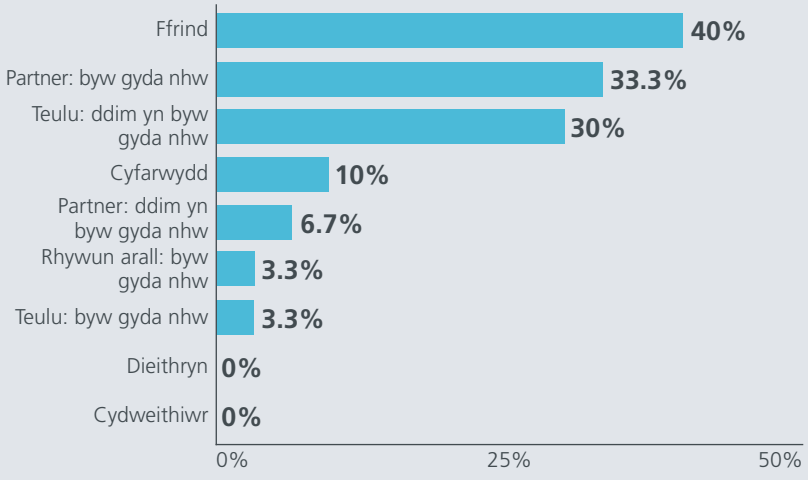
Mae ychydig dros un ym mhob 17 (6.2%) o oedolion yng Nghymru wedi yfed alcohol i ymdopi â phroblemau a achoswyd gan rywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 152,035 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond yfed alcohol personol oedd yn agos gysylltiedig â bod wedi yfed alcohol i ymdopi â phroblemau, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd.

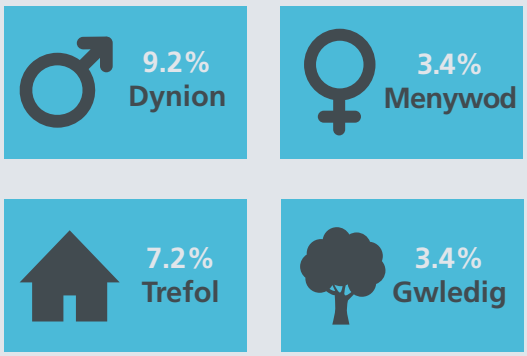
O'r rheiny sydd yn profi'r niwed hwn, roedd traean wedi ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ffrind (**40%**);
- Yn bartner oedd yn byw ar yr un aelwyd (**33.3%**); a/neu,
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**30%**).

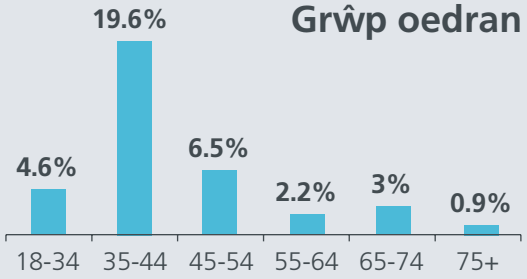
Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

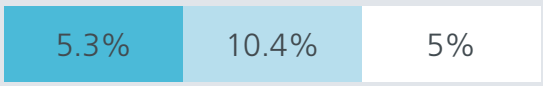


Grŵp oedran

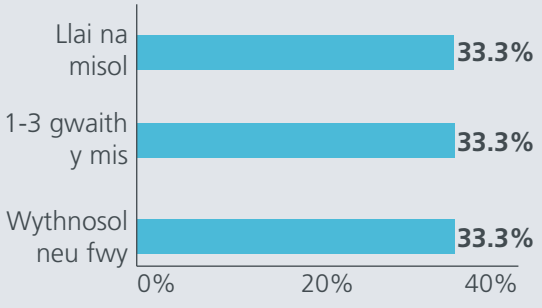


Amddifadedd ardal

Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Dod â chyswllt i ben

Wedi gorfod rhoi'r gorau i weld neu fod mewn cysylltiad â rhywun am eu bod yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **15.5%**

Crynodeb

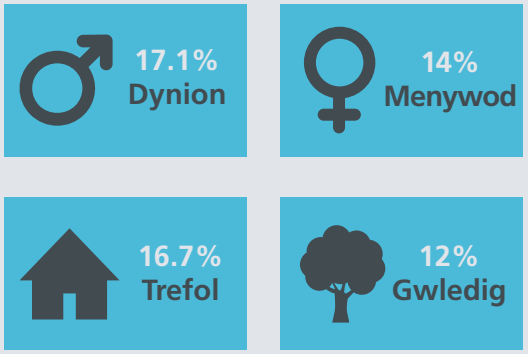
Mae o dan un ym mhob chwech (15.5%) o oedolion yng Nghymru wedi gorfod rhoi'r gorau i weld neu fod mewn cysylltiad â rhywun am eu bod yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 378,632 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ar ôl rheoli ar gyfer demograffeg gymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu, dim ond grŵp oedran oedd yn annibynnol gysylltiedig â gorfod rhoi'r gorau i weld neu fod mewn cysylltiad â rhywun, gyda'r lefelau uchaf wedi eu nodi ymysg y rheiny sydd yn 45-54 oed.

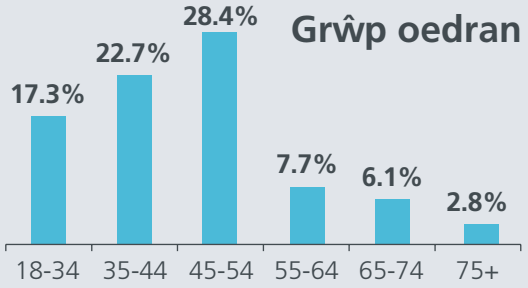
O'r rheiny sydd yn profi'r niwed hwn, roedd un ym mhob wyth (**11.9%**) yn ei brofi unwaith yr wythnos neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ffrind (**38.8%**); a/neu,
- Yn aelod o'r teulu oedd yn byw ar aelwyd wahanol (**35%**).

Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau

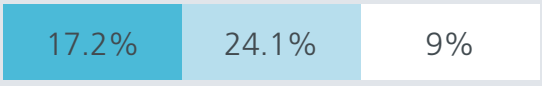


Grŵp oedran

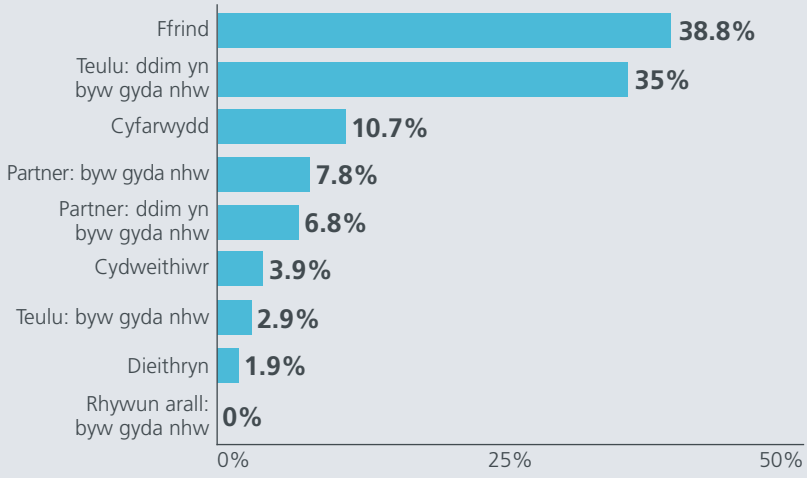


Amddifadedd ardal

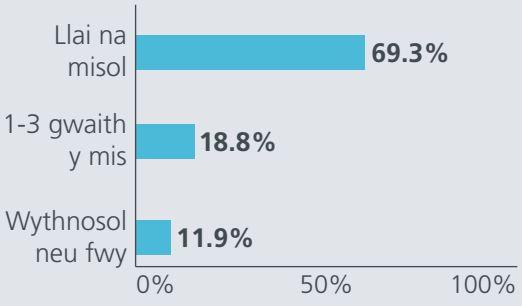
Mwyaf difreintiedig ⟷ Lleiaf difreintiedig



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

Cyswllt â'r heddlu

Wedi cysylltu â'r heddlu am fod rhywun arall yn yfed

Nifer yr achosion yn gyffredinol ymysg y boblogaeth sy'n oedolion yn y flwyddyn ddiwethaf: **10.8%**

Crynodeb

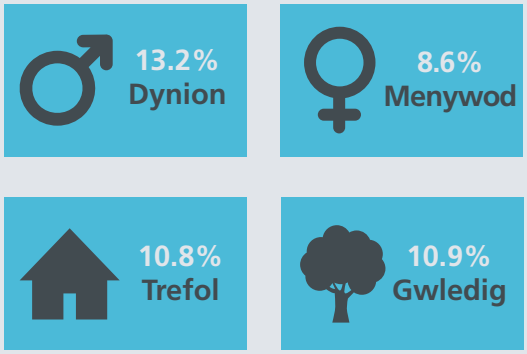
Mae un ym mhob deg (10.8%) o oedolion yng Nghymru wedi gorfod cysylltu â'r heddlu am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Yn genedlaethol, amcangyfrifir bod hyn yn gyfwerth â 264,775 o bobl 18 oed ac yn hŷn.

Ni welwyd unrhyw wahaniaethau arwyddocaol o ran profiad o'r niwed hwn rhwng nodweddion unigolyn, aelwyd neu ardal.

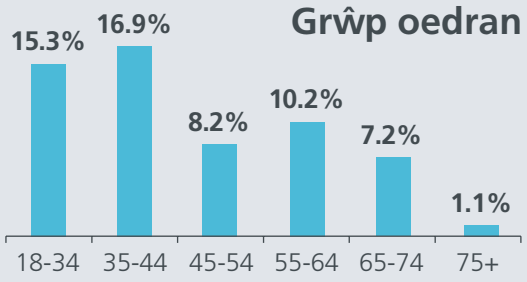
O'r rheiny oedd yn profi'r niwed hwn, roedd bron un ym mhob deg (**8.6%**) yn ei brofi'n wythnosol neu'n amlach. Nodwyd amlaf bod y rheiny oedd yn achosi'r niwed:

- Yn ddieithryn (**41%**); a/neu,
- Yn gyfarwydd (**30.1%**).

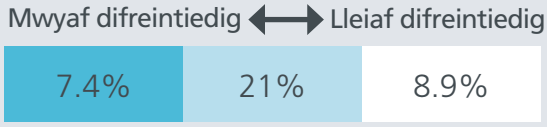
Nifer yr achosion yn gyffredinol yn y grwpiau



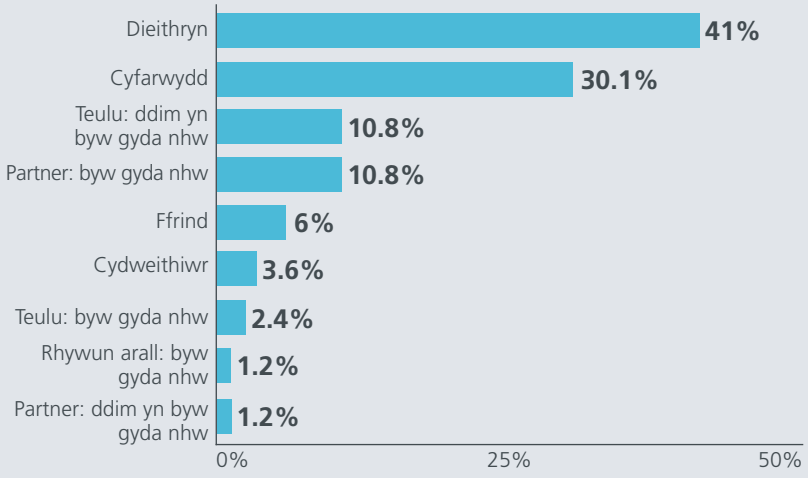
Grŵp oedran



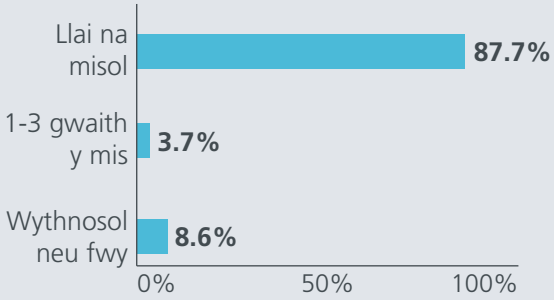
Amddifadedd ardal



Perthynas â'r yfwr sydd yn achosi'r niwed



Amlder profi'r niwed



Mae'r holl ffigurau a gyflwynir yn cael eu haddasu i amcangyfrifon poblogaeth Cymru 2013, ac eithrio amlder profi'r niwed a'r berthynas â'r yfwr sy'n achosi'r niwed. Gweler yr Eirfa am ddiffiniadau o'r holl dermau.

3. Crynodeb a chasgliadaus

Mae niwed alcohol i eraill yn ffactor hanfodol wrth ystyried y buddion a'r niwed perthynol a achosir gan alcohol. Mae'n rhaid i wybodaeth am hyn fod yn rhan hanfodol o broses gwneud polisïau lleol, cenedlaethol a rhyngwladol [2].

Mae'r canfyddiadau o'r arolwg hwn wedi rhoi dealltwriaeth gychwynnol o natur a graddau'r niwed a brofir gan boblogaeth Cymru o ganlyniad i ddefnydd rhywun arall o alcohol. Yn debyg i astudiaethau a gynhaliwyd mewn mannau eraill yn y DU ac Iwerddon [5,6,11], canfu'r astudiaeth nifer uchel o achosion o niwed alcohol i eraill yng Nghymru, gydag amcangyfrif o 59.7% o oedolion wedi dioddef un niwed o leiaf yn y 12 mis diwethaf. Mae cydnabod ac ystyried y niwed yma yn bwysig er mwyn deall, mynd i'r afael ac amddiffyn pobl rhag niwed o'r fath. Mae'r llywodraeth, awdurdodau lleol a rhanddeiliaid allweddol eraill yng Nghymru eisoes wedi ymrwymo i ystod o bolisïau a rhaglenni cenedlaethol â'r nod o atal, yn uniongyrchol ac yn anuniongyrchol, y niwed a achosir gan ddefnydd o alcohol, llawer ohonynt yn cynnwys niwed alcohol i eraill (Blwch 1). Gall canfyddiadau o'r arolwg hwn gefnogi gwaith yn y dyfodol i weithredu polisïau a rhaglenni o'r fath, yn ogystal â llywio polisi ac ymarfer yn y dyfodol.

Roedd y niwed mwyaf cyffredin a brofwyd yn sgil defnydd person arall o alcohol yn cynnwys: teimlo'n bryderus; amharu ar gwsg; cael dadl ddifrifol; teimlo siomedigaeth; teimlo o dan fygythiad a dioddef esgeulustod emosiynol.

Er y gall y rhai o'r rhain ymddangos yn bethau bach, mae gan eu profi nhw'r potensial i effeithio ar iechyd a lles person.

Er enghraifft, mae wedi ei brofi bod amharu ar gwsg, am un noson hyd yn oed, yn effeithio ar hwyl person a'u gallu i ganolbwyntio [27]. Yn yr un modd, mae gan niwed arall a brofwyd gan lai o oedolion y potensial i gael effaith enfawr ar yr unigolyn a thu hwnt (e.e. aelwydydd; gwasanaethau cyhoeddus). Er enghraifft, mae canfyddiadau un arolwg yn awgrymu bod cymaint â 5% o oedolion yng Nghymru wedi bod yn bryderus y gallai eu plentyn nhw neu blentyn rhywun arall (sydd yn byw yn eu tŷ nhw neu dŷ rhywun arall) gael ei niweidio am fod rhywun arall yn yfed yn y 12 mis diwethaf. Mae wedi cael ei brofi bod profiad o niwed yn ystod plentyndod, yn cynnwys byw ar aelwyd lle mae alcohol yn cael ei gamddefnyddio, yn gysylltiedig ag ystod o ymddygiad sy'n niweidio iechyd yn nes ymlaen mewn bywyd, yn cynnwys datblygu defnydd o alcohol sydd yn peri problemau [18,25]. Felly, mae ystyried niwed alcohol i eraill wrth gyflwyno ymyriadau ar lefel unigolyn yn allweddol, yn arbennig pan gall problem alcohol fod yn rhan o aelwyd. Er mwyn deall yn iawn y baich y mae niwed alcohol i bobl eraill yn ei roi ar iechyd y cyhoedd, mae angen archwilio'r effeithiau tymor byr a hirdymor ehangach a'u hystyried ymhellach.

Yn debyg i astudiaethau a gynhaliwyd mewn mannau eraill, roedd y perygl o brofi niwed alcohol i eraill yng Nghymru yn amrywio ymysg grwpiau poblogaeth. Felly, roedd y perygl o brofi unrhyw niwed yn y 12 mis diwethaf yn uwch ymysg grwpiau oedran iau. (h.y. 18 i 54 oed).

Nodwyd yn gyson bod grwpiau oedran iau mewn perygl o niwed alcohol i eraill ar draws nifer o astudiaethau [4,5,7,20,21] ac felly dylai atal niwed o'r fath ymysg pobl ifanc fod yn flaenoriaeth.

Fodd bynnag, mae angen ystyried y mathau o niwed y mae pobl ifanc yn eu profi'n anghymesur. Er enghraifft, yn yr astudiaeth hon, roedd grŵp oedran 18-34 mewn llawer mwy o berygl o brofi anaf damweiniol ac ymosodiad corfforol (gyda'r tebygolrwydd o brofi naill ai niwed 11.5 a 8.2 gwaith yn uwch na'r rheiny sydd yn 75 oed ac yn hŷn). Gallai pobl iau fod mewn mwy o berygl o niwed am sawl rheswm fel byw mewn ac/neu yn mynd i ardaloedd lle gallai cyswllt â niwed alcohol i eraill fod yn fwy tebygol o ddigwydd (e.e. lleoliadau mynd allan gyda'r nos [21]) neu fwy o yfed alcohol personol ar lefel beryglus [22].

Nododd yr astudiaeth hefyd ffactorau oedd yn annibynnol gysylltiedig â niwed penodol yn sgil lefelau yfed pobl eraill. Felly, o'i gymharu â'r rheiny nad oeddent yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd, roedd y rheiny oedd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd dros chwe gwaith yn fwy tebygol o fod yn yfed i ymdopi â phroblemau a achoswyd gan berson arall yn yfed, a dwywaith yn fwy tebygol o fod mewn dadl ddifrifol yn y 12 mis diwethaf. Yn ogystal, roedd y rheiny oedd yn byw mewn ardal drefol yn hytrach nag ardal wledig bron un a hanner gwaith yn fwy tebygol o fod wedi cael eu cadw'n effro yn y 12 mis diwethaf.

Mae cysylltiadau amrywiol o'r fath yn dangos natur gymhleth niwed alcohol i eraill. Yn ogystal, gallai unigolion brofi mwy nag un niwed. Felly, yng Nghymru, roedd dau ym mhob pump (41%) o oedolion wedi profi mwy nag un niwed am fod person arall yn yfed, gyda bron chwarter (24%) wedi profi niwed mewn pedwar categori a fesurwyd neu fwy. Mae deall y ffordd y gall niwed alcohol i eraill fodoli mewn clystyrau [11], ac effaith tymor byr a hirdymor niwed, yn cynnwys profi mwy nag un niwed, yn bwysig i fynd i'r afael â natur gymhleth alcohol i eraill a datblygu gweithgaredd atal effeithiol.

Ni wnaeth yr astudiaeth gasglu gwybodaeth benodol ar amgyffrediad cyfranogwyr o ddifrifoldeb niwed, nac effaith y niwed ar yr unigolyn (e.e. amser, costau ariannol), pobl eraill neu wasanaethau cyhoeddus (e.e. iechyd a chyfiawnder troseddol). Fe wnaethom, fodd bynnag roi'r niwed gwahanol yn grwpiau mwy difrifol neu beidio, yn seiliedig ar fathau o niwed ac amlder y profiad. Roedd dros ddau ym mhob pump (43.7%) o oedolion wedi profi o leiaf un niwed mwy difrifol yn y 12 mis diwethaf. Yn hanfodol, roedd profiad o niwed mwy difrifol lawer yn uwch ymysg y rheiny oedd yn byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig. Mae astudiaethau yn nodi baich a chost niwed alcohol i eraill wedi cael eu cynnal mewn mannau eraill ac wedi awgrymu y gall costau o'r fath fod yn sylweddol iawn (e.e. Awstralia [23]). Byddai archwilio effeithiau niwed alcohol i eraill ymhellach yng Nghymru yn caniatáu dealltwriaeth well o'r costau unigol a chymdeithasol sydd yn gysylltiedig â niwed o'r fath, anghydraddoldebau o ran profi niwed, ac yn cefnogi datblygu a gweithredu ymyriadau.

Mae deall y berthynas rhwng niwed alcohol i eraill ac iechyd a lles ar draws grwpiau cymdeithasol gwahanol yn ystyriaeth bwysig ar gyfer ymchwil i'r dyfodol [8].

Er bod angen mwy o ymchwil, mae'r arolwg hwn yn dangos yn glir bod niwed alcohol i eraill yn gymharol gyffredin, ac yn effeithio, i raddau amrywiol, ar fwy na hanner y boblogaeth sy'n oedolion yng Nghymru bob blwyddyn. Mae rhai pobl yn cael eu heffeithio gan niwed alcohol i eraill yn wythnosol ac yn aml iawn, nid yw'r niwed y maent yn ei ddioddef yn hysbys.

Mae cydnabod natur, graddau ac amlder niwed alcohol i eraill yn hanfodol er mwyn cael dealltwriaeth well o effaith alcohol ar gymdeithas.

Yn ogystal, mae adnabod y berthynas â ffactorau demograffig cymdeithasol a ffactorau eraill sy'n dwysáu yn allweddol er mwyn targedu gweithgaredd atal. Er enghraifft, roedd pobl sydd yn goryfed mewn pyliau yn rheolaidd mewn mwy o berygl o gael dadl ddifrifol yn y 12 mis diwethaf ac mae angen codi ymwybyddiaeth y cyhoedd o hyn. Dylai Isafswm Pris Uned (MUP) o alcohol helpu i leihau faint o alcohol sy'n cael ei yfed, yn arbennig ymysg yr yfwyr trymaf ac mae hyn yn fesur y disgwylir iddo leihau niwed alcohol i eraill [28]. Mae Cymru ar hyn o bryd yn datblygu cynlluniau i gyflwyno MUP [29].

Bydd gwybodaeth o'r arolwg hwn yn cael ei chyfuno â data o bob un o wledydd y DU ac Iwerddon er mwyn rhoi asesiad manwl o niwed alcohol i eraill. Fodd bynnag, rydym eisoes yn gwybod bod niwed alcohol i eraill yn cael effaith niweidiol ar ddinasyddion yr holl wledydd hyn [5,6,11,17], ac mae rhesymau cryf dros gael asiantaethau iechyd y cyhoedd i gydweithio er mwyn nodi'r ffyrdd gorau o leihau nifer yr achosion a'u heffaith ar y bobl sydd yn dioddef niwed yn sgil alcohol heb fod unrhyw fai arnyn nhw.

Casgliad

Dylai nifer yr achosion o niwed alcohol i eraill yng Nghymru weithredu fel catalydd ar gyfer gwneuthurwyr polisïau, ymarferwyr a'r cyhoedd, i ystyried a gweithio tuag at fynd i'r afael â'r ystod eang o effeithiau yn sgil defnyddio alcohol. Nid niweidio'u hunain yn unig y mae yfwyr yn ei wneud, ond yn aml yn effeithio ar fywydau pobl eraill, ac mae angen ystyried hyn wrth ystyried rheoleiddio a deddfwriaeth yn ymwneud ag alcohol. Mae'r costau hyn yn cael eu hepgor yn aml wrth archwilio effeithiau negyddol alcohol ar gymdeithas, ond maent yn debygol o fod yn sylweddol. Mae cynnwys niwed alcohol i eraill mewn asesiadau o faich alcohol yn hanfodol i ddeall ei effaith eang a sicrhau bod polisïau, rheoliadau ac ymyriadau yn ceisio atal effeithiau niweidiol alcohol, i'r yfwr a'r rheiny a allai gael eu heffeithio am eu bod yn yfed. Er bod atal niwed alcohol i eraill yn anochel yn dasg gymhleth, ar draws Cymru mae nifer o bolisïau ac ymyriadau ar waith yn barod a all helpu i fynd i'r afael â niwed o'r fath. Fodd bynnag, mae'n bwysig bod Cymru'n gweithio tuag at gael cydbwysedd hanfodol rhwng hawliau unigolion i yfed alcohol a chyfrifoldebau llywodraethau i amddiffyn unigolion rhag y niwed y gall yfwyr ei achosi i eraill. Mae polisïau fel Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 [33] yn gyfle yng Nghymru i weithio ar y cyd ac yn strategol ar draws sefydliadau, i leihau'r defnydd o alcohol a'r niwed sydd yn gysylltiedig ag ef yn y dyfodol.

Blwch 1: Gweithredu i atal niwed alcohol i eraill yng Nghymru

- Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008-2018 [30] yw strategaeth 10 mlynedd Llywodraeth Cymru i fynd i'r afael â'r defnydd o sylweddau. Mae'n nodi'r agenda lleihau niwed ar gyfer Llywodraeth Cymru a'i phartneriaid, ac yn cydnabod yr angen i fuddsoddi mewn atal y defnydd o alcohol. Mae'n pwysleisio cynyddu ymwybyddiaeth o niwed alcohol ymysg poblogaeth Cymru ac ymrwymiad i atal a thrin y defnydd o sylweddau.
- Mae Llywodraeth Cymru yn mynd i'r afael yn uniongyrchol â'r mater amlwg o'r defnydd o alcohol a niwed cysylltiedig trwy bolisïau cenedlaethol fel Bil Drafft Iechyd y Cyhoedd (Isafswm Pris ar gyfer Alcohol) [29]. Mae tystiolaeth rymus yng Nghymru y byddai Isafswm Pris Uned alcohol yn arwain at ostyngiadau sylweddol yn y defnydd niweidiol o alcohol [28]. Byddai'r mesur hwn sydd wedi ei dargedu yn effeithio ar yr yfwyr trymaf a'r grwpiau sydd mewn perygl, a fyddai, yn ei dro, yn lleihau'r niwed y mae pobl eraill yn ei brofi yn sgil rhywun arall yn yfed.
- Mae Prif Swyddog Meddygol Cymru wedi dangos cefnogaeth i'r canllawiau arfaethedig diweddaraf ar y defnydd o alcohol [31] sydd yn ceisio galluogi'r cyhoedd i wneud dewisiadau gwybodus am y lefelau alcohol sy'n cael eu hyfed dros gyfnod o wythnos. Os cânt eu sefydlu, bydd y canllawiau hyn yn cyfrannu tuag at leihau lefelau peryglus o ddefnyddio alcohol yn y DU ac felly'n lleihau effeithiau negyddol y niwed y mae pobl yn ei brofi o ganlyniad i bobl eraill yn yfed.
- Mewn cydweithrediad â Llywodraeth Cymru, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn datblygu fframwaith ar gyfer rheoli'r economi gyda'r nos yng Nghymru [32], sydd yn ceisio datblygu cynlluniau a strategaethau lleol i fynd i'r afael â throsedd ac anhrefn yn ymwneud â chyffuriau ac alcohol mewn trefi a dinasoedd, yn arbennig i:
  - Ddiogelu unigolion a chymunedau trwy greu amgylchedd diogel ac iach;
  - Mynd i'r afael ag argaeledd alcohol a chyffuriau trwy orfodi rheoliadau trwyddedu; a
  - Mynd i'r afael ag ymddygiad gwrthgymdeithasol, troseddu a'r ofn o droseddu, yn cynnwys ymosodiadau rhywiol, ac aflonyddu a chaethwasiaeth fodern yng nghyd-destun yr economi gyda'r nos.
- Nod Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) (2015) [33] yw gwella lles cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru, tra'n sicrhau iechyd a lles cenedlaethau'r dyfodol. Mae'r Ddeddf wedi sefydlu saith nod lles sydd yn gyfle ar gyfer gwaith cydweithredol ledled Cymru i leihau'r niwed yn sgil defnyddio alcohol.
- Mae Cynllun Strategol Iechyd Cyhoeddus Cymru 2015-2018 [34] wedi rhoi blaenoriaeth i fabwysiadu a gweithredu systemau amlasiantaeth er mwyn cyflawni gwelliannau i iechyd y cyhoedd, sydd yn cynnwys targedu ymddygiad peryglus fel yfed alcohol. Mae'r Cynllun hefyd yn amlinellu'r ffordd y bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio'n gydweithredol gan ddefnyddio ymagwedd systemau i fynd i'r afael ag ACE [18]. Yn ogystal, fel rhan o ymagwedd unedig tuag at wella iechyd, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio mewn cydweithrediad â Chomisiynydd yr Heddlu a Throseddu yn Ne Cymru i dargedu ymyrraeth ac ataliaeth gynnar trwy femorandwm cyd-ddealltwriaeth [35]. Mae hyn yn ymrwymo'r ddau sefydliad i gefnogi pobl a chymunedau trwy:
  - Gydweithio ar atebion holistaidd i fynd i'r afael â'r achosion sylfaenol y tu ôl i weithgaredd troseddol a salwch, yn cynnwys materion iechyd meddwl, camddefnyddio sylweddau a phlentyndod anodd; a,
  - Chydweithio i gefnogi unigolion, teuluoedd a chymunedau sydd wedi, neu y gallai gael eu heffeithio gan weithgaredd troseddol a chydnabod y gall gweithgaredd troseddol a salwch unigolion effeithio ar ansawdd bywyd y rheiny o'u hamgylch.
- Mewn cydweithrediad â phartneriaid amrywiol, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi gweithredu ymgyrch 'Mynnwch Air' [36], sydd yn ceisio ysgogi a chefnogi gweithwyr proffesiynol ac ymarferwyr ar draws y sectorau iechyd, cymdeithasol, troseddol a'r trydydd sector i gyflwyno ymyriadau byr ar alcohol.

4. Cyfeiriadau

1. Jones L, Bellis MA. 2014. Updating England specific alcohol-attributable fractions. Lerpwl: Sefydliad Iechyd y Cyhoedd, Prifysgol John Moores Lerpwl. http://www.cph.org. uk/publication/updating-england-specificalcohol-attributable-fractions/ (defnyddiwyd 24 Awst 2015).

2. Sefydliad Iechyd y Byd. 2014. Global status report on alcohol and health 2014. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/en/ (defnyddiwyd 05 Tachwedd 2015).

3. Laslett AM, Callinan S, Mugavin J, et al. 2015. Beyond the drinker: Longitudinal patterns in alcohol's harm to others. Canberra: Foundation for Alcohol Research and Education. http://www.fare.org.au/2015/03/beyond-the-drinkerlongitudinal-patterns-in-alcohols-harm-toothers/ (defnyddiwyd 05 Tachwedd 2015).

4. Laslett AM, Room R, Ferris J, et al. 2011. Surveying the range and magnitude of alcohol's harm to others in Australia. Addiction, 106:1603-11.

5. Hope A, Curran J, Bell, G. et al. 2013. Unrecognised and under-reported: the impact of alcohol on people other than the drinker in Scotland. Glasgow, Scotland: Alcohol Focus Scotland.

6. Hope, A. 2014. Alcohol's harm to others in Ireland. Dulun: Health Service Executive.

7. Bellis MA, Quigg Z, Hughes K, et al. 2015. Harms from other people's drinking: an international survey of their occurrence, impacts on feeling safe and legislation relating to their control. British Medical Journal Open 5:e0101 12.

8. Caswell S, You RQ, Huckle T. 2011. Alcohol's harm to others: reduced wellbeing and health status for those with heavy drinkers in their lives. Addiction, 106:1087-94.

9. Greenfield TK, Karriker-Jaffe KJ, Giesbrecht N, et al. 2014. Second-hand drinking may increase support for alcohol policies: new results from the 2010 National Alcohol Survey. Drug and Alcohol Review, 33:259-67.

10. Sefydliad Iechyd y Byd. 2010. Global strategy to reduce the harmful use of alcohol. Genefa, Y Swistir: Sefydliad Iechyd y Byd.

11. Gell L, Ally A, Buykx P, et al. 2015. An Institute of Alcohol Studies Report: Alcohol harms to others. Ysgol Iechyd ac Ymchwil Berthnasol Prifysgol Sheffield (ScHARR) http://www.ias.org.uk/uploads/pdf/IAS%20reports/rp18072015.pdf (defnyddiwyd 06 Tachwedd 2015).

12. Bellis MA, Hughes K, Hughes S, et al. 2006. Policy briefing: Interpersonal violence and alcohol. Genefa: Sefydliad Iechyd y Byd. http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/factsheets/en/ (defnyddiwyd 05 Tachwedd 2015).

13. Stevenson RJ, Lind B, Weatherburn D. 1999. Property damage and public disorder: their relationship with sales of alcohol in New South Wales, Australia. Drug and Alcohol Dependence, 54:163-70.

14. Waller PF. 2003. Alcohol effects on motor vehicle crash injury. Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 27:695-703.

15. Riley EP, Infante MA, Warren KR. 2011. Fetal alcohol spectrum disorders: an overview. Neuropsychology Review, 21:73-80

16. Casswell S, Quan You R, Huckle T. 2011. Alcohol's harm to others: reduced wellbeing and health status for those with heavy drinkers in their lives. Addiction, 106: 1087-94.

17. Flatley J. 2015. Pennod 5-Violent Crime and Sexual Offences - Alcohol-Related Violence. Canfyddiadau o Arolwg o Droseddau 2013/14 ar gyfer Cymru a Lloegr a throseddau a gofnodwyd gan yr heddlu yn ystod yr un cyfnod ar droseddau treisgar a rhywiol http://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/compendium/focusonviolentcrimeandsexualoffences/2015-02-12/chapter5violentcrimeandsexualoffencesalcoholrelatedviolence (defnyddiwyd 06 Tachwedd 2015).

18. Bellis MA, Ashton K, Hughes K, et al. 2016. Adverse Childhood Experiences and their impact on health harming behaviors in the Welsh Adult population. Caerdydd: Iechyd Cyhoeddus Cymru / Lerpwl: Sefydliad Iechyd y Cyhoedd, Prifysgol John Moores Lerpwl. http://www2.nphs.walesnhs.uk:8080/PRIDDocs. nsf/7c21215d6d0c613e80256f490030c05a/d488a3852491bc1d80257f370038919e/$FILE/ACE%20Report%20FINAL%20(E).pdf (defnyddiwyd 15 Chwefror 2016).

19. Karriker-Jaffe KJ, Greenfield TK. 2014. Gender differences in associations of neighbourhood disadvantage with alcohol's harms to others: a cross-sectional study from the United States. Drug and Alcohol Review, 33:296-303.

20. Rossow I, Hauge R. 2004. Who pays for the drinking? Characteristics of the extent and distribution of social harms from others' drinking. Addiction, 99:1094-1102.

21. Huhtanen P, Tigerstedt C. 2012. Women and young adults suffer most from other people's drinking. Drug and Alcohol Review, 31:841-6.

22. Shield KD, Rylett MJ, Gmel G, et al. 2013. Rhan 1. Trends in alcohol consumption and alcoholattributable mortality in the EU in 2010. In: Swyddfa Ranbarthol Ewrop Sefydliad Iechyd y Byd, gol. Status report on alcohol and health in 35 European countries. Copenhagen: Sefydliad Rhanbarthol Ewrop WHO 3-14.

23. Laslett AM, Catalano P, Chikritzhs T, et al. 2010. The range and magnitude of alcohol's harm to others. Fitzroy, Victoria: AER Centre for Alcohol Policy Research, Turning Point Alcohol and Drug Centre, Eastern Health. http://www.fare.org.au/wp-content/uploads/ research/The-Range-and-Magnitude-of- Alcohols-Harm-to-Others.pdf (defnyddiwyd 9 Mehefin 2016).

24. Llywodraeth EM, 2012. The Government's Alcohol Strategy. Llundain: Y Llyfrfa.

25. Anda RF, Whitfield CL, Felitti VJ, et al. 2002. Adverse Childhood Experiences, Alcoholic Parents, and Later Risk of Alcoholism and Depression. Psychiatric Services, 53:1001-09.

26. Llywodraeth Cymru. 2014. http://gov.wales/ statistics-and-research/welsh-index-multipledeprivation/? lang=en (defnyddiwyd 9 Mehefin 2016).

27. Kahn M, Fridenson S, Lerer R, et al. 2014. Effects of one night of induced night-wakings versus sleep restriction on sustained attention and mood: a pilot study. Sleep Medicine, 15:825-32.

28. Meng Y, Sadler S, Gell L, et al. 2014. Modelbased appraisal of minimum unit pricing for alcohol in Wales: An adaptation of the Sheffield Alcohol Policy Model version 3. Sheffield: ScHARR, Prifysgol Sheffield.

29. Llywodraeth Cynulliad Cymru. 2015. Bil Drafft Iechyd y Cyhoedd (Isafswm Pris ar gyfer Alcohol) http://gov.wales/consultations/ healthsocialcare/ alcohol/?status=closed &lang=en (defnyddiwyd 15 Chwefror 2016).

30. Llywodraeth Cynulliad Cymru. 2008. Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Y Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau ar gyfer Cymru 2008-2018. Llywodraeth Cynulliad Cymru: Caerdydd.

31. Yr Adran Iechyd. 2016. UK Chief Medical Officers' Alcohol Guidelines Review: Summary of the proposed new guidelines https://www.gov.uk/government/uploads/ system/uploads/attachment_data/file/489795/ summary.pdf (defnyddiwyd 15 Chwefror 2016).

32. Llywodraeth Cynulliad Cymru. 2015. Ymgynghoriad: Fframwaith ar gyfer Rheoli Economi'r Nos yng Nghymru. http://gov. wales/consultations/healthsocialcare/ framework/?status=open&lang=en (defnyddiwyd 15 Chwefror 2016).

33. Llywodraeth Cymru. 2015. Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru). http://gov.wales/topics/people-and-communities/people/ futuregenerations-bill/?lang=en (defnyddiwyd 15 Chwefror 2016).

34. Iechyd Cyhoeddus Cymru. 2015. Creu Cymru Iachach, Hapusach a Thecach i bawb. Cyflwyno Cynllun Strategol Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gyfer 2015-2018. http://www. wales.nhs.uk/sitesplus/888/ page/82750 (defnyddiwyd 15 Chwefror 2016).

35. Prif Gwnstable Heddlu De Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru. 2015. Memorandwm Cyd-ddealltwriaeth rhwng Comisiynydd yr Heddlu a Throseddu ar gyfer De Cymru.

36. Rhaglen 'Mynnwch Air' Iechyd Cyhoeddus Cymru http://www.haveaword.org.uk/Home. aspx (defnyddiwyd 9 Mehefin 2016).

37. Bellis M, Hughes K, Jones L, et al. 2015. Holidays, celebrations and commiserations: measuring drinking during feasting and fasting to improve national and individual estimates of alcohol consumption. BMC Medicine. 13.113.

Atodiad 1: Dulliau

Sampl dylunio, dethol a recriwtio cyfranogwyr

Cafodd arolwg trawstoriadol o oedolion (18 oed ac yn hŷn) oedd yn preswylio yng Nghymru ei roi ar waith rhwng Mehefin a Medi 2015. Cynhaliwyd yr arolwg gan dîm ymchwil dros y ffôn mewnol wedi ei leoli yng Nghanolfan Iechyd y Cyhoedd Prifysgol John Moores Lerpwl (LJMU). Mae SIC yn gweithredu system ddeialu sy'n defnyddio rhifau ffôn tirlinell a brynwyd (gan ddarparwr masnachol) ac algorithm galw er mwyn sicrhau bod rhifau ffôn yn cael eu dewis ar hap ac fe'u gelwir isafswm o saith gwaith yn ystod diwrnodau/amserau gwahanol o'r dydd er mwyn cynyddu'r tebygolrwydd o wneud cyswllt. Mae'r deialwr yn hidlo'r holl rifau lle na chafwyd ateb, tôn brysur a rhifau anghywir yn ogystal â thua 80% o beiriannau ateb, gyda'r galwadau'n cael eu trosglwyddo i'r ymchwilydd ffôn pan oedd ateb. Gwnaed cais am 22,000 o rifau tirlinell a ddewiswyd ar hap ledled Cymru er mwyn eu cynnwys yn yr astudiaeth. Cynhaliwyd yr arolwg bob wythnos o ddydd Llun i ddydd Gwener, rhwng 9.30am a 8pm. Cwblhaodd ymchwilwyr y ganolfan alwadau broses sgrinio gychwynnol, oedd yn cynnwys cyflwyno eu hunain i'r ymatebydd a gofyn a oeddent yn 18 oed neu'n hŷn ac yn preswylio ar yr aelwyd. Os oeddent, gwahoddwyd yr ymatebydd i gymryd rhan yn yr arolwg (gan ddilyn script fanwl – gweler yr adran foeseg). Os nad oeddent, gofynnwyd iddynt a oedd rhywun arall yn preswylio yno oedd yn 18 oed ac yn hŷn, ac yn dymuno cymryd rhan yn yr arolwg, ac os felly, roedd y script yn cael ei hailadrodd i'r ymatebydd nesaf oedd ar gael.

Holiadur

Er mwyn archwilio niwed yn sgil pobl eraill yn yfed alcohol, cafodd arolwg neilltuol ei ddatblygu gan y tîm ymchwil yn defnyddio astudiaethau tebyg i ddefnyddwyr rhywle arall. Nod yr arolwg oedd archwilio nifer yr achosion o niwed yn sgil pobl eraill yn yfed yn seiliedig ar 19 categori niwed (Tabl 1), y berthynas (e.e. partner) â'r rheiny sy'n achosi'r niwed, ac amlder y niwed a brofwyd, dros y 12 mis diwethaf. Yn ogystal, roedd yn dangos demograffeg y cyfranogwyr (h.y. oed, rhyw, statws perthynas, statws cyflogaeth, grŵp ethnig, addysg, plant sy'n byw ar yr aelwyd) a lefelau alcohol personol. Amcangyfrifwyd y byddai'r arolwg yn parhau am 15 munud.

Cyfradd ymateb, cydymffurfio a nodweddion y sampl

No Gosodwyd maint sampl targed o 1,000 o ymatebion[10]. Roedd rhifau dim ateb, ceisiadau galw'n ôl a pheiriannau ateb yn cael eu galw nes bod ymatebydd yn rhoi ateb o ie (n =1,080) neu na (n =5,307) i gymryd rhan yn yr arolwg. Cafodd naw ymatebydd eu hepgor am na wnaethant roi unrhyw wybodaeth am niwed, gan adael sampl terfynol o 1,071 (cyfradd ymateb, 16.8%). Mae nodweddion y sampl wedi eu nodi yn Nhabl i.

10 Amcangyfrifodd y cyfrifydd maint sampl isafswm maint sampl o 664 (yn seiliedig ar le o 5% ar gyfer camgymeriadau, cyfwng hyder o 99%, maint poblogaeth o 3,082,412 a chyfradd ddosbarthu o 50%). (http://www.raosoft.com/samplesize.html).

Cydsynio gwybodus a chymeradwyaeth foesegol

Ceisiwyd cydsynio gwybodus ar gyfer cyfranogiad yn yr astudiaeth yn y man cyswllt. Roedd y person oedd yn cyfweld yn rhoi trosolwg clir a chryno o resymeg a methodoleg yr astudiaeth. Gwnaed hi'n glir bod cymryd rhan yn gwbl wirfoddol a bod y cyfranogwyr yn rhydd i dynnu allan o'r astudiaeth unrhyw bryd yn ystod y cyfweliad heb roi unrhyw reswm. Pwysleisiwyd hefyd y byddai'r holl ganlyniadau yn ddienw ac yn cael eu cadw'n gyfrinachol. Am nad yw methodoleg yr arolwg dros y ffôn yn rhoi gwybodaeth am gyfeiriad i'r ymchwilwyr, nid oedd yn bosibl i lythyr gael ei anfon allan cyn cymryd rhan, nac i daflen wybodaeth i gyfranogwyr gael ei darparu i unigolion. Er mwyn mynd i'r afael â hyn, roedd y sgript agoriadol yn esbonio'n glir diben yr arolwg, ei natur wirfoddol, gyfrinachol a dienw, a'r hyn y byddai'n ei olygu. Yn ogystal, rhoddwyd cyfeiriad gwe i'r cyfranogwyr yn rhoi manylion llawn yr astudiaeth ac asiantaethau cymorth perthnasol, a allai hefyd gael eu darllen allan i'r cyfranogwyr ar lafar yn ystod yr alwad yn ôl y galw. Os nad oedd yr ymatebydd yn dymuno cymryd rhan yn yr arolwg, neu os nad oedd unrhyw un ar yr aelwyd o fewn yr ystod oedran, byddent yn cael eu hysbysu y byddai eu rhif yn cael ei ddileu o'r system ac na fyddent yn eu galw eto. Gallai'r cyfweliadau gael eu cynnal yn Gymraeg neu yn Saesneg: ni ddewisodd unrhyw gyfranogwyr gynnal yr arolwg yn Gymraeg. Cyn dechrau'r astudiaeth, cafwyd cymeradwyaeth foesegol gan Bwyllgor Moeseg Ymchwil LJMU a chafwyd Caniatâd Ymchwil GIG gan Swyddfa Ymchwil a Datblygu Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Casglu, glanhau a dadansoddi data

Cynhaliwyd gwiriadau ansawdd ar ddetholiad o gyfweliadau yn wythnosol. Casglwyd data mewn cronfa ddata Mynediad a'i drosglwyddo i'r Pecyn Ystadegol ar gyfer y Gwyddorau Cymdeithasol (SPSS) v21 ar gyfer glanhau, codio a dadansoddi data. Lle y bo'n berthnasol, er mwyn sicrhau bod y canfyddiadau yn cynrychioli poblogaeth Cymru, cyn ei ddadansoddi, cafodd y data ei bwysoli i gynrychioli oed, rhyw ac amddifadedd y boblogaeth gyffredinol[11], gan ddefnyddio amcangyfrifon poblogaeth 2013 [26]. Defnyddiodd y dadansoddiadau chi sgwâr i archwilio'r gwahaniaethau yn y profiad o unrhyw niwed a niwed unigol[12] rhwng categorïau demograffig cymdeithasol. Yna defnyddiwyd technegau atchweliad logisteg ddeuaidd (gan ddefnyddio dull amodol am yn ôl) i archwilio'r cysylltiad rhwng yr holl amrywiadau[13] esboniadol (unrhyw niwed a phob niwed unigol). Mae'r canfyddiadau yn cynrychioli cysylltiad yn unig ac nid ydynt yn awgrymu achos ar ben ei hun. Yn ogystal, er ein bod wedi gallu addasu ar gyfer amrywiadau demograffig cymdeithasol, gall fod dryswyr heb eu mesur sydd heb gael eu hystyried yn y dadansoddiad hwn. Roedd yr holl brofion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli.

11 Mae pwysoli yn cywiro ar gyfer gwahaniaethau demograffig rhwng sampl a'r boblogaeth y mae'n bwriadu ei chynrychioli. Ei nod yw lleihau bias mewn amcangyfrifon a gynhyrchwyd o set ddata y gellir ei chyflwyno trwy ddim ymateb neu weithdrefnau samplu.

12 Ni chynhaliwyd is-ddadansoddiadau ar ddau niwed (niwed rhywiol a symud cartref) oherwydd niferoedd isel (h.y. n<30).

13 Grŵp oedran; rhyw; amddifadedd ardal; math o ardal (h.y. gwledig/trefol); statws perthynas; statws cyflogaeth; statws addysg; aelwydydd gyda/heb blant; a defnydd personol o alcohol.

Cyfyngiadau'r astudiaeth

Er i rifau ffôn gael eu dewis ar hap i gael eu cynnwys yn yr astudiaeth, ni wnaethom geisio creu sampl gynrychioliadol o boblogaeth Cymru, ond yn lle hynny defnyddiwyd amcangyfrifon poblogaeth cenedlaethol canol 2013 i bwysoli ymatebion i boblogaeth Cymru yn seiliedig ar oed, rhyw ac amddifadedd ardal [26]. Cyfradd ymateb y cyfranogwyr oedd 16.8%. Mae arolygon ffôn tebyg wedi cael cyfraddau ymateb amrywiol (e.e. Lloegr, 23.3% [37]; Seland Newydd, 64% [8]). Lle y bo'n bosibl, mae'r dadansoddiadau a gyflwynwyd o ddata wedi ei bwysoli i adlewyrchu poblogaeth Cymru (h.y. dadansoddiadau yn cwmpasu oed, rhyw a math o ardal a lefel amddifadedd).

Mae dadansoddiadau o amlder niwed a brofwyd a'r berthynas rhwng y person sy'n achosi'r niwed ac yn profi'r niwed yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli oherwydd, ar y lefel hon, nid oeddem yn gallu addasu'n rhesymol i lefelau'r boblogaeth. Yn yr un modd ag astudiaethau arolygon eraill dros y ffôn, mae'n debygol bod ein hastudiaeth wedi methu rhannau penodol o'r boblogaeth sydd heb fynediad i (e.e. pobl ddigartref, y rheiny sydd wedi cael eu carcharu) neu sy'n defnyddio ffonau tirlinell yn aml (e.e. pobl ifanc). Yn ogystal, yn debyg i astudiaethau eraill, roedd ein hastudiaeth wedi ei gyfyngu gan y gallu i adalw ac felly roedd posibilrwydd i hepgor rhai profiadau o niwed alcohol i eraill. Fe wnaeth y rhan fwyaf o'r holl unigolion a gwblhaodd yr arolwg yr holl gwestiynau niwed i eraill.

Tabl i: Nodweddion sampl

		n	%
Grŵp oedran (blynyddoedd)	18-34	147	13.7
	35-44	155	14.5
	45-54	176	16.4
	55-64	220	20.5
	65-74	222	20.7
	75+	151	14.1
Rhyw*	Benywaidd	656	61.5
	Gwrywaidd	411	38.5
Dosbarthiad trefol/gwledig†	Trefol	552	61.7
	Gwledig	343	38.3
Statws perthynas‡	Priod	537	53.1
	Cyd-fyw	124	12.3
	Gweddw/wedi gwahanu/ysgaru	189	18.7
	Sengl	162	16.0
Ethnigrwydd§	Gwyn	988	97.2
	Arall	28	2.8
Cyflogedig‖	Ie	453	44.5
Plant yn byw ar yr aelwyd	Oes	301	28.1

* Ni chafodd rhyw ei gofnodi ar gyfer pedwar cyfranogwr. † Ni allai dosbarthiad trefol/gwledig gael ei neilltuo i 176 o'r cyfranogwyr. ‡ Ni chafodd statws perthynas ei gofnodi ar gyfer 59 o'r cyfranogwyr. § Ni chafodd ethnigrwydd ei gofnodi ar gyfer 59 o'r cyfranogwyr. ‖Ni chafodd statws cyflogaeth ei gofnodi ar gyfer 54 o'r cyfranogwyr.

Atodiad 2: Tablau data

Tabl ii: Nifer, cyfran (%) a chyfradd grai (fesul 1,000 o'r boblogaeth) o unigolion sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol yn y 12 mis diwethaf yn ôl math o niwed

	Data Sampl			Data wedi ei addasu yn ôl poblogaeth**		
Niwed*	n	%	Cyfradd/1,000	n	%	Cyfradd/1,000
Dadl ddifrifol	153	14.3	142.9	497161	20.3	203
Wedi eu bygwth yn gorfforol	120	11.2	112.0	433392	17.7	177
Esgeulustod emosiynol	119	11.1	111.1	423097	17.3	173
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	33	3.1	30.8	135704	5.5	55
Anafwyd yn ddamweiniol	34	3.2	31.7	159369	6.5	65
Yfed a gyrru	30	2.8	28.0	64214	2.6	26
Niwed rhywiol	10	0.9	9.3	42953	1.8	18
Teimlo'n bryderus	244	22.8	227.8	714498	29.2	292
Niwed i eiddo	62	5.8	57.9	264268	10.8	108
Mater gwariant	61	5.7	57.0	203898	8.3	83
Pryder am blentyn	53	4.9	49.5	131337	5.4	54
Baich gofal	42	3.9	39.2	152217	6.2	62
Siomedigaeth	136	12.7	127.0	471033	19.2	192
Amharu ar gwsg	266	24.8	248.4	709530	29.0	290
Yfed i ymdopi	31	2.9	28.9	152035	6.2	62
Dod â chyswllt i ben	103	9.6	96.2	378632	15.5	155
Symud cartref	16	1.5	14.9	84574	3.5	35
Cyswllt â'r heddlu	83	7.7	77.5	264775	10.8	108
Niwed arall	124	11.6	115.8	390490	16.0	160
Unrhyw niwed	535	50.0	499.5	1460151	59.7	597

* Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed. ** Cafodd y data ei bwysoli i gynrychioli oed, rhyw ac amddifadedd y boblogaeth yn gyffredinol, gan ddefnyddio amcangyfrifon poblogaeth 2013 [26].

Tabl iii: Cyfran (%) yr oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed, grŵp oedran a rhyw*

	Grŵp oedran (blynyddoedd)							Rhyw		
Niwed**	18-34	35-44	45-54	55-64	65-74	75+	p***	Menywod	Dynion	p***
Dadl ddifrifol	26.7%	36.1%	25.2%	12.0%	8.6%	1.2%	<0.001	16.4%	24.5%	ns
Wedi eu bygwth yn gorfforol	30.5%	27.2%	16.9%	6.8%	8.1%	1.4%	<0.001	13.3%	22.3%	ns
Esgeulustod emosiynol	17.3%	28.0%	27.4%	12.6%	10.5%	1.2%	<0.01	17.3%	17.3%	<0.05
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	12.0%	4.7%	2.0%	3.8%	4.3%	0.2%	<0.01	5.6%	5.5%	ns
Anafwyd yn ddamweiniol	9.4%	20.8%	1.0%	1.1%	3.3%	0.2%	<0.001	4.2%	9.0%	ns
Yfed a gyrru	1.4%	2.8%	5.2%	4.9%	0.8%	0.3%	ns	2.4%	2.8%	ns
Teimlo'n bryderus	31.1%	47.9%	36.0%	17.2%	18.1%	18.7%	<0.001	27.7%	30.9%	ns
Niwed i eiddo	18.6%	8.7%	13.0%	10.2%	3.6%	0.3%	<0.01	9.0%	12.7%	ns
Mater gwariant	8.4%	22.0%	4.3%	8.0%	4.8%	0.6%	ns	5.8%	11.1%	ns
Pryder am blentyn	6.7%	6.3%	7.8%	5.5%	1.5%	1.5%	ns	5.8%	4.9%	ns
Baich gofal	3.3%	18.5%	7.0%	5.4%	2.3%	1.4%	ns	4.5%	8.1%	ns
Siomedigaeth	20.0%	42.2%	24.4%	12.2%	3.8%	6.7%	<0.001	18.8%	19.8%	ns
Amharu ar gwsg	34.3%	30.6%	21.4%	35.0%	24.7%	23.8%	<0.001	28.7%	29.6%	ns
Yfed i ymdopi	4.6%	19.6%	6.5%	2.2%	3.0%	0.9%	<0.05	3.4%	9.2%	ns
Dod â chyswllt i ben	17.3%	22.7%	28.4%	7.7%	6.1%	2.8%	<0.001	14.0%	17.1%	ns
Cyswllt â'r heddlu	15.3%	16.9%	8.2%	10.2%	7.2%	1.1%	ns	8.6%	13.2%	ns
Niwed arall	21.8%	25.8%	13.7%	12.1%	11.5%	2.6%	ns	14.7%	17.3%	ns
Unrhyw niwed	70.4%	75.0%	66.2%	52.6%	45.0%	29.6%	<0.001	56.1%	63.4%	ns

* Ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth. ** Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed.
*** Mae profion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli. ns = ddim yn arwyddocaol.

Tabl iv: Cyfran (%) yr oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed, lefel amddifadedd ardal a math o ardal*

	Grŵp oedran (blynyddoedd)				Rhyw		
Niwed**	1 (mwyaf difreintiedig)	2	3 (lleiaf difreintiedig)	p***	Trefol	Gwledig	p***
Dadl ddifrifol	20.4%	26.1%	17.1%	ns	20.1%	21.0%	ns
Wedi eu bygwth yn gorfforol	16.8%	21.9%	16.4%	ns	18.2%	16.3%	ns
Esgeulustod emosiynol	19.4%	22.3%	12.3%	<0.05	16.4%	19.9%	ns
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	5.6%	3.1%	6.8%	ns	4.8%	7.7%	ns
Anafwyd yn ddamweiniol	6.9%	11.2%	3.6%	ns	7.0%	5.1%	ns
Yfed a gyrru	1.0%	4.1%	3.5%	ns	2.6%	2.7%	ns
Teimlo'n bryderus	31.3%	33.3%	24.9%	ns	31.2%	23.8%	ns
Niwed i eiddo	12.1%	11.1%	9.3%	<0.01	10.0%	13.1%	ns
Mater gwariant	4.5%	13.8%	9.5%	ns	7.7%	10.2%	ns
Pryder am blentyn	4.6%	6.0%	5.9%	ns	4.2%	8.6%	ns
Baich gofal	6.4%	11.0%	3.5%	ns	7.9%	1.6%	ns
Siomedigaeth	20.1%	20.7%	17.7%	ns	19.6%	18.5%	ns
Amharu ar gwsg	35.9%	20.8%	26.4%	<0.05	32.9%	18.6%	<0.05
Yfed i ymdopi	5.3%	10.4%	5.0%	ns	7.2%	3.4%	ns
Dod â chyswllt i ben	17.2%	24.1%	9.0%	<0.01	16.7%	12.0%	ns
Cyswllt â'r heddlu	7.4%	21.0%	8.9%	<0.05	10.8%	10.9%	ns
Niwed arall	16.0%	19.8%	13.8%	ns	15.4%	17.5%	ns
Unrhyw niwed	63.0%	59.5%	56.2%	ns	63.2%	49.7%	ns

* Ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth. ** Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed.
*** Mae'r profion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli. ns = ddim yn arwyddocaol.

Tabl v: Cyfran (%) cyfranogwyr yr arolwg sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed, lefel addysg a statws cyflogaeth*

	Lefel addysg						Statws cyflogaeth		
Niwed**	Lefel gradd neu'n uwch	Safon uwch/ BTEC	TGAU/ lefel O	Cymwysterau eraill	Dim cymwysterau ffurfiol	P***	Di-waith	Cyflogedig ****	P***
Dadl ddifrifol	16.5%	13.5%	11.5%	8.5%	13.3%	ns	12.2%	16.3%	ns
Wedi dioddef bygythiad corfforol	14.6%	11.7%	7.9%	8.5%	5.3%	<0.05	9.9%	12.8%	ns
Esgeulustod emosiynol	13.0%	12.0%	9.4%	4.3%	8.8%	ns	11.5%	10.8%	ns
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	2.8%	3.5%	3.6%	2.1%	3.5%	ns	3.5%	2.6%	ns
Anafwyd yn ddamweiniol	2.5%	3.8%	4.3%	2.1%	1.8%	ns	2.3%	4.2%	ns
Yfed a gyrru	3.0%	3.8%	1.4%	0.0%	2.7%	ns	2.5%	3.3%	ns
Teimlo'n bryderus	30.7%	21.6%	13.7%	10.6%	19.5%	<0.001	21.1%	24.9%	ns
Niwed i eiddo	6.6%	6.7%	4.3%	2.1%	4.4%	ns	4.8%	7.1%	ns
Mater gwariant	6.4%	6.1%	3.6%	0.0%	5.3%	ns	5.2%	6.2%	ns
Pryder am blentyn	6.4%	6.1%	2.2%	4.3%	2.7%	ns	4.4%	6.0%	ns
Baich gofal	3.6%	4.4%	5.0%	0.0%	2.7%	ns	3.7%	3.8%	ns
Siomedigaeth	16.3%	12.4%	8.6%	4.3%	8.8%	<0.05	10.7%	15.1%	<0.05
Amharu ar gwsg	26.2%	26.3%	20.9%	21.3%	23.9%	ns	24.2%	26.4%	ns
Yfed i ymdopi	2.5%	4.4%	1.4%	0.0%	4.4%	ns	2.7%	3.5%	ns
Dod â chyswllt i ben	12.4%	8.2%	7.9%	10.6%	7.1%	ns	9.6%	9.8%	ns
Cyswllt â'r heddlu	10.2%	7.9%	7.2%	4.3%	4.4%	ns	7.1%	9.1%	ns
Niwed arall	13.8%	11.7%	10.1%	8.5%	8.8%	ns	10.8%	13.2%	ns
Unrhyw niwed	55.1%	51.8%	44.6%	42.6%	38.9%	<0.05	46.5%	55.0%	<0.01

* Ffigurau heb eu haddasu. **Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed.
*** Mae'r profion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli.
**** Amser llawn, rhan-amser neu hunangyflogedig. ns = ddim yn arwyddocaol.

Tabl vi: Cyfran (%) cyfranogwyr yr arolwg sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed, statws perthynas a phlant yn byw ar yr aelwyd*

	Statws perthynas					Plant yn byw ar yr aelwyd		
Niwed**	Wedi priodi	Cyd-fyw	Gweddw/ wedi gwahanu/ ysgaru	Sengl	P***	Dim	Un neu fwy	P***
Dadl ddifrifol	11.9%	15.3%	14.3%	19.8%	ns	12.9%	17.9%	<0.05
Wedi dioddef bygythiad corfforol	9.1%	15.3%	7.4%	19.1%	<0.01	9.0%	16.9%	<0.001
Esgeulustod emosiynol	10.8%	12.1%	12.2%	11.1%	ns	9.8%	14.6%	<0.05
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	1.9%	5.6%	3.7%	4.3%	ns	2.3%	5.0%	<0.05
Anafwyd yn ddamweiniol	2.6%	3.2%	1.6%	6.8%	<0.05	2.1%	6.0%	<0.01
Yfed a gyrru	2.6%	4.1%	2.1%	3.7%	ns	2.3%	4.0%	ns
Teimlo'n bryderus	20.9%	25.0%	21.7%	29.8%	ns	21.7%	25.9%	ns
Niwed i eiddo	4.8%	7.3%	5.3%	8.1%	ns	5.1%	7.6%	ns
Mater gwariant	4.5%	7.3%	7.9%	5.6%	ns	5.2%	7.0%	ns
Pryder am blentyn	4.5%	8.9%	4.2%	5.6%	ns	3.9%	7.6%	<0.05
Baich gofal	3.2%	2.4%	4.8%	5.6%	ns	3.9%	4.0%	ns
Siomedigaeth	11.6%	15.4%	11.1%	15.6%	ns	10.3%	19.1%	<0.001
Amharu ar gwsg	23.7%	31.7%	21.8%	29.2%	ns	23.6%	28.5%	ns
Yfed i ymdopi	2.2%	2.4%	2.1%	6.8%	<0.05	2.1%	5.0%	<0.05
Dod â chyswllt i ben	8.8%	6.5%	9.5%	15.4%	<0.05	8.6%	12.4%	ns
Cyswllt â'r heddlu	7.1%	11.5%	6.9%	9.3%	ns	7.0%	9.7%	ns
Niwed arall	9.3%	16.9%	11.6%	17.3%	<0.05	11.6%	11.6%	ns
Unrhyw niwed	49.2%	53.2%	44.4%	58.6%	ns	47.0%	57.5%	<0.01

* Ffigurau heb eu haddasu. **Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed.
*** Mae'r profion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli. ns = ddim yn arwyddocaol.

Tabl vii: Cyfran (%) y cyfranogwyr sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf, yn ôl math o niwed a defnydd personol o alcohol*

	Goryfed mewn pyliau yn rheolaidd***		
Niwed**	Na	Ie	P****
Dadl ddifrifol	12.3%	26.1%	<0.001
Wedi dioddef bygythiad corfforol	10.2%	17.2%	<0.05
Esgeulustod emosiynol	10.9%	12.7%	ns
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	2.7%	5.1%	ns
Anafwyd yn ddamweiniol	2.3%	7.6%	<0.001
Yfed a gyrru	2.8%	3.8%	ns
Niwed rhywiol	0.6%	3.2%	<0.01
Teimlo'n bryderus	21.6%	28.7%	ns
Niwed i eiddo	5.2%	8.3%	ns
Mater gwariant	5.0%	9.6%	<0.05
Pryder am blentyn	4.9%	6.4%	ns
Baich gofal	3.8%	5.1%	ns
Siomedigaeth	11.4%	19.1%	<0.01
Amharu ar gwsg	24.2%	28.7%	ns
Yfed i ymdopi	1.7%	9.6%	<0.001
Dod â chyswllt i ben	9.2%	12.1%	ns
Symud cartref	1.3%	2.5%	ns
Cyswllt â'r heddlu	7.7%	8.3%	ns
Niwed arall	11.7%	12.1%	ns
Unrhyw niwed	47.8%	62.4%	<0.01

* Ffigurau heb eu haddasu. ** Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed.
*** Wedi yfed chwech neu fwy o ddiodydd alcoholig ar un achlysur yn fisol o leiaf yn y 12 mis diwethaf.
**** Mae'r profion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli. ns = ddim yn arwyddocaol.

Tabl viii: Amrywiadau arwyddocaol* *(a chymarebau tebygolrwydd wedi eu haddasu)* o atchweliadau logistaidd deuaidd o oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol o leiaf unwaith yn y 12 mis diwethaf

Niwed**	Grŵp oedran	Rhyw	Goryfed mewn pyliau yn rheolaidd***	Plant gartref	Math o ardal	Statws perthynas	Lefel amddifadedd ardal****
Dadl ddifrifol	18-34 (3.87), 35-44 (4.09), 45-54 (3.23)		Ie (2.02)				
Wedi dioddef bygythiad corfforol	18-34 (8.76), 35-44 (6.90), 45-54 (4.19)	Gwrywaidd (1.58)					
Esgeulustod emosiynol	18-34 (5.05), 35-44 (5.69), 45-54 (3.91)				Trefol (0.61)		
Wedi dioddef ymosodiad corfforol	18-34 (8.15)						Lefel ganolig (1.11)
Anafwyd yn ddamweiniol	18-34 (11.52)						
Teimlo'n bryderus	18-34 (2.73), 35-44 (2.44), 45-54 (2.48)						
Niwed i eiddo	18-34 (6.23)						
Mater gwariant	18-34 (8.76), 35-44 (5.86), 45-54 (7.51)					Sengl (2.83)	
Pryder am blentyn				Ie (1.92)			
Siomedigaeth	18-34 (3.44), 35-44 (5.13), 45-54 (3.14)						
Cael eu cadw'n effro	18-34 (3.40), 35-44 (3.73), 45-54 (2.94), 55-64 (2.37), 65-74 (2.12)				Trefol (1.47)		
Yfed i ymdopi			Do (6.84)				
Dod â chyswllt i ben	45-54 (2.42)						
Unrhyw niwed	18-34 (4.14), 35-44 (3.91), 45-54 (3.83), 55-64 (1.82), 65-74 (1.80)						

* Mae'r profion ystadegol yn seiliedig ar ddata heb ei bwysoli. Dim ond categorïau arwyddocaol o fewn amrywiadau sy'n cael eu dangos. ** Gweler tabl 1 am ddisgrifiad o bob categori niwed. *** Wedi yfed chwe diod alcoholig neu fwy ar un achlysur yn fisol o leiaf yn y 12 mis diwethaf **** Tri chategori: 1 = mwyaf difreintiedig; 2 = amddifadedd lefel ganolig; 3 = lleiaf difreintiedig. Categorïau cyfeirio: grŵp oedran = 75 a mwy; rhyw = benywaidd; goryfed mewn pyliau yn rheolaidd = na; plant gartref = na; math o ardal = gwledig; statws perthynas = sengl; lefel amddifadedd ardal = 3 (lleiaf difreintiedig).

Tabl ix: Nifer a chyfran (%) yr oedolion yng Nghymru sydd yn profi niwed yn sgil defnydd pobl eraill o alcohol yn y 12 mis diwethaf, yn ôl y niwed a brofwyd (ffigurau wedi eu haddasu yn ôl poblogaeth)

Faint o niwed a brofwyd	n	%
0	987103	40.3%
1	449494	18.4%
2-3	428736	17.5%
4 neu fwy	581921	23.8%

Atodiad 3: Rhestr geirfa

Cymhareb tebygolrwydd wedi ei addasu (AOR)	Mesur o'r cysylltiad rhwng amrywiad rhagfynegol a'r amrywiad canlyniadol. Mae'n cynrychioli'r tebygolrwydd y bydd y canlyniad yn digwydd oherwydd y cyswllt penodol, o'i gymharu â'r tebygolrwydd o'r canlyniad yn digwydd yn absenoldeb y cyswllt hwnnw ar ôl addasu ar gyfer amrywiadau eraill sy'n dwysáu
Niwed alcohol i eraill	Y niwed a achosir i berson, neu grŵp o bobl, am fod person arall yn yfed alcohol.
Prawf sgwâr chi	Mesur a ddefnyddir i bennu a oes cysylltiad arwyddocaol rhwng dau amrywiad categorïol mewn un boblogaeth
Dryswyr	Mae amrywiad drysu yn gysylltiedig â'r amrywiad canlyniadol, ond nid yw'n amrywiad canolradd yn y llwybr achosol rhwng y rhagfynegydd a'r canlyniad.
Arolwg trawstoriadol	Math o astudiaeth arsylwadol sydd yn cynnwys dadansoddi data a gasglwyd o boblogaeth, neu is-set gynrychioliadol, ar un adeg benodol mewn amser.
Amddifadedd	Mae Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (WIMD) yn rhoi mesur cyffredinol o amddifadedd (yn seiliedig ar saith parth: incwm, cyflogaeth, iechyd ac anabledd, addysg sgiliau a hyfforddiant, rhwystrau rhag cael tai a gwasanaethau eraill, troseddu a'r amgylchedd yr ydym yn byw ynddo) sy'n cael eu profi gan bobl sydd yn byw mewn ardal. Cyfrifir y WIMD ar gyfer bob LSOA yng Nghymru. I neilltuo LSOA i drydedd amddifadedd, cafodd yr LSOA eu didoli o'r mwyaf i'r lleiaf difreintiedig a'u rhannu'n dri chategori amddifadedd cyfartal.
Aelwydydd â phlant	Pob aelwyd yn cynnwys un neu fwy o blant 17 oed ac iau.
Unigolion mewn cyflogaeth	Unigolion sydd wedi eu cyflogi ar sail amser llawn neu ran-amser, neu yn hunangyflogedig.
Atchweliad logistaidd	Techneg i asesu effaith set o ragfynegwyr ar amrywiad deuaidd sydd yn ddibynnol ar gategori.
Ardal cynnyrch ehangach is (LSOA)	Mae LSOA yn hierarchaeth sydd wedi cael ei greu yn awtomatig i fod mor gyson â phosibl o ran maint poblogaeth, gydag isafswm poblogaeth o 1000 a chanolrif o 1500.

Goryfed mewn pyliau yn rheolaidd	Yfed chwe diod alcoholig neu fwy ar un achlysur yn fisol o leiaf yn y 12 mis diwethaf.
Perthynas	Partner – yn byw gyda nhw: *rhywun yr oeddech mewn perthynas â nhw (e.e. gwraig/gŵr, partner) yr oeddech yn byw gyda nhw* Partner – ddim yn byw gyda nhw: *rhywun yr oeddech mewn perthynas â nhw (e.e. gwraig/gŵr, partner) nad oeddech yn byw gyda nhw* Aelod o'r teulu – yn byw gyda nhw: *aelod arall o'r teulu yr oeddech yn byw gyda nhw* Aelod o'r teulu – ddim yn byw gyda nhw: *aelod o'r teulu nad oeddech yn byw gyda nhw* Rhywun arall – yn byw gyda nhw: *rhywun arall yr oeddech yn byw gyda nhw* Ffrind: *ffrind* Cyfarwydd: *rhywun arall yr ydych yn eu hadnabod* Cydweithiwr: *cydweithiwr yn y gwaith* Dieithryn: *dieithryn*
Niwed difrifol	Archwiliodd yr arolwg 19 math o niwed am fod rhywun arall yn yfed. Roedd rhywfaint o niwed* yn cael ei ystyried yn llai difrifol wrth gael ei brofi llai nag unwaith y mis, ac felly'n cael ei gategoreiddio fel niwed nad yw'n ddifrifol wrth gael ei brofi mor aml â hyn. ** Esgeulustod emosiynol, pryder cymdeithasol, siomedigaeth, amharu ar gwsg ac yfed i ymdopi.*
Demograffeg gymdeithasol	Nodweddion o'r sampl ymchwil yn ymwneud e.e ag oed, rhyw, ethnigrwydd a thrydydd amddifadedd.
SPSS	Defnyddiwyd Meddalwedd Dadansoddi Ystadegol Pecyn Ystadegol IBM ar gyfer y Gwyddorau Cymdeithasol(SPSS), fersiwn 21 ar gyfer dadansoddi'r data yn yr adroddiad hwn.
Categoreiddio Trefol-Gwledig	Categoreiddio ystod o unedau ystadegol a gweinyddol ar sail lleoliad ffisegol a nodweddion cysylltiedig.

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

PHI Public Health Institute
LIVERPOOL JOHN MOORES UNIVERSITY