

Cyflwr Iechyd Plant 2020



Cymru

 **RCPCH &Us**
Llais plant, pobl ifanc
a theluoedd

 **RCPCH**
Coleg Brenhinol
Pediateg a Iechyd Plant
Cymru
Yn arwain y Ffordd ar Iechyd Plant

Ymateb polisi i Gymru

Daethom ymhell mewn tair blynedd. Y tro cyntaf i ni gyhoeddi adroddiad gwreiddiol Cyflwr Iechyd Plant yn 2017, roedd fy argymhellion allweddol yn ymwneud â strategaeth. Fe wnaethom danlinellu'r angen am feddwl strategol lefel uchel ar iechyd plant yn gyffredinol ac ar nifer o faterion pwysig penodol: gordewdra plentyndod, cyfraddau bwydo ar y fron a sut i ymwreiddio iechyd plant ar draws llywodraeth i gyd - yn arbennig addysg.

Gan symud yn gyflym ymlaen i 2020, mae llawer o'r cynlluniau hyn yn eu lle. Yn 'Pwysau Iach: Cymru Iach' mae gennym strategaeth hirdymor i ostwng gordewdra gyda ffocws mawr ar blant. Mae cynllun pum mlynedd yn rhoi map ffordd i wella cyfraddau bwydo ar y fron. Mae gennym ymrwymadau i gynnwys iechyd yn holl bolisiau'r llywodraeth a meddwl go iawn ar y lefel strategol ar wella iechyd meddwl ac ymdeimlad llesiant ein pobl ifanc. Caiff llawer o hyn ei grisialu fel gweledigaeth ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol yn nogfen 'Cymru Iachach' Llywodraeth Cymru.

Fodd bynnag dim ond os y caiff ei gweithredu mae strategaeth yn ddefnyddiol. Yr her o'n blaenau yw cyflawni hyn i gyd yn gyflym ac yn ddigon eang. Yna bydd fersiynau'r dyfodol o'r adroddiad hwn yn dangos i ni droi'r gornel yn 2020 a thu hwnt gan sicrhau gwelliannau go iawn mewn iechyd plant ledled Cymru.

I wneud i hynny ddigwydd, mae angen i Lywodraeth Cymru gyflawni ei hymrwymadau uchelgeisiol. Wrth i ni agosau at etholiad yng Nghymru, rydym hefyd angen ymrwymadau gan yr holl bleidiau gwleidyddol yng Nghymru i roi blaenoriaeth i iechyd plant. Gobeithiwn y bydd manifestos pob un o'r pleidiau ar gyfer yr ymgyrch etholiad honno yn gwneud ymrwymadau penodol i symud ymlaen gyda'r gwaith da sydd eisoes yn digwydd yng Nghymru. Ni fydd hynny'n ddigon, dylai pob plaid gynnig cynlluniau newydd uchelgeisiol i gyflawni tair blaenoriaeth drosfwöol ganolog fydd yn gwneud y gwahaniaeth mwyaf i iechyd plant ledled Cymru:

- rhoi diwedd ar dlodi plant ac anghydraddoldeb iechyd;
- rhoi blaenoriaeth i iechyd cyhoeddus, ataliaeth ac ymyriad cynnar;
- gwella gwasanaethau ar gyfer babanod, plant a phobl ifanc.

Gwneud y tri mater creiddiol hyn yn ganolbwynt nodau Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd plant fydd yn rhoi'r budd mwyaf.



Dr David Tuthill,
Swyddog RCPCH Cymru



Dr Ronny Cheung,
Arweinydd Clinigol Cyflwr Iechyd Plant

Gan y Llywydd

Yn 2017, ein hadroddiad agoriadol Cyflwr Iechyd Plant oedd y cyntaf o'i fath i roi ciplun o iechyd plant a phobl ifanc ar draws Cymru. Dros y tair blynedd ddiwethaf, rwy'n falch i fod wedi gweithio gydag amrywiaeth o randdeiliaid i sicrhau y caiff iechyd plant ei ystyried yn flaenoriaeth. Heb fuddsoddiad a ffocws o'r newydd, rydym mewn perygl y bydd deilliannau ar gyfer plant yn aros yn eu hunfan a gwaethygu - i atal hyn, mae'r argymhellion hyn yn rhoi canllaw anhygoel o bwysig ar gyfer gwneuthurwyr polisi. Mae'n hanfodol fod pob plentyn yn cael y dechrau gorau mewn bywyd.



Yr Athro Russell Viner,
Llywydd RCPCH



RCPCH&Us - Cymru, 2020

Buom yn brysur yn teithio i bob rhan o Gymru dros y ddwy flynedd ddiwethaf i ganfod beth mae plant a phobl ifanc yn gredu sy'n eu cadw yn iach ac yn hapus a chanfod pa bwnc y dylid mynd i'r afael ag ef yn gyntaf. Rydym eisiau gadael i chi wybod beth sy'n bwysig i ni ond hefyd pa syniadau sydd gennym i helpu pawb i fod mor iach ag y gallant fod. Gwyddom fod hyn yn bwysig i bawb ohonoch a gwyddom y gall fod yn anodd weithiau pan mae cymaint arall i'w wneud, ond mae newid yn bosibl, mae syniadau yn gweithio! Dyma ddywedon nhw wrthym:

Gall fod yn anodd yng Nghymru i deimlo y gallwch fod y chi gorau posibl os ydych yn tyfu fyny heb ddigon o arian neu gefnogaeth. Pan wnaethom siarad am ble nad yw pethau bob amser yr un fath i bawb, fe wnaethom sylweddoli y gall hyn effeithio ar iechyd meddwl, gobeithion a breuddwydion yn ogystal ag iechyd corfforol. Fe wnaethom feddwl am syniadau nad oes angen llawer o arian ar eu cyfer i helpu plant a phobl ifanc deimlo'n obeithiol am eu dyfodol ac i fedru cael y gefnogaeth maent ei hangen. Mae'n bwysig teimlo'n ddiogel, bod â chyfeillion da, bod â chyfle i gwrdd â phobl newydd, cael lleoedd i fynd iddynt a phethau i'w gwneud yn ogystal â mynediad i gyngor ar iechyd a gwasanaethau sy'n gyfeillgar i blant a phobl ifanc. Mae hyn i gyd yn ein helpu i aros yn iach ac yn hapus, yn gorfforol ac yn feddyliol.

Mae'n bwysig i ni fod yn rhan o'r trafodaethau, cynlluniau ac i helpu gwneud i'r pethau hyn ddigwydd - mae gennym lawer o syniadau a byddwn yn helpu i'w rhoi ar waith. Os hoffech wybod beth yw ein barn, dewch a gofyn i ni - neu gofynnwch i RCPCH &Us sydd bob amser yno i helpu!

#Voicematters

Ein blaenoriaethau ar gyfer Llywodraeth Cymru

1. Gostwng anghydraddoldeb mewn iechyd plant

Mae data'n dangos yn gyson fod tlodi ac anghydraddoldeb yn cael argraff ar holl fywyd plentyn, gan effeithio ar eu haddysg, cartref ac amgylchedd cymdeithasol ac yn eu tro eu deilliannau iechyd. Mae ein dangosyddion Cyflwr Iechyd Plant yn dangos bwlch cynyddol rhwng iechyd plant o gefndiroedd cyfoethog ac amddifadus. Dylai Llywodraeth Cymru weithredu i fynd i'r afael ag achosion tlodi a gostwng amrywiad i sicrhau fod pob plentyn yn cael y dechrau gorau ar fywyd, ble bynnag y maent. **Dylai Llywodraeth Cymru:**

- Cydnabod cyfraddau uchel tlodi plant, adolygu rhaglenni presennol a chyhoeddi Strategaeth ddiwygiedig i ostwng tlodi plant.
 - Dylai'r Strategaeth roi targedau cenedlaethol i ostwng cyfraddau tlodi plant a thargedau penodol anghydraddoldeb iechyd ar gyfer meysydd allweddol o iechyd plant, gydag atebolrwydd clir ar draws Llywodraeth.

2. Rhoi blaenoriaeth i iechyd gyhoeddus, ataliaeth ac ymyriad cynnar

Gall canolbwyntio ar atal a darparu gwasanaethau ymyriad cynnar i rieni, plant a theuluoedd arwain at arbedion economaidd i'r GIG a gwasanaethau cyhoeddus yn ehangach, yn ogystal â chefnogi plant a phobl ifanc i fwynhau iechyd da ar hyd eu bywyd. Ar gyfer pob un o ddangosyddion Cyflwr Iechyd Plant, gellir gwella'r tueddiadau presennol o fewn y data pe rhoddid mesurau ataliol ar waith.

Mae 'Cymru Iachach', cynllun hirdymor Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd a gofal cymdeithasol, yn rhoi atal afiechyd wrth galon polisi a gwsanaethau iechyd a gofal cymdeithasol. Ers ei gyhoeddi, gwnaed cynnydd sylweddol mewn cynllunio polisi a strategaeth i gefnogi plant a phobl ifanc i aros yn iach. **Dylai Llywodraeth Cymru:**

- Gyflwyno, monitro a gwerthuso 'Pwysau Iach: Cymru Iach' (2020 - 2030), 'Gofal Mamolaeth yng Nghymru: Gweledigaeth Pum Mlynedd' (2019 - 2024) a 'Chynllun Gweithredu Cymru Gyfan ar Fwydo ar y Fron' (2019 - 2024), gan ddod ynghyd â'r ymrwymadau polisi, deddfwriaethol, cyllid ac iechyd cyhoeddus a wnaed yn y rhaglenni hynny o fewn yr amserlenni a nodwyd.
- Parhau buddsoddiad yn Rhaglen Plentyn Iach Cymru i sicrhau bod pob cysylltiad gyda phlant cymwys yn digwydd.

3. Adeiladu a chryfhau gwasanaethau lleol, traws sector i adlewyrchu angen lleol

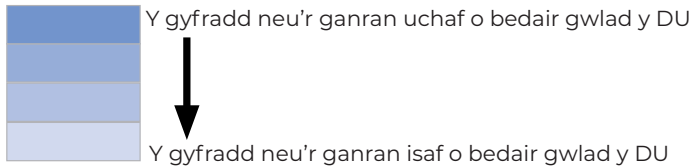
Dylai babanod, plant, pobl ifanc a theuluoedd fod â mynediad cyfartal i wasanaethau traws-sector, adnoddau, cyngor a chefnogaeth o fewn y gymuned leol i gefnogi eu hiechyd a'u llesiant. Efallai nad iechyd sy'n darparu gwasanaethau o fewn y gymuned ond dylai geisio eu hintegreiddio lle'n bosibl. Dylai awdurdodau lleol fod ag adnoddau digonol i ddarparu gwasanaethau i ddiwallu anghenion lleol y boblogaeth a wasanaethant.

Croesawn ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ddull gweithredu 'iechyd ym mhob polisi' fel a amlinellir yn 'Cymru Iachach'. I gyflawni hyn, **dylai Llywodraeth Cymru:**

- Adnewyddu buddsoddiad mewn gwasanaethau teulu (e.e. Dechrau'n Deg).
- Darparu a gwerthuso dull gweithredu ysgol gyfan i iechyd a llesiant i ddatblygu gwytnwch a chefnogi pobl ifanc i fwynhau iechyd meddwl da.
- Rhoi adnoddau i, cyflwyno a gwerthuso cam nesaf y rhaglen Gweithio Gyda'n Gilydd dros Blant a Phobl Ifanc gyda phwyslais ar weithio system integredig gyda Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol a gwasanaethau a ddarperir yn lleol.

Cipolwg: Iechyd Plant yng Nghymru (2014 – nawr)

Ar gyfer pob un o'n dangosyddion Cyflwr Iechyd Plant, rydym wedi nodi a yw'r duedd yn cynyddu, yn gostwng neu'n ddigymffwrdd. Mae tueddiadau yn adlewyrchu'r data oedd ar gael a gafodd ei gynnwys yn Cyflwr Iechyd Plant 2017, o'i gymharu â'r data sydd ar gael ar 21 Chwefror 2020. Gellir dod o hyd i ddata trwy gydol yr adroddiad yn www.rcpch.ac.uk/state-of-child-health.



	Lloegr	Cymru	Yr Alban	Gogledd Iwerddon
Marwoldeb				
Marwoldeb babanod cyfradd fesul 1,000 genediaeth fyw	Dim newid 3.9 i 3.9	Gostwng 3.7 i 3.5	Gostwng 3.6 i 3.2	Gostwng 4.8 i 4.2
Marwoldeb babanod cyfradd fesul 100,000 plentyn 1-9 oed		Gostwng 11.9 i 9.9	Cynyddu 9.3 i 9.7	Gostwng 12.5 i 9.7
Marwoldeb glasod cyfradd fesul 100,000 plentyn 10-19 oed		Gostwng 17.1 i 17.0	Cynyddu 19.5 i 24.6	Gostwng 24.4 i 20.5
Iechyd mamol ac amenedigol				
Ysmygu yn ystod beichiogrwydd Lloegr a Cymru: % adeg esgor Yr Alban a Gogledd Iwerddon: % adeg apwyntiad cyntaf	Gostwng 11.7% i 10.6%*	16.0%**	Gostwng 18.3% i 14.6%*	Gostwng 14.5% i 13.2%
Bwydo ar y Fron - % yn bwydo ar y fron yn llwyr adeg adolygiad 6-8 wythnos	Gostwng 30.1% i 29.6%	Cynyddu 19.7% i 20.8%	Cynyddu 27.2% i 30.7%	Cynyddu 22.8% i 23.9%
Atal afiechyd				
Imiweiddio – % yn cymryd brechiad 5-mewn-1	Gostwng 94.2% i 92.1%	Gostwng 96.6% i 95.4%	Gostwng 97.4% i 95.9%	Gostwng 97.3% i 94.8%
Brechiadau – % yn cymryd brechiad MMR (ail ddôs)	Gostwng 88.6% i 86.4%	Gostwng 93.1% i 92.2%	Gostwng 93.4% i 91.2%	Gostwng 93.0% i 91.8%
Pwysau – % plant 4-5 oed y cofnodwyd eu bod dros eu pwysau neu'n or-dew	Cynyddu 21.9% i 22.6%	Cynyddu 26.1% i 26.4%	Cynyddu 21.8% i 22.4%	Cynyddu 25.1% i 26.1%
Iechyd y geg – cyfradd tynnu dannedd oherwydd pydredd dannedd Lloegr a'r Alban: fesul 1,000 plentyn 0-5 oed Cymru: fesul 1,000 plentyn 0-2 oed	Gostwng 3.6 i 2.8	Gostwng 2.8 i 1.7*	Gostwng 3.6 i 2.3	Dim data

	Lloegr	Cymru	Yr Alban	Gogledd Iwerddon
Atal anafiadau				
Anaf damweiniol – cyfradd derbyniadau ysbyty oherwydd anaf anfwriadol fesul 1,000 plentyn	Gostwng 13.9 i 12.8	Gostwng 19.1 i 16.1	Gostwng 11.7 i 10.7	Dim data
Damweiniau traffig ffordd – cyfradd cyfanswm anafiadau traffig ffordd fesul 1,000 person ifanc 17-19 oed	Gostwng 4.0 i 3.4	Gostwng 4.9 i 3.4	Gostwng 3.6 i 2.8	Dim data
Trais ymhlith ieuenctid – nifer yr achosion o anaf gan wrthrych miniog i bob 100,000 o bobl ifanc 15-19 oed	Cynyddu 36.5 i 38.3	Heb newid 33.8 i 33.8	Gostwng 40.7 i 38.5	Gostwng 39.8 i 38.2
Ymddygiad iechyd				
Pobl ifanc sy'n ysmegu – % person ifanc 15 oed a ddywedodd eu bod yn ysmegu'n rheolaidd (o fewn yr wythnos flaenorol)	Gostwng 7.7% i 5.1%	Cynyddu 8.0% i 9.0%	Gostwng 8.6% i 7.0%	Gostwng 4.2% i 4.1%*
Pobl ifanc yn yfed – % person ifanc 15 oed a ddywedodd iddynt fod yn feddw 2 neu fwy o weithiau	Gostwng 28.0% i 26.0%	Gostwng 31.0% i 18.0%*	Gostwng 32.5% i 31.5%	Cynyddu 11.0% i 12.6%*
Pobl ifanc yn defnyddio cyffuriau – % person ifanc a ddywedodd eu bod wedi defnyddio canabis ar unrhyw amser	Cynyddu 19.0% i 21.0%	Cynyddu 17.5% i 21.0%	Gostwng 17.0% i 16.5%	Dim data
Beichiogiad mewn pobl ifanc – cyfradd beichiogiad dan-18 fesul 1,000 benyw 15-17 oed	Gostwng 22.8 i 17.3	Gostwng 25.5 i 19.5	Gostwng 22.1 i 16.3	Gostwng 6.4 i 4.7*
Iechyd meddwl				
Amledd afiechyd meddwl – % o rai 5-15 oed a ddywedodd fod ganddynt unrhyw anhwylder iechyd meddwl	Cynyddu 9.7 i 11.2	Dim data	Dim data	Dim data
Gwasanaethau iechyd meddwl – cyfradd derbyn i CAMHS fesul 100,000 plentyn a pherson ifanc 0-18 oed	33.0**	13.0**	61.0**	40.0**
Hunanladdiad – cyfradd fesul 100,000 person ifanc 15-24 oed	Cynyddu 6.6 i 8.1	Cynyddu 4.9 i 9.7	Cynyddu 9.8 i 15.1	Cynyddu 17.2 i 17.8
Teulu ac amgylchedd cymdeithasol				
Tlodi plant – % plentyn 0-18 oed yn byw mewn tlodi cymharol ar ôl costau tai	Cynyddu 29.0% i 31.0%	Heb Newid 29.0% i 29.0%	Cynyddu 22.0% i 24.0%	Gostwng 25.0% i 24.0%
Heb fod mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant (NEET) – % pobl ifanc NEET Lloegr a Chymru: 16-18 oedYr Alban: 16-19 oedGogledd Iwerddon: 16-24	Gostwng 7.6% i 6.3%*	Cynyddu 8.1% i 8.3%*	Gostwng 6.5% i 3.1%*	Gostwng 11.5% i 10.7%*

	Lloegr	Cymru	Yr Alban	Gogledd Iwerddon
Gofalwyr ifanc*** – cyfradd gofalwyr ifanc yn darparu unrhyw ofal di-dâl fesul wythnos, fesul 1,000 person ifanc 10-19 oed	Cynyddu 25.6 i 32.3	Cynyddu 32.1 i 39.5	Cynyddu 31.3 i 60.1	Cynyddu 31.8 i 45.5
Amddiffyn plant – cyfradd plant a phobl ifanc naill ai ar gynllun amddiffyn plant neu'r gofrestr amddiffyn plant fesul 100,000 plentyn 0-18 oed	Cynyddu 42.0 i 45.0	Gostwng 50.0 i 47.0	Gostwng 27.9 i 26.0	Cynyddu 44.3 i 47.7
Plant sy'n derbyn gofal (LAC) – cyfradd LAC fesul 10,000 plentyn 0-18 oed	Cynyddu 60.0 i 65.0	Cynyddu 91.2 i 101.7	Gostwng 150.7 i 144.4	Cynyddu 66.2 i 71.2
Cyflyrau hirdymor				
Asthma – cyfradd derbyniadau argyfwng ar gyfer asthma fesul 100,000 plentyn 0-18 oed	Gostwng 205.8 i 174	Gostwng 192.0 i 165.0	Gostwng 203.0 i 157.2	Dim data
Epilepsi – cyfradd derbyniadau argyfwng ar gyfer asthma fesul 100,000 plentyn 0-18 oed	Gostwng 70.0 i 66.8	Cynyddu 87.7 i 87.9	Cynyddu 69.2 i 73.8	Dim data
Diabetes – lefel % HbA1c canolrif (mmol/mol) plant a phobl ifanc gyda diabetes Math 1	Gostwng 66.5 i 64.0	Gostwng 68.3 i 64.5	Dim data	Dim data
Canser – cyfradd marwoldeb 100,000 plentyn 5-14 oed	Gostwng 2.6 i 2.3	Cynyddu 2.4 i 2.5	Cynyddu 2.5 i 2.8	Gostwng 3.0 i 2.3
Anabledd ac anghenion dysgu ychwanegol – % disgybl mewn addysg prif ffrwd Lloegr/Gogledd Iwerddon: SEND Cymru: SEND / ADY Scotland: ASN	Gostwng 17.9% i 14.6%	Gostwng 22.6% i 22.2%	Cynyddu 20.8% i 30.9%	Cynyddu 21.7% i 23.0%
Gweithlu iechyd plant				
Gweithlu – cyfradd ymgynghorwyr pediatrig fesul 10,000 plentyn a pherson ifanc 0-18 oed	Cynyddu 1.9 i 2.2	Cynyddu 1.6 i 2.0	Cynyddu 1.9 i 2.2	Cynyddu 1.7 i 2.0

* Ni fedrir cymharu data yn uniongyrchol

**Nid oes data tuedd ar gael; y data mwyaf diweddar a ddarparwyd.

***Daw data am ofalwyr ifanc o ddata cyfrifiad y DU ac mae'r duedd a adlewyrchir rhwng 2001 a 2011.

Beth sy'n flaenoriaeth ar gyfer plant a phobl ifanc yng Nghymru?

Cymerodd plant, pobl ifanc, rhieni, gofalwyr ac eiriolwyr ran mewn sesiynau ar draws y Deyrnas Unedig, gan roi cyfle iddynt rannu'r hyn sy'n eu cadw'n "iach ac yn hapus". Cafodd sesiynau eu cyflwyno gyda grwpiau o blant a phobl ifanc mewn ysgolion, prosiectau ieuenctid a grwpiau elusennol, yn ogystal â drwy sgysiau un i un mewn gosodiadau iechyd. Yng Nghymru, cymerodd grwpiau bregus ran gan gynnwys rhieni ifanc, cleifion gyda chyflyrau hirdymor, pobl ifanc o fewn profiadau gofal yn ogystal â phlant a phobl ifanc o bob math o gefndir.



BWYD A DIOD YMARFER A HOBIAU HAWLIAU

Cafodd eu syniadau eu casglu a'u hadolygu, yn dynodi 12 thema gyson ar draws y Deyrnas Unedig. Rhoddodd plant a phobl ifanc yng Nghymru flaenoriaeth i fwyd a diod ansawdd da/rhad, ymarfer/hobiau (lloedd i fynd/pethau i'w gwneud) a chefnogaeth am hawliau a diogelwch fel eu meysydd blaenoriaeth i gadw'n iach ac yn hapus. Mae data yn y tabl islaw yn cyflwyno'r holl ymatebion a gasglwyd gan 42 o blant a phobl ifanc yng Nghymru; gall rhai fod wedi trafod nifer o bynciau sy'n eu cadw'n iach ac yn hapus tra gall rhai fod wedi dewis un pwnc.

Beth sy'n eich gwneud yn iach ac yn hapus?	Cyfanswm y Deyrnas Unedig	Cymru	Lloegr	Yr Alban	Cogledd Iwerddon
Ymarfer/hobiau /gweithgaredd allgwriciwlaid	803	50	334	231	188
Bwyd/diod	630	29	284	130	187
Hawliau/diogelwch	179	21	76	68	14
Iechyd/byw'n iach	292	18	163	41	70
Eiddo/pethau materol	245	17	101	56	71
Cefnogaeth	310	17	111	96	86
Addysg/bywyd ysgol	217	17	89	53	58
Gofal Iechyd/GIG	254	11	96	28	119
Cyfeillion	187	8	63	32	84
Teulu	160	8	62	38	52
Bywyd cartref	168	7	69	25	67
Iechyd meddwl/	312	3	137	84	88
emosiynol	312	3	137	84	88
Cyfanswm ymatebion:	3,757	206	1,585	882	1,084

Mae llais plant a phobl ifanc wrth galon popeth a wnawn yn y RCPCH. Wedi'n llywio gan [Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau'r Plentyn](#), rydym yn cefnogi plant a phobl ifanc i gael eu lleisiau wedi'u clywed mewn penderfyniadau sy'n effeithio arnynt (Erthygl 12) ac yn gweithio gyda nhw i helpu llunio gwasanaethau fel bod ganddynt y gofal iechyd gorau posibl (Erthygl 24). Mae [Rhwydwaith RCPCH & Us](#) yn dod ynghyd â phlant, pobl ifanc hyd at 25 oed, eu rhieni/gofalwyr a'u teuluoedd i weithio gyda clinigwyr, gwneuthurwyr penderfyniadau a'i gilydd i addysgu, cydweithio, ymgysylltu a newid i wella gwasanaethau iechyd a deilliannau iechyd plant.

Marwoldeb

Mae cyfraddau marwoldaeth yn farciwr pwysig o iechyd cyffredinol cymdeithas ac yn amlygu tueddiadau mewn achosion marwolaeth dros gyfnod. Mae rhesymau cymhleth pam fod babanod, plant a phobl ifanc yn marw, ond gallai ymyriadau allweddol atal llawer o achosion marwolaeth.

Mae marwoldeb newyddenedigol yn cyfrif am 70-80% o farwolaethau babanod yn y Deyrnas Unedig, i raddau helaeth oherwydd achosion amenedigol megis iechyd y fam, camffurfiadau cynhwynol a genedigaeth cyn-tymor. Mae marwolaethau sydyn diesboniad mewn babandod (SUDI) yn gyfrifol am nifer fawr o farwolaethau ôl-newyddenedigol.

Canser yw prif achos marwolaeth mewn plant rhwng blwydd a naw oed.

Y glasoed (10-19 oed) yw'r cyfnod bywyd gyda'r risg ail uchaf o farwolaeth ymysg plant a phobl ifanc. Damweiniau yw prif achos marwolaeth ar gyfer y grŵp oedran hwn. Nid yw'r Deyrnas Unedig wedi cyfateb y gostyngiadau diweddar mewn marwoldeb y glasoed a welwyd mewn gwledydd cyfoethog tebyg, i raddau helaeth oherwydd cyfraddau uwch o farwolaeth o glefydau cronig na chaiff eu trosglwyddo o berson i berson.

Marwoldeb babanod

- Yn 2018, roedd y gyfradd marwoldeb babanod yn 3.5 fesul 1,000 genedigaeth fyw yng Nghymru, o'i gymharu â 3.9 fesul 1,000 yn Lloegr, 3.2 fesul 1,000 yn yr Alban a 4.2 fesul 1,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2018, roedd y gyfradd marwolaeth newyddenedigol yn 2.5 fesul 1,000 genedigaeth fyw yng Nghymru, o'i gymharu â 2.8 fesul 1,000 yn Lloegr, 2 fesul 1,000 yn yr Alban a 3.2 fesul 1,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2018 roedd y gyfradd farwolaeth ôl-newyddenedigol yn 1 fesul 1,000 genedigaeth fyw yng Nghymru, o'i gymharu â 1.1 fesul 1,000 genedigaeth fyw yn Lloegr, 1.2 fesul 1,000 yn yr Alban a 1 fesul 1,000 yng Ngogledd Iwerddon..

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Rhoi blaenoriaeth i ofal menywod cyn beichiogiad ac yn ystod beichiogrwydd, yn cynnwys rhaglenni atal ysmegu, hyrwyddo bwydo ar y fron a hyrwyddo pwysau iach mewn menywod o oed i gael plant. Dylai Llywodraeth Cymru gyflwyno 'Gofal Mamolaeth yng Nghymru: Gweledigaeth Pum Mlynedd' yn llawn yn cynnwys gweithredu'r Rhwydwaith Mamolaeth a Newyddenedigol.
 - Dylai'r Rhwydwaith Mamolaeth a Newyddenedigol sefydlu a monitro targedau i ostwng cyfraddau genedigaethau marw. Dylai'r Rhwydwaith sicrhau fod pob Bwrdd Iechyd wedi ymrwymo i Offeryn Cenedlaethol Marwoldeb Amenedigol, sy'n galluogi clinigwyr i ddynodi achos marwolaeth a lledaenu dysgu. Rydym yn croesawu Ymgyrch Beichiogrwydd Diogelach y Rhwydwaith.

- Fe wnaethom groesawu'r gwerthusiad o'r Rhaglen Plentyn Iach yn 2019 a ddynododd rwystrau i weithredu'r rhaglen yn llawn ar draws Cymru. Dylid adnewyddu cefnogaeth i weithredu'r argymhellion a ddynodwyd o fewn yr adroddiad gwerthuso. Dylai gwerthusiadau o'r rhaglen yn y dyfodol ystyried argymhellion o'r sylfaen tystiolaeth diweddaraf, sef 5ed rhifyn 'Health for All Children' (2019).
- Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau fod pob Bwrdd Iechyd yn gweithredu'r Protocol Asesu Twf (GAP) a'r pwysau gorau cysylltiedig â beichiogrwydd (GROW), a gynlluniwyd i fonitro twf y ffetws yn ystod beichiogrwydd a sicrhau'r deiliannau gorau posibl adeg geni.
- Dylai Iechyd Cyhoeddus Cymru gynnal a monitro'r Rhaglen Adolygu Marwolaeth Plant, sy'n casglu, dadansoddi a dehongli pob marwolaeth ymhlith babanod, plant a phobl ifanc. Dylai Llywodraeth Cymru ystyried os oes angen deddfwriaeth i roi pwerau i Iechyd Cyhoeddus Cymru fynnu data a dogfennau, fel y gwnaeth y Gronfa Ddata Genedlaethol ar Farwoldeb Plant yn Lloegr.

Argymhellion polisi ar gyfer y Deyrnas Unedig:

- Dylai Llywodraeth y Deyrnas Unedig weithredu cryfhad blawd gyda asid ffolig ar draws y Deyrnas Unedig i sicrhau fod gan fenywod lefelau iach o ffolad yn eu gwaed yn ystod eu beichiogrwydd.

Marwoldeb plant (1-9 oed)

- Yn 2018 roedd y gyfradd marwoldeb plant yn 9.9 fesul 100,000 o blant 1 i 9 oed yn Lloegr a Chymru, o'i gymharu â 9.7 fesul 100,000 yn yr Alban a 10 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Mae'r gyfradd marwoldeb plant yng Nghymru yn 1.7 gwaith uwch ar gyfer plant yn y grwpiau mwyaf amddifadus nag yn y plant lleiaf amddifadus.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru gynnal asesiad effaith o Gynllun Cyflenwi Canser Cymru (2016-2020), yn edrych yn benodol ar wasanaethau canser ar gyfer plant a phobl ifanc, i lywio cynllunio ar gyfer gwasanaethau canser plant tu hwnt i 2020.

Marwoldeb glasged (10-19 oed)

- Yn 2018 roedd y gyfradd marwoldeb glasged yn 17 fesul 100,000 o blant 10-19 oed yn Lloegr a Chymru, o'i gymharu â 24.6 fesul 100,000 yn yr Alban a 20 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Rydym yn croesawu ymrwymiadau Llywodraeth Cymru o fewn 'Pwysau Iach: Cymru Iach' i ehangu parthau 20 milltir yr awr a chynyddu'r nifer o lwybrau i gerddwyr a beiciau, fydd yn rhoi amgylchedd mwy diogel ar gyfer plant a phobl ifanc i gerdded, chwarae a theithio ynddynt. Dylai Llywodraeth Cymru weithredu'r newidiadau hyn o fewn y cyfnod dwy flynedd cyntaf, fel yr amlinellir yn y cynllun cyflenwi.
- Croesawn Ddeddf Teithio Llesol (Cymru) ond er mwyn i'r Ddeddf fod yn llwyddiannus wrth gynyddu nifer y disgyblion ysgol sy'n cerdded neu'n seiclo i'r ysgol, dylai Llywodraeth Cymru gyflawni'r argymhellion a amlinellir yn adroddiad 2018 Pwyllgor yr Economi, Seilwaith a Sgiliau ar y Ddeddf.

Iechyd mamol ac amenedigol

Mae hybu iechyd da yn dechrau cyn geni. Mae cynyddu iechyd a llesiant i'r eithaf cyn, yn ystod ac ar ôl beichiogrwydd yn ganolog i ymdrechion i wella deilliannau iechyd plant. Mae pwysau'r fam, llesiant, bwydo ar y fron a rhoi'r gorau i ysmegu yn gwella iechyd mamau a babanod fel ei gilydd. Croesawn y ffocws polisi diweddar ar y 1,000 diwrnod cyntaf a phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod.

Mae ysmegu yn ystod beichiogrwydd yn ffactor flaenllaw mewn deilliannau au geni gwael, yn cynnwys genedigaethau marw a marwolaethau newyddenedigol. Mae cyfraddau ysmegu wedi gwella dros gyfnod ond maent wedi aros yn eu hunfan ar hyn o bryd, oherwydd amrywiad mewn cyfraddau yn ôl daearyddiaeth, oedran a statws economaidd-gymdeithasol.

Mae gan fwydo ar y fron fuddion lluosog i'r fam a'r plentyn yn cynnwys llai o risg o broblemau gastroberfeddol, heintiadau anadlol, pydredd danedd a gostwng derbyniadau i ysbyty. Fodd bynnag, mae cyfraddau bwydo ar y fron yn y Deyrnas Unedig yn parhau'n is na gwledydd incwm-uchel tebyg, ac mae'r cyfraddau o fwydo'n llwyr ar y fron ar chwe wythnos yn is yng Nghymru (20.8%) nag yng nghaneddloedd eraill y Deyrnas Unedig (30.7% ar 6-8 wythnos yn yr Alban).

Ysmegu yn ystod beichiogrwydd

- Yn 2017/18, adroddwyd fod 16% o fenywod yn ysmegu adeg esgor yng Nghymru, o gymharu â 10.6% o fenywod yn Lloegr yn 2018/19.
- Yn 2018/19, roedd 13.2% o fenywod beichiog yn ysmegu adeg eu hapwyntiad cyntaf yng Ngogledd Iwerddon. Yn 2019, roedd 14.6% o fenywod beichiog yn ysmegu adeg eu hapwyntiad cyntaf yn yr Alban.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru osod targedau i ddod yn genhedlaeth dim tybaco (a ddiffinnir fel amledd ysmegu o <5%) , yn cynnwys targedau gostwng ysmegu ar gyfer menywod beichiog. Dylai'r targedau hyn gael eu monitro ac adrodd arnynt yn rheolaidd.
- Fel rhan o Raglen Plentyn Iach Cymru, dylai ymwelwyr iechyd (neu weithwyr iechyd eraill seiliedig yn y gymuned) gynnig profion anadl i bob menyw feichiog i fonitro amledd ysmegu, ynghyd â chynghor ar wasanaethau atal ysmegu.
- Dylai awdurdodau lleol gyflwyno cynlluniau cymhelliant i gefnogi menywod i roi'r gorau i ysmegu yn ystod eu beichiogrwydd.
- Croesawn Ymgyrch Beichiogrwydd Diogelwch GIG Cymru (Rhwydwaith Mamolaeth a Newyddenedigol) sy'n cynnwys cynghor ar ysmegu yn ystod beichiogrwydd. Dylid parhau i roi adnoddau i'r ymgyrch hon.

Bwydo ar y fron

- Yn 2017/18, roedd 20.8% o fenywod yn bwydo'n llwyr ar y fron a 7.6% yn bwydo'n rhannol ar y fron yn yr adolygiad 6 wythnos gan ymwelydd iechyd yng Nghymru, y gyfran isaf o bob un o bedair cenedl y Deyrnas Unedig.
- Yn 2017/18, roedd 29.6% o fenywod yn bwydo'n llwyr ar y fron a 13.1% yn bwydo'n rhannol ar y fron yn yr adolygiad 6-8 wythnos gan ymwelydd iechyd yn Lloegr.
- Yn 2017/18, roedd 30.7% o fenywod yn bwydo'n llwyr ar y fron a 11% yn bwydo'n rhannol ar y fron adeg yr adolygiad 6-8 wythnos gan ymwelydd iechyd yn yr Alban.
- Yn 2017/18 roedd 23.9% o fenywod yn bwydo'n llwyr ar y fron a 8% yn bwydo'n rhannol ar y fron adeg yr adolygiad 6-8 wythnos gan ymwelydd iechyd yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2010, roedd gwahaniaeth o 20% yn y gyfradd dechrau bwydo ar y fron rhwng y menywod mwyaf amddifadus (60%) a'r lleiaf amddifadus (80%).

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Fe wnaethom groesawu lansiad Cynllun Gweithredu Pum Mlynedd Cymru-gyfan Llywodraeth Cymru ar Fwydo ar y Fron yn 2019. Dylid darparu adnoddau i sicrhau y caiff y camau gweithredu o fewn y Cynllun eu rhoi ar waith.
 - Rydym yn croesawu cynlluniau gweithredu lleol ar gyfer pob Bwrdd Iechyd i gefnogi gweithredu, yn cynnwys camau ar gyfer rhwydweithiau lleol dan arweiniad cymheiriaid ac arweinydd bwydo babanod ar gyfer pob Bwrdd Iechyd.
 - Yn 2020 dylai Llywodraeth Cymru gefnogi'r grŵp llywio cenedlaethol i oruchwylio darpariaeth a sicrhau monitro'r Cynllun Gweithredu.
 - Dylai'r Cynllun Gweithredu sicrhau gwell casglu data ar gyfraddau bwydo ar y fron, yn cynnwys argymhellion y Cynllun ei hunan ar gyfer casglu data adeg geni, 10-14 diwrnod, 6-8 wythnos a 6 mis.

- Dylai Llywodraeth Cymru a Iechyd Cyhoeddus Cymru sicrhau dull seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer cyfathrebiadau am fwydo ar y fron a gynlluniwyd i sicrhau newid cymdeithasol a normaleiddio bwydo ar y fron yng Nghymru. Dylid targedu ymgyrchoedd negeseuon iechyd cyhoeddus mewn ardaloedd gydag amddifadedd mamol uchel.

Atal afiechyd

Mae hybu ffyrdd iach o fyw ac atal pobl rhag mynd yn wael yn allweddol i ostwng baich presennol a dyfodol afiechyd a sicrhau y gall pawb fyw bywyd hir a iach. Mae ymyrraeth gynnar mewn plentyndod yn meithrin ymddygiad iach drwy gydol oes, yn arbennig welliannau i ddefnydd brechiadau, pwysau iachach a gwell iechyd y geg.

Mae cyfraddau brechiadau dros 95% yn rhoi imiwnedd ac yn gwarchod y gymdeithas yn ehangach a gall arwain at ddileu afiechydon heintus penodol.

Mae plant gordew yn llawer mwy tebygol o ddod yn oedolion gordew, gyda mwy o gyfle o ddatblygu amrywiaeth o gyflyrau iechyd eraill megis afiechyd y galon, strôc, pwysedd gwaed uchel, diabetes a chanser.

Gall pydredd dannedd arwain at boen ac amser i ffwrdd o'r ysgol gyda cholli gwaith i deuluoedd. Gellir bron bob amser atal pydredd dannedd. Tynnu dannedd yw'r rheswm mwyaf cyffredin dros gyflwyno plant i anesthetig yng Nghymru gyda'r nifer enfawr o 6070 o blant yn cael tynnu dannedd dan anesthetig cyffredinol yn 2018.

Gellir bron bob amser atal pydredd dannedd. Rydym yn croesawu'r rhaglen Cynllun Gwên yng Nghymru a'i bod yn targedu cymunedau amddifadus. Fodd bynnag, mae miloedd o blant y flwyddyn yng Nghymru yn dal i gael tynnu dannedd ac anesthetig cyffredinol, er y medrid osgoi hynny.

Gellir atal a gwrthdroi tueddiadau cyfredol yn y meysydd hyn drwy weithredu. Rydym yn croesawu'r ffocws ar ataliaeth o fewn 'Cymru Iachach' Llywodraeth Cymru.

Imiwneiddio

- Yn 2018 roedd 95.4% o blant yng Nghymru wedi derbyn eu brechiad 5-mewn-1, o gymharu â 92.1% yn Lloegr, 95.9% yn yr Alban a 94.8% yng Ngogledd Iwerddon.

- Yn 2018 roedd 92.2% o blant yng Nghymru wedi derbyn ail ddôs eu brechiad MMR, o gymharu â 86.4% yn Lloegr, 91.2% yn yr Alban a 91.8% yng Ngogledd Iwerddon.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Iechyd Cyhoeddus Cymru gyflwyno ymgyrch negeseuon iechyd cyhoeddus ar bwysigrwydd brechiadau plentyndod a rhoi gwybodaeth i deuluoedd ar sut i gael mynediad i wasanaethau brechiad. Dylai Llywodraeth Cymru roi cyllid ychwanegol ar gyfer yr ymgyrch hon.
 - Dylai ymgyrchoedd gael eu darlledu drwy'r cyfryngau print a digidol a dylent dargedu'r boblogaeth gyffredinol.
 - Dylai negeseuon yr ymgyrch dargedu grwpiau y gwyddys eu bod yn llai tebygol o frechu (er enghraifft, poblogaethau mewnfuldol, cymunedau gwledig).
- Dylid darparu cyllid ychwanegol ar gyfer Rhaglen Plentyn Iach Cymru i ddatblygu gwasanaethau lleol ymarferwyr cymunedol ac ymwelwyr iechyd (neu wasanaethau cymunedol eraill) i wella mynediad i wybodaeth a darpariaeth ar imiwneiddio.
- Dylai Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru fel mater o frys gyhoeddi strategaeth brechiadau i wella cyfraddau imiwneiddio plentyndod a sicrhau fod Cymru yn adennill statws Sefydliad Iechyd y Byd fel gwlad heb ddim brech goch.

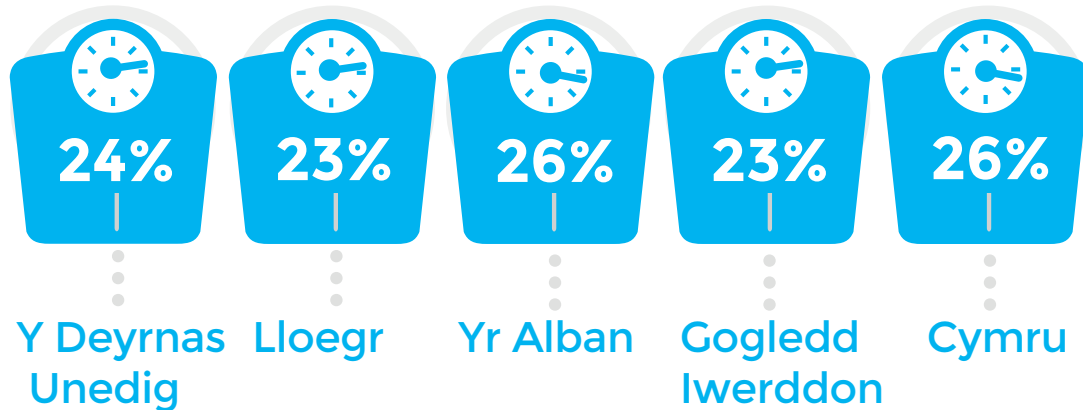
Argymhellion polisi ar gyfer y Deyrnas Unedig

- Dylai Sefydliad Cenedlaethol Ymchwil Iechyd (NIHR) gomisiynu ymchwil ar draws y Deyrnas Unedig i ddulliau i wella'r defnydd o frechiadau ymysg teuluoedd sy'n gwneud penderfyniad bwriadol i beidio brechu eu plant.

Pwysau iach

- Yn 2017/18 cofnodwyd bod 26.4% o blant 4-5 oed yng Nghymru naill ai dros eu pwysau neu'n or-dew, y gyfran uchaf o blant oedran dosbarth derbyn dros eu pwysau neu or-dew o bob un o bedair cenedl y Deyrnas Unedig. O gymharu, cofnodwyd fod 22.6% o blant 4-5 oed yn Lloegr naill ai dros eu pwysau neu'n or-dew, 22.4% yn yr Alban a 26.1% yng Ngogledd Iwerddon yn 2018/19.
- Yn 2017/18 roedd y plant mwyaf amddifadus 4-5 oed yng Nghymru 1.4 gwaith yn fwy tebygol o fod naill ai dros eu pwysau neu'n or-dew na'r lleiaf amddifadus

Pwysau iach | Plant 4-5 oed dros eu pwysau neu ordew



Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Rydym yn croesawu ac yn cefnogi strategaeth 'Pwysau Iach: Cymru Iach' Llywodraeth Cymru, i atal a gostwng gordewdra plentyndod yng Nghymru. Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau y caiff y cynllun cyflenwi ei weithredu'n llawn, sy'n rhoi map ffordd o'r camau angenrheidiol ar gyfer dwy flynedd gyntaf ei weithrediad. Dylai'r camau gweithredu ddilynol gael eu darparu'n gyflym a'u gwerthuso'n ddilynol:
 - Gwahardd hysbysbu, nawdd a hyrwyddo cynnyrch uchel mewn braster, siwgr a halen mewn gofodau cyhoeddus yn cynnwys digwyddiadau chwaraeon, atyniadau teulu a chanolfannau hamdden erbyn 2030 a'u gwerthuso'n ddilynol, gan ddechrau gyda'r rhwydwaith trafniadaeth yn y cyfnod cyflenwi cyntaf.
 - Adolygiad o gyfleoedd cynllunio a thrwyddedu a chreu amgylcheddau iachach, yn cynnwys cyfyngu siopau cludfwyd poeth ger ysgolion (o fewn 400 metr). Dylid rhoi ystyriaeth i ehangu hyn i leoliadau eraill lle mae nifer uchel o blant yn ymweld (e.e. canolfannau hamdden, parciau, ysbytai).
 - Cynnwys gweithgaredd corfforol dyddiol yn ystod y diwrnod ysgol yn unol â Chanllawiau Gweithgaredd Corfforol 2019 Prif Swyddogion Meddygol y Deyrnas Unedig. Dylai ansawdd yr addysg gorfforol neu weithgaredd corfforol eraill a ddarperir gael ei fonitro gan Estyn. Croesawn ymrwymiad Estyn i Ddull Ysgol Gyfan, gan ystyried gweithgaredd corfforol.
 - Creu amgylcheddau llesol, drwy ddarparu cyllid ar gyfer awdurdodau lleol i gynnal ac ehangu ar y cyfleusterau chwaraeon a hamdden cyfredol sydd ar gael ar gyfer plant a phobl ifanc.
 - Cynnal ac ehangu darpariaeth ar gyfer brecwast am ddim o fewn ysgolion cynradd, yn cynnwys mynediad i ffrwythau neu lysiau. Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi diwygiadau i'r Rheoliadau Bwyta Iach mewn Ysgolion (Safonau a Gofynion Maeth) (Cymru) a sicrhau fframwaith effeithlon ar gyfer monitro cydymffurfiaeth ac ymyrryd lle nad yw rheoliadau'n cael eu cyflawni.

- Hyrwyddo a lobio Llywodraeth y Deyrnas Unedig i gyfyngu hysbysebion ymhellach ar gynnyrch sy'n uchel mewn braster, siwgr a halen sy'n cael eu darlledu ac ar-lein, mater sydd heb gael ei ddatganoli. Dylid cyfyngu pob hysbyseb ar gyfer cynnyrch o'r fath rhwng 17:30 - 21:00, heb unrhyw eithriadau.
- Nodi'r disgwyliadau o gyflymder ailffurfio cynnyrch isel mewn braster, siwgr a halen, gyda golwg ar ddefnyddio pwerau trethiant Cymru i sicrhau newid pellach.
- Dylid parhau i gynnal y Rhaglen Genedlaethol Mesur Plant ar draws Cymru. Dylai Llywodraeth Cymru ymgynghori ar ehangu eu rhaglenni i gasglu data pan fydd disgyblion yn gadael yr ysgol gynradd, sydd hefyd yn rhoi ymyriad ar gyfer y grŵp oedran hwn sy'n fwy tebygol o fod dros eu pwysau neu'n ordew. Dylid cynnwys data'r Rhaglen o fewn cofnodion iechyd electronig.

Iechyd y geg

- Yng Nghymru yn 2017/18 roedd 1.7 fesul 1,000 blant 0-2 oed wedi cael anesthetig cyffredinol ar gyfer tynnu dannedd.
- Yn 2018/19 roedd 2.8% fesul 1,000 o blant 0-5 oed yn Lloegr wedi cael tynnu dant oherwydd pydredd, o gymharu â 2.3% fesul 1,000 o blant yr Alban yn 2017/18.
- Yn 2013, nid oedd gan 59% o blant 5 oed yng Nghymru unrhyw bydredd amlwg yn eu dannedd, o gymharu gyda 69% o blant 5 oed yn Lloegr a 60% yng Ngogledd Iwerddon. Yn 2018, nid oedd gan 71.1% o blant 5 oed yn yr Alban unrhyw bydredd dannedd amlwg.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru gomisiynu adolygiad i'r ffactorau sy'n effeithio ar fynediad i ofal deintyddol cynradd, uwchradd ac argyfwng, gyda golwg ar fynd i'r afael ag anghydraddoldeb yng Nghymru.
- Rydym yn croesawu'r rhaglen Cynllun Gwên, sy'n darparu rhaglenni cefnogaeth ar gyfer plant a theuluodd i'w galluogi i gael arferion cadarnhaol iechyd y geg (e.e. drwy gynlluniau goruchwyllo glanhau dannedd). Dylai Llywodraeth Cymru sicrhau bod digon o gyllid ac adnoddau ar gael ar gyfer y Cynllun Gwên i barhau.
- Dylai Cynllun Gwên ddarparu ymgyrch iechyd cyhoeddus i godi ymwybyddiaeth o'r ffactorau sy'n cyfrannu at iechyd y geg gwael (h.y. diet/glanhau dannedd) a sut i gael mynediad i wasanaethau yn amserol (e.e. Gwiriad Deintyddol erbyn Un).
- Dylai Llywodraeth Cymru roi adnoddau a chefnogi rhoi fflworid mewn cyflenwadau dŵr cyhoeddus, yn arbennig mewn ardaloedd lle mae amledd uchel o bydredd dannedd.

Atal anafiadau

Mae atal damweiniau yn galw am wahanol ymyriadau ar gyfer gwahanol grwpiau oedran

Mae anafiadau anfwriadol mewn plant dan bump oed yn achos blaenllaw o farwolaeth ac anabledd, yn arbennig o syrthio, gwenwyno a boddi, y gellir oll eu hatal gyda gwell mesurau diogelwch plant.

Ar gyfer grwpiau oedran hŷn, mae mathau risg o ymddygiad megis gyrru a chymryd rhan mewn gweithgaredd treisgar bob un yn cyfrannu at anafiadau difrifol a marwol. Yn fyd-eang, mae damweiniau traffig ffordd yn achos blaenllaw o farwolaeth ymysg pobl ifanc, ond mae cyfraddau yn y Deyrnas Unedig yn is na gwledydd incwm-uchel tebyg. Croesawn darged Llywodraeth Cymru i ostwng gan 40% y nifer o bobl ifanc sy'n cael eu lladd neu eu hanafu'n ddifrifol ar ffyrdd Cymru, fel yr amlinellir o fewn y Fframwaith Diogelwch Ffordd.

Mae trais ieuenctid yn effeithio ar unigolion, teuluoedd, cymunedau a chymdeithas ac mae cyfraddau anafiadau corfforol yn cynyddu yn Lloegr. Croesawn y symud at ddulliau iechyd cyhoeddus i fynd i'r afael â thrais ieuenctid ar draws y Deyrnas Unedig, fel y dangoswyd gan uned gostwng trais Prifysgol Caerdydd a'r ymchwil a gynhyrchwyd ganddynt.

Anafiadau damweiniol

- Yn 2017/18 roedd cyfradd derbyniadau ysbyty oherwydd anafiadau anfwriadol yn 17.4 fesul 1,000 o blant 0-5 oed yng Nghymru, o gymharu â 12.6% fesul 1,000 yn Lloegr a 10.7 fesul 1,000 yn yr Alban.
- Y tri phrif reswm am dderbyn i ysbyty yng Nghymru oedd: corffynnau estron, taro yn erbyn/gan wrthrychau eraill, syrthio ar yr un lefel.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai awdurdodau lleol weithredu yn llawn ganllaw iechyd cyhoeddus NICE (PH30): 'Unintentional injuries in the home: interventions for under 15s'.
- Dylai Llywodraeth Cymru weithio gyda'r Gymdeithas Frenhinol dros Atal Damweiniau (RoSPA) i ddatblygu strategaeth genedlaethol ar gyfer atal damweiniau yng Nghymru.

Damweiniau traffig ffordd

- Yn 2017 roedd cyfradd damweiniau traffig ffordd yn 3.4 fesul 1,000 o bobl ifanc 17-19 oed yng Nghymru, o gymharu â 3.3 fesul 1000 yn Lloegr a 2.8 fesul 1,000 yn yr Alban.

- Yn 2017 yng Nghymru, roedd cyfradd damweiniau traffig ffordd marwol neu ddifrifol yn 47.7% fesul 100,000 o bobl ifanc 17-19 oed yng Nghymru, o gymharu â 37.7 fesul 100,000 yn Lloegr a 36.4% fesul 100,000 yn yr Alban.
- Yn 2017 ym Mhrydain Fawr, roedd gwrywod 17-19 oed 1.5 gwaith yn fwy tebygol na menywod o fod mewn damwain ffordd farwol neu ddifrifol.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Rydym yn croesawu ymrwymadau Llywodraeth Cymru yn 'Pwysau Iach: Cymru Iach' i ehangu parthau 20mya a chynyddu nifer y llwybrau i gerddwyr a beiciau, fydd yn rhoi amgylchedd mwy diogel ar gyfer plant a phobl ifanc i gerdded, chwarae a theithio. Dylai Llywodraeth Cymru weithredu'r newidiadau hyn o fewn y cyfnod dwy flynedd cyntaf, fel yr amlinellir yn y cynllun cyflenwi.
- Rydym yn croesawu Deddf Teithio Llesol (Cymru) ond er mwyn i'r Ddeddf fod yn llwyddiannus wrth gynyddu nifer y disgyblion ysgol sy'n cerdded neu seiclo i'r ysgol, dylai Llywodraeth Cymru gyflawni'r argymhellion a amlinellir yn adroddiad 2018 Pwyllgor yr Economi, Seilwaith a Sgiliau ar y Ddeddf.

Argymhellion polisi ar gyfer y Deyrnas Unedig

- Dylai Llywodraeth y Deyrnas Unedig ddatganoli grym i Lywodraeth Cymru i ganiatau ar gyfer cyflwyno cynllun Trwydded Yrru Mewn Camau i yrrwyr newydd yng Nghymru.

Trais Ieuenctid

- Yn 2017 roedd cyfradd y plant 10-14 oed a gafodd eu hanafu gan wrthrych miniog yn 13 fesul 100,000 yng Nghymru, o gymharu â 21.2 fesul 100,000 yn Lloegr, 14.9 fesul 100,000 yn yr Alban a 14.4 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2017, roedd cyfradd y plant 15-19 oed a gafodd eu hanafu gan wrthrych miniog yn 33.8 fesul 100,000 yng Nghymru o gymharu â 38.3 fesul 100,000 yn Lloegr, 38.5 fesul 100,000 yn yr Alban a 38.2 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2017, roedd cyfradd y bobl ifanc 20-24 oed a gafodd eu hanafu gan wrthrych miniog yn 48.8 fesul 100,000 yng Nghymru, o gymharu â 49.9% fesul 100,000 yn Lloegr, 53.7 fesul 100,000 yn yr Alban a 53.6 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2017 roedd gwrywod 20-24 oed yng Nghymru 8.9 gwaith yn fwy tebygol o ddiodef anaf gan wrthrych miniog na benywod o'r un oedran.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru fabwysiadu dull gweithredu iechyd cyhoeddus aml-asiantaeth i fynd i'r afael â thrais ieuenctid. Dylai dull gweithredu iechyd cyhoeddus gynnwys bod yn agored i wasanaethau sydd ar gael, atal trais ieuenctid, gostwng ffactorau risg sy'n gwneud pobl ifanc yn fregus i drais, a chynyddu gwaith gyda chymunedau. Dylai'r dull dynnu ar gynlluniau tebyg (e.e. Uned Lleihau Trais yr Alban)

- Dylai awdurdodau lleol gael cyllid ychwanegol ar gyfer gwasanaethau ieuentid. Dylai gwasanaethau ieuentid ddarparu gwasanaethau amlddisgyblaethol (e.e. gofal iechyd, gwasanaethau iechyd meddwl, gweithwyr ieuentid a'r heddlu) a dylid eu blaenoriaethu mewn ardaloedd sydd â lefelau uchel o amddifadedd

Ymddygiad iechyd

Caiff mathau iach o ymddygiad eu meithrin yn gynnar mewn bywyd; i'r gwrthwyneb mae pobl ifanc sy'n arbrofi gydag ysmegu, alcohol a chyffuriau'n debycach i barhau'r arferion hyn pan fyddant yn hŷn, gydag effeithiau niweidiol ar eu hiechyd corfforol a meddwl.

Mae ysmegu'n effeithio ar iechyd pobl ifanc ar hyd eu bywydau, gyda dechrau cynharach yn gysylltiedig â lefelau uwch o ysmegu a dibyniaeth, cyfle is o roi'r gorau iddi a marwoldeb uwch. Mae defnydd alcohol a chyffuriau yn rhai o'r prif ffactorau risg ar gyfer baich cyffredinol afiechyd yn y Deyrnas Unedig.

Yn yr un modd, mae beichiogrwydd yn yr arddegau yn gysylltiedig â deilliannau gwael ar gyfer menywod ifanc a'u plant, yn cynnwys cyrhaeddiad addysg gwaelach a iechyd meddwl gwaelach ar gyfer y fam a phwysau gwaed is ar gyfer eu babanod.

Ysmegu mewn pobl ifanc

- Yn 2018 dywedodd 9% o bobl ifanc 15 oed eu bod yn ysmegu'n gyson (wedi ysmegu o fewn yr wythnos ddiwethaf), o gymharu â 5.1% yn Lloegr a 7% yn yr Alban.
- Roedd y gyfran o ysmygwyr rheolaidd yng Nghymru yr un fath ar gyfer gwrywod a benywod yn 2018 (9%).
- Yn 2016, nododd 4.1% o bobl ifanc 11-16 oed yng Ngogledd Iwerddon eu bod wedi ysmegu o fewn yr wythnos ddiwethaf

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru osod targedau i ddod yn genhedlaeth rhydd o dybaco (a ddiffinnir fel amledd ysmegu o <5%). Mae Lloegr a'r Alban wedi gosod targedau tebyg i gael eu cyflawni erbyn 2030.
- Dylai Llywodraeth Cymru wahardd pob math o farchnata e-sigarets i blant a phobl ifanc, er enghraifft drwy farchnata blasau melys.
- Fe wnaethom groesawu ymestyn ardaloedd di-fwg yn 2019 i gynnwys ysbytai, ysgolion ac yn agos at safleoedd chwarae. Dylai Llywodraeth Cymru gyflawni'r darpariaethau yn Neddf Iechyd Cyhoeddus (Cymru) yn ymwneud ag ysmegu a nodi'n glir sut y caiff hyn ei

weithredu a'i orfodi. Dylai gwaharddiadau ar ysmegu mewn manau cyhoeddus gael ei ystyried ar gyfer lleoliadau eraill y mae nifer fawr o blant yn eu mynychu (e.e. tu allan i ganolfannau hamdden a pharcio) eto gyda chanllawiau clir ar orfodaeth

Alcohol a defnydd cyffuriau mewn pobl ifanc

- Yn 2018, dywedodd 18% o bobl ifanc 15 oed yng Nghymru eu bod wedi bod yn feddw o leiaf bedair gwaith. Yn yr un flwyddyn, dywedodd 26% o bobl ifanc 15 oed yn Lloegr a 31.5% yn yr Alban iddynt fod yn feddw ddwy neu fwy o weithiau.
- Roedd y gyfran o bobl ifanc a fu'n feddw o leiaf bedair gwaith yng Nghymru yn uwch ar gyfer benywod (19%) nag ar gyfer gwrywod (17%) yn 2018.
- Yn 2016, dywedodd 13% o bobl ifanc 11-16 oed yng Ngogledd Iwerddon eu bod wedi bod yn feddw ddwy i dair gwaith
- Yn 2018, dywedodd 21% o bobl ifanc 15 oed eu bod wedi rhoi cynnig ar canabis ar unrhyw amser, o gymharu â 21% yn Lloegr a 16.5% yn yr Alban.
- Roedd y gyfran o bobl sydd wedi rhoi cynnig ar canabis ar unrhyw amser yn uwch ar gyfer gwrywod (22%) nag ar gyfer benywod (20%) yn 2018.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Yng Nghymru, rydym yn croesawu Deddf Iechyd Cyhoeddus (Isafswm Pris Alcohol) (Cymru) sy'n nodi'r isafswm pris ar gyfer alcohol fel 50c yr uned. Yn ogystal â helpu iechyd plant, bydd hefyd yn gostwng afiechyd oedolion o glefyd yr iau/afu. Dylai'r Ddeddf ddod i rym ym mis Mawrth 2020 a chael ei hadolygu'n rheolaidd, ac addasu'r isafswm pris yn unol â hynny.

Beichiogiadau mewn pobl ifanc

- Yn 2018, roedd y gyfradd beichiogiad dan 18 yn 19.5 fesul 1,000 o fenywod 15-17 oed yng Nghymru, o gymharu â 17.3 fesul 1,000 yn Lloegr a 16.3 fesul 1,000 yn yr Alban.
- Yn 2017, roedd y gyfradd genedigaethau byw yn 4.7 fesul 1,000 o fenywod 15-17 yng Ngogledd Iwerddon.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu cyllid ychwanegol ar gyfer awdurdodau lleol i ehangu a darparu gwasanaethau iechyd rhywiol.

Iechyd meddwl

Mae ymyrraeth gynnar mewn problemau iechyd meddwl yn allweddol i ostwng y difrod a achosir ganddynt. Mae hanner problemau iechyd meddwl oedolion yn dechrau cyn 14 oed a 75% yn dechrau cyn 24 oed. Felly, dylai gwella iechyd meddwl plant a phobl ifanc fod yn gyfrifoldeb i bawb; dylai gweithwyr proffesiynol fedru dynodi pryderon i gyfeirio at wasanaethau ac adnoddau cyn iddynt gyrraedd argyfwng neu hunanladdiad.

Mae mwy o drafodaeth gyhoeddus ar iechyd meddwl yn anelu i ostwng stigma am drafod pryderon iechyd meddwl a gwella dealltwriaeth o brofiad unigolion. Wrth i fwy o bobl ifanc fedru adnabod eu hiechyd meddwl a llesiant, dylai fod gwasanaethau digonol ar gael i ateb galw cynyddol.

Amledd cyflyrau iechyd meddwl

- Yn 2017, dywedodd 11.2% o blant a phobl ifanc 5-15 yn Lloegr fod ganddynt unrhyw anhwylder meddwl. Roedd 5.8% ohonynt yn anhwylderau emosiynol, 5.5% yn anhwylderau ymddygiadol a 1.9% yn anhwylderau rhyngweithiol.
- Nid oes unrhyw ddata ar amledd cyflyrau iechyd meddwl y gellir ei gymharu ar gael ar gyfer Cymru.

Gwasanaethau iechyd meddwl

- Yn 2016/17, roedd cyfradd derbyniadau iechyd meddwl ar gyfer pobl ifanc dan 18 oed yn 13 fesul 100,000 yng Nghymru, o'i gymharu â 33 fesul 100,000 yn Lloegr, 61 fesul 100,000 yn yr Alban a 40 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2016/17, roedd cyfradd argaeledd gwelyau iechyd meddwl ar gyfer pobl ifanc dan 18 oed yn 3 fesul 100,000 yng Nghymru, 11 fesul 100,000 yn Lloegr, 10 fesul 100,000 yn yr Alban a 9 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2018/17, roedd hyd cyfartalog arhosiad ar wardiau mewngleifion CAMHS yn 99 diwrnod yng Nghymru, o'i gymharu â 72 diwrnod yn Lloegr, 50 diwrnod yn yr Alban a 52 diwrnod yng Ngogledd Iwerddon.

Hunanladdiad

- Yn 2018 roedd y gyfradd hunanladdiad ar gyfer pobl ifanc 15-24 oed yn 9.7 fesul 100,000 yng Nghymru, o'i gymharu â 8.1 fesul 100,000 yn Lloegr, 15.1 fesul 100,000 yn yr Alban a 17.8 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2018 yn y Deyrnas Unedig, roedd gwrywod 20-24 oed 3.5 gwaith yn fwy tebygol o ddod â'u bywydau eu hunain i ben na benywod o'r un oedran.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Mae'r rhaglen Gweithio gyda'n Gilydd dros Blant a Phobl Ifanc a'r Grŵp Gweinidogol sy'n cyflwyno'r argymhellion a wnaed yn adroddiad Cadernid Meddwl 2018 yn rhoi strwythurau i wella gwasanaethau iechyd meddwl plant a phobl ifanc. Rydym yn croesawu parhau cyllid ar gyfer Gweithio gyda'n Gilydd dros Blant a Phobl Ifanc a ddylai ddal i fynd tu hwnt i 2021. Yn neilltuol, croesawn ymrwymadau i weithio gyda Byrddau Partneriaeth Rhanbarthol i ddeall darpariaeth bresennol a hybu help a chefnogaeth cynnar, ac i weithredu'r llwybr niwroddatblygiadol a safonau a ddatblygwyd yn ystod y cyfnod cyntaf, gan weithio'n gydlynol i gyflwyno darpariaethau'r Ddeddf Anghenion Dysgu Ychwanegol ac ymateb estynedig ar gyfer plant a phobl ifanc gydag anghenion niwroddatblygiadol.
- Dylai Llywodraeth Cymru roi adnoddau a chefnogaeth i'r rhaglenni hyn i sicrhau cyflwyno dull gweithredu system gyfan a chefnogi'r 'canol coll' sydd angen gwasanaethau ond nad ydynt yn cyflawni'r meini prawf ar gyfer Gwasanaethau Iechyd Meddwl Plant a'r Glasoed (CAMHS). Dylai'r system hon ymgorffori addysg a 'Dull Ysgol Gyfan', ymyrraeth gynnar, cefnogaeth seiliedig yn y gymuned a chefnogaeth wedi'i dargedu ar gyfer grwpiau bregus.
- Dylai Llywodraeth Cymru barhau i roi adnoddau i Amser i Newid Cymru, sy'n darparu ymgyrch genedlaethol i ostwng stigma problemau iechyd meddwl (a gyflwynir gan Mind Cymru a Hafal).
- Dylai Llywodraeth Cymru gasglu data ar amledd cyflyrau iechyd meddwl mewn plant a phobl ifanc a rhoi adroddiad ar hyn o leiaf bob tair blynedd.
- Croesawn fod Uned Meincnodi'r GIG yn casglu data ar berfformiad gwasanaethau CAMHS ar draws y Deyrnas Unedig. Dylai pob Bwrdd Iechyd adrodd eu data i'r casgliad data meincnodi

Teulu ac amgylchedd cymdeithasol

Mae deilliannau iechyd plant yn gynnyrch ffactorau cymdeithasol, economaidd, personol a gwleidyddol cymhleth a rhyng-gysylltiedig. Mae'n anochel y bydd y byd a'r amgylchedd o'u cwmpas yn dylanwadu ar iechyd plant unigol, nid dim ond ansawdd y gofal a dderbyniant o'r system iechyd ond hefyd gan y gwasanaethau y medrant gael mynediad iddynt a ffordd o fyw eu teulu.

Mae gormod o blant a phobl ifanc yn cael eu magu mewn teuluoedd sy'n profi tlodi ac amddifadedd. Dengys data Cyflwr Iechyd Plant fod eu statws economaidd-gymdeithasol ac amrywiadau daearyddol yn effeithio'n sylweddol ar ddeilliannau iechyd plant. Gall effeithio ar ddeilliannau addysgol a chymdeithasol plant yn ogystal â'u hiechyd.

Gall rhai grwpiau o bobl ifanc fod yn neilltuol o fregus i ddeilliannau gwaelach - gofalwyr ifanc a phlant o fewn y system diogelu plant - ac angen cymorth wedi'i dargedu i sicrhau eu bod yn cael plentyndod iach a hapus. Mae effaith a gaiff profiadau niweidiol yn ystod plentyndod yn nes ymlaen mewn bywyd yn hysbys iawn a chawsant eu hymchwilio'n helaeth; mae pob plentyn yn haeddu cyfle cyfartal a chroesawn y ffocws polisi ar atal cyswllt â phrofiadau niweidiol yn ystod plentyndod drwy raglenni megis y cynllun 1,000 Diwrnod Cyntaf a gyflwynir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae mabwysiadu dull gweithredu traws-llywodraeth at 'iechyd plentyn ym mhob polisi' yn cydnabod y dylid ystyried iechyd plant ym mhob penderfyniad ar lefel genedlaethol a hefyd lefel leol a chroesawn y symud tuag ddull gweithredu iechyd ym mhob polisi Llywodraeth Cymru.

Tlodi plant

- Yn 2017/18 roedd 22% o blant y Deyrnas Unedig yn byw mewn tlodi cyn costau tai, 30% ar ôl costau tai.
- Yn 2017/18, roedd 29% o blant Cymru yn byw mewn tlodi ar ôl costau tai, o gymharu â 31% yn Lloegr, 24% yn yr Alban a 24% yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2017, roedd 7.8% o blant y Deyrnas Unedig yn byw mewn tlodi parhaus..

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru gydnabod cyfraddau uchel tlodi plant, adolygu'r rhaglenni presennol a chyhoeddi strategaeth ddiwygiedig i ostwng tlodi plant. Dylai'r strategaeth roi targedau cenedlaethol i ostwng cyfraddau tlodi plant a thargedau penodol ar anghydraddoldeb iechyd ar gyfer meysydd allweddol o iechyd plant, gydag atebolrwydd clir ar draws y Llywodraeth.
- Dylai Llywodraeth Cymru adnewyddu buddsoddiad mewn gwasanaethau ar gyfer plant a theuluoedd, sy'n cefnogi parodrwydd plant ar gyfer ysgol.

Addysg, Cyflogaeth neu Hyfforddiant

- Yn 2018, nid oedd 4.1% o bobl ifanc 16-17 oed a 12.9% o bobl ifanc 20-24 oed y Deyrnas Unedig mewn addysg, cyflogaeth na hyfforddiant.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai sicrhau adnoddau i Awdurdodau Lleol i ddarparu hybiau iechyd a lles, wedi'u cynllunio ar gyfer plant a phobl ifanc

Gofalwyr ifanc:

- Mae'r data diweddaraf sydd ar gael o gyfrifiad 2011 yn dangos fod y gyfradd o ofalwyr ifanc 0-9 oed yn 4.1 fesul 1,000 yng Nghymru, o gymharu â 3.3 fesul 1,000 yn Lloegr, 3.1 fesul 1,000 yn yr Alban a 3.8 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2011, roedd y gyfradd o ofalwyr ifanc 10-19 oed yn 39.5 fesul 1,000 yng Nghymru, o gymharu â 32.3 fesul 1,000 yn Lloegr, 60.1 fesul 1,000 yn yr Alban a 45.5 yng Ngogledd Iwerddon
- Yn 2011, roedd y gyfradd o ofalwyr ifanc 20-24 oed yn 58.9 fesul 1,000 yng Nghymru, o gymharu â 49 fesul 1,000 yn Lloegr, 44.1 fesul 1,000 yn yr Alban a 78.7 fesul 1,000 yng Ngogledd Iwerddon
- Yng Nghymru yn 2011, dywedodd 18.9% o ofalwyr ifanc 0-9 oed a ddarparodd fwy na 50 awr o ofal yr wythnos bod eu hiechyd 'ddim yn dda

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru gyflawni'r argymhellion a wnaed gan y Pwyllgor Iechyd, Gofal Cymedeithasol yn ei adroddiad 2019 'Gofalu am ein dyfodol', yn cynnwys rhoi arweiniad ac adnoddau i sicrhau fod gofalwyr ifanc yn derbyn asesiadau iechyd blynyddol.
- Croesawn gyflwyno cardiau adnabod cenedlaethol i ofalwyr ifanc, er mwyn galluogi ofalwyr ifanc i gael mynediad i gefnogaeth aml-asiantaeth. Rhaid gwneud cardiau adnabyddiaeth ar gael i bob gofalwr ifanc 0-18 oed.

Plant yn y system amddiffyn plant

- Yn 2018 roedd y gyfradd plant dan 18 oed ar y gofrestr amddiffyn plant yn 47 fesul 100,000 yng Nghymru, o gymharu â 47.7 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon a 29 fesul 100,000 yn yr Alban.
- Yng Nghymru, cam-driniaeth emosiynol oedd y prif reswm am fod ar y gofrestr amddiffyn plant (43.2%).

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru gyhoeddi adroddiad asesu effaith o'r Cynllun Gweithredu Cenedlaethol ar Atal ac Ymateb i Gamdriniaeth Rywiol Plant erbyn diwedd 2022.
- Croesawn hyb profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs) Iechyd Cyhoeddus Cymru a dylai gael ei ddiweddarau'n rheolaidd gyda gwybodaeth ac adnoddau.

Plant sy'n derbyn gofal

- Yn 2018 roedd y gyfradd o blant sy'n derbyn gofal dan 18 oed yn 101.7 fesul 10,000 Nghymru, o gymharu â 71.2 fesul 10,000 yng Ngogledd Iwerddon a 144.4 fesul 10,000 yn yr Alban yn 2017. Yn 2019, roedd y gyfradd o blant sy'n derbyn gofal dan 18 oed yn 65 fesul 10,000 yn yr Lloegr.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Lle'n bosibl dylai awdurdodau lleol ddarparu llwybrau lleol, a gytunwyd gan aml-asiantaethau sy'n gwella mynediad i gefnogaeth a gwasanaethau ar gyfer pobl ifanc sy'n derbyn gofal. Dylai'r cynnig gwasanaethau fod ar gael ar gyfer pobl ifanc hyd at 25 oed i sicrhau y rhoddir ystyriaeth i wasanaethau pontio ar gyfer rhai sy'n gadael gofal.
- Dylai Llywodraeth Cymru ddarparu cyllid digonol i awdurdodau lleol i roi adnoddau a chomisiynu asesiadau iechyd blynyddol ar gyfer plant a phobl ifanc sy'n derbyn gofal hyd at 25 oed.

Cyflyrau hirdymor

Mae llawer o gyflyrau hirdymor yn datblygu yn ystod plentyndod. Mae mwy o blant yn cyflwyno gyda chydafiachedd gyda chymhlethdod ychwanegol hefyd, sydd angen rheoli pwrpasol.

Asthma yw'r cyflwr hirdymor mwyaf cyffredin ymysg plant a phobl ifanc ac mae ymysg y deg rheswm uchaf dros dderbyn plant i ysbyty mewn argyfwng yn y Deyrnas Unedig. Epilepsi yw'r cyflwr niwrolegol hirdymor mwyaf cyffredin mewn plentyndod, er nad yw diagnosis bob amser yn syml. Mae diabetes yn gynyddol gyffredin ymysg pobl ifanc yn y Deyrnas Unedig. Er bod 90% o achosion diabetes yn rhai Math 1, mae diabetes Math 2 yn gynyddol gyffredin.

Mae canserau plentyndod yn amrywiol ac mae cyfraddau mynychder wedi cynyddu gan 15% yn y Deyrnas Unedig ers y 1990au. Serch hynny, mae arloeseddau technegol a threialon clinigol wedi gwella gofal canser yn sylweddol iawn ac mae mwy o blant yn goroesi'n hirach.

Caiff plant gyda diabetes ac anawsterau dysgu eu dynodi a'u cefnogi drwy'r system addysg gyda darpariaeth dysgu. Fodd bynnag, mae anawsterau wrth ddehongli'r data yma oherwydd trothwyon gwrthrychol a diffyg data ar blant nad ydynt mewn addysg ffurfiol.

Mae plant a phobl ifanc gyda chyflyrau hirdymor yn fwy tebygol o ddatblygu problemau iechyd meddwl a gallant fod â deilliannau addysg gwaelach. Dylai pobl ifanc gyda chyflyrau hirdymor gael eu grymuso gyda offer i hunan-reoli eu eu cyflyrau iechyd wrth iddynt ddod yn oedolion. Mae hyn yn neilltuol o wir ar gyfer pobl ifanc wrth iddynt symud o wasanaethau iechyd plant i wasanaethau iechyd oedolion.

Asthma

- Yn 2017/18 roedd y gyfradd o dderbyniadau argyfwng i ysbyty ar gyfer asthma yn 165 fesul

100,000 o blant a phobl ifanc dan 19 oed yng Nghymru, o gymharu â 174 fesul 100,000 yn Lloegr a 157.2 fesul 100,000 yn yr Alban.

- Yn 2018, roedd 20 marwolaeth oherwydd asthma yn y Deyrnas Unedig ar gyfer plant 0-14 oed, 19 ohonynt yn Lloegr a Chymru.
- Yn 2017, roedd 22 marwolaeth oherwydd asthma yn y Deyrnas Unedig ar gyfer pobl ifanc 15-24 oed, 18 ohonynt yn Lloegr a Chymru.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai GIG Cymru gefnogi'r gwaith sy'n mynd rhagddo i sefydlu rhwydwaith glinigol ar draws y Deyrnas Unedig ar gyfer asthma. Dylid rhoi cefnogaeth ac adnoddau priodol i gefnogi swyddogaethau allweddol y rhwydwaith ar lefelau cenedlaethol a rhanbarthol. Dylai'r rhwydwaith gynnwys cysylltiadau i iechyd meddwl, addysg a phontio a chynnwys mewnbwn gan weithwyr proffesiynol aml-ddisgyblaeth ac ymgysylltu â theuluoedd/pobl ifanc.
- Rhaid i bob uned ledled Cymru ymgysylltu gyda Rhaglen Archwilio Genedlaethol Asthma a COPD Coleg Brenhinol y Ffisigwyr (NACAP).

Epilepsi

- Yn 2017/18 roedd y gyfradd derbyniadau argyfwng i ysbyty am epilepsi yn 87.9 fesul 100,000 dan 19 oed yng Nghymru, o gymharu â 66.8 fesul 100,000 yn Lloegr a 73.8 fesul 100,000 yn yr Alban.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai GIG Cymru gefnogi'r gwaith sy'n mynd rhagddo i sefydlu rhwydwaith glinigol ar draws y Deyrnas Unedig ar gyfer epilepsi. Dylai cefnogaeth ac adnoddau priodol fod ar gael i gefnogi swyddogaethau rhwydwaith allweddol ar lefel genedlaethol a lefel ranbarthol. Dylai'r rhwydweithiau gynnwys cysylltiadau gyda iechyd meddwl, addysg a phontio a cynnwys mewnbwn gan weithwyr proffesiynol aml-ddisgyblaeth a hefyd ymgysylltu teulu/pobl ifanc.
- Dylai pob Bwrdd Iechyd ledled Cymru ymgysylltu â Rhaglen Archwilio Genedlaethol Epilepsy 12.
- Dylai Byrddau Iechyd ledled Cymru fuddsoddi mewn nifer ddigonol o nyrsys arbenigol mewn epilepsi i sicrhau y caiff plant a phobl ifanc eu cefnogi ar draws y llwybrau iechyd ac addysg. Dylid gostwng derbyniadau aciwt a mynychu adrannau argyfwng diangen a dylai fod llai o farwolaethau y medrid eu hosgoi oherwydd epilepsi.

Diabetes

- Yn 2017/18, roedd gwerth canolrif HbA1c (mmol/mol) yn 64.5 yng Nghymru a 64 yn Lloegr.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai GIG Cymru gefnogi'r gwaith sy'n mynd rhagddo i sefydlu rhwydwaith glinigol ar draws y Deyrnas Unedig ar gyfer diabetes. Dylai cefnogaeth ac adnoddau priodol fod ar gael i gefnogi swyddogaethau rhwydwaith allweddol ar lefel genedlaethol a lefel ranbarthol. Dylai'r rhwydweithiau gynnwys cysylltiadau gyda iechyd meddwl, addysg a phontio a chynnwys mewnbwn gan weithwyr proffesiynol aml-ddisgyblaeth a hefyd ymgysylltu teulu/pobl ifanc.
- Dylai pob uned diabetes plant ymgysylltu gyda'r Archwiliad Cenedlaethol ar Diabetes Pediatrig (NPDA).
- Dylai GIG Cymru gryfhau gallu digidol mewn gofal sylfaenol ac ar draws gweithwyr proffesiynol iechyd plant gyda'r systemau TG angenrheidiol fel bod gwybodaeth am bwysau plentyn yn hygyrch i bob gweithiwr iechyd plant proffesiynol sydd ei angen, er mwyn galluogi adnabod diabetes math 2 yn gynnar.

Canser

- Yn 2017, roedd y gyfradd marwoldeb canser ar gyfer plant 0-4 oed yn 2.5 fesul 100,000 yng Nghymru, o gymharu â 2.9 fesul 100,000 yn Lloegr, 2.9 fesul 100,000 yn yr Alban a 2.6 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2017, roedd y gyfradd marwoldeb canser ar gyfer plant 5-14 oed yn 2.5 fesul 100,000 yng Nghymru, o gymharu â 2.3 fesul 100,000 yn Lloegr, 2.8 fesul 100,000 yn yr Alban a 2.3 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2017, roedd y gyfradd marwoldeb canser ar gyfer pobl ifanc 15-19 oed yn 100,000 yng Nghymru, 3.3 fesul 100,000 yn Lloegr, 4.3 fesul 100,000 yn yr Alban a 4.2 fesul 100,000 yng Ngogledd Iwerddon

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Dylai Llywodraeth Cymru weithredu argymhellion o Ymchwiliad 2018 y Grŵp Trawsbleidiol ar Hosbisau a Gofal Lliniaru 'Anghydraddoldeb mewn mynediad i hosbisau a gofal lliniarol' sy'n cyfeirio at wasanaethau gofal lliniarol pediatrig. Mae'r argymhellion yn cynnwys: mynediad i wasanaethau tu allan i oriau a chynyddu adnoddau ar gyfer nyrsio cymunedol.
- Dylai Llywodraeth Cymru gynnal asesiad effaith o'r Cynllun Cyflawni ar gyfer Canser (2016-2020), gan edrych yn benodol ar wasanaethau canser i blant a phobl ifanc, i lywio cynllunio ar gyfer gwasanaethau canser plant tu hwnt i 2020.

Anabledd ac anghenion dysgu ychwanegol

- Yn 2019, roedd gan 22.2% o bobl ifanc oedd wedi ymrestru mewn addysg yng Nghymru Anghenion Dysgu Ychwanegol wedi'i ddynodi.
- Yn 2018, roedd gan 14.6% o bobl ifanc oedd wedi ymrestru mewn addysg yn Lloegr Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledd wedi'i ddynodi.
- Yn 2019, roedd gan 30.9% o bobl ifanc oedd wedi ymrestru mewn addysg yn yr Alban Angen Cymorth Ychwanegol wedi'i ddynodi.
- Yn 2019, roedd gan 23% o bobl ifanc oedd wedi ymrestru mewn addysg yng Ngogledd Iwerddon Anghenion Addysgol Arbennig ac Anabledd wedi'i ddynodi.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Rydym yn croesawu ac yn cefnogi cyflwyno rhaglen trawsnewid Anghenion Dysgu Ychwanegol ac ymrwymiad i bob Bwrdd Iwechyd fod â Swyddog Arweiniol Clinigol Addysgol Dynodedig (DECLO).

Gweithlu

Mae gweithlu iechyd plant gyda nifer a sgiliau digonol yn hanfodol mewn ymdrechion i wella iechyd plant a phobl ifanc yn y Deyrnas Unedig: nid dim ond pediatregwyr, ond hefyd nyrsys plant, ymwelwyr iechyd, swyddogion iechyd meddwl, gofal sylfaenol a gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd. Ar hyn o bryd mae'r galw am wasanaethau iechyd plant yn fwy na'r capasiti ac mae'n rhwystr i bobl ifanc rhag cael mynediad i ofal ansawdd uchel.

- Yn 2017 roedd 2 ymgynghorydd pediatriig fesul 10,000 o blant a phobl ifanc yng Nghymru, o gymharu â 2.2 fesul 10,000 o blant a phobl ifanc yn Lloegr, 2.2 fesul 10,000 o blant a phobl ifanc yn yr Alban a 2 fesul 10,000 o blant a phobl ifanc yng Ngogledd Iwerddon.
- Yn 2018, roedd 463 o blant a phobl ifanc fesul meddyg teulu gyda chymwysterau llawn yng Nghymru, o gymharu â 489.7 o blant a phobl ifanc fe pob meddyg teulu gyda chymwysterau llawn yn yr Alban a 471.8 o blant a phobl ifanc fesul pob meddyg teulu gyda chymwysterau llawn yng Ngogledd Iwerddon.

Argymhellion polisi ar gyfer Cymru:

- Croesawn 'Cymru Iachach: Ein Strategaeth Gweithlu ar gyfer Iechyd a Gofal Cymdeithasol' a gyhoeddwyd gan Addysg a Gwellu Iechyd Cymru yn 2019 mewn ffurf ddrafft. Dylid ehangu'r strategaeth i wneud argymhellion penodol ar gyfer y gweithlu iechyd plant, sy'n arddel dull gweithredu cydlynol a chyson at gynllunio. Dylai'r strategaeth:

- Ystyried ehangder y gweithlu iechyd plant yn cynnwys meddygol, bydwreigiaeth, nyrsio, gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd, fferyllwyr, ymwelwyr iechyd a nyrsys ysgol.
- Mynd i'r afael â recriwtio a chadw'r gweithlu gofal iechyd.
- Sicrhau fod eu data gweithlu gofal iechyd yn gadarn, dibynadwy a chynhwysfawr.
- Bod yn seiliedig o amgylch modelu cadarn a rhagweithiol, i sicrhau fod y newid yn anghenion plant a phobl ifanc yn cyfateb yn well gyda hyfforddiant a recriwtio gweithlu iechyd plant yn y dyfodol.



Cyflwr Iechyd Plant:

Cymru

Cyhoeddwyd Mawrth 2020

© RCPCH 2020

Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant Cymru
Ystafell 318, 3ydd Llawr, Ty Regus, Falcon Drive, Bae Caerdydd CF10 4RU

Mae Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant (RCPCH) yn elusen
gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (1057744) ac yn Yr Alban (SC038299).