PHILTRE

Adroddiad Blynyddol

2021 - 2022

Cocên
MDMA
Diazepam
Cetamin
Caffeine
Etizolam
Tetrahydrocannabinol
Cannabidiol
Flubromazolam

WEDINOS

www.wedinos.org

Cynnwys

Rhagair	2
WEDINOS - Nodyn Atgoffa	3
Prif Ffigurau 2021/22	4
Safbwynt Ehangach . . .	5
Niwed o Ddefnyddio Sylweddau – Cymru	6
WEDINOS. . . Samplau	6
Canfyddiadau Allweddol . . . Beth?	7
Lleoliadau Cymunedol . . .	9
Samplau Cymunedol: Beth?	10
Cymunedol: Sut?	12
Bensodiasepinau	15
Lleoliadau Economi Liw Nos a Gwyliau Cerddoriaeth	19

Rhagair

Ar ôl i gyfyngiadau COVID-19 gael eu llacio, mae **WEDINOS** wedi gweld cynnydd sylweddol mewn gweithgarwch yn ystod y deuddeg mis diwethaf, gyda chynnydd o 92.6 y cant yn nifer y samplau a gyflwynwyd. Ynghyd ag ailagor lleoliadau economi liw nos a gwyliau cerddoriaeth yn dychwelyd, cynyddodd cyflwyniadau cymunedol bron 60 y cant, gan ddangos bod mwy o ymwybyddiaeth o wasanaeth **WEDINOS** a'i fanteision o ran lleihau niwed. O ganlyniad i'r nifer uwch hwn o samplau, mae WEDINOS hefyd wedi gweld cynnydd o 14.6 y cant yn nifer y sylweddau a nodir.

Bensodiasepinau yw'r grŵp cemegol o sylweddau seicoweithredol a nodir gan amlaf o hyd, a hynny ers hanner degawd. Yn ystod 2021-22, cafodd cyfanswm o 20 o fensodiasepinau eu proffilio, a diazepam oedd y sylwedd a gyflwynwyd amlaf gyda'r bwriad o'i brynu. Fodd bynnag, yn yr un modd â blynyddoedd blaenorol, mae amnewidion o fewn y farchnad diazepam anghyfreithlon yn parhau i fod yn uchel – nid oedd 57.3 y cant yn cynnwys diazepam.

Mae'r pryderon ynghylch iechyd y cyhoedd yn parhau am nad yw'r cynhyrchion hyn o safon fferyllol ac, er gwaethaf eu hymddangosiad, maent yn ffug. Gall cynhyrchion ffug, fel y mae **WEDINOS** yn ei ddangos, gynnwys sylweddau gwahanol ac amrywiaeth o ddosau. Mae hyn yn golygu nad yw unigolion sy'n cymryd y cynhyrchion hyn yn gwybod beth yw'r dos, pryd y bydd yr effeithiau yn dechrau, am ba hyd y byddant yn para, na gwrtharwyddion â sylweddau neu feddyginiaethau eraill ac, o ganlyniad, maent yn wynebu mwy o risg o niwed i'w hiechyd a niweidiau eraill.

Mae **WEDINOS** yn parhau i ddarparu gwasanaeth pwysig, hygyrch ac o ansawdd uchel a hoffem ddiolch i bawb sy'n gysylltiedig â'r prosiect, yn cydweithredu ag ef, ac sy'n cyflwyno samplau am sicrhau bod y gwaith gwerthfawr hwn yn parhau.

Josie Smith
Uwch-epidemiolegydd yn Iechyd Cyhoeddus Cymru ac Arweinydd Rhaglen **WEDINOS**

WEDINOS - Nodyn Atgoffa

Ariennir **WEDINOS** gan Lywodraeth Cymru a chafodd y prosiect ei lansio ym mis Hydref 2013 fel cydweithrediad rhwng Iechyd Cyhoeddus Cymru, Labordai Tocsicoleg Caerdydd yn Ysbyty Athrofaol Llandochau, Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro a'r Ysgol Fferylliaeth ym Mhrifysgol Caerdydd.

Mae **WEDINOS** yn darparu fframwaith ar gyfer casglu a phrofi samplau o sylweddau seicoweithredol a chyfuniadau o gyffuriau (y cyfeirir atynt o hyn ymlaen fel "samplau"), ynghyd â gwybodaeth am y symptomau a brofwyd gan y rhai sy'n cyflwyno'r samplau, gan gynnwys rhai disgwyliedig ac annisgwyl. Drwy goladu'r canfyddiadau hyn a nodi strwythur cemegol y samplau, gellir lledaenu gwybodaeth ymarferol sy'n seiliedig ar dystiolaeth er mwyn lleihau niwed i'r rhai hynny sy'n defnyddio cyffuriau seicoweithredol neu sy'n ystyried eu defnyddio.

Mae'r offerynnau dadansoddol a ddefnyddir i broffilio samplau yn cynnwys sbectromedr màs Pedrypol Amser Ehedeg (Q-ToF) (y prif offeryn dadansoddi), sbectromedr Trawsnewid Fourier Isgoch (FTIR), spectrosgopi Cyseinedd Magnetig Niwclear (NMR), Spectometreg Cromatograffaeth Nwy–Màs (GC-MS) a Spectometreg Cromatograffaeth Nwy–Màs (LC-MS).

Prif Ffigurau 2021/22

Cyfanswm hyd yn hyn:
27,286 o samplau wedi'u derbyn
- 23,249 wedi'u dadansoddi
- o sylweddau wedi'u nodi naill ai ar eu pen eu hunain neu mewn cyfuniad.
- O 297 o sefydliadau, gwasanaethau a lleoliadau economi liw nos (biniau amnest mewn clybiau nos) gwahanol o bob rhan o'r DU.

Eleni, 2021/22:
- o samplau wedi'u derbyn, gan ddangos cynnydd o 92.6 y cant o 2020/21.
- 6,345 wedi'u dadansoddi 85.7 y cant.
    - Cynyddodd samplau cymunedol 59.5 y cant i 4,684.
- 181 o sylweddau wedi'u nodi 14.6 y cant.
- 90 o sefydliadau, gwasanaethau a lleoliadau economi liw nos gwahanol 73.1 y cant.
- Oed canolrifol y rhai sy'n darparu samplau yw 32 oed (ystod rhwng 14 ac 80 oed).

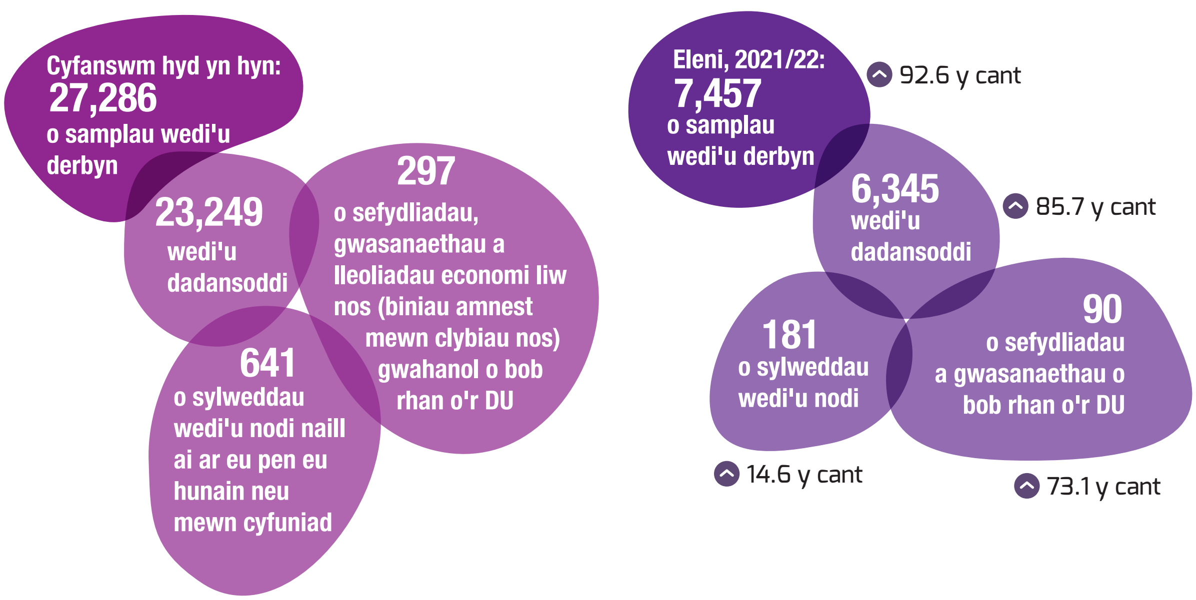
bensodiasepinau

- Fel y pedair blynedd flaenorol, bensodiasepinau oedd y dosbarth o sylweddau sy'n newid y meddwl/seicoweithredol a nodwyd amlaf; nodwyd 20 ohonynt.

Cocên

- Cocên oedd y sylwedd a nodwyd amlaf.
    - Y sylwedd a nodwyd amlaf yn y gymuned oedd cocên, ac yna diazepam.
    - Lleoliadau cyfiawnder troseddol – Mirtazapine oedd y sylwedd a nodwyd amlaf, ond cafodd rhagor o samplau eu proffilio fel rhai "heb gyfansoddyn gweithredol".

Ffig. 1: Gweithgarwch WEDINOS hyd yn hyn ac yn ystod y flwyddyn ddiwethaf 2021/22



Safbwynt Ehangach . . .

Amcangyfrifon Byd-eang, Ewropeaidd, Cymru a Lloegr, a Chymru:

Mae Swyddfa Cyffuriau a Throsedd y Cenhedloedd Unedig yn amcangyfrif bod oddeutu 275 miliwn o bobl wedi defnyddio cyffuriau yn ystod y flwyddyn cyn ei hadroddiad diweddaraf (2021), sy'n cyfateb i 5.5 y cant o'r boblogaeth fyd-eang rhwng 15 a 64 oed. Mae'r ffigur yn cynrychioli cynnydd o 22 y cant o 2010. Mae hyn yn cynnwys amcangyfrif o 11.3 miliwn o bobl sy'n chwistrellu cyffuriau. Nid yw'r ffigur hwn wedi newid ers 2018.

Mae 36.3 miliwn o bobl yn dibynnu ar gyffuriau a/neu mae angen gwasanaethau triniaeth arnynt.

Bu farw **494,000** o bobl o ganlyniad i ddefnyddio cyffuriau

Yn 2019, bu farw 494,000 o bobl o ganlyniad i ddefnyddio cyffuriau yn fyd-eang. O blith y marwolaethau hynny, roedd 366,000 ohonynt yn ymwneud yn anuniongyrchol â defnyddio cyffuriau, e.e. clefyd yr afu oherwydd hepatitis, HIV ac AIDS, hunan-niweidio sy'n gysylltiedig â defnyddio cyffuriau.

Roedd marwolaethau a briodolwyd i anhwylderau defnyddio cyffuriau (128,000) yn gyfrifol am 26 y cant ac, o'r rheini, cyfrannodd anhwylderau defnyddio opioidau at 69 y cant, neu 88,000 o farwolaethau.[1.]

Ar gyfer yr Undeb Ewropeaidd, nododd Cyngor Monitro Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau Ewrop (EMCDDA) fod oddeutu 83 miliwn o bobl, neu 28.9 y cant o'r boblogaeth rhwng 15 a 64, wedi rhoi cynnig ar gyffuriau anghyfreithlon o leiaf unwaith yn ystod eu bywyd.[2.*]

Yn y Deyrnas Unedig, nododd Arolwg Troseddu Cymru a Lloegr 2019/20 (hwn yw'r adroddiad cyhoeddedig diweddaraf) fod 3.2 miliwn o bobl, neu 9.4 y cant o oedolion rhwng 16 a 59 oed, wedi cymryd cyffur yn ystod y flwyddyn ddiwethaf; roedd hyn yr un peth â 2018/19.

Nododd oddeutu 1 o bob 5 o bobl rhwng 16 a 24 oed, sef 21 y cant, eu bod wedi cymryd cyffur yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, yn debyg i'r flwyddyn flaenorol.

I oedolion rhwng 60 a 74 oed, nododd 1 y cant eu bod wedi defnyddio cyffuriau yn ystod y flwyddyn ddiwethaf. Roedd y ffigur hwn yn debyg i flynyddoedd blaenorol.[3.]

Mae'r prif ffigurau dros dro ar gyfer amcangyfrifon o lefelau defnyddio cyffuriau mewn ffordd broblemus yng Nghymru**, gan gynnwys poblogaethau nad ydynt mewn cysylltiad ag unrhyw wasanaethau, yn awgrymu bod cyfanswm o 44,620 (cyfwng hyder o 95 y cant, 38,280 – 53,060) o ddefnyddwyr cyffuriau problemus yn 2019-20.[4.]

1. Adroddiad Cyffuriau'r Byd 2021 (cyhoeddiad gan y Cenhedloedd Unedig, Rhif Gwerthiant E.21. XI.8) https://www.unodc.org/res/wdr2021/field/WDR21_Booklet_2.pdf [cyrchwyd 29 Ebrill 2022].
2. Canolfan Monitro Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau Ewrop (2021), Adroddiad Cyffuriau Ewrop 2021: Tueddiadau a Datblygiadau, Swyddfa Cyhoeddiadau'r Undeb Ewropeaidd, Lwcsembwrg.

Translation Required here
* This should be regarded as a minimum estimate due to reporting biases.

3. Arolwg Troseddu Cymru a Lloegr 2019/20; Camddefnyddio Cyffuriau yng Nghymru a Lloegr: y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/articles/drugmisuseinenglandandwales/yearendingmarch2020 [cyrchwyd 29 Ebrill 2021].

Translation Required here
** In this context problem drug use (PDU) is defined by the European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA) as "injecting drug use or long duration or regular use of opioids, cocaine and/or amphetamines [including amphetamine type substances]".

4. Cloddio data Cymru: Proffil blynyddol ar gyfer camddefnyddio sylweddau 2020-21; Iechyd Cyhoeddus Cymru; Caerdydd; 2022; https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/cloddio-data-cymru-proffil-blynyddol-ar-gyfer-camddefnyddio-sylweddau-2020-21/ [cyrchwyd 25 Mai 2022].

Niwed o Ddefnyddio Sylweddau – Cymru

Yng Nghymru, mae nifer y derbyniadau i'r ysbyty ar gyfer gwenwyno gan gyffuriau anghyfreithlon a enwyd wedi lleihau 11.8 y cant yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, o 6,295 yn 2019-20 i 5,554 yn 2020-21.

224
o Farwolaethau

Yn 2020, cofrestrwyd 224 o farwolaethau o ganlyniad i wenwyno gan gyffuriau yng Nghymru, sef gostyngiad o 6.7 y cant o gymharu â'r flwyddyn galendr flaenorol. O'r holl farwolaethau o ganlyniad i wenwyno gan gyffuriau, nodwyd bod 149 (66.5 y cant) yn farwolaethau o ganlyniad i gamddefnyddio cyffuriau, gostyngiad o 9.7 y cant o 165 o farwolaethau yn 2019.[5.]

WEDINOS . . . Samplau

7,547
o Samplau

Derbyniodd a dadansoddodd **WEDINOS** gyfanswm o 7,547 samplau gan 90 o wasanaethau a sefydliadau ledled y DU, yn ogystal â gan unigolion. Gellir gwahanu'r samplau hyn i dri chategori eang:
- Cymunedol
- Yr economi liw nos
- Lleoliadau Cyfiawnder Troseddol

Daw'r samplau a gyflwynir gan leoliadau'r economi liw nos a Lleoliadau Cyfiawnder Troseddol o finiau amnest neu maent yn rhai a ddarganfuwyd nad oes modd eu priodoli ac felly nid oes unrhyw wybodaeth am fwriad prynu, effeithiau na demograffeg i gyd-fynd â nhw.

5. Cloddio data Cymru: Proffil blynyddol ar gyfer camddefnyddio sylweddau 2020-21; Iechyd Cyhoeddus Cymru; Caerdydd; 2022; https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/cloddio-data-cymru-proffil-blynyddol-ar-gyfer-camddefnyddio-sylweddau-2020-21/ (cyrchwyd 25 Mai 2022).

Canfyddiadau Allweddol . . . Beth?

Y sylweddau a nodwyd amlaf – Yr holl samplau

bensodiasepinau

Y grŵp cemegol o sylweddau seicoweithredol a nodwyd amlaf am y bedwaredd flwyddyn oedd bensodiasepinau, a nodwyd 20 ohonynt (nodwyd 18 yn 2020/21); fodd bynnag, nodwyd saith ohonynt ar bum achlysur neu lai.

diazepam etizolam

Yn yr un modd â chanfyddiadau'r tair blynedd flaenorol, diazepam (n=490) oedd y bensodiasepin a nodwyd amlaf. Etizolam oedd yr ail sylwedd a nodwyd amlaf, sef 358 o weithiau, er mai dim ond ar 46 achlysur y cafodd ei nodi fel y sylwedd y bwriadwyd ei brynu. Caiff etizolam ei nodi amlaf fel amnewidyn ar gyfer diazepam, ond hefyd mewn samplau a gyflwynwyd fel alprazolam. Mae etizolam yn gryfach na diazepam. Mae hyn yn risg bosibl i unigolion sy'n defnyddio bensodiasepinau gan fod maint dosau a'u cryfder yn amrywio'n sylweddol.

cocên

Gan ddychwelyd i'r tueddiadau cyn cyfyngiadau COVID-19, cocên oedd y sylwedd seicoweithredol a nodwyd amlaf gan **WEDINOS**.

Fel y trafodwyd yn adroddiad 2020-2021, mewn perthynas â gostyngiad yn nifer y cyflwyniadau, mae'n debygol bod y ffaith bod cocên yn gyffredin unwaith eto ymhlith y cyflwyniadau i **WEDINOS** o ganlyniad i ailagor lleoliadau economi liw nos, a'r cynnydd yn y samplau a dderbynnir drwy'r biniau amnest mewn lleoliadau o'r fath.

Nododd yr adroddiad diweddaraf a gyhoeddwyd ar Arolwg Troseddu Cymru a Lloegr 2019/20 nad oedd newid o ran y defnydd o gocên ymhlith oedolion rhwng 16 a 59 oed y llynedd o gymharu â'r flwyddyn flaenorol. Fodd bynnag, nodwyd gostyngiad yn nifer y bobl sy'n ei ddefnyddio'n aml, o 14.4 y cant yn y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2019 i 8.7 y cant yn y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020.

caffeine

Yn gyson â blynyddoedd blaenorol, caffein oedd y cyfrwng llenwi/torri mwyaf poblogaidd a nodwyd, ond, yn ogystal â'i ganfod wedi'i gyfuno â sylweddau eraill, canfuwyd bod sawl sampl o bowdrau a thabledi yn cynnwys caffein yn unig.

Tabl 1: Y sylweddau sy'n newid y meddwl/seicoweithredol a nodwyd amlaf yn samplau WEDINOS

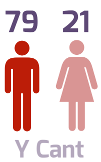
	2021/22	2020/21
1	Cocên	Diazepam
2	MDMA	Cocên
3	Diazepam	Flubromazolam
4	Cetamin	Etizolam
5	Caffeine	MDMB-4en-PINACA
6	Ni nodwyd Cyfansoddyn Gweithredol	Flualprazolam
7	Etizolam	Alprazolam
8	Tetrahydrocannabinol	MDMA
9	Cannabidiol	Caffeine
10	Flubromazolam	Tetrahydrocannabinol

Fel y nodwyd yn flaenorol, mae **WEDINOS** yn cael samplau gan amrywiaeth eang o leoliadau cymunedol. Mae **WEDINOS** yn gweithio'n agos gyda chwe charchar yng Nghymru, gan adrodd ar wahân ar ganfyddiadau nad oes ganddynt werth tystiolaethol. Yn adran nesaf yr adroddiad hwn, byddwn yn canolbwyntio ar samplau o leoliadau cymunedol.

Lleoliadau Cymunedol . . .

Cyflwynwyd 4,684 o samplau gan leoliadau cymunedol, gan gynnwys lleoliadau addysg, iechyd (gan gynnwys Adrannau Achosion Brys), iechyd meddwl, tai a digartrefedd, gwasanaethau camddefnyddio sylweddau ac unigolion.

O'r 4,684 o samplau hyn, roedd gwybodaeth ddemograffig ar gael ar gyfer 95 y cant (n=4,451). Mae hyn hefyd yn dangos gwelliant yn ansawdd y data, ochr yn ochr â chynnydd yn nifer y samplau, gan mai dim ond ar gyfer 90 y cant o ddata 2020-2021 roedd gwybodaeth ddemograffig ar gael.

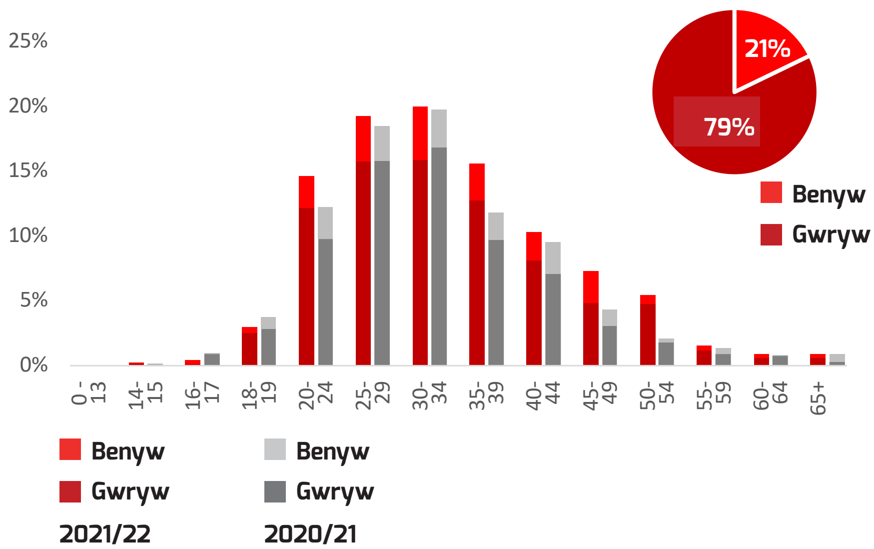


Cyflwynwyd 79 y cant o'r samplau gan ddynion a 21 y cant gan fenywod. Mae hyn wedi newid ychydig o gymharu â darparwyr y flwyddyn flaenorol, lle roedd 82 y cant yn ddynion a 18 y cant yn fenywod.

Oedran canolrifol y rhai a ddarparodd yr holl samplau sy'n newid y meddwl / seicoweithredol (Cymru a'r DU yn ehangach) oedd 32 oed, ystod oedran o 14 i 80 oed, o gymharu â 33 oed ac ystod o 14 i 89 oed yn 2020-2021.

- **Menywod -** yr oedran canolrifol oedd 33 oed (34 oed yn 2020-2021, ac wedi gostwng o 35 oed y flwyddyn flaenorol) (ystod oedran: 14-75 oed)
- **Dynion -** yr oedran canolrifol oedd 32 oed (mae hyn yr un peth â'r flwyddyn flaenorol) (ystod oedran: 14-80 oed)

Siart 1: Proffil darparwyr samplau seicoweithredol



Roedd y samplau a gyflwynwyd gan unigolion yn yr ystod oedran 0-17 oed, yn nhrefn cyffredinrwydd, yn cynnwys y canlynol ond heb fod yn gyfyngedig iddynt: ADB-BUTINACA (prynwyd pob un ohonynt fel hylifau e-sigaréts THC), MDMA, flualprazolam (prynwyd fel alprazolam), etizolam (prynwyd fel diazepam), AB-PINACA (prynwyd fel hylif e-sigaréts THC) cetamin, canabis, 2C-B ac amffetamin.

Roedd y samplau a gyflwynwyd gan oedolion hŷn 60 oed a throsodd, yn nhrefn cyffredinrwydd, yn cynnwys y canlynol ond heb fod yn gyfyngedig iddynt: cocên, diazepam, zopiclone, caffein, flubromazolam (prynwyd pob un fel diazepam), ac etizolam (prynwyd pob un fel diazepam).

Samplau Cymunedol: Beth?

Ers lansio **WEDINOS** yn 2013, mae'r prosiect wedi dangos yn gyson fod sylweddau'n cael eu hamnewid ym marchnad gyffuriau anghyfreithlon y DU. Mae Tabl 2 yn dangos y newidiadau yn y "10 sylwedd mwyaf cyffredin" ar y cam cyflwyno (bwriad prynu) a'r ôl-ddadansoddiad.

Mae'r samplau a restrir fel "anhysbys" yn cynnwys samplau a gyflwynwyd dan enw nad yw'n galluogi i'r sylwedd neu gategori sylwedd gael ei adnabod, samplau a ganfuwyd neu samplau anhysbys; fel y rhai a gyflwynwyd gan gleifion ag effeithiau acíwt mewn lleoliad iechyd, megis adran achosion brys neu ward iechyd meddwl.

Tabl 2: Y sylweddau mwyaf cyffredin cyn (ymddangosiadol) ac ar ôl (gwirioneddol) dadansoddi

	Bwriad prynu cymunedol	Ôl-ddadansoddiad cymunedol
1	Diazepam	Cocaine
2	MDMA	Diazepam
3	Cocên	MDMA
4	Alprazolam	Caffeine
5	Unknown	Etizolam
6	THC	Ni nodwyd Cyfansoddyn Gweithredol
7	Amffetamine	Flubromazolam
8	Cetamin	Cetamin
9	Zopiclone	Tetrahydrocannabinol
10	Canabis	Alprazolam

Mae Tabl 2 yn dangos newidiadau rhwng y sylweddau a nodwyd amlaf cyn eu dadansoddi; a'r sylweddau a nodwyd amlaf ar ôl eu dadansoddi.

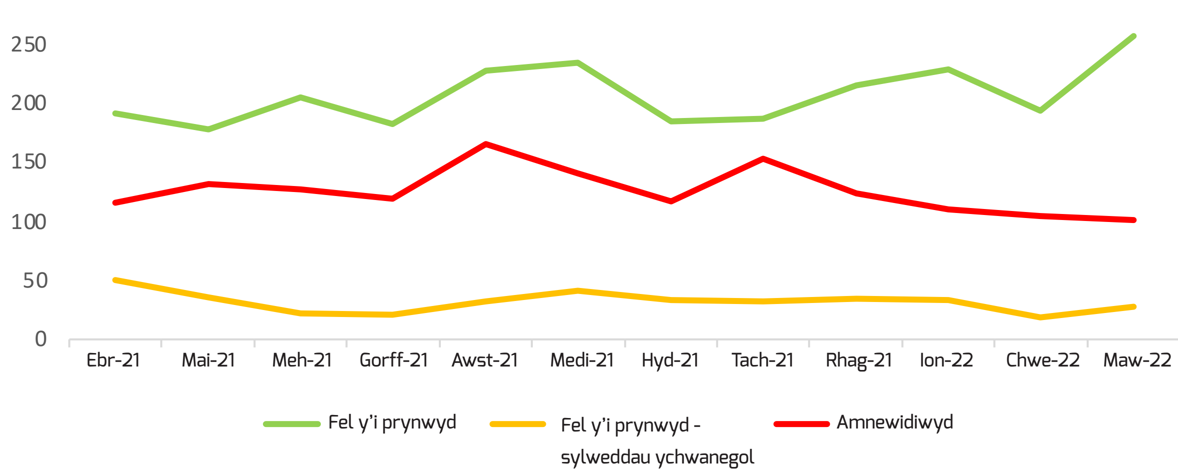
Nid yw etizolam a flubromazolam yn bresennol ar y rhestr cyn dadansoddi, ond maent yn safle pump a saith ymhlith y sylweddau a nodwyd amlaf yn gyffredinol. Yn wir, dim ond 48 o weithiau y rhestrwyd y ddau sylwedd yn y bwriad prynu cyn dadansoddi. Ar ôl dadansoddi, nodwyd y sylweddau hyn 522 o weithiau.

Gellid dadlau mai presenoldeb uchel sylweddau "anhysbys" cyn dadansoddi fyddai'n cael y dylanwad mwyaf ar y newid hwn. Fodd bynnag, hyd yn oed ar ôl tynnu'r samplau hyn, gwelwn nad oedd 35 y cant o'r samplau dros y flwyddyn ddiwethaf a gyflwynwyd i WEDINOS â sylwedd a restrir yn y bwriad prynu yn cynnwys yr hyn a ddisgwyliwyd. Mae'r lefel amnewid hon yr un peth ag yn 2020-21.

Roedd rhai o'r samplau yn cynnwys y sylwedd y bwriadwyd ei brynu a sylweddau eraill; megis sampl a brynwyd fel MDMA, y canfuwyd ei bod yn cynnwys MDMA a 2C-B ar ôl ei dadansoddi. Roedd samplau eraill yn cynnwys sylwedd neu sylweddau gwahanol; er enghraifft sampl a brynwyd fel diazepam, a oedd yn cynnwys etizolam a ffenasetin.

Dangosir lefelau'r sylweddau ychwanegol a'r amnewidion yng ngraff 1.

Graff 1: Cynnwys samplau – ar ôl dadansoddi

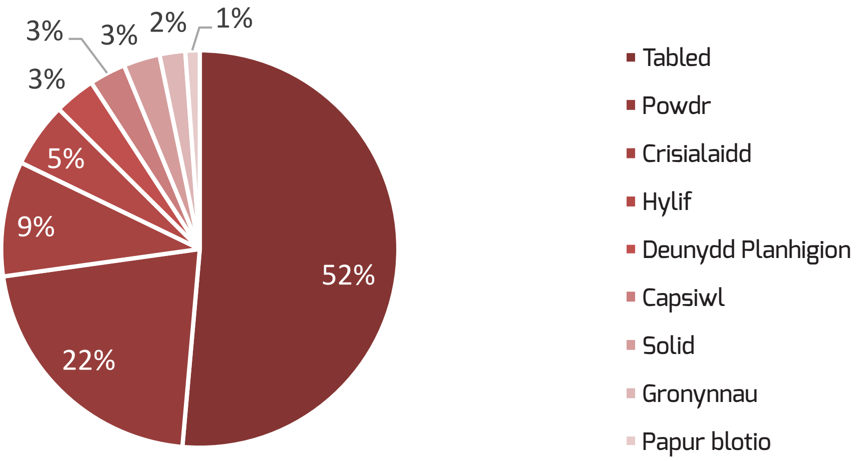


Cymunedol: Sut?

Ffurf y sampl

Mae **WEDINOS** yn gofyn beth yw ffurf pob sampl a gyflwynir er mwyn monitro ac adrodd ar ffurfiau amrywiol sylweddau ar y farchnad a gwahaniaethau posibl o ran sut y cânt eu defnyddio.

Siart 2: Ffurf samplau seicoweithredol



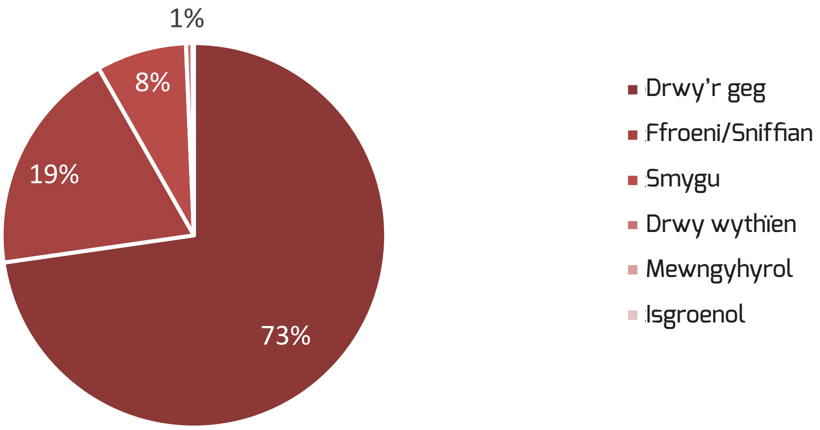
Fel y flwyddyn flaenorol, gwelwyd cynnydd yn nifer y tabledi a gyflwynwyd. Adlewyrchir hyn yn nifer uchel y samplau a gyflwynwyd y credwyd mai diazepam ac alprazolam oeddent.

Dull Defnyddio a Chyngor ar Leihau Niwed

Gan dybio y caiff yr holl sylweddau deunydd planhigion eu smygu, cafodd y samplau sy'n weddill (tabledi, hylifau, tabiau, gronynnau ac ati) eu defnyddio mewn amrywiaeth o ffyrdd. Y dull mwyaf cyffredin, sef 73 y cant, oedd drwy'r geg (llyncu, bomio). Mae'n debygol bod cyffredinrwydd uchel y dull drwy'r geg yn gysylltiedig â nifer uchel y cyflwyniadau a brynwyd fel diazepam neu alprazolam.

Dilynir y dull defnyddio drwy'r geg gan ffroeni / sniffian ar 19 y cant, fel y dangosir yn Siart 3.

Siart 3: Dull Defnydd



Cyfeiriodd un y cant at chwistrellu sylweddau drwy wythïen.

Cafodd samplau a chwistrellwyd eu prynu fel heroin ac amffetamin, a gwelwyd eu bod yn cynnwys y rhain hefyd.

Mae risgiau cynhenid o ddatblygu haint bacterol a feirysol yn gysylltiedig â defnyddio cyffuriau drwy eu chwistrellu, ac mae'r risgiau hyn yn fwy difrifol na risgiau/gwenwyndra y sylwedd sy'n cael ei chwistrellu.

Chwistrellu

WEDINOS

- Peidiwch â rhannu unrhyw offer chwistrellu; mae hyn yn cynnwys dŵr, llwyau a hidlyddion yn ogystal â nodwyddau a chwistrelli. Mae'n arfer orau defnyddio hidlydd.
- Sicrhewch fod gennych ddigon o offer newydd ar gyfer pob chwistrelliad ychwanegol.
- Newidiwch leoliad y chwistrelliad.
- Sicrhewch fod unrhyw glwyfau'n cael eu trin cyn gynted â phosibl.
- Os yw'r man chwistrellu yn mynd yn boeth ac yn goch – ceisiwch gyngor meddygol.
- Sicrhewch fod eich offer yn gywir ar gyfer y defnydd bwriadedig.
- Mae chwistrellu yn dwysáu popeth am y profiad cyffuriau.
- Mae'r rhan fwyaf o Sylweddau Seicoweithredol Newydd yn hydawdd mewn dŵr ac nid oes angen ychwanegu asid (fel arfer asid sitrig neu asid asgorbig (Fit C).

I gael rhagor o wybodaeth am leihau niwed, ewch i:
http://www.wedinos.org/harm_reduction_advice.html

Mae risg sylweddol o ddatblygu haint difrifol a goblygiadau eraill yn gysylltiedig â chwistrellu, ni waeth beth fo'r sylwedd. Dylai unigolion sy'n chwistrellu cyffuriau ar hyn o bryd neu sydd wedi chwistrellu yn y gorffennol gael eu profi ar gyfer feirysau a gludir yn y gwaed.

Powdrau a deunyddiau crisialaidd

Gan ganolbwyntio ar y dull defnyddio ar gyfer powdrau a deunyddiau crisialaidd, y dull defnyddio mwyaf cyffredin oedd ffroeni/sniffian gyda 60 y cant yn nodi'r dull hwn, fel y dangosir yn Siart 4. Gellir cymharu hyn â 2020-21.

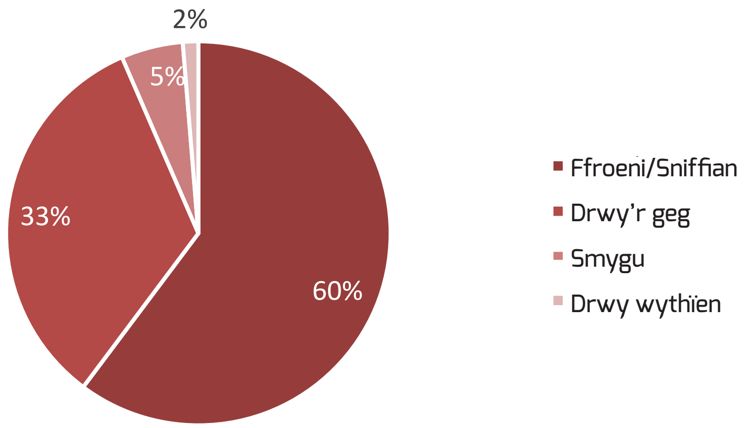
Chwythu (Sniffian/Ffroeni)

WEDINOS

- Defnyddiwch declynnau glân bob amser (teclynnau ffroeni).
- Defnyddiwch eich teclyn eich hun.
- Peidiwch â rhannu teclynnau; gallai fod dafnau gwaed ar eich offer.
- Dylid ffroeni'n uchel i fyny'r ffroen er mwyn osgoi'r feinwe feddal fwyaf sensitif.
- Glanhewch lwybrau aer y trwyn ar ôl ffroeni, gan ddefnyddio hances laith neu ffon gotwm.
- Dylid defnyddio'r naill ffroen a'r llall am yn ail er mwyn lleihau'r niwed i un ochr.
- Os bydd eich trwyn yn gwaedu – rhowch hoe iddo.

Mae risgiau ychwanegol yn gysylltiedig â ffroeni/sniffian sylweddau a all fod yn gostig neu'n wenwynig sy'n ymwneud â niwed i lwybrau aer y trwyn yn ogystal â'r posibilrwydd o drosglwyddo haint feirysau a gludir yn y gwaed wrth rannu teclynnau ffroeni pan fydd niwed i lwybrau aer y trwyn a gwaed yn bresennol.

Siart 4: Dull defnyddio: Powdrau



Bensodiasepinau

Grŵp o gyffuriau llonyddol / iselyddion yw bensodiasepinau.

Mae gan fensodiasepinau hanes o gael eu gweithgynhyrchu a'u marchnata'n gyfreithlon yn y diwydiant fferyllol; yn ogystal â defnydd meddygol a ragnodir yn y Deyrnas Unedig. Yn fyd-eang, cânt eu defnyddio ym maes meddygaeth fel cyffuriau gwrthgonfylsiwn, llonyddwyr a thawelyddion.[6.]

Dangosodd dadansoddiad gan Public Health England fod 1.4 miliwn o oedolion yn Lloegr wedi cael un presgripsiwn ar gyfer bensodiasepinau neu fwy yn 2017-2018. Roedd y presgripsiynau hyn ar gyfer trin gorbryder yn bennaf.[7.] Y bensodiasepin a gaiff ei roi ar bresgripsiwn amlaf yw diazepam.

Yn ôl Release, mae meddygon ym Mhrydain yn dal i roi bron i 18 miliwn o bresgripsiynau ar gyfer diazepam bob blwyddyn.[8.]

Ar bresgripsiwn yn unig mae'r feddyginiaeth hon ar gael, a chaiff unrhyw achos arall o gyflenwi, gweithgynhyrchu neu feddu ar diazepam ei reoli o dan Ddeddf Camddefnyddio Cyffuriau 1971. Yn fyd-eang, mae 38 o fensodiasepinau dan reolaeth ryngwladol ar hyn o bryd.

Y farchnad anghyfreithlon a chyffredinrwydd

Noda Cyngor Monitro Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau Ewrop y pryderon cynyddol ynghylch camddefnyddio bensodiasepinau, naill ai fel meddyginiaethau a ddargyfeirir neu gyffuriau a gaiff eu prynu ar y farchnad anghyfreithlon, neu brynu bensodiasepinau nad ydynt wedi'u trwyddedu ar gyfer defnydd meddygol drwy'r farchnad anghyfreithlon.

Y WE DYWYLL:
Y rhan o'r We Fyd-eang y gallwch ond fynd iddi drwy ddefnyddio meddalwedd arbennig, gan alluogi defnyddwyr a gweithredwyr gwefannau i fod yn ddienw ac yn anolrheiniadwy.

O'r 50 o'r prif werthwyr cyffuriau anghyfreithlon ar y "We Dywyll", yn ôl nifer y gwerthiannau rhwng 2011 a 2020, roedd 8 y cant yn gwerthu bensodiasepinau yn bennaf [1.].

Nododd Arolwg Cyffuriau Byd-eang 2020 fod 14.9 y cant o'r 32,000 o ymatebwyr o 20 o wledydd ar draws y byd wedi defnyddio bensodiasepinau yn ystod y 12 mis diwethaf.

Mae datganiad diweddaraf Arolwg Troseddu Cymru a Lloegr (9 Rhagfyr 2020)[9.] yn adrodd ar y defnydd o dawelyddion yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, sef grŵp o sylweddau sy'n cynnwys barbitwradau a bensodiasepinau.

Nododd 0.5 y cant o bobl rhwng 16 a 59 oed eu bod wedi defnyddio tawelyddion yn ystod y flwyddyn o fis Ebrill 2019 i fis Mawrth 2020. Roedd hyn yn cymharu â 0.8 y cant o unigolion rhwng 16 a 24 oed.

6. Adroddiad Cyffuriau'r Byd (cyhoeddiad gan y Cenhedloedd Unedig, Rhif Gwerthiant E.21.XI.8)
7. Prescribed medicines review: summary, Public Health England, diweddarwyd 3 Rhagfyr 2020; https://www.gov.uk/government/publications/prescribed-medicines-review-report/prescribed-medicines-review-summary {cyrchwyd 25 Mai 2022}
8. https://www.release.org.uk/drugs/diazepam-valium/history {cyrchwyd 25 Mai 2022}
9 Camddefnyddio Cyffuriau yng Nghymru a Lloegr: y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020; Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 9 Rhagfyr 2020; https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/articles/drugmisuseinenglandandwales/yearendingmarch2020 {cyrchwyd 25 Mai 2022}

Nododd y Swyddfa Ystadegau Gwladol gynnydd o 19.3 y cant yn nifer y marwolaethau a oedd yn gysylltiedig â bensodiasepinau yng Nghymru a Lloegr yn 2020, gan godi o 399 i 476 o farwolaethau. Fodd bynnag, cyfeiriwyd at sylwedd arall yn y mwyafrif o'r marwolaethau hyn hefyd – heroin/morfin yn aml – sy'n cynyddu risg unigolyn o ddioddef gorddos.[10.]

Yng Nghymru, mewn atafaeliadau cyffuriau anghyfreithlon a fesurir yn ôl dos, bensodiasepinau oedd y mwyafrif o'r cyffuriau a atafaelwyd, a chafodd 719,000 o ddosau eu hatafaelu gan heddluoedd yng Nghymru yn 2019-20; sef cynnydd o'r 212,000 o ddosau a atafaelwyd yn 2018-19, cynnydd 200 y cant,[11.]

Yn 2020-21, roedd 817 o dderbyniadau yn gysylltiedig â bensodiasepinau a oedd yn ymwneud â 720 o unigolion. Y Gyfradd Ewropeaidd wedi'i Safoni yn ôl Oedran oedd 27.1 o dderbyniadau fesul 100,000 o'r boblogaeth. O gymharu â'r llynedd, gwelwyd cynnyd o 9.5 y cant.[12.]

Yn 2020, roedd 35 o farwolaethau o ganlyniad i gamddefnyddio cyffuriau yn ymwneud â bensodiasepinau, cynnydd o 22 yn 2019; ond yn llai na'r 50 o farwolaethau a oedd yn ymwneud â bensodiasepinau yn 2018 a 2016.

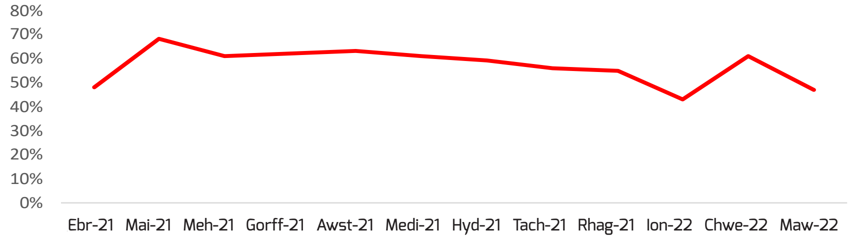
Amnewidion

Yn ystod cyfnod adrodd 2021-22, cyflwynwyd 1,045 o samplau i **WEDINOS** gan gredu mai diazepam oeddent. Pan ddadansoddwyd y samplau hyn, nodwyd 37 o sylweddau, naill ai ar eu pen eu hunain neu mewn cyfuniad. Yn dilyn gwaith proffilio, nodwyd nad oedd gan 108 o samplau unrhyw gyfansoddion gweithredol.

Er mai diazepam (ar ei ben ei hun) oedd y cyffur y bwriadwyd ei brynu, yn dilyn gwaith proffilio a dadansoddi, nodwyd mai dyna oedd cynnwys y sampl ym 42.7 y cant (n=448) o'r cyflwyniadau, gan olygu bod y gyfradd amnewid yn 57.3 y cant.

Drwy gydol y flwyddyn, roedd y gyfradd amnewid ymhlith samplau a gyflwynwyd fel diazepam rhwng 43 y cant (Ionawr 2022) a 68 y cant (Mai 2021).

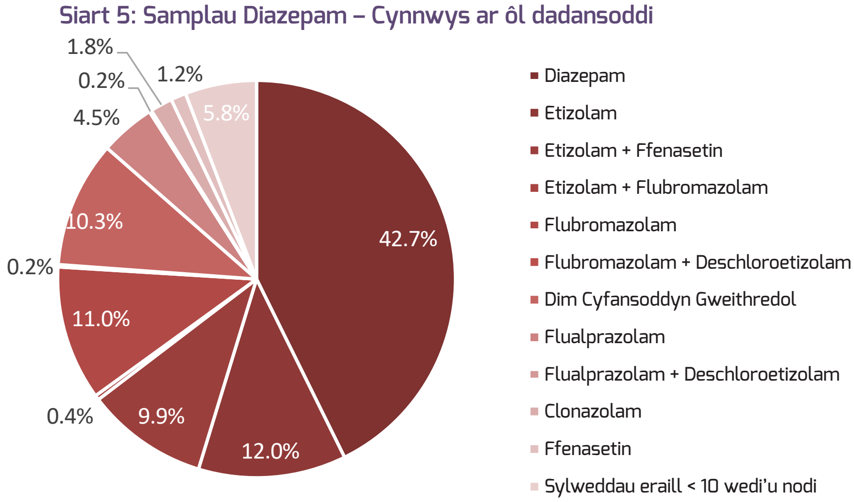
Canran amnewid ymhlith samplau a gyflwynwyd fel diazepam



10. Marwolaethau sy'n gysylltiedig â gwenwyno gan gyffuriau yng Nghymru a Lloegr: cofrestriadau 2020; Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 3 Awst 2021; https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/deathsrelatedtodrugpoisoninginenglandandwales/2020#drug-poisonings-from-selected-substances {cyrchwyd 25 Mai 2022}
11. Cloddio data Cymru: Proffil blynyddol ar gyfer camddefnyddio sylweddau 2020-21; Iechyd Cyhoeddus Cymru; Caerdydd; 2022; https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/cloddio-data-cymru-proffil-blynyddol-ar-gyfer-camddefnyddio-sylweddau-2020-21/ {cyrchwyd 25 Mai 2022}
12. Cloddio data Cymru: Proffil blynyddol ar gyfer camddefnyddio sylweddau 2020-21; Iechyd Cyhoeddus Cymru; Caerdydd; 2022; https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/cloddio-data-cymru-proffil-blynyddol-ar-gyfer-camddefnyddio-sylweddau-2020-21/ {cyrchwyd 25 Mai 2022}

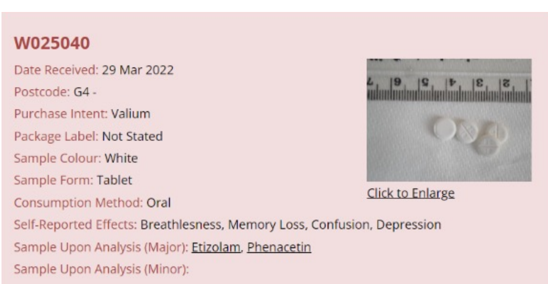
Yr amnewidyn a nodwyd amlaf oedd y thienodiasepin etizolam. Nodwyd etizolam mewn 22.6 y cant (n=236) o'r samplau a gyflwynwyd fel diazepam. O'r 236 o'r samplau hynny, roedd 53.4 y cant (n=126) yn cynnwys etizolam ar ei ben ei hun a 44 y cant yn cynnwys etizolam a ffenasetin. Yn ôl gwaith proffilio, nodwyd bod y 2.6 y cant a oedd yn weddill naill ai'n cynnwys etizolam a flubromazolam; etizolam a diclazepam; neu etizolam a flualprazolam.

Siart 5: Samplau Diazepam – Cynnwys ar ôl dadansoddi



Mae etizolam yn deillio o thienodiasepin. O ran eu gweithred ffarmacolegol, eu heffeithiau goddrychol, eu gwenwyndra a'u potensial i beri niwed, mae thienodiasepinau union yr un peth â bensodiasepinau i bob pwrpas; gan dargedu'r un derbynyddion GABA.

Mae gan etizolam gyswllt cryf â'r derbynyddion GABA bensodiasepin hyn, ac ystyrir ei fod rhwng 5 a 10 gwaith yn gryfach na diazepam13.[13.]


W025040
Date Received: 29 Mar 2022
Postcode: G4 -
Purchase Intent: Valium
Package Label: Not Stated
Sample Colour: White
Sample Form: Tablet
Consumption Method: Oral
Self-Reported Effects: Breathlessness, Memory Loss, Confusion, Depression
Sample Upon Analysis (Major): Etizolam, Phenacetin
Sample Upon Analysis (Minor):
Click to Enlarge

Er nad yw wedi'i drwyddedu fel meddyginiaeth ragnodedig yn y DU, caiff etizolam ei ragnodi fel cyffur/meddyginiaeth lleihau gorbryder yn India, yr Eidal a Japan.

EMae etizolam wedi chwarae rhan fawr ym marchnad bensodiasepin anghyfreithlon y DU ac Ewrop, yn enwedig o ran gweithgynhyrchu meddyginiaethau bensodiasepin ffug, megis diazepam ac alprazolam.[14.] Fe'i disgrifiwyd fel sylwedd seicoweithredol newydd i ddechrau, ond bellach caiff ei reoli fel sylwedd Dosbarth C, o dan Ddeddf Camddefnyddio Cyffuriau 1971 yn y Deyrnas Unedig. Daeth rheolaethau rhyngwladol yn ei gylch i rym ym mis Tachwedd 2020.

13. Neilsen. S, McAuley. A.; Etizolam: A rapid review on pharmacology, non-medical use and harms; Drug and Alcohol Review; 3 Ebrill 2020; https://doi.org/10.1111/dar.13052 {cyrchwyd 25 Mai 2022}
14. Canolfan Monitro Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau Ewrop (2021), New benzodiazepines in Europe – a review, Swyddfa Cyhoeddiadau'r Undeb Ewropeaidd, Lwcsembwrg.

Yn ystod y blynyddoedd diwethaf, gwelwyd nifer cynyddol o farwolaethau cysylltiedig â chyffuriau yn y DU sydd wedi crybwyll etizolam ar y dystysgrif marwolaeth, yn enwedig yn yr Alban, lle cynyddodd nifer yr achlysuron y crybwyllwyd etizolam mewn marwolaethau cysylltiedig â chyffuriau o 6 y cant i 60 y cant rhwng 2015 a 2020. Fodd bynnag, roedd y mwyafrif o'r achosion yn 2020 yn cynnwys sawl sylwedd a dim ond 1 y cant oedd yn crybwyll etizolam yn unig.

Mae cyflwyno samplau'n uniongyrchol i **WEDINOS** yn caniatáu i dystiolaeth gael ei chasglu yn seiliedig ar ddata tueddiadau'r farchnad gyffuriau leol a chenedlaethol, gan alluogi gwasanaethau cyffuriau i ddarparu gwybodaeth ymarferol am amnewidion a niweidiau perthnasol cyffuriau. Drwy gyfuno hyn â ffynonellau data eraill, megis data am dderbyniadau i'r ysbyty, tocsicoleg a marwolaethau cysylltiedig â chyffuriau, gall gwasanaethau ddarparu gwybodaeth wedi'i thargedu am sylweddau a gwrtharwyddion penodol. Yn yr achos hwn, mae hyn wedi golygu mynd i'r afael â'r defnydd o amryw o gyffuriau, gan gynnwys "diazepam" a brynir ar y stryd.

IYm mis Mawrth 2020, cyhoeddodd yr Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd ddogfen i weithwyr gofal iechyd proffesiynol mewn perthynas â bensodiasepinau ac opioidau i'w hatgoffa am y risg o dananadlu a all fod yn angheuol. Tynnodd hyn sylw at y risg gynyddol o dawelyddu, tananadlu, coma a marwolaeth pan gaiff y sylweddau eu rhagnodi gyda'i gilydd15.[15.]

Caiff y neges hon ei rhannu gan wasanaethau cyffuriau ag unigolion sy'n defnyddio sylweddau anghyfreithlon, gan gynnwys bensodiasepinau (megis diazepam), opioidau (heroin/morffin/tramadol) ac alcohol.

15. Benzodiazepines and opioids: reminder of risk of potentially fatal respiratory depression; Yr Asiantaeth Rheoleiddio Meddyginiaethau a Chynhyrchion Gofal Iechyd; 18 Mawrth 2020; https://www.gov.uk/drug-safety-update/benzodiazepines-and-opioids-reminder-of-risk-of-potentially-fatal-respiratory-depression {cyrchwyd 25 Mai 2022}

Lleoliadau Economi Liw Nos a Gwyliau Cerddoriaeth

Drwy weithio mewn partneriaeth â heddluoedd Cymru, mae **WEDINOS** yn cael samplau gan rai Lleoliadau Economi Liw a Gwyliau Cerddoriaeth yng Nghymru, a gaiff eu casglu mewn biniau amnest. Nid oes unrhyw werth fforensig na thystiolaethol i'r samplau hyn a, gan eu bod yn cael eu darparu'n ddienw, nid oes unrhyw ddata demograffig, gwybodaeth am y bwriad prynu, y dos na'r effeithiau i gyd-fynd â nhw. Fodd bynnag, maent yn cynnig dealltwriaeth bwysig o'r cyffuriau sydd ar gael yn y farchnad benodol hon.

Rhwng mis Ebrill 2021 a mis Mawrth 2022, dadansoddodd **WEDINOS** 1,102 o samplau gan 24 o leoliadau economi liw nos a thair gŵyl ledled ardaloedd Byrddau Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro, Cwm Taf Morgannwg a Bae'r Gorllewin.

O fewn y samplau hyn, y prif sylwedd a nodwyd amlaf (ac eithrio cyfryngau llenwi a thorri a metabolion), oedd cocên (n=647), ac yna cetamin (n=213) ac MDMA (n=122).

O fewn samplau o gocên, y prif gyfryngau llenwi a thorri a nodwyd yn dilyn gwaith proffilio oedd levamisole (n=148/647) a benzocaine (n=88/647).

Er na allwn drafod amnewidion mewn perthynas â samplau a gyflwynir gan leoliadau Economi Liw Nos a Gwyliau Cerddoriaeth am nad oes gennym unrhyw wybodaeth mewn perthynas â'r bwriad prynu, gallwn wneud sylwadau ynghylch y sylweddau a nodwyd amlaf yn seiliedig ar ddata o gyflwyniadau cymunedol.

Cocên

Symbylydd pwerus sy'n effeithio ar y brif system nerfol yw cocên. Daw o'r planhigyn coca sy'n tyfu mewn rhannau o Dde America. Mae cocên ar gael ar ffurf cocên powdr (a gaiff ei ffroeni'n bennaf) a chrac cocên (a gaiff ei smygu'n bennaf).

Rhwng 2014 a 2019, gwnaeth allbwn y cocên a weithgynhyrchir yn fyd-eang ddyblu i amcangyfrif o 1,784 o dunelli (a gynhyrchir ar burdeb o 100 y cant) yn 2019. Hon yw'r lefel uchaf a gofnodwyd erioed. Ar y pryd, amcangyfrifwyd bod 20 miliwn o ddefnyddwyr cocên ar draws y byd.[16.]

Ar lefel Ewropeaidd, cocên yw'r ail gyffur a ddefnyddir amlaf yn Ewrop, ac amcangyfrifir bod 3.5 miliwn o oedolion rhwng 15 a 64 oed wedi defnyddio cocên yn ystod y flwyddyn flaenorol (EMCDDA 2021).[17.]

The most recent Crime Survey for England and Wales reported that around 873,000 (2.6 percent) adults aged 16 to 59 years had used cocaine in the last year (to year ending March 2020).

Nododd yr Arolwg Troseddu diweddaraf ar gyfer Cymru a Lloegr fod oddeutu 873,000 (2.6 y cant) o oedolion rhwng 16 a 59 oed wedi defnyddio cocên yn ystod y flwyddyn ddiwethaf (y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020).

16. Adroddiad Cyffuriau'r Byd (cyhoeddiad gan y Cenhedloedd Unedig, Rhif Gwerthiant E.21.XI.8).
17. Canolfan Monitro Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau Ewrop (2021), Adroddiad Cyffuriau Ewrop 2021: Tueddiadau a Datblygiadau, Swyddfa Cyhoeddiadau'r Undeb Ewropeaidd, Lwcsembwrg.

O'r 4,561 o farwolaethau cysylltiedig â gwenwyno gan gyffuriau a gofrestrwyd yn 2020, roedd 777 o farwolaethau yn ymwneud â chocên, cynnydd o 9.7 y cant o 201918.[18.]

W013816
Date Received: 19 May 2020
Postcode: HD7 -
Purchase Intent: ODSMT
Package Label: Not Stated
Sample Colour: White
Sample Form: Powder
Consumption Method: Not Stated
Self-Reported Effects: Not Stated
Sample Upon Analysis (Major): N-ethylheptedrone
Sample Upon Analysis (Minor):
Click to Enlarge

Yng Nghymru, yn 2020-21, roedd 426 o dderbyniadau cysylltiedig â chocên a oedd yn ymwneud â 389 o unigolion. Mae nifer y derbyniadau ar gyfer cocên wedi dyblu a mwy yn ystod yr wyth mlynedd diwethaf, o 251 yn 2012-1319.[19.]

Rhwng mis Ebrill 2021 a diwedd mis Mawrth 2022, cyflwynwyd 566 o samplau gan gredu mai cocên oeddent. Yn dilyn gwaith proffilio, nodwyd bod 4 y cant o'r samplau hyn (n=21) yn cynnwys sylweddau eraill. Yr amnewidion a nodwyd amlaf oedd cetamin (n=5) a cathinonau (n=4) a samplau nad oeddent yn cynnwys unrhyw sylweddau gweithredol (n=3).

Roedd 26 y cant o'r samplau hyn (n=148) yn cynnwys cocên a sylweddau eraill. Roedd y mwyafrif helaeth o'r samplau hyn yn cynnwys cocên a levamisole. Meddyginiaeth gwrthlyngyr yw levamisole (a ddefnyddir i gael gwared ar lyngyr parasitig). Mae rhywfaint o dystiolaeth fod levamisole yn cynyddu effeithiau cocên in vivo, gan amlygu cydberthynas synergyddol bosibl rhwng y ddau.[20.]

Cetamin

Tawelydd datgysylltiol sydd â nodweddion analgesaidd ac anesthetig yw cetamin, 2-(2-chlorophenyl)-2-(methylamino)-cyclohexan-1-one.

Nododd yr Arolwg Troseddu diweddaraf ar gyfer Cymru a Lloegr fod oddeutu 0.8 y cant o oedolion rhwng 16 a 59 oed wedi defnyddio cetamin yn ystod y flwyddyn ddiwethaf (y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020).

Yn ystod 2021-2022, cyflwynwyd 160 o samplau a brynwyd fel cetamin. O fewn y samplau hyn, gwelwyd nad oedd 8 y cant (n=12) yn cynnwys cetamin o gwbl. Yr amnewidion a nodwyd amlaf oedd cathinonau (n=4).

Roedd saith sampl (4 y cant) yn cynnwys sylweddau eraill, gan gynnwys levamisole (n=3), cocên (n=2), caffein (n=1) a benzocaine (n=1).

18. Marwolaethau sy'n gysylltiedig â gwenwyno gan gyffuriau yng Nghymru a Lloegr: cofrestriadau 2020; Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 3 Awst 2021; https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/deathsrelatedtodrugpoisoninginenglandandwales/2020#drug-poisonings-from-selected-substances {cyrchwyd 25 Mai 2022}
19. Cloddio data Cymru: Proffil blynyddol ar gyfer camddefnyddio sylweddau 2020-21; Iechyd Cyhoeddus Cymru; Caerdydd; 2022; https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/cloddio-data-cymru-proffil-blynyddol-ar-gyfer-camddefnyddio-sylweddau-2020-21/ {cyrchwyd 25 Mai 2022}
20 Tallarida, C. S., Egan, E., Alejo, G. D., Raffa, R., Tallarida, R. J., & Rawls, S. M. (2014). Levamisole and cocaine synergism: a prevalent adulterant enhances cocaine's action in vivo. Neuropharmacology, 79, 590–595. https://doi.org/10.1016/j.neuropharm.2014.01.002

MDMA

Symbylydd yw MDMA (3,4-Methylenedioxymethamphetamine) ac mae'n debyg o ran strwythur i amffetamin.

Yn Ewrop y caiff MDMA ei weithgynhyrchu'n bennaf, ac yng nghanol a gorllewin Ewrop yn fwyaf nodedig.

Yn Ewrop, amcangyfrifwyd bod 2.6 miliwn o oedolion rhwng 15 a 64 oed (0.9 y cant) wedi defnyddio MDMA yn ystod y flwyddyn flaenorol (EMCDDA 2021).

Ar gyfer y flwyddyn a ddaeth i ben ym mis Mawrth 2020, amcangyfrifodd Arolwg Troseddu Cymru a Lloegr y Swyddfa Ystadegau Gwladol fod 1.4 y cant (n=471,000 o unigolion) o oedolion rhwng 16 a 59 oed wedi defnyddio MDMA yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

O'r 4,561 o farwolaethau cysylltiedig â gwenwyno gan gyffuriau a gofrestrwyd yn 2020, roedd 82 o farwolaethau yn ymwneud ag MDMA.[21.]

Yn ystod y cyfnod adrodd hwn gan **WEDINOS**, cyflwynwyd 607 o samplau lle nodwyd MDMA fel y bwriad prynu. O'r samplau hyn, nid oedd 33 y cant (n=203) yn cynnwys MDMA o gwbl.

Yr amnewidion a nodwyd amlaf oedd caffein (n=96) a cathinonau (n=77).

Y cathinonau a nodwyd oedd:

CATHINONE	SAWL GWAITH Y CAFODD EI NODI
4-CHLOROMETHCATHINONE	44
EUTYLONE	11
3-METHYLMETHCATHINONE	8
DIBUTYLONE	5
MEPHEDRONE	3
ALPHA-PVP	2
ETHYLONE	2
4-CEC	1
EPHYLONE	1

21. Marwolaethau sy'n gysylltiedig â gwenwyno gan gyffuriau yng Nghymru a Lloegr: cofrestriadau 2020; Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, 3 Awst 2021; https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/deathsrelatedtodrugpoisoninginenglandandwales/2020#drug-poisonings-from-selected-substances {cyrchwyd 25 Mai 2022}

WEDI NOS

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Harm Reduction Wales
Lleihau Niwed Cymru