GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus

Mehefin 2025 Canfyddiadau Arolwg Panel:

Diabetes math 2, defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd, anymataliaeth, iechyd deintyddol, newid hinsawdd a polisi iechyd cyhoeddus

Cyhoeddwyd: Awst 2025

Cefndir

- Mae **Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus** yn banel cenedlaethol o drigolion Cymru sy’n 16+ oed a sefydlwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i alluogi **ymgysylltiad rheolaidd â’r cyhoedd** i lywio polisïau ac ymarfer iechyd y cyhoedd.
- Cynlluniwyd y panel i gynrychioli poblogaeth Cymru yn gyffredinol yn ôl oedran, rhyw, amddifadedd, ethnigrwydd a bwrdd iechyd.
- Mae aelodau'r cyhoedd yn cael eu recriwtio i'r panel gan ddefnyddio amrywiaeth o ddulliau ac yna'n cael eu gwahodd i gymryd rhan mewn arolygon rheolaidd i roi cipolwg ar faterion iechyd cyhoeddus allweddol.
- Mae’r adroddiad hwn yn cyflwyno canfyddiadau o arolwg Mehefin 2025 sy’n cwmpasu:
    - **Diabetes math 2**
    - **Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd**
    - **Anymataliaeth**
    - **Iechyd deintyddol**
    - **Newid hinsawdd**
    - **Polisi iechyd cyhoeddus**
- Rydym yn ddiolchgar iawn i drigolion Cymru sydd yn rhoi o’u hamser gwerthfawr i gymryd rhan yn y panel.

Trosolwg methodolegol

- Ymgymerwyd â recriwtio cychwynnol i banel Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus (Tachwedd 2022 at Ionawr 2023) dros y ffôn, wyneb yn wyneb ac ar y cyfryngau cymdeithasol.
- Mae recriwtio yn broses barhaus a gall unigolion gofrestru drwy wefan Panel Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus (yn agor mewn ffenestr newydd) ar unrhyw adeg.Yn seiliedig ar sgrinio demograffig cychwynnol, caiff unigolion naill ai eu recriwtio'n uniongyrchol i'r panel neu eu gwahodd i ymuno â rhestr aros os yw'r cwota ar gyfer eu proffil demograffig yn llawn.
- Wrth gyflwyno pob arolwg, bydd recriwtio ychwanegol wedi'i dargedu yn digwydd drwy gyfweliadau wyneb yn wyneb ar y cyfryngau cymdeithasol i gynyddu cynrychioldeb sampl yn ôl yr angen.
- O fis Ebrill 2025, gwahoddir aelodau'r panel i gwblhau arolwg bob pedwar mis, naill ai ar-lein neu dros y ffôn.
- Casglwyd y data ar gyfer yr arolwg hwn rhwng 5 a 30 Mehefin 2025.
- Ni chynhigir unrhyw gymhellion ariannol ar gyfer cyfranogiad.
- Oherwydd bod y panel wedi'i ddewis yn rhannol ei hun ac yn canolbwyntio ar bynciau iechyd y cyhoedd, gallai'r sampl gael ei effeithio gan duedd tuag at drigolion sydd â mwy o ddiddordeb mewn pynciau iechyd cyhoeddus a materion gofal iechyd. Dylid ystyried hyn wrth ddehongli'r canfyddiadau.
- Ceir rhagor o wybodaeth am ddulliau'r arolwg yn yr Atodiad.

- Ceir dadansoddiad demograffig o aelodau'r panel a gafodd eu gwahodd i gwblhau'r arolwg a'r 1,402 gymerodd ran, ac a gwblhaodd yr arolwg ym mis Mehefin 2025 yn yr Atodiad.
- Oni nodir yn wahanol, mae data'n cael eu pwysoli i adlewyrchu demograffeg y boblogaeth genedlaethol yn ôl oedran, rhyw ac amddifadedd.
- Sylwer: efallai na fydd y canrannau yn yr adroddiad hwn yn gwneud cyfanswm o 100% oherwydd talgrynnu.

- Cymerodd 1,402 o bobl ran yn arolwg mis Mehefin 2025 (5ed at 30fed Mehefin 2025).

Diabetes math 2 (T2D)

- Dywedodd y rhan fwyaf o bobl eu bod yn gwybod bod modd atal Diabetes Math 2 (T2D) (45% iawn; 42% ryw raddau).
- O restr o chwe symptom T2D, y gyfran isaf o bobl a ddywedodd eu bod yn gyfarwydd â phob symptom oedd:
  - Cosi cyffredinol neu lindag (30%)
  - Colli pwysau yn annisgwyl (38%)
  - Clwyfau sy'n gwella'n araf (53%)
- Roedd diddordeb mewn defnyddio teclyn ar-lein i ddysgu pa mor agored i risg yw unigolyn o gael T2D yn uchel. Roedd 33% o bobl â diddordeb mawr a 42% â diddordeb cymharol fawr.

Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

- Dywedodd 58% o bobl eu bod yn cefnogi gweithwyr gofal iechyd proffesiynol yn cynnal triniaethau gyda dwylo wedi'u golchi a dim menig lle mae canllawiau'n awgrymu nad oes angen menig (nid oedd 28% yn cefnogi nac yn gwrthwynebu; roedd14% yn gwrthwynebu)
- Pan gyflwynwyd pedwar budd o leihau nifer y menig a ddefnyddir gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol, y budd a nodwyd bwysicaf i'r rhan fwyaf o bobl oedd lleihau lledaeniad haint (58%), ac yna lleihau gwastraff (18%).

Anymataliaeth

- Dim ond 45% a 37% o bobl a ddywedodd eu bod yn wybodus am anymataliaeth wrinol ac anymataliaeth y coluddyn, yn y drefn honno.
- Dywedodd mwy o bobl y byddent yn teimlo'n gyfforddus yn siarad am brofi anymataliaeth gyda gweithwyr gofal iechyd proffesiynol (77%) nag â theulu (48%) neu ffrindiau (31%). Fodd bynnag, dywedodd 77% y byddent yn teimlo'n gyfforddus pe bai eu teulu neu eu ffrindiau'n siarad â nhw am eu hanymataliaeth.

Polisi iechyd cyhoeddus

- Y tri phrif faes polisi (o restr o chwech) yr oedd pobl yn credu bod gan Lywodraeth Cymru rôl 'fawr' ynddynt oedd:
  - Lleihau tlodi plant (75%)
  - Rhoi'r dechrau gorau mewn bywyd i blant (69%)
  - Gwneud bwyd a diod iach yn fwy hygyrch a fforddiadwy (58%)

Iechyd deintyddol

- Dywedodd 29% o bobl eu bod wedi cael cwrs preifat o driniaeth ddeintyddol dros y 12 mis diwethaf. O'r grŵp hwn, roedd 49% wedi ceisio cael gofal y GIG ond nid oedd ar gael iddynt.
- Hoffai 56% o bobl gael archwiliadau deintyddol y GIG ar adegau penodol rheolaidd, waeth pa mor dda neu wael yw eu hiechyd deintyddol.
- Dim ond 12% o bobl oedd wedi clywed am y Porth Mynediad Deintyddol.

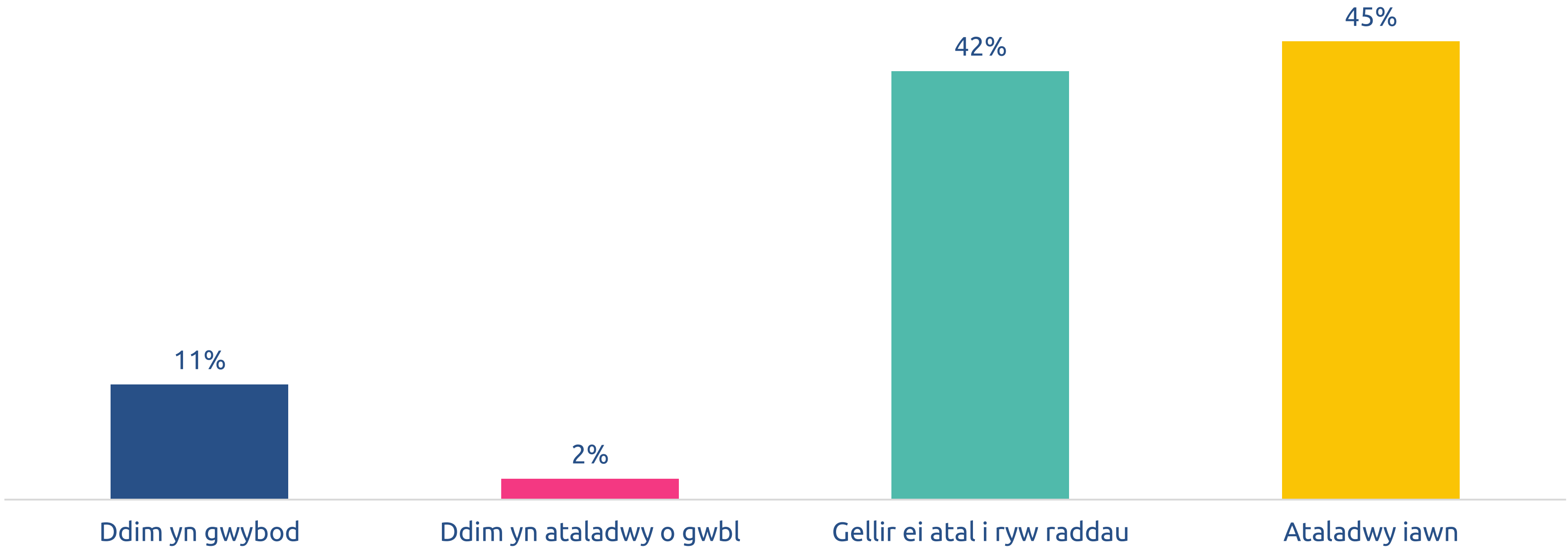
GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Diabetes math 2

Ceisiodd yr adran hon ddeall lefel gwybodaeth a dealltwriaeth pobl o ddiabetes math 2. Mae diabetes math 2 yn lefelau siwgr gwaed uchel oherwydd nad yw'ch corff yn cynhyrchu digon o hormon o'r enw inswlin, neu nad yw'r inswlin y mae'n ei gynhyrchu yn gweithio'n iawn - a elwir yn ymwrthedd i inswlin.

Diabetes math 2

Pa mor ataliadwy, os o gwbl, ydych chi'n meddwl mae diabetes math 2?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Diabetes math 2

Pa rai o'r canlynol, os o gwbl, oeddech chi eisoes yn gwybod eu bod nhw'n symptomau o ddiabetes math 2?
(Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

	Do
Teimlo'n sychedig iawn	83%
Teimlo'n fwy blinedig nag arfer	78%
Angen mynd i'r toiled yn amlach	71%
Clwyfau sy'n gwella'n araf	53%
Colli pwysau yn annisgwyl	38%
Cosi cyffredinol neu lindag	30%
Doeddwn i ddim yn gwybod am yr un o'r symptomau hyn (ymateb unigryw)	8%

Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Diabetes math 2

Pa rai o'r canlynol, os o gwbl, oeddech chi eisoes yn gwybod eu bod nhw'n ffactorau risg o ddiabetes math 2?
(Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

	Do
Byw gyda gorbwysau neu ordewdra	86%
Bod â hanes teuluol o ddiabetes	75%
Bod yn anactif yn gorfforol	72%
Meddu ar gylchedd gwasg mawr	67%
Bod yn 40 oed a throsodd	48%
Hanes o bwysedd gwaed uchel, trawiad ar y galon neu strôc	42%
Bod o ethnigrwydd De Asiaidd, Du Caribïaidd neu Ddu Affricanaidd	37%
Wedi cael diabetes yn ystod beichiogrwydd	32%
Doeddwn i ddim yn gwybod am yr un o'r ffactorau risg hyn (ymateb unigryw)	6%

Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Diabetes math 2

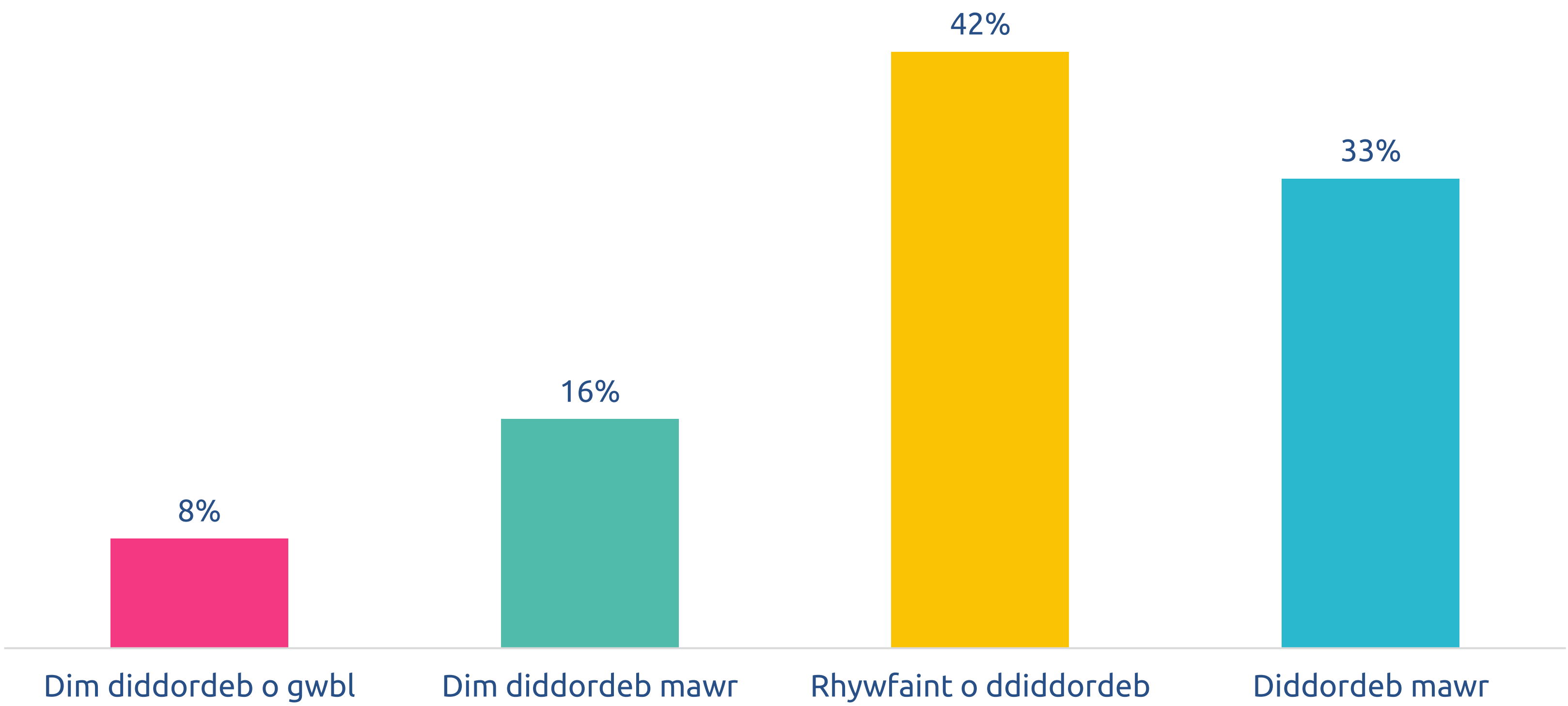
Pa rai o'r canlynol, os o gwbl, oeddech chi eisoes yn gwybod eu bod nhw'n gymhlethdodau o ddiabetes math 2?
(Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

	Do
Problemau traed yn arwain at drychiad	82%
Problemau llygaid	77%
Problemau arennau	58%
Trawiad ar y galon a strôc	53%
Clefyd y deintgig	50%
Difrod i'r nerfau	28%
Doeddwn i ddim yn gwybod am unrhyw un o'r cymhlethdodau hyn (ymateb unigryw)	8%

Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Diabetes math 2

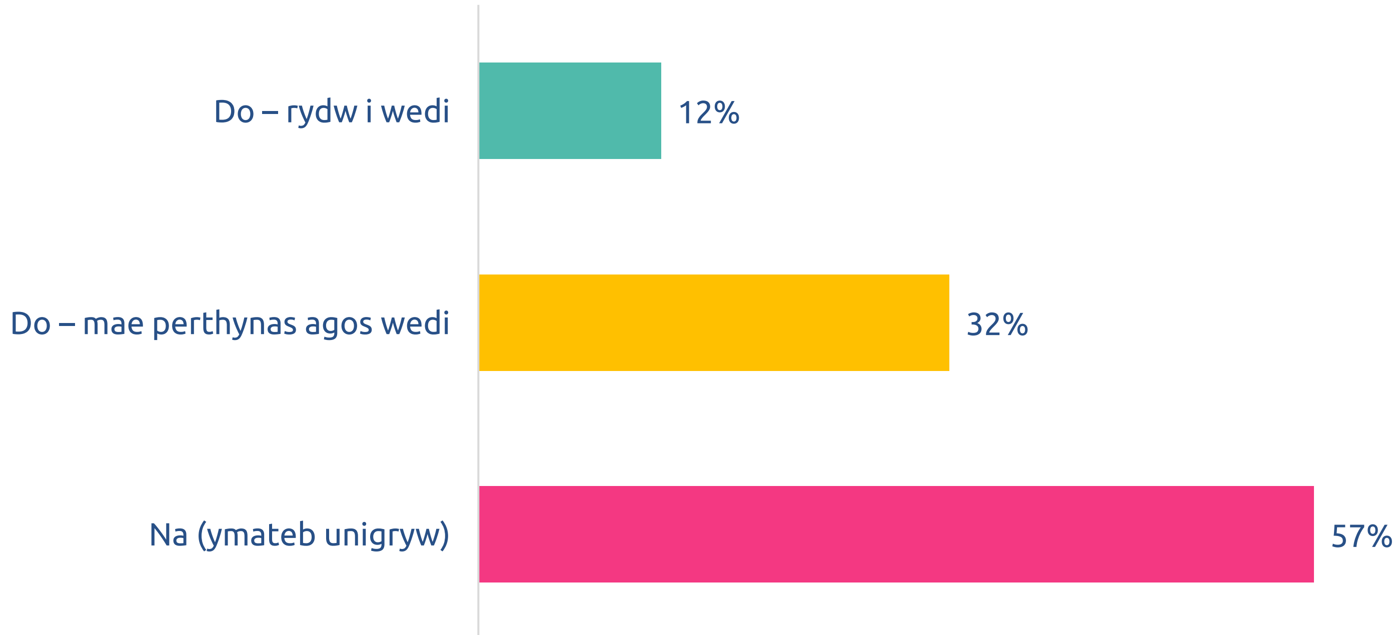
Faint o ddiddordeb fyddai gennych mewn defnyddio teclyn ar-lein i ddysgu pa mor agored ydych chi i ddiabetes math 2?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Diabetes math 2

Ydych chi neu berthynas agos wedi cael diagnosis o ddiabetes math 2?

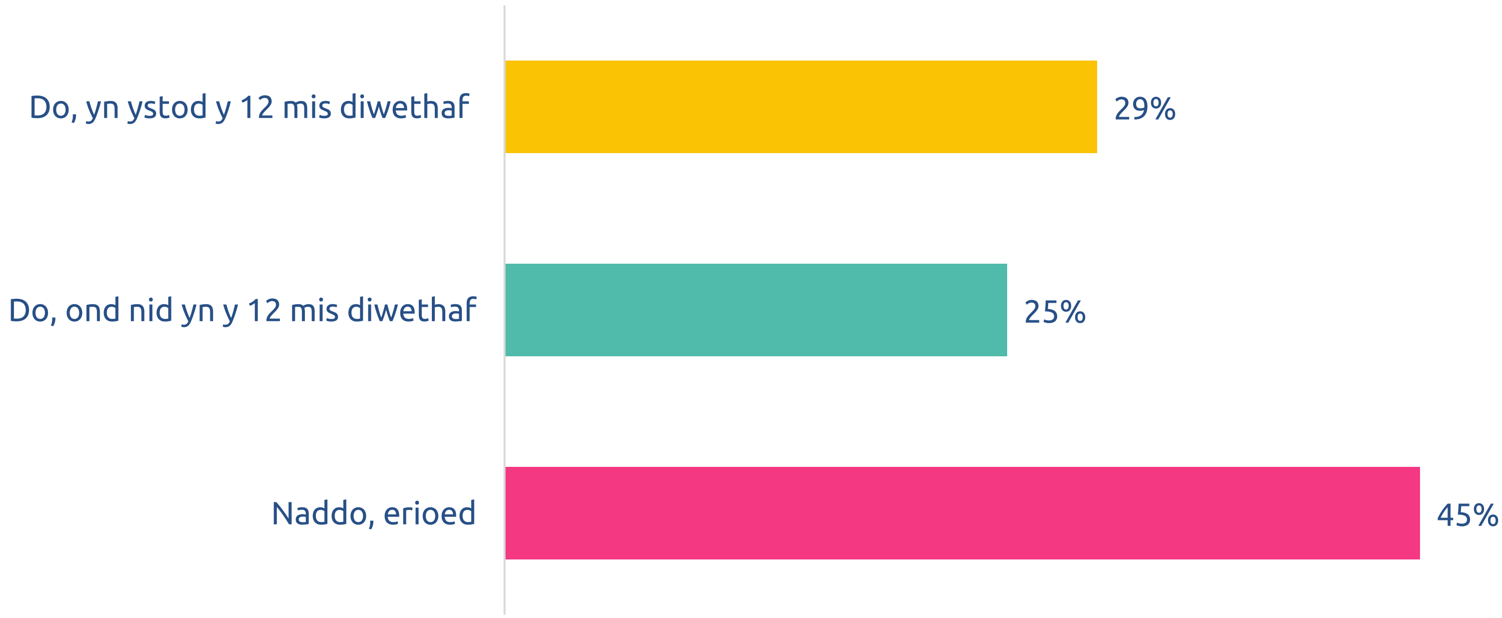


Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Diabetes math 2

Gofynnwyd i'r rhai nad oeddent wedi nodi eu bod wedi cael diagnosis o ddiabetes math 2 (n = 1,214; heb ei bwysoli)

Ydych chi erioed wedi meddwl tybed a ydych chi mewn perygl o gael diabetes math 2?

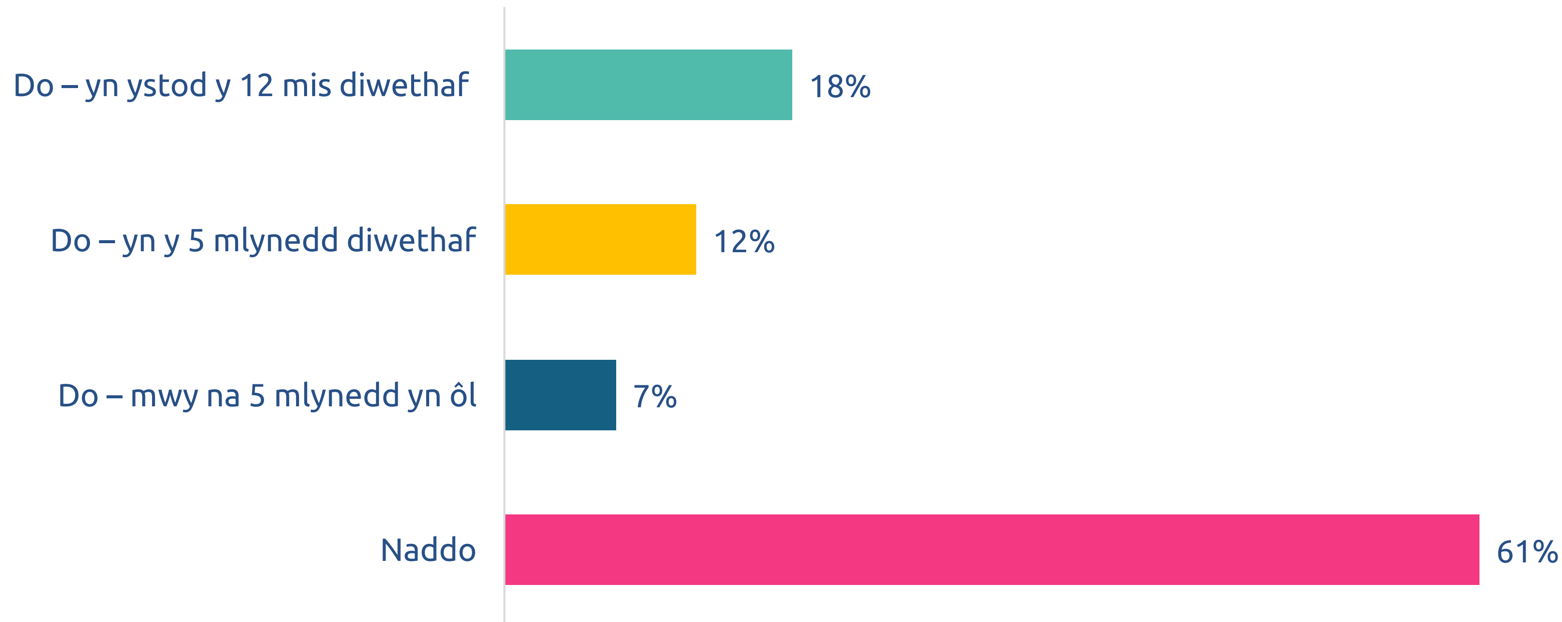


Gwell gennyf beidio â dweud: 2%

Diabetes math 2

Gofynnwyd i'r rhai nad oeddent wedi nodi eu bod wedi cael diagnosis o ddiabetes math 2 (n = 1,214; heb ei bwysoli)

Ydych chi wedi gwneud unrhyw newidiadau i'ch ymddygiadau (e.e. deiet, ymarfer corff, alcohol) oherwydd eich bod chi'n poeni am gael diabetes math 2?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

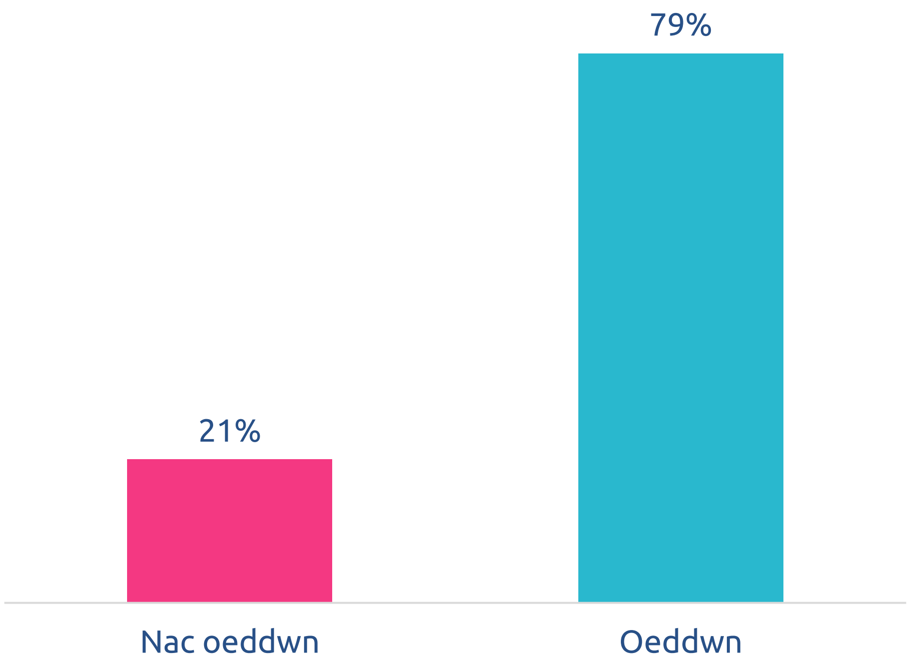
GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

Roedd yr adran hon â diddordeb mewn barn pobl ar arferion hylendid dwylo mewn lleoliadau gofal iechyd gan y gall y rhain amrywio. Yn dibynnu ar y driniaeth, dim ond lle mae canllawiau'n awgrymu nad oes angen menig y gall gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ddefnyddio menig neu ddwylo wedi'u golchi.

Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

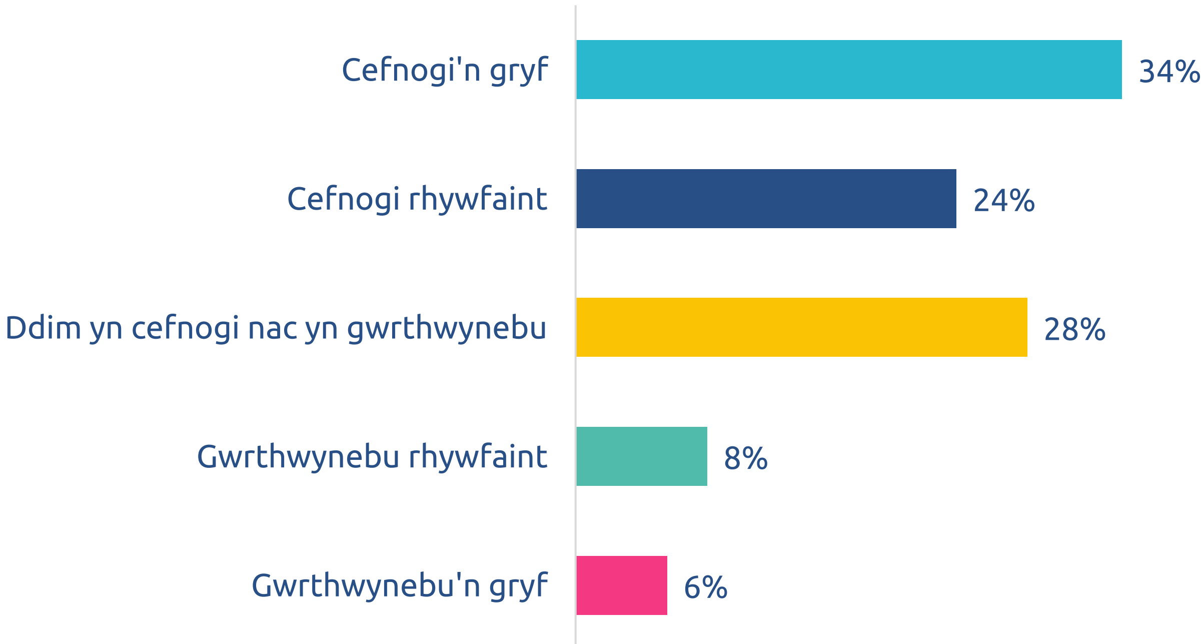
Cyn heddiw, oeddech chi'n gwybod y gallai gweithwyr gofal iechyd proffesiynol 'wisgo Menig' neu 'fod â dwylo wedi'u golchi a dim menig' ar gyfer gwahanol driniaethau?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

I ba raddau ydych chi'n cefnogi neu'n gwrthwynebu gweithwyr gofal iechyd proffesiynol sy'n gwneud triniaethau â dwylo wedi'u golchi a dim menig lle mae canllawiau'n awgrymu nad oes angen menig?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

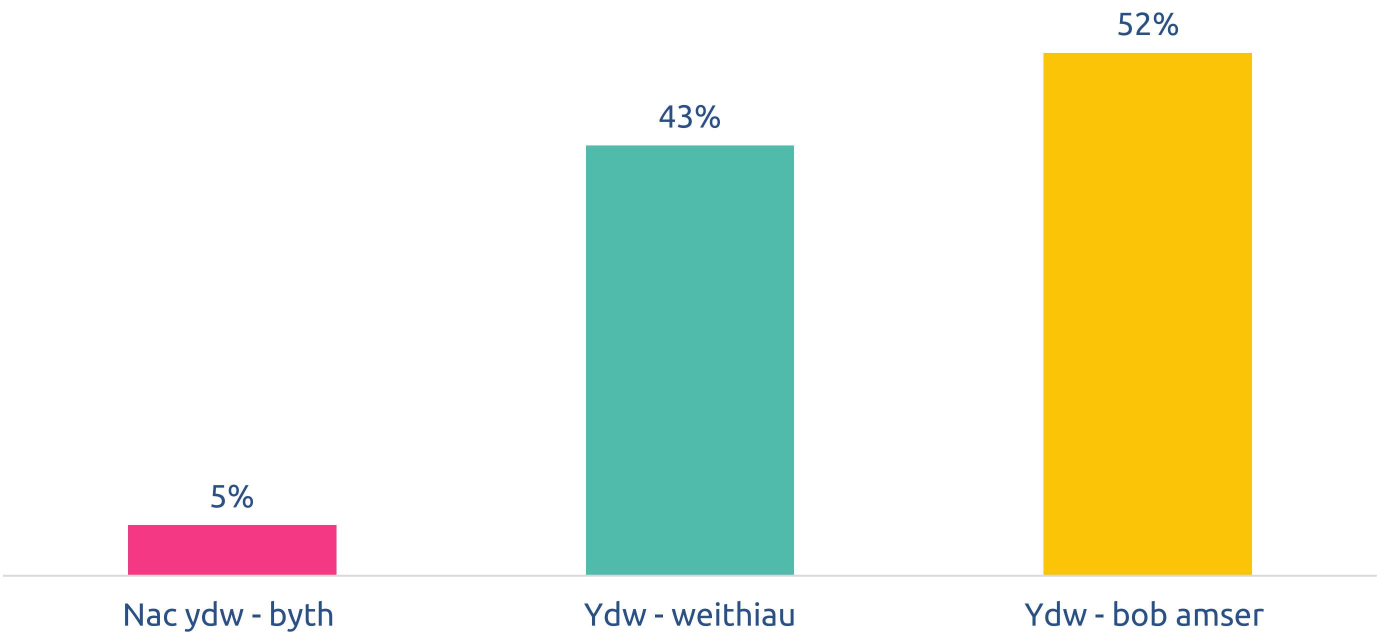
Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

Pe baech chi'n derbyn y gweithdrefnau canlynol, a fyddech chi'n ei chael hi'n dderbyniol iddyn nhw gael eu gwneud gan weithiwr gofal iechyd proffesiynol sy'n gwisgo menig neu ddwylo wedi'u golchi a dim menig, neu'r naill neu'r llall?

	Dwylo wedi'u golchi a dim menig	Y naill neu'r llall	Menig	Gwell gennyf beidio â dweud
Cymryd pwysedd gwaed	65%	28%	7%	Yn llai na 1%
Helpu claf i fwyta	54%	28%	18%	1%
Newid dillad gwely	47%	30%	22%	1%
Cynnal archwiliad arferol (e.e. archwiliad abdomenol)	47%	32%	21%	1%
Mamogram (hynny yw, pelydr-x o'r fron)	41%	33%	19%	8%
Rhoi meddyginiaeth trwy'r geg	40%	28%	31%	1%
Rhoi diferion llygaid	37%	27%	35%	1%
Rhoi pigiad	35%	27%	38%	Yn llai na 1%
Helpu claf i ymolchi	31%	30%	38%	1%
Cymryd gwaed	20%	25%	55%	Yn llai na 1%
Gwirio clwyf	7%	16%	76%	1%
Cynnal archwiliad personol	3%	12%	84%	Yn llai na 1%

Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

Ydych chi'n ymddiried mewn gweithwyr gofal iechyd proffesiynol i wneud y penderfyniadau cywir am arferion hylendid dwylo (e.e. pryd mae angen gwisgo menig ai peidio)?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

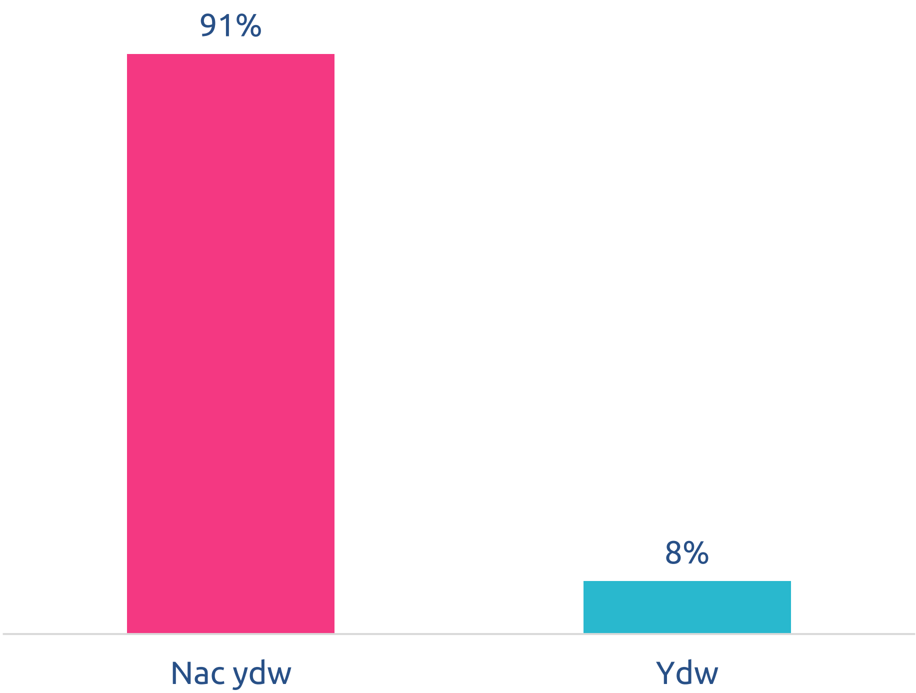
Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

Byddai lleihau nifer y menig a ddefnyddir gan weithwyr gofal iechyd proffesiynol yn dod â sawl budd. Trefnwch yn nhrefn pwysigrwydd, lle mae 1 yn bwysicaf a 4 yn lleiaf pwysig, y pedwar budd canlynol o ran pa mor bwysig y byddent i chi.

	1 – Bwysicaf	2	3	4 – Lleiaf pwysig	Gwell gennyf beidio â dweud
Mae'n lleihau lledaeniad yr haint	58%	10%	9%	18%	4%
Mae'n lleihau cyflyrau dwylo neu groen i weithwyr gofal iechyd proffesiynol	10%	47%	20%	19%	4%
Mae'n lleihau gwastraff	18%	20%	37%	21%	4%
Mae'n lleihau cost	9%	20%	30%	37%	4%

Defnydd menig mewn lleoliadau gofal iechyd

Ydych chi'n weithiwr gofal iechyd proffesiynol sy'n defnyddio menig yn eich swydd ar hyn o bryd?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

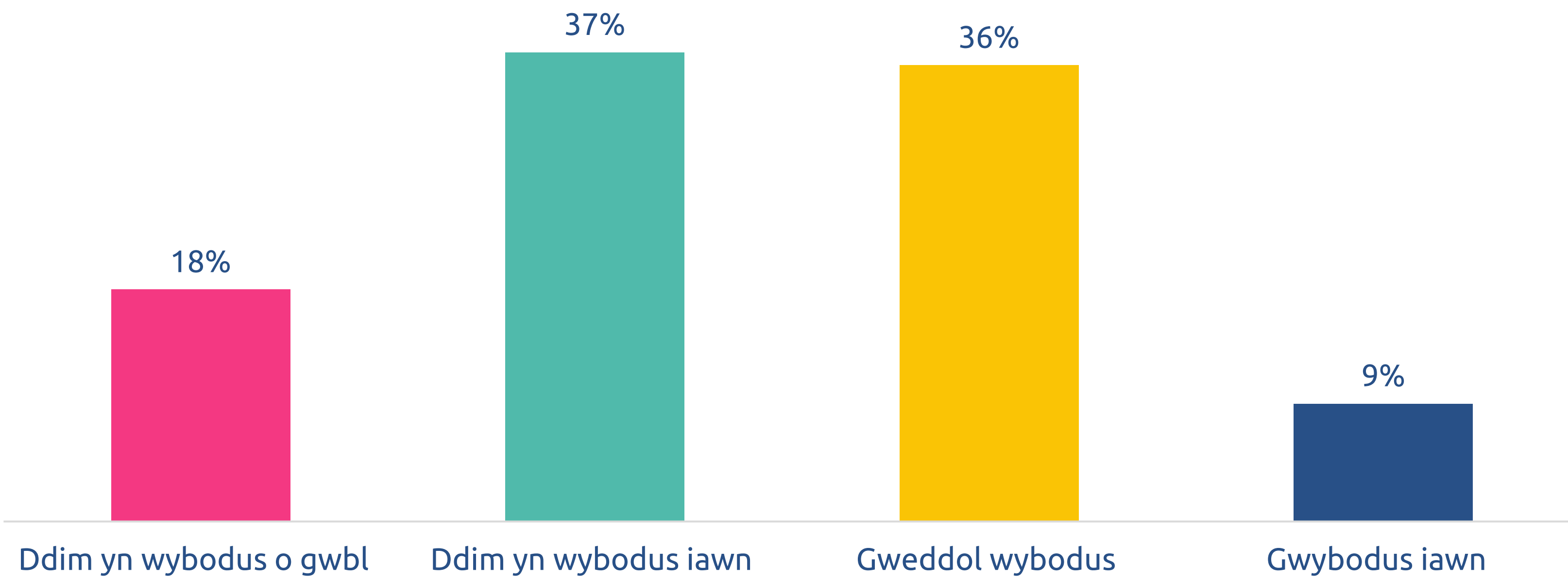
GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Anymataliaeth

Ceisiodd yr adran hon ddeall gwybodaeth a chanfyddiadau pobl o anymataliaeth. Mae dau fath o anymataliaeth, sef anymataliaeth wrinol ac anymataliaeth y coluddyn.

Anymataliaeth

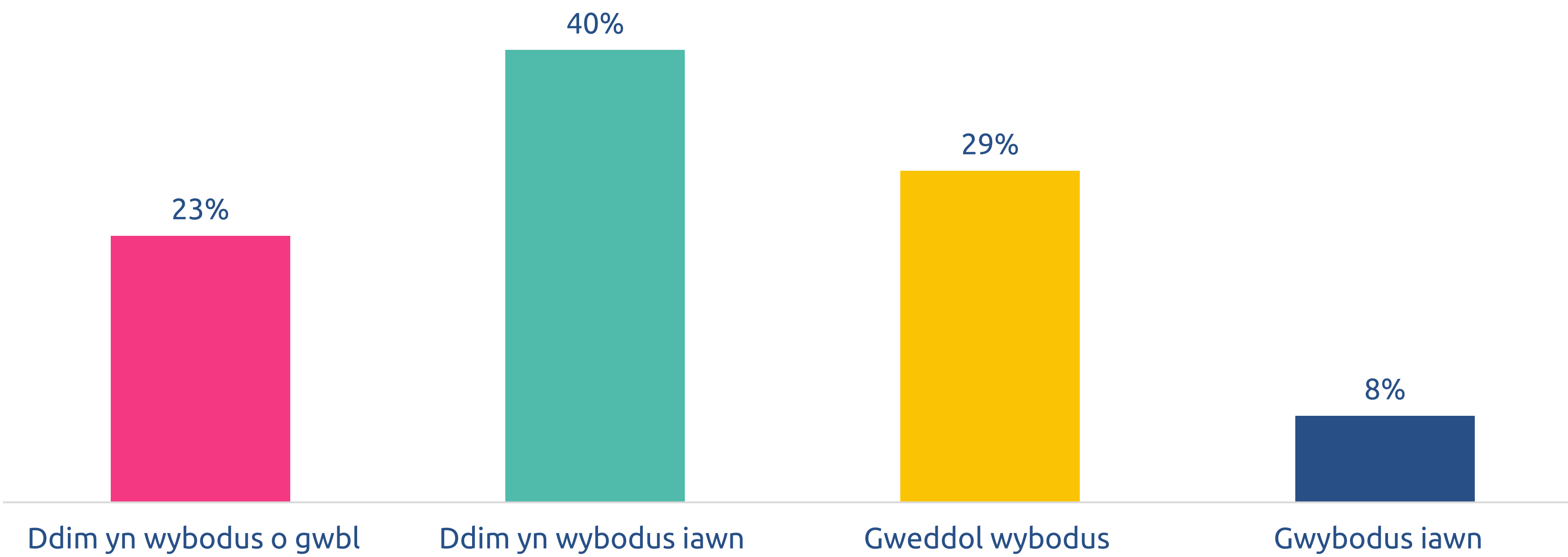
Anymataliaeth wrinol yw pan fyddwch chi'n pasio wrin yn anfwriadol. Pa mor wybodus, os o gwbl, fyddech chi'n dweud eich bod chi am anymataliaeth wrinol?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Anymataliaeth

Anymataliaeth y coluddyn yw pan na allwch reoli pryd rydych chi'n gwneud baw. Pa mor wybodus, os o gwbl, fyddech chi'n dweud eich bod chi am anymataliaeth y coluddyn?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Anymataliaeth

Pa rai o'r grwpiau hyn o bobl, os o gwbl, oeddech chi'n gwybod sydd mewn perygl cynyddol o brofi anymataliaeth?
(Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

	Do
Menywod 60 oed a throsodd	77%
Menywod sydd wedi rhoi genedigaeth	74%
Dynion 60 oed a throsodd	73%
Pobl sy'n byw gyda gorbwysau neu ordewdra	45%
Arall	10%
Dydw i ddim yn gwybod pwy sydd mewn perygl o brofi anymataliaeth (ymateb unigryw)	13%

Gwell gennyf beidio â dweud ar gyfer pob datganiad: 1%

Anymataliaeth

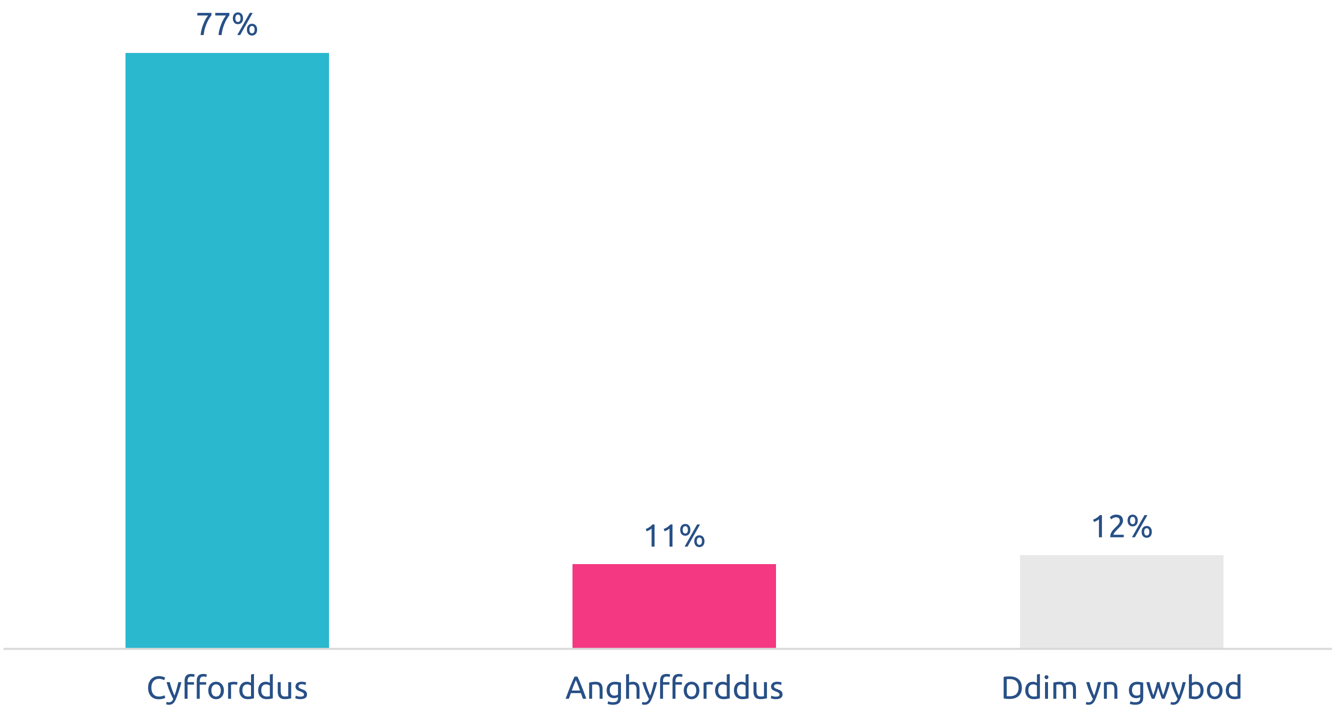
Pe baech chi'n profi anymataliaeth, a fyddech chi'n teimlo'n gyfforddus neu'n anghyfforddus yn siarad â'r canlynol?

	Cyfforddus	Anghyfforddus	Ddim yn gwybod
Ffrindiau	31%	56%	13%
Teulu	48%	41%	11%
Gweithwyr gofal iechyd proffesiynol	77%	17%	6%

Gwell gennyf beidio â dweud ar gyfer pob datganiad: 1%

Anymataliaeth

A fyddech chi'n teimlo'n gyfforddus neu'n anghyfforddus pe bai aelod o'r teulu neu ffrind yn siarad â chi am eu hanymataliaeth?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Anymataliaeth

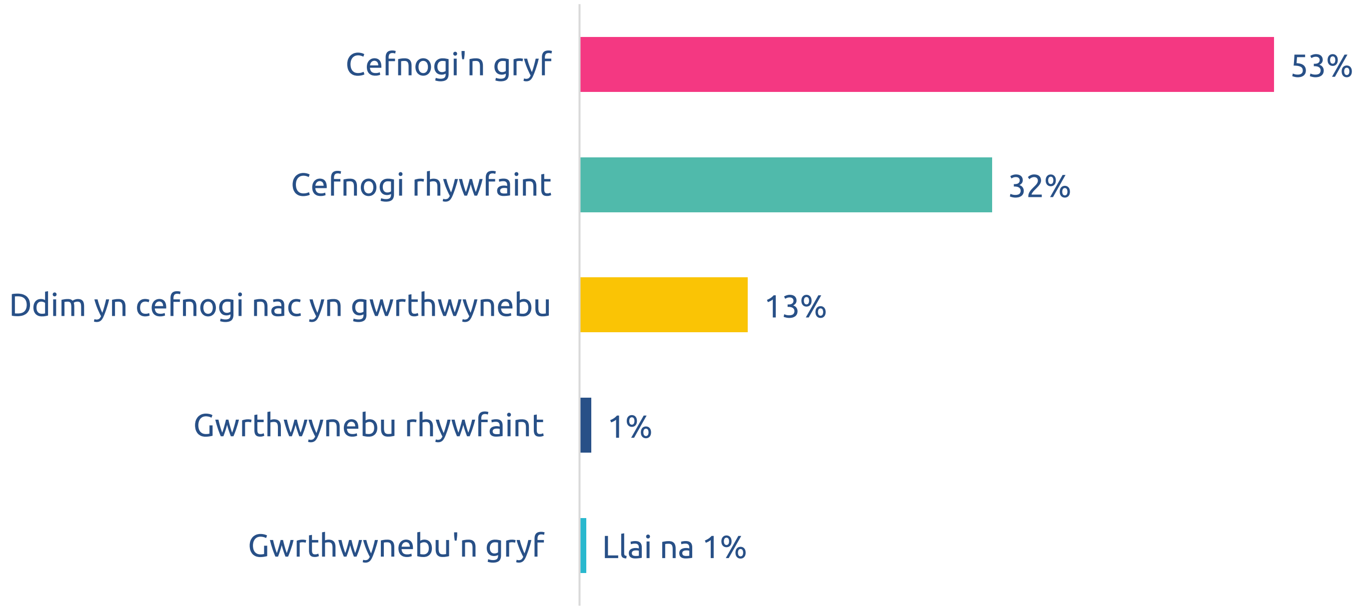
Faint o effaith negyddol, os o gwbl, ydych chi'n credu y mae profi anymataliaeth yn ei chael ar yr agweddau canlynol ar fywydau pobl?

	Ddim yn gwybod	1 Dim effaith o gwbl	2	3	4	5 Effaith fawr
Bywydau gwaith	3%	1%	1%	8%	25%	62%
Iechyd meddwl	3%	3%	1%	11%	23%	60%
Iechyd corfforol	4%	1%	4%	22%	28%	40%

Gwell gennyf beidio â dweud ar gyfer pob datganiad : Yn hafal i neu'n llai na 1%

Anymataliaeth

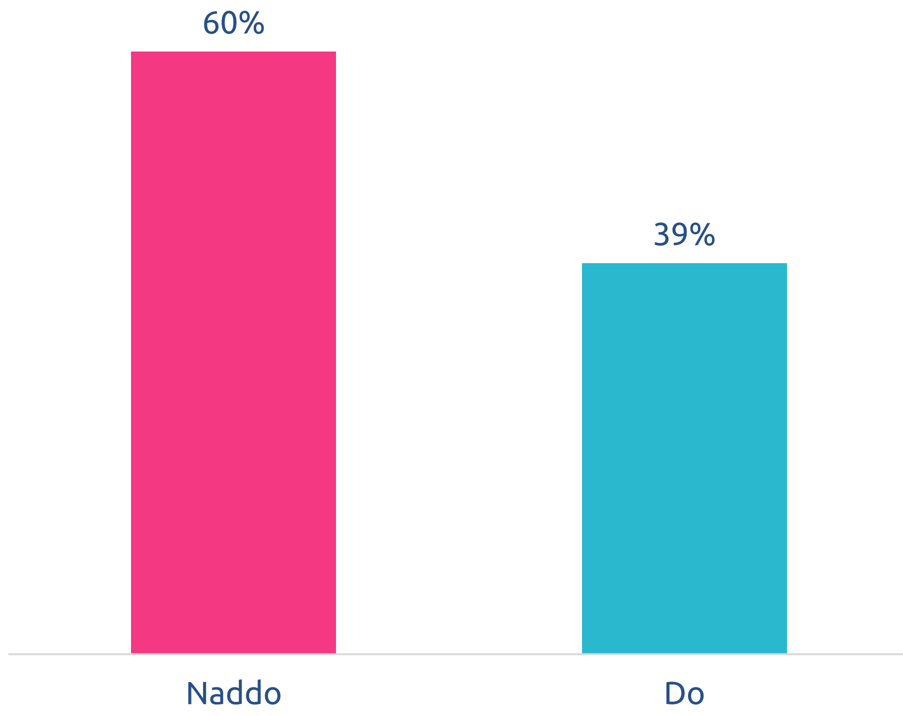
Ydych chi'n cefnogi neu'n gwrthwynebu'r angen am ragor o drafodaeth gyhoeddus ar anymataliaeth i gynyddu dealltwriaeth y cyhoedd?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Anymataliaeth

Ydych chi erioed wedi profi anymataliaeth (wrinol neu goluddynol)?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

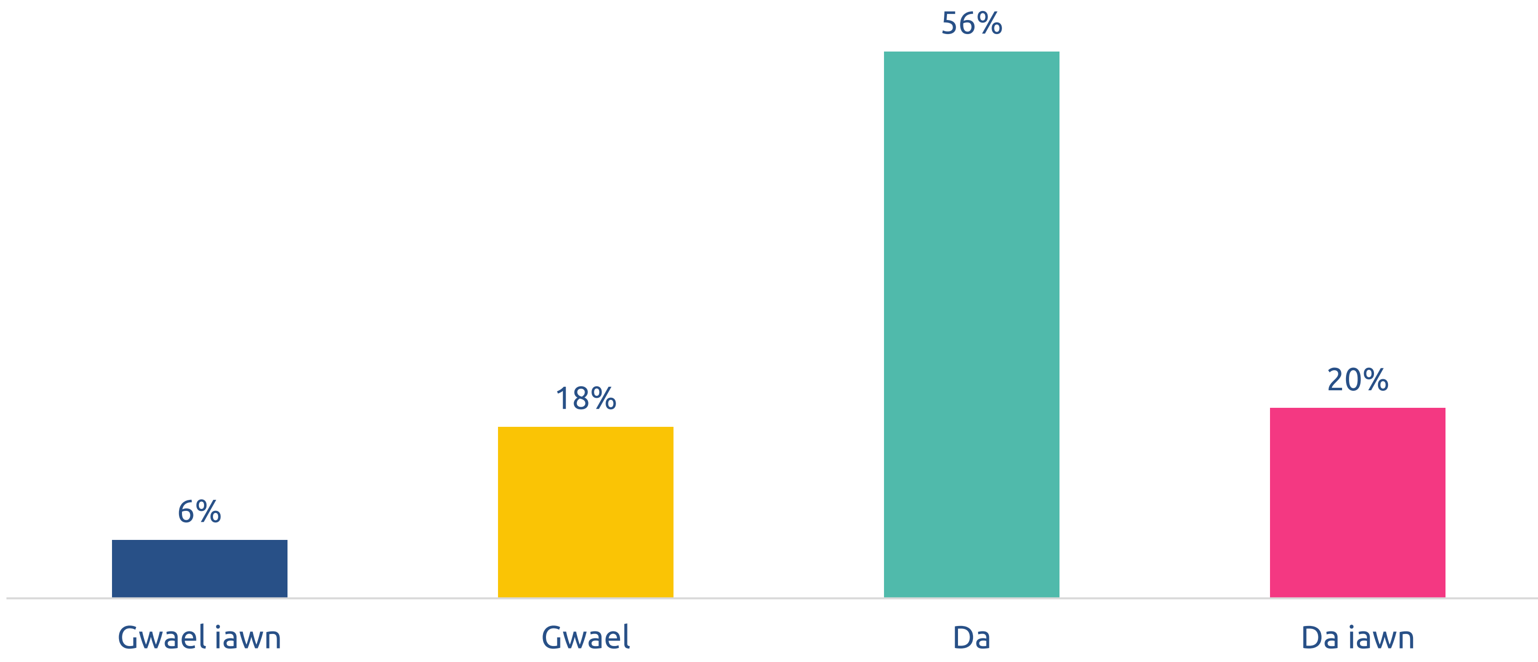
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Iechyd deintyddol

Yn yr adran hon, fe wnaethom archwilio defnydd pobl o ofal iechyd deintyddol, a ddarperir gan y GIG ac yn breifat. Roedden ni hefyd eisiau gwybod eu barn ar newidiadau arfaethedig i ddarpariaeth deintyddiaeth y GIG yng Nghymru.

Iechyd deintyddol

Sut byddech chi'n disgrifio eich iechyd deintyddol presennol? Mae hyn yn cynnwys cyflwr eich ceg, dannedd, deintgig, ac, os yw'n berthnasol, dannedd gosod.



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Iechyd deintyddol

Pe baech chi'n mynychu archwiliadau deintyddol y GIG, pa un o'r canlynol fyddai'n well gennych?
Gelwir archwiliad deintyddol hefyd yn 'asesiad iechyd y geg' ac yn 'archwiliad deintyddol'.

	Do
Hoffwn i gael archwiliadau deintyddol yn rheolaidd ar gyfnodau penodol, ni waeth pa mor dda neu ddrwg yw fy iechyd deintyddol	56%
Hoffwn i ddilyn cyngor tîm deintyddol ar ba mor aml y dylwn i gael archwiliadau deintyddol	30%
Hoffwn i gael mynediad at archwiliadau deintyddol pan fyddaf yn teimlo bod angen i mi (h.y. dim archwiliadau rheolaidd)	11%
Dim ond ar gyfer triniaeth ddeintyddol frys yr wyf eisiau bod yn bresennol	2%
Arall	1%

Gwell gennyf beidio â dweud: Yn llai na 1%

Iechyd deintyddol

Gan feddwl am yr eitem neu'r cwrs triniaeth ddeintyddol ddiweddaraf a gawsoch yn ystod y 12 mis diwethaf, pa fath o ofal deintyddol a gawsoch chi?

	Do
Preifat yn unig (gan gynnwys yswiriant deintyddol)	29%
GIG yn unig y gwnes i dalu amdano	23%
Nid wyf wedi mynychu apwyntiad deintyddol yn ystod y 12 mis diwethaf	22%
GIG yn unig oedd yn rhad ac am ddim	16%
GIG yr wyf wedi talu amdano wedi'i ddilyn gan ofal deintyddol preifat ychwanegol	5%
GIG a oedd yn rhad ac am ddim ac wedyn gofal deintyddol preifat ychwanegol	4%
Arall	<1%
Ddim yn gwybod	<1%

Gwell gennyf beidio â dweud: 0%

Iechyd deintyddol

Gofynnwyd i'r rhai a ddywedodd eu bod wedi derbyn gofal deintyddol preifat yn ystod y 12 mis diwethaf (n = 561; heb ei bwysoli)

Pan gawsoch eich eitem neu gwrs olaf gofal deintyddol preifat, a fyddech wedi dewis defnyddio gofal deintyddol y GIG pe bai ar gael yn lleol?

	Do
Byddwn, ceisiais ei gael o dan y GIG ond nid oedd ar gael i mi	49%
Byddwn, ond dim ond pe bai'n cael ei gynnig gan fy meddygfa ddeintyddol bresennol	25%
Na fyddwn, mae'n well gen i ofal deintyddol preifat	13%
Nid oedd y driniaeth a gefais ar gael ar y GIG (e.e. mewnblaniadau deintyddol, gwynnu dannedd)	7%
Arall	4%

Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Iechyd deintyddol

Gofynnwyd i'r rhai a atebodd nad oeddent wedi bod i apwyntiad deintyddol yn ystod y 12 mis diwethaf (n = 297; heb ei bwysoli)

Pa rai o'r rhain, os o gwbl, yw'r rhesymau pam nad ydych wedi bod at y deintydd yn ystod y 12 mis diwethaf?

	Do
Ni allaf ddod o hyd i ddeintydd GIG	56%
Newidiodd fy deintydd i fod yn breifat, ac ni allaf fforddio ffioedd deintyddol preifat	22%
Rwy'n ofni mynd at ddeintyddion	20%
Ni allaf fforddio taliadau deintyddol y GIG	15%
Mae'n anodd mynd yn ôl ac ymlaen i'r deintydd	13%
Nid wyf yn credu bod angen mynd at y deintydd bob 12 mis	9%
Does dim o'i le ar fy nannedd	8%
Arall	15%

Gwell gennyf beidio â dweud: 2%

Iechyd deintyddol

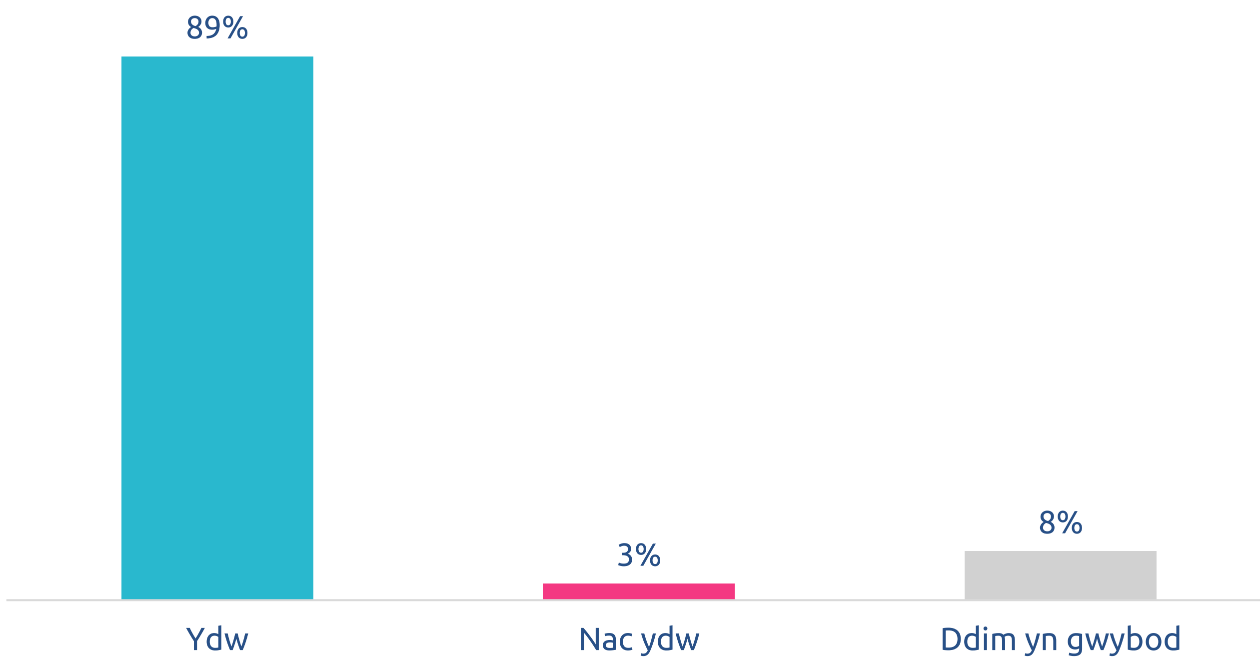
Mae Llywodraeth Cymru wedi awgrymu newidiadau mawr i sut y bydd deintyddiaeth y GIG yn cael ei darparu yng Nghymru o 2026. Cyn i'r newidiadau ddechrau, pa rai o'r newidiadau canlynol ydych chi'n meddwl y dylai'r cyhoedd fod yn ymwybodol ohonynt? (Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

	Do
Newidiadau i ffioedd gofal deintyddol y GIG	83%
Beth sydd wedi'i gynnwys yn y Pecyn Gofal Deintyddol Brys a sut i gael mynediad ato	81%
Pa grwpiau o bobl fydd yn cael blaenoriaeth ar gyfer archwiliadau a thriniaeth deintyddol y GIG	81%
Y triniaethau y gall gwahanol staff tîm deintyddol eu gwneud (e.e. therapyddion deintyddol, nyrs ddeintyddol)	70%
Ni fydd unrhyw gofrestru cleifion ffurfiol a gellir anfon pobl sy'n chwilio am archwiliad deintyddol y GIG i wahanol feddygfeydd deintyddol	74%
Dydw i ddim yn credu bod angen rhoi gwybod i'r cyhoedd am y newidiadau posibl uchod (ymateb unigryw)	2%

Gwell gennyf beidio â dweud: 2%

Iechyd deintyddol

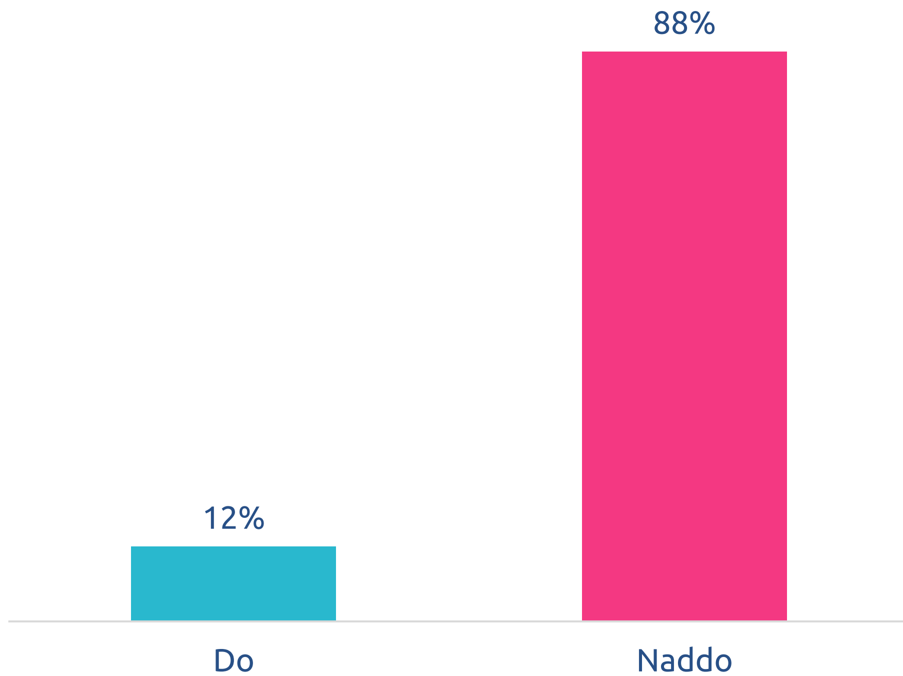
Ydych chi'n credu y dylai deintyddiaeth y GIG gasglu gwybodaeth gan gleifion am eu profiadau a chanlyniadau eu triniaeth ddeintyddol?



Gwell gennyf beidio â dweud: 1%

Iechyd deintyddol

Ydych chi wedi clywed am y Porth Mynediad Deintyddol?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

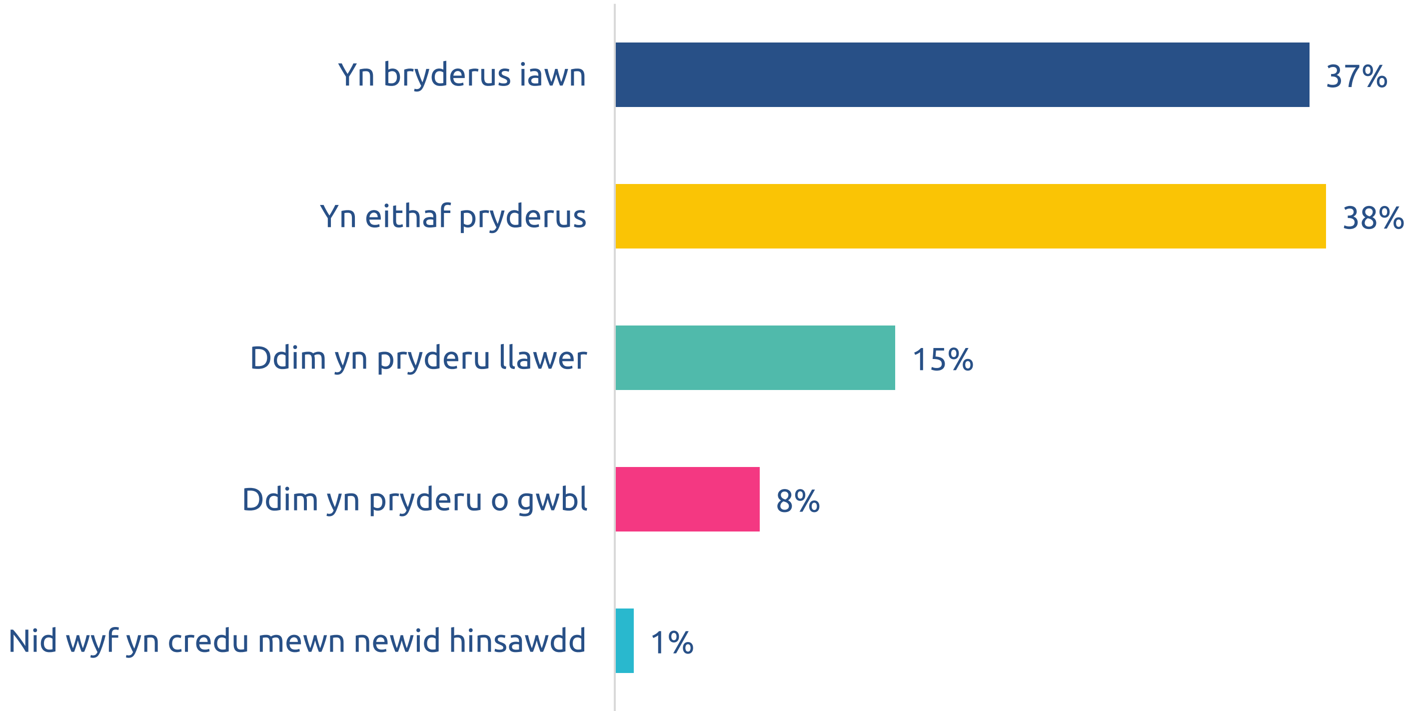
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Newid hinsawdd

Archwiliodd yr adran hon ganfyddiadau pobl o newid hinsawdd.

Newid hinsawdd

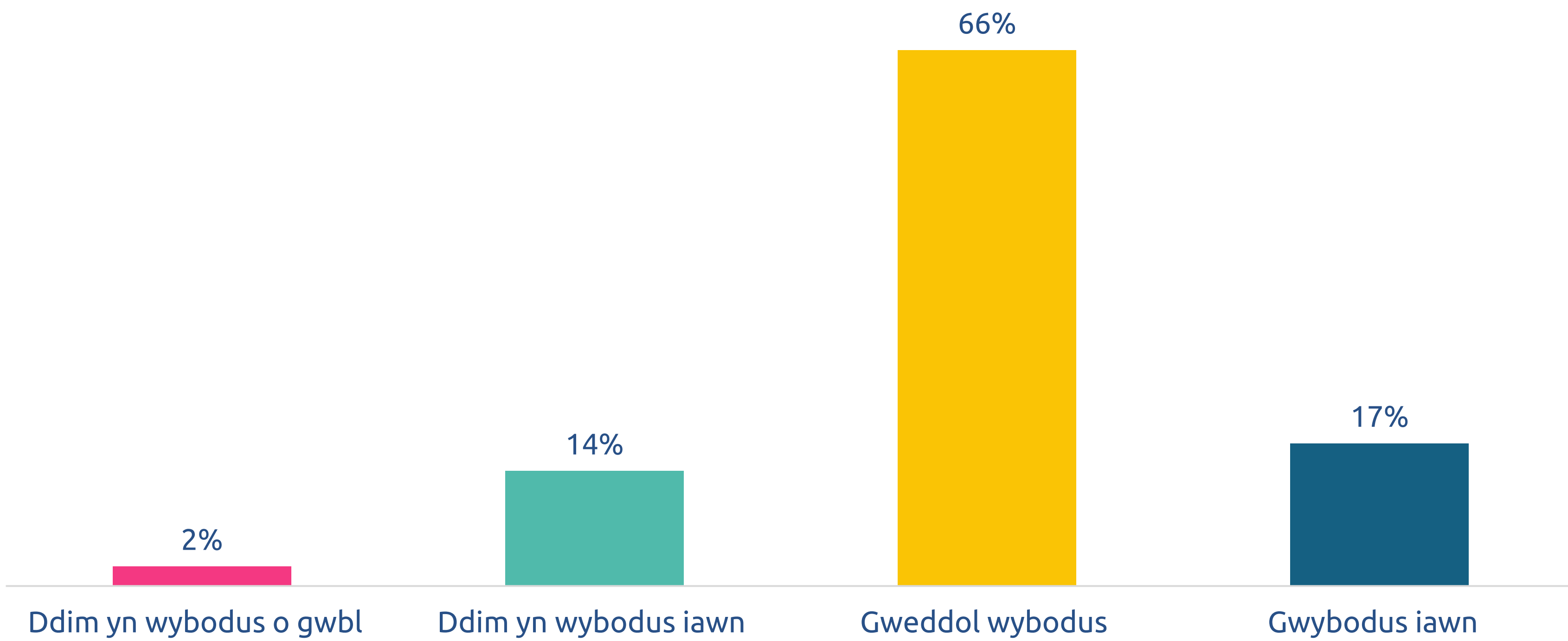
Faint ydych chi'n pryderu am newid hinsawdd?



Gwell gennyf beidio â dweud: yn llai na 1%

Newid hinsawdd

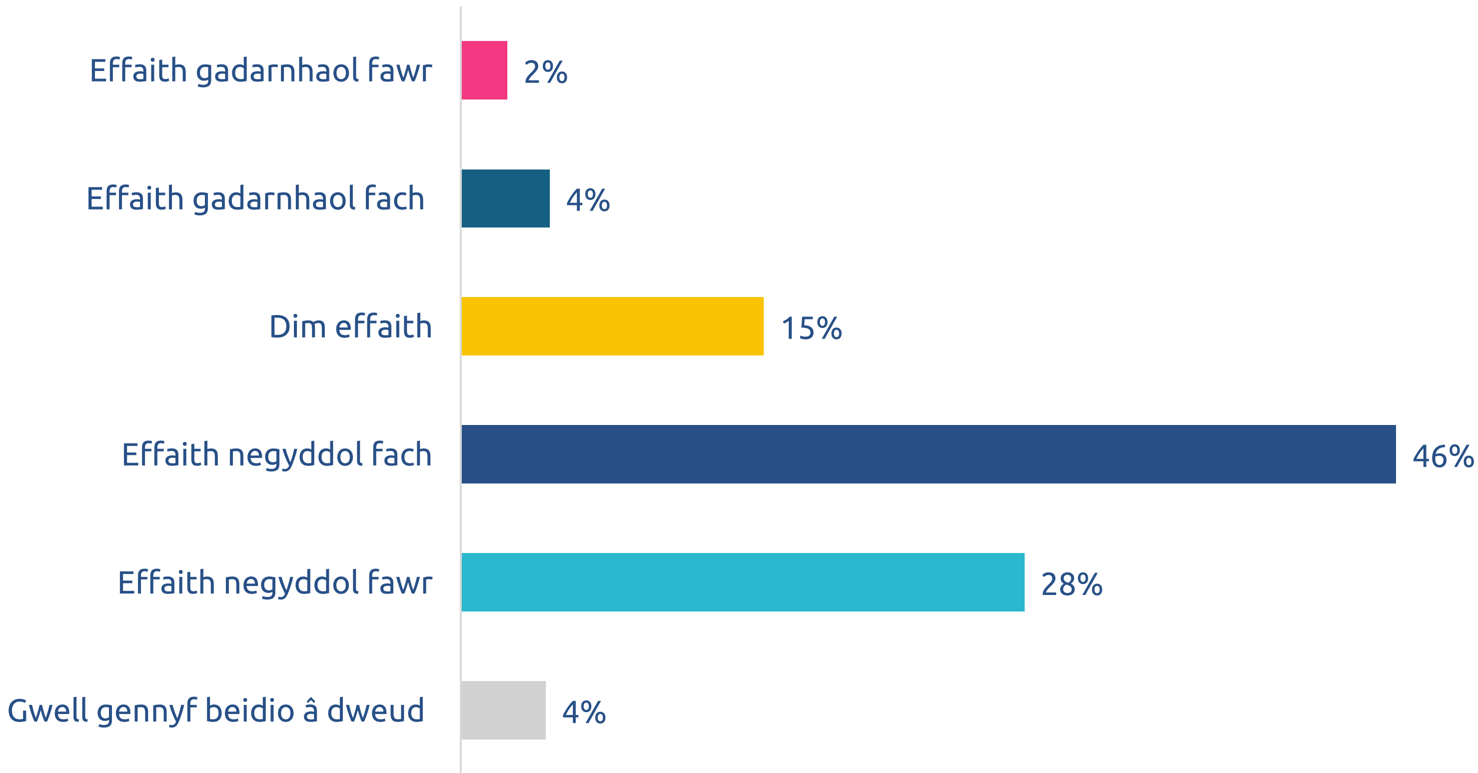
Pa mor wybodus, os o gwbl, fyddech chi'n dweud eich bod chi am newid hinsawdd?



Gwell gennyf beidio â dweud: 0%

Newid hinsawdd

Pa fath o effaith, os o gwbl, ydych chi'n credu bod newid hinsawdd yn ei chael ar iechyd pobl yng Nghymru?



Newid hinsawdd

Pa rai o'r digwyddiadau canlynol sy'n gysylltiedig â'r hinsawdd, os o gwbl, ydych chi'n credu fydd yn effeithio'n negyddol ar eich iechyd yn y 10 mlynedd nesaf?
(Dewiswch bob un sy'n berthnasol)

	Do
Llygredd	66%
Tymheredd yn codi	64%
Stormydd difrifol	55%
Mynediad at fwyd digonol, diogel a maethlon	53%
Llifogydd	52%
Sychder	44%
Tanau gwyllt	38%
Ni fydd yr un o'r uchod yn effeithio'n negyddol ar fy iechyd (ymateb unigryw)	8%

Gwell gennyf beidio â dweud: 3%

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Polisi iechyd cyhoeddus

Ceisiodd yr adran hon ddeall barn pobl ar wahanol feysydd polisi iechyd y cyhoedd.

Polisi iechyd cyhoeddus

Faint o rôl, os o gwbl, ydych chi'n credu y dylai Llywodraeth Cymru ei chael ym mhob un o'r canlynol?

	Ddim yn gwybod	Dim un	Ddim yn fawr iawn	Swm teg	Llawer iawn
Lleihau tlodi plant	1%	2%	4%	17%	75%
Rhoi'r dechrau gorau mewn bywyd i blant	2%	3%	5%	21%	69%
Gwneud bwyd a diod iach yn fwy hygyrch a fforddiadwy	1%	5%	9%	27%	58%
Cynyddu sefydlogrwydd ariannol teuluoedd a chymunedau	3%	3%	8%	30%	54%
Cynorthwyo cyflogwyr i gefnogi pobl â chyflyrau iechyd yn y gwaith	4%	3%	8%	36%	48%
Rheoli effeithiau newid hinsawdd ar iechyd	3%	9%	12%	34%	42%

Gwell gennyf beidio â dweud: yn hafal i neu'n llai na 1%

Eisiau bod yn rhan o Amser i Siarad Iechyd Cyhoeddus?

Mae recriwtio i Iechyd y Cyhoedd Amser i Siarad yn barhaus gan ein bod am siarad ag ystod eang o unigolion ledled Cymru.

Os ydych chi'n byw yng Nghymru ac yn 16+ oed, dyma'ch cyfle i gael eich clywed.

Ymunwch â'r Grwp

Eisiau dysgu mwy am sut i fyw bywyd iach a llewyrchus?

Eisiau darganfod sut i helpu eich cymuned i ffynnu?

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn gweithio i ddiogelu a gwella iechyd a llesiant a lleihau anghydraddoldebau iechyd i bobl yng Nghymru.

Sut mae'r Panel yn gweithio?

Dweud eich dweud!

Beth yw iechyd cyhoeddus?

Gwneud wahaniaeth!

SiaradICCymru.com

01663 761976

SiaradICCymru@wales.nhs.uk

Cyfranwyr y Prosiect

Tîm y Prosiect: Dr Catherine Sharp, Prof Karen Hughes, Carys Dale

Y Gyfarwyddiaeth Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredu Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi mewn Iechyd a Llesiant

Diolchiadau am Gymorth Prosiect Ehangach:

Polisi ac Iechyd Rhyngwladol, WHO CC: Dr Sumina Azam, Dr Rebecca Hill, Dr Louisa Petchey, Nicola Rees

Communications Team: Aamir Mohammed, Sarah Hibbard, Katie Allen, Rebecca Hopkins, Danny Donovan, Celyn Hunt

Cross-Organisational Advisory Group: Amy Burgess, Bethan Bowden, Susan Belfourd, Giles Greene, Emily van de Venter, Chris Roberts (Welsh Government), Semele Mylona (Welsh Government)

Datblygu'r Holiadur

Datblygwyd y cwestiynau a ddefnyddiwyd yn arolwg mis Mehefin 2025 mewn partneriaeth â chydweithwyr yn Iechyd Cyhoeddus Cymru a Llywodraeth Cymru.

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

Atodiad

Demograffeg

Dulliau

		Poblogaeth (16+ oed)	Sampl panel cyffredinol N = 3,727		Mehefin 2025 sampl arolwg N = 1,402	
Rhyw	Gwryw	49%	1592	43%	600	43%
	Benyw	51%	2103	56%	789	56%
	Arall	-	32	1%	13	1%
Oedran (blynyddoedd)	16-29	20%	659	18%	166	12%
	30-49	29%	1440	39%	423	30%
	50-69	32%	1007	27%	511	36%
	70+	19%	621	17%	302	22%
Cwintel amddifadedd	1 (Mwyaf)	19%	572	15%	178	13%
	2	19%	712	19%	261	19%
	3	21%	731	20%	274	20%
	4	21%	863	23%	338	24%
	5 (Lleiaf)	20%	849	23%	351	25%

Noder. Mae niferoedd sampl y panel yn cynrychioli dadansoddiad o'r bobl ar y panel a wahoddwyd i gymryd rhan yn arolwg Mehefin 2025. Nodwch. Data poblogaeth o Amcangyfrifon y Swyddfa Ystadegau Gwladol o boblogaeth y DU, Cymru a Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon (Canol 2020) (yn agor mewn ffenestr newydd); Data cwintel amddifadedd o Fynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (2019) (yn agor mewn ffenest newydd). Oherwydd diffyg cyfranogiad mewn pedwar arolwg yn olynol, mae 593 o bobl wedi cael eu tynnu oddi ar y panel. Amlinellwyd y broses hon i aelodau'r panel yn y deunydd ymuno.

		Poblogaeth (16+ oed)	Sampl panel cyffredinol N = 3,727		Chwefror 2025 sampl arolwg N = 1,402	
Ethnigrwydd	Gwyn		3587	96%	1362	97%
	Ethnigrwydd cymysg		57	2%	18	1%
	Asaidd neu Asaidd Pryndeinig		52	1%	10	1%
	Du, Affricanaidd, Caribïaidd, Du Cymraeg neu Du Prydeinig		12	<1%	<5	<1%
	Ethnigrwydd arall		10	<1%	<5	<1%
	Gwell gennyf beidio â dweud		9	<1%	5	<1%
Bwrdd Iechyd	BIP Aneurin Bevan		685	18%	229	16%
	BIP Betsi Cadwaladr		667	18%	280	20%
	BIP Caerdydd a'r Fro		707	19%	259	18%
	BIP Cwm Taf Morgannwg		563	15%	195	14%
	Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda		531	14%	214	15%
	BI Addysgu Powys		137	4%	59	4%
	BIP Bae Abertaw		437	12%	166	12%

Nodwch. Mae amcangyfrifon poblogaeth yn ôl ethnigrwydd (yn agor mewn ffenest newydd) a gafwyd gan Stats Cymru ar gyfer pob oed oherwydd nad oes data ar gael ar gyfer trigolion 65+ oed nad ydynt yn wyn. Amcangyfrifon poblogaeth gan fyrddau iechyd lleol (yn agor mewn ffenest newydd) wedi'u casglu o Stats Cymru. BIP: Bwrdd Iechyd Prifysgol; BI: Bwrdd Iechyd.

Dulliau - Recriwtio Cychwynnol

- Gosodwyd targed cychwynnol o 2,500 aelod panel er mwyn cael sampl arolwg misol o tua 1,000 ymateb; amcangyfrifwyd y byddai’r cyfraddau ymateb i arolygon bob yn ail fis yn 50% ar y mwyaf. I gyrraedd ystod o unigolion, defnyddiwyd tri dull recriwtio:
  - Ffon
  - Cyfryngau cymdeithasol
  - Wyneb yn wyneb
- Cafodd cwmni ymchwil i'r farchnad proffesiynol (DJS Research Limited) ei gaffael i gynnal y recriwtio a'rarolygon misol.
- Defnyddiwyd samplu cwota haenog wrth recriwtio dros y ffôn ac wyneb yn wyneb. Cwotâu wedi’u cymhwyso i:
  - Daearyddiaeth (Bwrdd Iechyd)
  - Oed
  - Rhyw
  - Cwintel Amddifadedd (Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru)
- Roedd targedu cyfryngau cymdeithasol yn canolbwyntio ar fylchau demograffig mewn recriwtio.
- Cwblhaodd aelodau'r panel arolwg recriwtio cychwynnol a gofynnir iddynt gwblhau arolygon 15-20 munud bob yn ail mis. Cynhelir arolygon ar-lein neu dros y ffôn bob yn ail fis, yn dibynnu ar ddewis y sawl sy’n cymryd rhan.
- Mae rhagor o fanylion methodolegol ar gael ym mhrotocol y prosiect (yn agor mewn ffenest newydd).

Dulliau

- Ar gyfer pob arolwg, gwahoddir holl aelodau'r panel i gwblhau' holiadur trwy'r dull y maent yn ei ffafrio (ffôn neu ar-lein). Rhoddir tair wythnos i aelodau'r panel gwblhau'r arolwg. O fewn yr amserlen honno, nodir bylchau yn y proffil demograffig sydd ei angen i gyflawni sampl sy'n cynrychioli oedran, rhyw, ethnigrwydd ac amddifadedd Cymru, ac anfonir nodiadau atgoffa i gwblhau'r arolwg.
- Mae'r holiaduron yn cynnwys cwestiynau sydd ag un ymateb a sawl ymateb (h.y. dewiswch bob un sy'n berthnasol). Pan fo cwestiwn yn un â sawl ymateb a'i fod yn cynnwys opsiwn un ymateb yn unig sy'n golygu mai dim ond yr opsiwn hwnnw y gellid ei ddewis, caiff hyn ei gydnabod ar y graff neu'r tabl.
- Er mwyn cynyddu cynrychiolaeth ar draws sampl yr arolwg, cynhelir tua 100 o gyfweliadau wyneb yn wyneb fesul arolwg gyda grwpiau poblogaeth a dargedir. Gwahoddir yr unigolion hyn i gwblhau'r arolwg ac fe'u gwahoddir yna i ymuno â'r panel. Felly mae cyfran yn gyfranogwyr sy'n cwblhau arolwg untro. Yn ogystal, rhoddir hysbysebion ar y cyfryngau cymdeithasol sy'n targedu grwpiau poblogaeth penodol.

.

Recriwtiwyd y cyfranogwyr (N = 1,402) a gwblhaodd arolwg mis Chwefror 2025 drwy'r dulliau canlynol:

Dull Recriwtio	n	%
Ar-lein	1138	81%
Dros y ffôn	119	18%
Wyneb yn wyneb (panel)	101	7%
Wyneb yn wyneb (untro)	44	3%

Cwblhaodd y cyfranogwyr (N = 1,402) arolwg mis Mehefin 2025 drwy'r dulliau canlynol:

Dull Cyfranogiad	n	%
Ar-lein	1219	87%
Dros y ffôn	69	5%
Wyneb yn wyneb	114	8%

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Gweithio gyda'n gilydd i greu Cymru iachach

Working together for a healthier Wales