

# Canolfan Iechyd y Boblogaeth Centre for Population Health



Canolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth  
National Centre for Population Health & Wellbeing Research

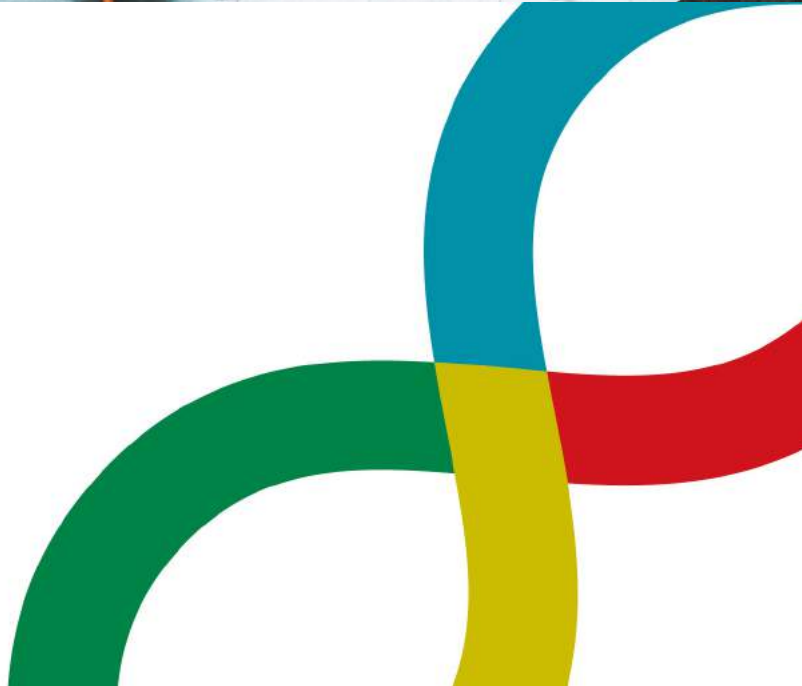


Ymchwil Iechyd  
a Gofal Cymru  
Health and Care  
Research Wales



Ariennir gan  
Lywodraeth Cymru  
Funded by  
Welsh Government

## 2021-2022 Adroddiad Blynyddol





# Cynnwys

<b>Rhagair</b>	<b>1</b>
<b>Cyflawniadau Allweddol</b>	<b>2</b>
<b>Amdanom Ni</b>	<b>3</b>
<b>Rhaglenni Gwaith</b>	
Datblygiad Iach	<b>5</b>
Bywyd Gweithio Iach	<b>11</b>
<b>Cynnwys y Cleifion a'r Cyhoedd</b>	<b>15</b>
<b>Meithrin Gallu</b>	<b>17</b>
<b>Lledaenu</b>	<b>19</b>
<b>Cydweithio Rhyngwladol</b>	<b>21</b>
<b>Casgliad a Symud Ymlaen</b>	<b>23</b>

# Rhagair

Helo a chroeso i Adroddiad Blynyddol y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Lles y Boblogaeth 2021-2022, a ariannwyd gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru.

Mae'r Ganolfan wedi parhau i roi blaenoriaeth i ymchwil perthnasol i bolisi i ymateb i heriau a gyflwynwyd gan bandemig COVID-19. Mae ymchwil wedi canolbwyntio ar ddeall yr effaith y mae COVID-19 wedi'i chael ar bobl yng Nghymru, gan ganolbwyntio ar ysgolion, cartrefi gofal, niferoedd sy'n cael brechiad, a'r effaith i'r rheiny sydd â chyflyrau iechyd cronig. Yn ogystal, rydym wedi cydweithio â phrifysgolion eraill ledled y DU i archwilio effaith COVID-19 i'r rheiny â chyflyrau cronig.

Mae gweithio yn ystod y pandemig wedi darparu cyfleoedd hefyd i ddatblygu a gwerthuso dulliau newydd mewn cydweithrediadau a phartneriaethau rhyngwladol.

Rydym wedi gwneud cryn gynnydd hefyd yn ein rhaglenni Datblygiad Iach a Bywyd Gweithio Iach, yn ogystal ag yn ein gwaith cydweithio a meithrin gallu.

Mae astudiaethau wedi canolbwyntio ar werthuso 1000 diwrnod cyntaf bywyd a'r blynyddoedd cynnar ar gyfer babanod. Mae'r prosiect Ganwyd yng Nghymru wedi parhau i hwyluso'r ddealltwriaeth o'r profiadau y mae darparu rieni a rhieni newydd yn eu cael; mae hyn yn galluogi darparu help a chefnogaeth briodol i roi'r cychwyn gorau i'w plentyn. Mae'r wybodaeth hon yn cael ei defnyddio gan Fydwragedd ledled Cymru erbyn hyn, gan helpu gwella profiadau rhieni, gyda'r nod o feithrin gwell dealltwriaeth o unrhyw heriau y gallent eu hwynebu.

Rydym wedi archwilio tirwedd newidiol cyflogaeth gan gynnwys gweithio o gartref, a'r effaith a gaiff y model newydd hwn ar iechyd a lles pobl.

Rydym wedi gweithio i gefnogi ymchwilwyr gyrfa cynnar a darparu interniaethau ar gyfer unigolion sy'n gobeithio ymgymryd â gyrfa mewn iechyd y boblogaeth. Mae ein dealltwriaeth o gynnwys y cyhoedd a chleifion wedi'i datblygu ymhellach ar gyfer cyddestun iechyd y boblogaeth trwy gynnal adolygiad systematig cynhwysfawr; o ganlyniad, mae cynrychiolwyr cleifion yn cael eu hintegreiddio'n gynyddol yn rheolaeth strategol a chyflawniad amcanion allweddol i fodloni'r Safonau Cenedlaethol ar gyfer cynnwys y cyhoedd a chleifion mewn ymchwil.

Yn olaf, daeth y Ganolfan â dros 250 o gynrychiolwyr o 20 wledydd at ei gilydd yn ein Rhaglen Cydweithio Rhyngwladol gyntaf er mwyn hwyluso rhannu profiadau a gweithio gyda'i gilydd ar fynd i'r afael ag anghydraddoldebau mewn iechyd y boblogaeth yng Nghymru a thu hwnt.

Diolch am roi o'ch amser i ddarllen ein hadroddiad, gan obeithio y gwnewch ei fwynhau.

Yn gywir  
**Y Bwrdd Gweithredol**



## Cyflawniadau Allweddol 2021-2022

### Dyfarniad Seilwaith Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru i'r Ganolfan



Cyllid uniongyrchol a ddyfarnwyd  
**£653k**



Swyddi wedi'u creu trwy gyllid uniongyrchol  
**14.5**

### Grantiau a enillwyd yn ystod y cyfnod adrodd

Grantiau a enillwyd	Dan arweiniad y Ganolfan	Trwy Gydweithio
Nifer	<b>4</b>	<b>9</b>
Gwerth	<b>£442.5k</b>	<b>£29.6m</b>
Cyllid i Gymru	<b>£442.5k</b>	<b>£19.1m</b>
Cyllid i'r Ganolfan	<b>£442.5k</b>	<b>£1.2m</b>
Swyddi ychwanegol wedi'u creu i Gymru	<b>2</b>	<b>9.5</b>
Swyddi ychwanegol wedi'u creu i'r Ganolfan	<b>3</b>	<b>N/A</b>



Nifer y cyhoeddiadau



Nifer y digwyddiadau ymgysylltu â'r cyhoedd



Nifer y cyfleoedd cynnwys y cyhoedd

# Amdanom ni





Ni yw'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth, a ariennir gan Lywodraeth Cymru trwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Rydym yn cyflawni ymchwil trwy wneud synnwyr o ddata a all helpu cefnogi a gwella iechyd a lles pobl trwy gydol eu bywydau. Mae ein gwaith yn archwilio a mynd i'r afael â rhai o'r heriau iechyd cyhoeddus mwyaf anodd, ac mae'n darparu mewnwelediad newydd i helpu gwneuthurwyr polisiâu a phenderfyniadau wneud gwelliannau gwybodus i iechyd y boblogaeth – gan gynnwys, er enghraifft, trwy leihau anghydraddoldebau cymdeithasol a chostau gofal iechyd.

I gyflawni hyn, rydym ni'n dod â thîm o ymchwilwyr, ystadegwyr a dadansoddwyr data o Brifysgolion Abertawe, Caerdydd a Bangor, at ei gilydd, ochr yn ochr ag Iechyd Cyhoeddus Cymru, a'n partner trydydd sector, Plant yng Nghymru, i ddeall, gwerthuso a hysbysu gwelliannau i iechyd y boblogaeth.

Mae ein hymchwil yn cymryd ymagwedd cwrs bywyd ac mae'n cynnwys rhaglenni gwaith Datblygiad Iach a Bywyd Gweithio Iach:





## Datblygiad Iach

Mae ein hymchwil yn llywio gwaith sydd â'r nod o roi dechrau iach a hapus i blant mewn bywyd. Mae cryn dystiolaeth bod profiadau unigolyn yn ystod ei blentyndod yn chwarae rhan hanfodol yn ffurfio ei ddyfodol - gyda datblygiad plant cadarnhaol yn y blynyddoedd cynnar yn gysylltiedig â chanlyniadau iechyd ac addysgol da yn ystod plentyndod, a chanlyniadau iechyd a chyflogaeth well yn ystod oedolaeth. Mae ein hymchwil yn ymdrin â'r meysydd canlynol:

-  Iechyd a lles mamol (y 1000 diwrnod cyntaf).
-  Gwerthusiadau'r blynyddoedd cynnar (0-7 oed).
-  Plant a Phobl Ifanc, pobl ifanc yn eu harddegau ac ymyriadau cymunedol.
-  Effaith Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod.

## Bywyd Gweithio Iach

Nod ein hymchwil yw amlygu rhai o'r heriau iechyd allweddol y mae llawer o bobl yn eu hwynebu yn ystod eu hoes. Ein nod yw deall sut gall yr heriau hyn gyfyngu ar gyfleoedd pobl i fyw bywydau iach a hapus llawn. Ein nod hefyd yw deall penderfyniadau ehangach iechyd a sut gall y rhain gyfyngu ar y cyfleoedd hyn. Mae ein hymchwil yn ymdrin â'r meysydd canlynol:

-  Cyflyrau cronig.
-  Iechyd yn y gweithle.
-  Heriau iechyd grwpiau risg.
-  Gwerthusiadau o'r amgylchedd adeiledig.

## Amdanom Ni

Mae ein Bwrdd Gweithredol yn cynnwys yr arweinwyr ymchwil sy'n gyfrifol am ddatblygu a gweithredu polisiâu a rhaglenni gwaith y Ganolfan. Mae ein tîm ymchwil yn cynnwys dadansoddwyr data, ystadegwyr a swyddogion ymchwil sy'n gyfrifol am gyflawni a chefnogi ymchwil yn ein pecynnau gwaith Datblygiad Iach a Bywyd Gweithio Iach. Mae ein tîm Canolfan Graidd yn cynnwys y staff hynny sy'n gyfrifol am redeg gweithredol y Ganolfan o ddydd i ddydd, gan gefnogi'r timau Gweithredol ac Ymchwil i ymgymryd ag amcanion ymchwil y Ganolfan, a'u cyflawni.



**Yr Athro  
Sinead Brophy**  
Cyfarwyddwr



**Yr Athro  
Jayne Noyes**  
Cadeirydd



**Dr Alisha  
Davies**  
Dirprwy  
Cyfarwyddwr



**Yr Athro  
Ronan Lyons**  
Bwrdd  
Gweithredol



**Yr Athro  
Mark Bellis**  
Bwrdd  
Gweithredol



**Yr Athro  
Ernest Choy**  
Bwrdd  
Gweithredol



**Yr Athro  
Alan Watkins**  
Bwrdd  
Gweithredol



**Dr Richard Fry**  
Bwrdd  
Gweithredol



**Dr Mohamed  
Mhereeg**  
Swyddog Ymchwil/  
Gwyddonydd Data



**Amrita  
Bandyopadhyay**  
Ymchwilydd



**Dr Roxanne  
Cooksey**  
Swyddog  
Ymchwil



**Lois Griffiths**  
Swyddog  
Ymchwil



**Dr Michaela  
James**  
Swyddog  
Ymchwil



**Dr Jonathan  
Kennedy**  
Dadansoddwr  
Data



**Hope Jones**  
Ymchwilydd



**Dr Tash Kennedy**  
Swyddog Ymchwil/  
Gwyddonydd Data



**Sarah Peddle**  
Cadeirydd  
Cynnwys Cleifion  
a'r Cyhoedd



**Solmaz Safari**  
Cynnwys Cleifion  
a'r Cyhoedd



**Dr Helen Davies**  
Cynnwys Cleifion  
a'r Cyhoedd



**Dr Rachael  
Hunter**  
Cynnwys Cleifion  
a'r Cyhoedd



**Becky Amos**  
Datblygiad  
Iach – ACEs y  
Blynyddoedd  
Cynnar



**Sam Dredge**  
Rheolwr y  
Ganolfan



**David Burdett**  
Cynorthwydd  
Cymorth  
Seilwaith Ymchwil



**Sarah Toomey**  
Swyddog  
Cyfathrebiadau



**Katherine  
Woolley**  
Uwch Swyddog  
Ymchwil Iechyd y  
Cyhoedd



Mae'r Ganolfan wedi parhau i adeiladu ar ymchwil sy'n dechrau cyn geni. Nod yr ymchwil hon yw deall effaith beichiogrwydd ar famau a thadau, 1000 diwrnod cyntaf bywyd y plentyn, a'i effaith barhaus i mewn i flynyddoedd yr ardegau ac oedolaeth gynnar.

## Astudiaeth Achos Ymchwil Carfan Ymchwil Ganwyd yng Nghymru.

Mae carfan genedigaethau Ganwyd yng Nghymru sy'n cysylltu data'r holl enedigaethau yng Nghymru (oddeutu 30,000 y flwyddyn) wedi parhau i dyfu. Gan gasglu gwybodaeth drwy arolwg manylach, holwyd rhieni ynglŷn â'u profiadau o feichiogrwydd â'r mynediad i help a chefnogaeth y teimlent oedd ganddynt. Can ddefnyddio'r ymatebion, mae ymchwil wedi'i chyhoeddi bellach sy'n tynnu sylw at effaith iselder cyn ac ar ôl beichiogrwydd. Nododd y canlyniadau fod iselder ymhlith tadau yn ffactor yr un mor ddifrifol ag iselder ymhlith mamau o ran yr effaith hirdymor ar y baban. Roedd y canfyddiadau hyn yn awgrymu bod angen help a thriniaeth ar famau a thadau ag iselder hyd nes bod yr iselder yn cilio.

Gwerthuswyd effaith pandemig COVID-19 ar famau. Nododd y canlyniadau, er bod mamau newydd yn teimlo'n unig iawn ac yn llawn straen bod â baban yn ystod COVID-19, roedd canlyniadau geni

(cyn amser, cyfnod llawn, geni'n hwyr, neu gymhlethdodau) yr un fath â blynyddoedd blaenorol, felly nid effeithiodd COVID-19 yn niweidiol ar eni babanod yng Nghymru.

Canfu ymchwil bellach a gyhoeddwyd ar y niferoedd a gafodd frechiad COVID-19 fod 1 o bob 3 mam yn adrodd na fyddent yn cael y brechiad yn ystod beichiogrwydd. Dangosodd data ar frechiadau na chafodd 2 o bob 3 y brechiad yn ystod beichiogrwydd ond arhosont hyd nes bod y baban wedi'i eni; mae hyn yn uwch ymhlith mamau ifanc a'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd mwy difreintiedig. Mae'r Ganolfan yn gweithio ar yr astudiaeth MumPredict gydag ymchwilwyr o Ogledd Iwerddon, yr Alban a Lloegr. Mae'r cydweithio hwn yn asesu effaith cyflyrau iechyd fel asthma ac epilepsi mewn beichiogrwydd; mae astudiaethau electronig eraill o garfannau yn y DU yn cael eu defnyddio i gymharu a chyferbynnu canfyddiadau mewn rhanbarthau gwahanol.

Mae unigolion yn y Ganolfan yn aelodau o grŵp ymchwil dan arweiniad Prifysgol Bryste; mae'r grŵp

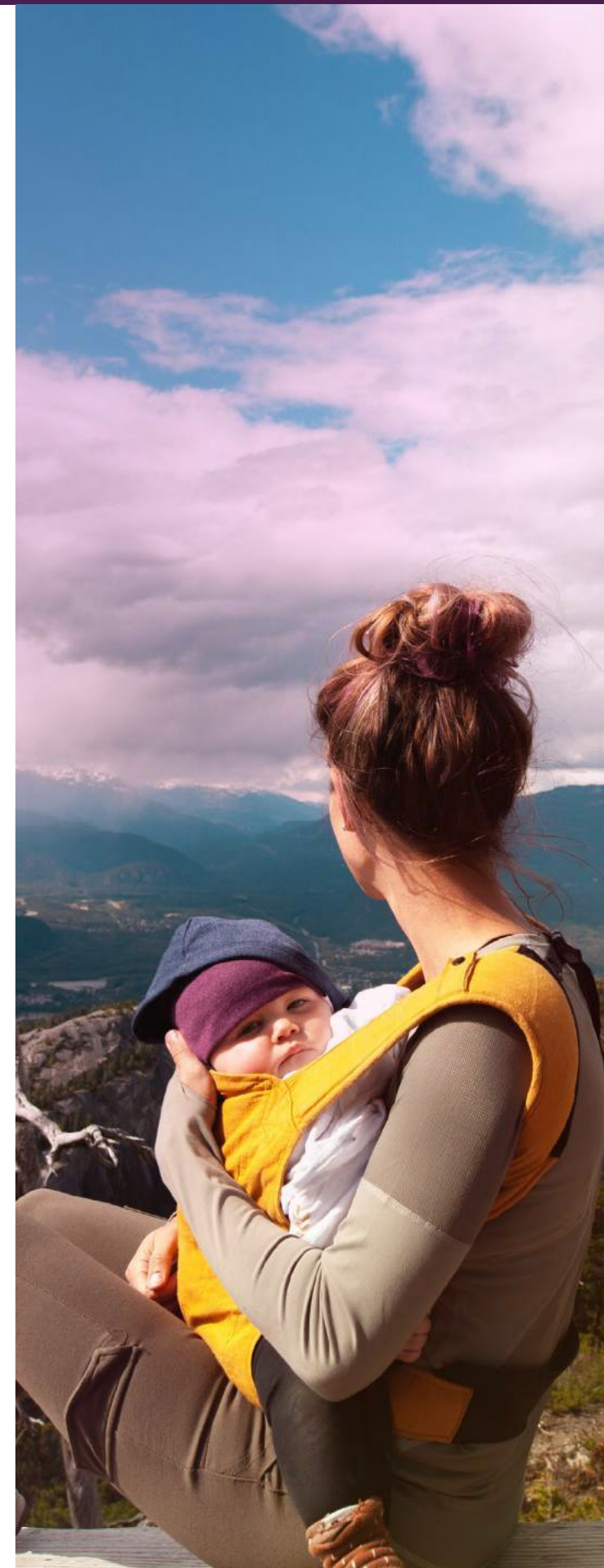
hwn yn cynnwys ymchwilwyr sy'n ymchwilio i effeithiau tymor hwy COVID-19 a chyfnodau clo ar deuluoedd ac mewn beichiogrwydd. Mae'r cydweithio hwn yn cynnwys unigolion o Lundain, Caeredin, a'r Swyddfa Ystadegau Gwladol. Mae'r Ganolfan hefyd yn aelod o grŵp sy'n datblygu canolfan famol a babanod o fewn HDRUK; ei nod yw cryfhau arbenigedd a mynediad at ddata, gan wella iechyd i ddarparu rieni a'u babanod sydd heb eu geni.

## Astudiaeth Achos Ymchwil Mae babanod sy'n cael eu geni ym mis Awst yn fwy tebygol o gael diagnosis o ADHD os ydynt yn dechrau'r ysgol ym mis Awst, ond nid os ydynt yn dechrau'r ysgol yn hwyrach.

Mae astudiaethau blaenorol yn awgrymu cysylltiad rhwng oedran mewn blwyddyn ysgol a diagnosis o Anhwyllder Diffyg Canolbwyntio a Gorfywiogrwydd (ADHD). Mae gan yr Alban a Chymru ddyddiadau torbwynt gwahanol ar gyfer mynediad i'r ysgol (chwe mis rhyngddynt) a pholisiau gwahanol ar gadw plant yn ôl.

Nod yr ymchwil oedd ymchwilio i'r cysylltiad rhwng oedran cymharol wrth ddechrau'r ysgol a thriniaeth ADHD mewn dwy wlad, gan gyfrif am blant a gadwyd yn ôl. Archwiliodd gofnodion addysg ac iechyd 1,063,256 o blant ysgol cynradd ac uwchradd yn yr Alban (2009-2013) a Chymru (2009-2016); gan sylwi bod ADHD yng Nghymru wedi cynyddu wrth i oedran ostwng, e.e. roedd y plant ieuengaf yn y dosbarth yn fwy tebygol o gael diagnosis a thriniaeth ar gyfer ADHD.

Yn yr Alban, fodd bynnag, nid oedd unrhyw wahaniaeth mewn cyfraddau diagnosis ADHD rhwng y plant ieuengaf a hynaf. Cafodd mwy o blant eu cadw'n ôl yn yr Alban (7.66% yn yr Alban) na Chymru (0.78% yng Nghymru). Roedd plant a gadwyd yn ôl yn fwy tebygol o fod y plant ieuengaf yn eu blwyddyn ddisgwylidig. Mae'r astudiaeth hon yn awgrymu, yng Nghymru, bod y plant ieuengaf yn y flwyddyn ysgol yn fwy tebygol o gael eu trin ar gyfer ADHD, gan awgrymu y gallai anaeddfedrwydd ddylanwadu ar ddiagnosis. Fodd bynnag, mae'r plant hyn yn fwy tebygol o gael eu cadw'n ôl mewn gwledydd sy'n caniatáu hyblygrwydd, ac mae hyn yn lleihau'r siawns y byddant yn cael diagnosis o ADHD iddynt.





## Astudiaeth Achos Cydweithio

### Gweithio gyda Chwarae Cymru i ddeal Lles Plant drwy COVID-19.

Gan gydweithio â chydweithwyr o'r elusen plant Chwarae Cymru, gwnaeth y Ganolfan arolwg o dros 6,000 o bobl ifanc yng Nghymru rhwng wyth a 25 oed o'r lleoliad ysgol i addysg uwch (gan gynnwys ôl-raddedigion) rhwng Medi 2020 a Chwefror 2021. Y nod oedd archwilio beth yr oedd pobl ifanc yn teimlo oedd wedi effeithio ar eu lles yn ystod y pandemig; dangosodd y canlyniadau fod rhyngweithio cymdeithasol a chymorth iechyd meddwl yn arbennig o bwysig.

### Diogelu chwarae.

Dangosodd y plant iau yn yr arolwg fod ganddynt bryderon ynghylch Coronafeirws. Dywedont wrthym eu bod eisiau "i'r feirws fynd i ffwrdd", a "dim mwy o reolau COVID". I'r plant iau hyn, roedd chwarae cymdeithasol yn ffynhonnell lles allweddol. Adroddodd y rhai a ddywedodd eu bod yn chwarae ar eu pennau'u hunain yn aml am fwy o anawsterau emosiynol yn ystod cyfnodau clo. Dywedodd y plant wrthym eu bod eisiau "bod gyda fy ffrindiau mwy" a "gallu chwarae mewn lleoedd rwyf eisiau gyda fy ffrindiau."

## Hybu iechyd meddwl.

Roedd yr ymatebion gan gyfranogwyr 11 i 15 oed yn awgrymu y byddai cyfathrebu gwell ynglŷn â dysgu ar-lein, arholiadau, ac iechyd meddwl wedi cynorthwyo'u lles yn ystod cyfnodau pan oedd ysgolion ar gau. Teimlai pobl ifanc nad oeddent wedi cael digon o gyfathrebu ynghylch sut i gael cymorth iechyd meddwl yn ystod y pandemig. Mae hyn yn awgrymu, gan fod myfyrwyr bellach yn ôl yn y dosbarth, y gallai darparu adnoddau iechyd meddwl mewn ysgolion, yn ogystal â gwybodaeth am sut i gael mynediad at wasanaethau sydd ar gael, gynorthwyo pobl ifanc i ddod o hyd i'r help na chawsant o bosibl pan oedd ysgolion ar gau.

Mae hyn yn arbennig o bwysig i ferched, a oedd yn fwy tebygol o ddiodef iechyd meddwl gwaelach na bechgyn. Mae'r bwlch hwn rhwng y rhywiau yn cynyddu wrth i bobl ifanc fynd yn hŷn. Dywedodd un ferch wrthym: "fe wnaeth yr iselder gwaeth a'r gorbryder dwysach a achoswyd gan coronafeirws bron â'm gwthio i adael y chweched dosbarth".

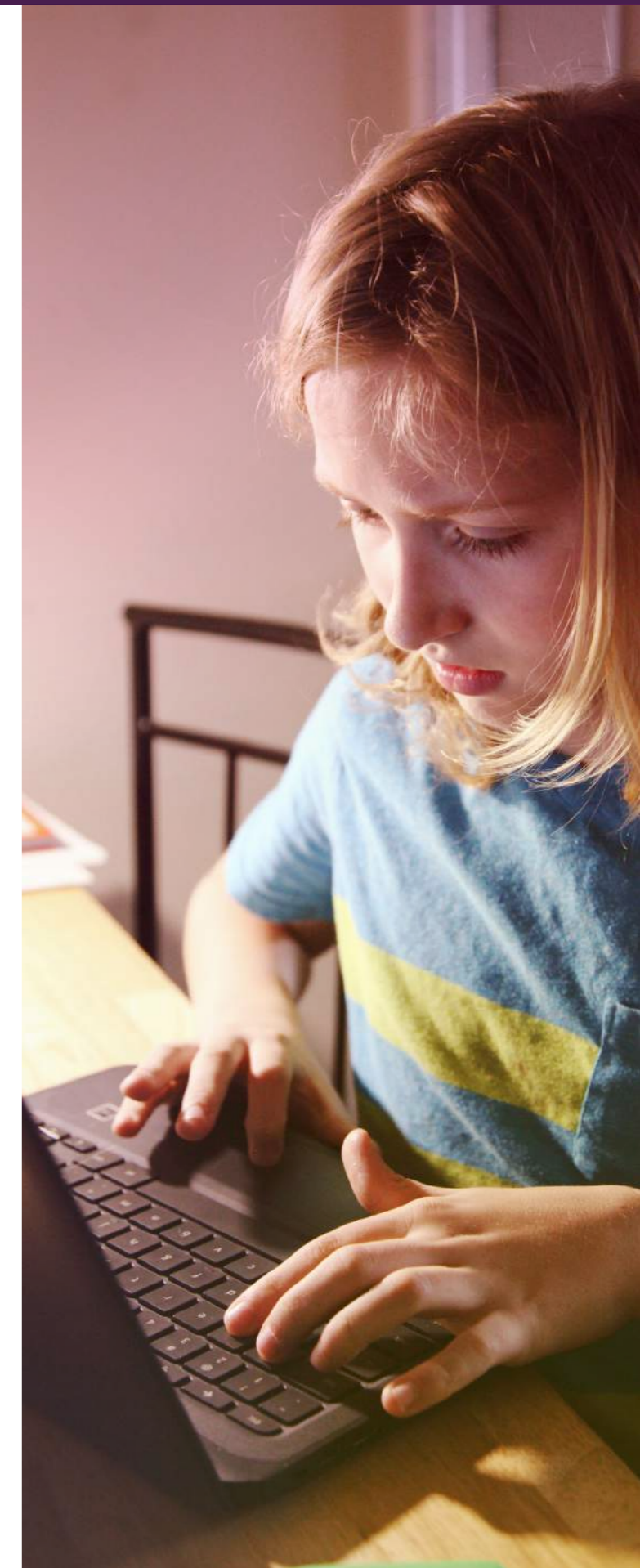
Roedd disgyblion ysgol uwchradd yn arbennig o bryderus ynglŷn ag asesiadau ac yn pryderu eu bod yn syrthio ar ei hôl hi yn eu haddysg. Fe wnaeth un ymatebydd i'n harolwg egluro'i bryderon fel a ganlyn

"Canslo arholiadau, graddau rhagfynegol wedi'u newid, straen dewisiadau prifysgol heb orfod ymweld â nhw. Rwy'n ansicr ynghylch fy nyfodol mewn addysg".

Adroddodd cyfranogwyr eu bod yn teimlo eu bod wedi'u gadael yn y tywyllwch ynglŷn â gofynion asesu newidiol yn ystod y pandemig. Roedd dysgu ar-lein yn achos gorbryder i lawer o ddisgyblion ysgol uwchradd. Wrth i'r cyfnodau clo ysgogi symud at ddysgu mwy annibynnol ac i ffwrdd oddi wrth ddisbarthiadau dan arweiniad athro, gallai hyn fod wedi bod yn anodd i bobl ifanc ar adeg o ansicrwydd, yn enwedig y rheiny mewn blynyddoedd arholiadau.

Fodd bynnag, dywedodd rhai cyfranogwyr yr arolwg wrthym eu bod wedi gallu dysgu'n well gartref ac ar eu cyflymder eu hunain.

Er ei bod yn bwysig dysgu o effeithiau negyddol y pandemig, mae sylwadau cadarnhaol felly yn addysgiadol hefyd. Mae'n rhaid gwrandao ar blant a phobl ifanc. Mae diogelu chwarae, cymdeithasu, a chyfleoedd i fod yn weithgar, yn ogystal â rhoi blaenoriaeth i gymorth iechyd meddwl, yn hollbwysig a dylai fod yn hanfodol i unrhyw gynlluniau ymadfer COVID-19.





## Astudiaeth Achos Ymchwil Archwilio effeithiau pandemig COVID-19 ar iechyd meddwl plant a warchodir sy'n byw ar aelwydydd nas gwarchodir yng Nghymru.

Mae pandemig COVID-19 wedi cael effaith niweidiol ar iechyd meddwl plant. Dadleuir hefyd fod y cyfyngiadau llym ar iechyd y cyhoedd wedi bod yn arbennig o niweidiol o bosibl i iechyd meddwl plant a warchodir sy'n agored i niwed. Fodd bynnag, mae diffyg astudiaethau sy'n archwilio canlyniadau iechyd meddwl ymhlith y plant hyn.

Nod yr astudiaeth hon a arweiniwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ac a gefnogwyd gan y Ganolfan oedd deall effaith cyfyngiadau ar iechyd y cyhoedd ar blant a warchodir, neu'r rheiny yn byw gydag unigolyn a warchodir. Fe wnaeth y tîm ymchwil gysylltu Rhestr Cleifion a Warchodir COVID-19 â setiau data demograffig a gofal iechyd o fewn y gronfa ddata Cyswllt Diogel Gwybodaeth Ddiennw (SAIL). Roedd yr astudiaeth yn cynnwys data gan blant dwy i 17 oed sy'n byw yng Nghymru ac sydd wedi cofrestru gyda meddyg teulu.

Dangosodd y canfyddiadau ostyngiad mewn diagnosisu neu bresgripsiynau ar gyfer gorbryder neu iselder yn ystod COVID-19, a briodolwyd yn rhannol i amharodrwydd i geisio gofal iechyd yn ystod y cyfnod hwn. Roedd gorbryder neu iselder ar ei uchaf ymhlith plant a warchodir, ac roedd y gyfradd diagnosisu neu bresgripsiynau newydd yn ystod COVID-19 yn sylweddol uwch ymhlith plant a warchodir. Gallai ymchwil yn y dyfodol gynnwys dilyniant hydredol o'r plant hyn er

mwyn asesu tueddiadau'r dyfodol mewn defnydd gofal iechyd ar gyfer cyflyrau yn gysylltiedig ag iechyd meddwl a chanlyniadau iechyd ac addysg tymor hwy ymhlith y grwpiau hyn.

## Astudiaeth Achos Cydweithio VISION (Y Consortiwm Trais, Iechyd a'r Gymdeithas).

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn cynrychioli'r Ganolfan, wedi cael dyfarniad grant UKPRP gwerth £7.1 miliwn UKPRP fel rhan o brosiect cydweithio pum mlynedd (2021-2026).

Mae'r prosiect hwn, a elwir yn Vision (Y Consortiwm Trais, Iechyd a'r Gymdeithas), yn cynnwys ymchwilwyr o City University of London, King's College Llundain, Prifysgol Caerhirfryn, Prifysgol Bryste, a Phrifysgol Warwick, yn ogystal â chwmpasu aelodau o sawl corff cyhoeddus a sefydliadau trydydd sector.

Mae Vision yn ceisio lleihau'r niwed i iechyd a achosir gan drais trwy wella'r data sy'n sail i theori, polisi, ac ymarfer proffesiynol. Yn benodol, mae'r prosiect yn amcanu i wella integreiddio, rheoli, a dadansoddi setiau data trais ac iechyd, gan ychwanegu wedyn at y sylfaen dystiolaeth fyd-eang ar fesur trais ac iechyd. Bydd yn archwilio effeithiolrwydd ymyriadau i leihau trais ac, o ganlyniad, yn lleihau niweidiau i iechyd ac anghydraddoldebau iechyd. Bydd y Consortiwm Vision yn:

1. Datblygu theori newid trais, iechyd, a chymdeithas trwy ddefnyddio dull systemau cymhleth.
2. Gwellu mesur drwy gymhwyso a datblygu fframwaith ar gyfer trais a cham-drin. Felly, galluogi cydweithio systemau cyfan ar draws disgyblaethau a chymunedau ymarferwyr, a goresgyn y darnio presennol.
3. Integreiddio a chysylltu data o amryfal ffynonellau.
4. Archwilio llwybrau achosol rhwng trais, iechyd, a chymdeithas, gan gynnwys y rheiny sy'n gysylltiedig ag anghydraddoldebau, gan gynnwys rhywedd.
5. Gwerthuso costeffeithiolrwydd systemau ymyrdd.

## Astudiaeth Achos Cydweithio Datgloi data er budd y cyhoedd.

Cafodd yr astudiaeth datgloi data er budd y cyhoedd ei hariannu gan NIHR ac roedd yn cyfuno Heddluoedd Cymru, yr Uned Atal Trais, Iechyd Cyhoeddus Cymru, y Sefydliad Troseddau a Diogelwch ym Mhrifysgol Caerdydd, y Ganolfan Ymchwil Data Gweinyddol, Gwyddor Data Poblogaeth, a SAIL i wella mynediad at ddata a rennir ar draws sefydliadau.

Roedd yr astudiaeth yn cysylltu data ar drais domestig â data meddygon teulu, data ysbytai, a data derbyniadau i Adrannau Damweiniau ac Achosion Brys (A&E). Defnyddiwyd dulliau gwyddor data i godio data testun, ac yn ogystal, cynhaliwyd cyfweiliadau â'r holl luoedd a'r rheiny sy'n gysylltiedig ag atal trais domestig. Dangosodd y canlyniadau fod pobl yn mynd i adrannau A&E nifer o weithiau cyn bod digwyddiad o drais domestig yn cael ei gofnodi gan yr heddlu; po fwyaf o ddigwyddiadau trais domestig a gofnodir, y mwyaf tebygol yw hi wedyn y bydd yr unigolyn yn mynd i'r ysbyty fel achos brys neu'n marw. Mae'r canfyddiadau hyn wedi arwain at ddyfarniad grant llwyddiannus arall gan NIHR i werthuso ymyriad mewn A&E er mwyn lleihau aildrosedd gan y sawl sy'n cyflawni trais domestig; mae'r ymyriad hwn yn gwella mynediad i wasanaethau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau.

Y prif gasgliad o'r ymchwil hon oedd mai'r rhwystr go iawn rhag rhannu data rhwng sefydliadau yw angen i gytuno pa ddata sy'n briodol i'w rannu, yn hytrach na rhwystrau ffisegol o ran rhannu data.





Eleni, mae'r Ganolfan wedi parhau i ganolbwyntio ar yr heriau o ran iechyd a'r amgylchedd y mae pobl yn eu hwynebu. Mae effaith barhaus COVID-19 wedi parhau i gyfeirio patrymau gwaith a bywyd cartref pobl.

Mae'r effaith hon wedi'i hasesu mewn ysgolion, gan edrych ar sut mae mesurau lliniaru wedi effeithio ar les staff ysgolion. Gwerthuswyd hefyd effaith gweithio o gartref, gan archwilio effeithiau iechyd ac annhegwch y ffordd newydd o weithio.

Yn olaf, gan weithio ar y cyd, mae ein hymchwil sy'n canolbwyntio ar ymchwil poen parhaus a chronig wedi arwain at y Ganolfan yn gwerthuso'r effaith hon ar lefel y DU.

## Astudiaeth Achos Ymchwil

### Mesurau lliniaru COVID-19 mewn ysgolion cynradd a chysylltiad â heintio a lles staff ysgolion: arolwg arsylwadol yn gysylltiedig â data arferol yng Nghymru, y DU.

Mae strategaethau lliniaru COVID-19 mewn ysgolion wedi effeithio'n fawr ar y diwrnod mewn ysgol gynradd (plant 3-11 oed) gan gynnwys: gwisgo gorchuddion wyneb, cadw pellter 2 fetr, dim cymysgu plant, a dim clybiau brecwast na gweithgareddau allgyrsiol.

Fe wnaeth y Ganolfan gynorthwyo ymchwilwyr i gynnal arolwg o staff ysgolion gan nodi mesurau lliniaru COVID-19 hunanagofnodedig yn yr ysgol, gorbryder ac iselder cyfranogwyr, ac ymatebion testun agored ynglŷn â phrofiadau o addysgu a

gweithredu mesurau. Cysylltwyd yr ymatebion arolwg hyn â data canlyniadau profion COVID-19 ar

raddfa genedlaethol i archwilio cysylltiad mesurau yn yr ysgol a'r tebygolrwydd o achos positif o COVID-19 (staff neu ddisgybl) yn yr ysgol. Gwnaed y cyswllt drwy Fanc Data SAIL (Cyswllt Diogel Gwybodaeth Ddiennw). Cafwyd ymatebion gan 353 o gyfranogwyr o 59 o ysgolion cynradd mewn 15 o'r 22 awdurdod lleol. Roedd cael mwy o gysylltiadau uniongyrchol dibreswyl yn gysylltiedig â thebygolrwydd uwch o achos positif o COVID-19 yn yr ysgol, a thuedd at fwy o symptomau annwyd hunangofnodedig. Nid oedd staff yn gwisgo gorchuddion wyneb yn gysylltiedig ag ods is o achosion COVID-19 yn yr ysgol (masg yn erbyn dim gorchudd) ac roedd yn gysylltiedig â lefel uwch o symptomau annwyd hunangofnodedig.

Adroddodd staff ysgol am effeithiau gwisgo gorchuddion wyneb ar addysgu, gan gynnwys gorfod sefyll yn agosach at ddisgyblion a chodi eu lleisiau er mwyn cael eu clywed. Dangosodd y canlyniadau nad oedd 67.1% o athrawon yn gallu gweithredu pellter cymdeithasol o 2 fetr oddi wrth ddisgyblion. Ni chanfuom dystiolaeth fod cadw pellter o 2 fetr yn gysylltiedig â chyfraddau is o COVID-19 yn yr ysgol.

Mae gweithredu, cadw at, a gwerthuso canllawiau lliniaru COVID-19 yn heriol mewn lleoliadau ysgol gynradd. Roedd y canfyddiadau yn awgrymu bod lleihau cysylltiadau uniongyrchol dibreswyl yn lleihau cyfraddau heintio. Nid oedd unrhyw dystiolaeth fod gorchuddion wyneb, cadw pellter cymdeithasol o 2 fetr, nac atal plant rhag cymysgu yn gysylltiedig ag ods is o gyfraddau heintio COVID-19 neu annwyd yn yr ysgol.

Roedd staff ysgolion cynradd yn gweld addysgu yn heriol yn ystod y cyfyngiadau COVID-19, yn enwedig i ddysgwyr iau a'r rheiny ag anghenion dysgu ychwanegol.

## Astudiaeth Achos Ymchwil

### Gweithio o gartref - archwilio effeithiau iechyd ac anghydraddoldebau'r ffordd newydd o weithio.

Bu ymchwilwyr o'r Ganolfan, yn gweithio yn Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn cynorthwyo â chynnal arolwg cartrefi cynrychioliadol yn genedlaethol ledled Cymru (astudiaeth COVID-19, Cyflogaeth ac Iechyd yng Nghymru Iechyd Cyhoeddus Cymru). Yn yr arolwg hwn, casglwyd data trawstoriadol ar weithio gartref gan 615 o oedolion oedran gweithio a oedd yn gyflogedig yng Nghymru (63.7% yn fenywaidd, 32.7% 50-59 oed).

Holwyd ymatebwyr ynglŷn â'u gallu i weithio o gartref, eu canfyddiadau o'i effaith ar eu hiechyd, a'u dewisiadau o ran treulio amser yn gweithio o gartref yn y dyfodol. Nododd y canfyddiadau o'r arolwg fod dros 50% yn gallu gweithio o gartref. Fodd bynnag, roedd rhai grwpiau'n llai tebygol o allu cyfranogi mewn gweithio gartref, gan gynnwys y rheiny: yn byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig, mewn cyflogaeth annodweddiadol, yn dioddef ansicrwydd ariannol, a gyda chyflyrau iechyd cyfyngus yn barod.

Dangosodd dros 50% eu bod yn ffafrio gweithio o gartref i ryw gapasiti, gyda 40% eisiau dull gweithio hybrid, yn rhannu'u hamser rhwng y cartref a swyddfa/canolfan. Roedd dros draean yn dymuno gweithio o gartref hanner yr amser o leiaf.

- Roedd rhai grwpiau'n fwy amharod i symud yn ehangach at weithio gartref.
- Roedd pobl 30-39 oed yn llai tebygol o fod eisiau gweithio gartref yn amser llawn.
- Roedd y rhai a oedd yn byw ar eu pennau'u hunain a'r rhain yn byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig yn fwy tebygol o fod eisiau osgoi gweithio gartref yn gyfan gwbl.

Mae'r annhegwch o ran y gallu i weithio o gartref yn adlewyrchu anghydraddoldebau sylfaenol yng Nghymru; gyda'r rheiny sy'n wynebu'r ansicrwydd mwyaf (e.e. y rheiny'n byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig, y rheiny â gwaith neu amgylchiadau ariannol mwy ansicr) yn llai galluog i gyfranogi mewn gweithio gartref. Mae gweithio gartref yn cynnig mwy o hyblygrwydd, yn lleihau'r costau o ran arian ac amser sy'n gysylltiedig â chymudo, ac yn diogelu unigolion rhag cael eu hamlygu i glefydau trosglwyddadwy. Fodd bynnag, mae gweithio gartref yn cyflwyno her aruthrol i warchod iechyd meddwl y gweithlu. Dywedodd dros 40% o ymatebwyr ei fod wedi gwaethygu eu lles meddwl ac unigrwydd, yn enwedig i unigolion iau a'r rheiny â lles meddwl isel. Roedd ymatebwyr iau a'r rheiny ag iechyd gwael a allai weithio gartref yn fwy tebygol hefyd o ymgysylltu ag ymddygiadau niweidio iechyd a lleihau eu hymgysylltiad ag ymddygiadau sy'n gwarchod iechyd fel bwyta'n dda a symud mwy. Gan fyfyrir ar y dyfodol, gallai darparu llwybrau i gael mynediad i drefniadau gweithio o gartref, integreiddio modelau hybrid, a pharatoi cymorth iechyd targedig ar gyfer grwpiau risg fod yn fwyaf addas i ddewisiadau ac anghenion y boblogaeth weithio.

## Astudiaeth Achos Ymchwil

### Gwaith da yn y blaenoriaethau ymadfer o COVID-19 a newidiadau i'r dyfodol.

Cefnogodd y Ganolfan ymchwil gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn ymchwilio i'r ymateb i COVID-19 a blaenoriaethau ymadfer. Cynhaliwyd yr astudiaeth hon gan ddefnyddio sampl o oedolion sy'n gweithio sydd yn byw yng Nghymru i ddatblygu mewnwelediadau i flaenoriaethau'r



# Rhaglenni Gwaith | Bywyd Gweithio Iach

gweithlu ar gyfer gwaith yn y dyfodol a'r newidiadau i gyflogaeth y maent wedi ystyried eu gwneud ers y pandemig COVID-19. Casglwyd data mewn arolwg cartrefi ledled Cymru rhwng Mai a Mehefin 2020 a Rhagfyr 2020 ac Ionawr 2021.

## Fe wnaeth canfyddiadau o'r astudiaeth nodi:

- Bod blaenoriaethau gwaith wedi parhau'n sefydlog gan mwyaf trwy gydol y pandemig, Fodd bynnag, fe wnaeth yr awydd i weithio'n agos i gartref gynyddu wrth i'r pandemig symud ymlaen.
- Rhoddodd y rhai ag iechyd gwael flaenoriaeth i hyblygrwydd ar roeddent yn fwy tebygol o ystyried ymddeol na'u cymheiriaid iachach.
- Roedd y rheiny â chyflyrau iechyd cyfyngus neu les meddwl isel yn barod yn fwy tebygol o ystyried mynd yn hunangyflogedig.
- Roedd dros 20% o'r cyfanswm sampl wedi ystyried ailhyfforddi. Roedd y rhai â lles meddwl isel, unigolion iau, a'r rhai sy'n wynebu ansicrwydd ariannol yn fwy tebygol o ystyried gwneud hynny.
- Roedd unigolion ar ffyrlo yn fwy tebygol o ystyried ailhyfforddi, mynd yn hunangyflogedig, sicrhau cyflogaeth barhaol, a chywasgu eu horiau gwaith.

Mae'r rhan fwyf o oedolion oed gweithio yng Nghymru eisiau gweithio'n agos i gartref, ac mae hyn yn dod yn fwyfwy gwir i mewn i'r pandemig. Roedd is-grwpiau poblogaeth sy'n dueddol o wynebu ansicrwydd yn ystod eu bywydau gweithio

(unigolion ar ffyrlo, y rhai sy'n wynebu ansicrwydd ariannol, y rhai ag iechyd gwael) yn fwy tebygol o ystyried newid eu hamodau cyflogaeth. Gallai'r newidiadau yr oeddent yn eu hystyried adlewyrchu awydd i gynyddu'r ymreolaeth, hyblygrwydd a sefydlogrwydd y mae eu gwaith yn eu cynnig.

Argymhellodd yr ymchwili hon fod angen gweithredu i sicrhau bod gwaith sy'n dda i iechyd yr un mor hygyrch i bawb.

## Astudiaeth Achos Ymchwil COVID-19 mewn Arthritis Lliidiol.

Aeth ymchwilwyr o'r Ganolfan ati i gymharu digwydded a marwolaeth yn sgil COVID-19 ymhlith pobl ag arthritis lliidiol â'r boblogaeth gyffredinol. Roedd y garfan hon yn cwmpasu Cymru gyfan, gan ddarparu data profion COVID-19 cyflawn felly ar gyfer y boblogaeth o 3 miliwn o unigolion. Roedd y dadansoddiad wedi'i reoli ar gyfer statws gwarchod, cydafiacheddau, hanes o heintiau difrifol, cyfnodau blaenorol yn yr ysbyty, meddyginiaethau a ddefnyddir i drin arthritis lliidiol, a thueddiad i ddiodeff canlyniadau difrifol COVID-19.

Hon oedd yr astudiaeth gyntaf i gynnwys statws gwarchod unigolion mewn dadansoddiad; defnyddio data ar gyfer poblogaeth gyfan sy'n defnyddio data iechyd cysylltiedig a gesglir fel mater o drefn o amryfal ffynonellau iechyd. Daeth yr astudiaeth i'r casgliad nad oedd arthritis lliidiol yn gysylltiedig â marwolaethau uwch yn dilyn heintio â COVID-19.

Fodd fregus (yn gwarchod), bod â chyflyrau eraill, a hanes blaenorol o haint ddifrifol neu gyfnodau yn

yr ysbyty yn gysylltiedig â risg uwch marwolaeth. Gall y ffactorau risg allweddol hyn nodi unigolion ag arthritis lliidiol sydd dan risg uwch o COVID-19 a'u cynghori i warchod eu hunain. Bydd mireinio'r meini prawf ar gyfer gwarchod yn lleihau effaith negyddol gwarchod.

## Astudiaeth Achos Cydweithio Consortiwm Poen Cronig.

Mae'r Ganolfan yn cydweithio â Phrifysgolion Aberdeen, Rhydychen, Southampton, a Michigan i ddylunio llwybr triniaeth well ar gyfer cleifion â ffibromyalgia. Yn ogystal, mae'r Ganolfan yn rhan o brosiect £3.8 miliwn sy'n canolbwyntio ar yr agwedd seicogymdeithasol ar boen cronig; mae hyn yn cynnwys cydweithred- iadau gydag ymchwilwyr o Brifysgolion Caerfaddon, Bryste, Keele, Royal Holloway, Coleg Prifysgol Llundain, a Phrifysgol Gorllewin Lloegr. Byddant yn astudio'r ffactorau seicolegol a chymdeithasol sy'n dylanwadu ar brofiad pobl o boen.

Hefyd, mae'r Ganolfan yn cefnogi'r Persistent Pain Registry, sy'n manteisio ar Astudiaeth Doeth am Iechyd Cymru a ariannwyd gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru a Banc Data SAIL i hwyluso recriwtio a dilyniant hirdymor. Bydd yn defnyddio'r dulliau mwyaf arloesol wrth asesu poen cronig er mwyn archwilio sut mae ffactorau seicogymdeithasol yn effeithio ar brofiad o boen.

## Astudiaeth Achos Cydweithio Rhaglen Astudiaeth Graidd Genedlaethol Iechyd a Lles Hydredol Covid-19.

Mae'r Ganolfan yn rhan o'r Astudiaeth Graidd Genedlaethol Iechyd a Lles Hydredol a ariennir gan UKRI; ei nod yw deall effeithiau iechyd, cymdeithasol ac economaidd pandemig COVID-19 drwy uno cofnodion iechyd electronig dienw cenedlaethol i lywio polisi. Mae tîm cydweithio sy'n cynnwys UCL (arweinydd y prosiect) a Phrifysgolion Rhydychen, Bryste, Caeredin, Glasgow, Caergrawnt, Caerefrog, Gorllewin Lloegr, King's

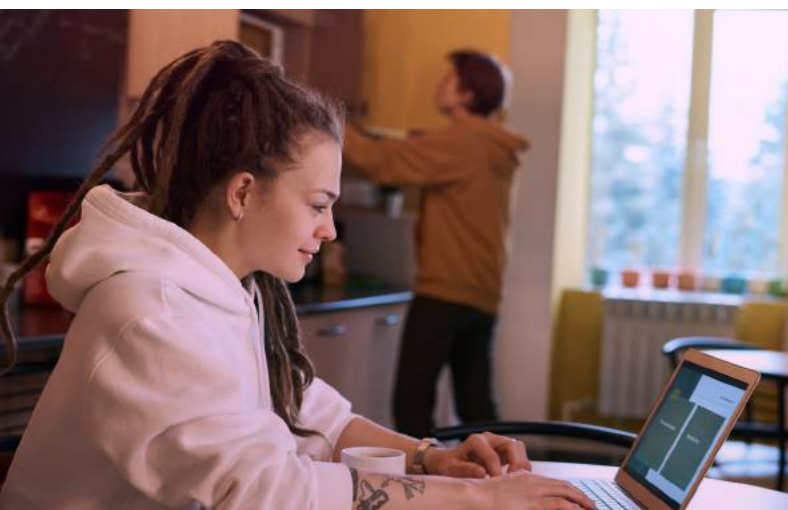
College Llundain, London School for Hygiene and Tropical Medicine, Bradford Institute for Health Research, a'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE).

Yn dilyn hynny, mae'r Ganolfan yn cyfranogi mewn papur 4-cenedl sy'n archwilio amharu ar ofal iechyd, archwilio'r defnydd hirdymor o ofal iechyd y gellir ei briodoli i COVID-19 yng Nghymru, gan gydweithio â chyd-awduron yn Glasgow a Choleg Prifysgol Llundain. Yn ogystal, rydym yn gweithio gyda phartneriaid gan ddefnyddio gan ddefnyddio OpenSafely (Lloegr) ac EVEII (Yr Alban) i archwilio effaith COVID-19 ar blant a phobl ifanc; ariannwyd y gwaith hwn gan HDRUK. Bydd gwaith y bartneriaeth hon yn parhau am eleni gyda ffocws ar yr amharu ar ofal iechyd wrth i gyfyngiadau COVID-19 leihau, yn ogystal â goblygiadau posibl cyfraddau uwch o rai cyflyrau awto-imiwn yn sgil heintio gan COVID-19.

## Astudiaeth Achos Ymchwil Carfan Con-Cov.

Carfan electronig poblogaeth gyfan ar gyfer Cymru yw Con-Cov, gyda 3,466,217 o bobl. Mae'r dadansoddiad o'r garfan hon wedi'i defnyddio i lywio datblygiadau polisi a phenderfyniadau ar gyfer Llywodraeth Cymru a SAGE. Roedd y dadansoddi a wnaed yn cynnwys archwilio risg heintiau, cyfnodau yn yr ysbyty, a marwolaeth, gan roi sylw penodol i ddylanwad ethnigrwydd, galwedigaeth (e.e. gweithwyr Gofal Iechyd), y rheiny sy'n byw mewn cartrefi gofal, a disgyblion a staff ysgol. Hefyd, mae'r gwaith wedi cynnwys mapio cynnydd y pandemig a throsglwyddiad clefyd er mwyn helpu llywio mesurau lliniaru.

Bydd y gwaith gyda'r set ddata hon yn parhau drwy arsylwi effeithiolrwydd brechiadau ac effaith COVID-19 ar ddatblygiad tymor hwy cyflyrau cardiaidd a chyflyrau awto-imiwn. Defnyddiwyd y llwyfan hwn gan grwpiau eraill hefyd fel Canolfan Ymchwil Data Gweinyddol Cymru, y grŵp datblygu pennu lefel risg QCOVID, a'r grwpiau Astudiaethau Craidd Cenedlaethol.



# Cynnwys y Cleifion a'r Cyhoedd

Mae Cynnwys y Cleifion a'r Cyhoedd (PPI) yn parhau i fod yn rhan bwysig o waith y Ganolfan. Eleni, bu'r ffoecs ar gynnal adolygiad o adolygiadau sy'n darparu tystiolaeth o arfer da mewn Cynnwys y Cleifion a'r Cyhoedd ar gyfer ymchwil iechyd y boblogaeth ac ymchwil iechyd. Aeth yr adolygiad hwn ati i archwilio sut gellir cynnwys y cleifion a'r cyhoedd i sicrhau bod hynny'n fuddiol i gleifion, y cyhoedd, a'r ymchwilydd.

Gwnaed yr ymchwil, a arweiniwyd gan Brifysgol Bangor, drwy werthuso'r dystiolaeth o adolygiadau cyhoeddadedig, gan ei hasesu yn erbyn Safonau'r DU ar gyfer Cynnwys y Cyhoedd, ac archwilio'r heriau a wynebir gan y rheiny sy'n ymgymryd â (PPI). Nododd yr ymchwilydd 31 o adolygiadau o astudiaethau cyhoeddadedig ar draws ymchwil iechyd y boblogaeth a ddangosodd enghreifftiau da o PPI. Nodir isod yr heriau a nodwyd:

**Hyd.** Yn aml, mae ymchwil iechyd y boblogaeth yn edrych ar newidynnau dros gyfnod hir - gan wneud recriwtio a chadw cynrychiolaeth addas o ran Cynnwys y Cleifion a'r Cyhoedd ar draws y prosiect cyfan yn fwy heriol.

## Evidence for Good Practice in Public and Patient Involvement in Population Health and Health Research REPORT



**Cymhlethdod.** Gall y llu o amrywolion a chymhlethdodau sy'n gysylltiedig ag ymchwil iechyd y cyhoedd fod yn gymhleth i berson llewy eu deall.

**Cynrychiolaeth.** Mae ymchwil i iechyd y boblogaeth yn mynd i'r afael â grwpiau poblogaeth mawr ac amrywiol; mae'n heriol cyflawni gwir gynrychiolaeth, gyda chynrychiolaeth yn arbennig o anodd gyda rhai grwpiau demograffig sydd heb gynrychiolaeth ddigonol.

### Prif ganfyddiadau

- Mae diffyg ymchwil ac eglurder ynglŷn â llywodraethu (safonau arfer da) ac effaith (yr effaith a gaiff ymchwil ar bobl a'r gymdeithas).
- Nid oes fawr o wybodaeth ynglŷn â PPI gyda grwpiau sydd heb gynrychiolaeth ddigonol.
- Mae bylchau yn y wybodaeth ar gyfer aelodau tîm PPI, yn enwedig o ran rheoli cymhlethdod ymchwil data.

**Roedd yr adroddiad yn darparu cyfres o gamau gweithredu argymelledig i fynd i'r afael â PPI mewn Ymchwil Iechyd y Boblogaeth.**

### Cynrychiolaeth

- Defnyddio amrywiaeth o ddulliau a phartneriaid i recriwtio ystod o aelodau PPI â gwybodaeth, sgiliau a phrofiad gwahanol ar adegau perthnasol yng nghlych bywyd y prosiect.
- Cydweddu'n well â'r cyd-destun cymuned ehangach, cynnwys rhanddeiliaid perthnasol ac asiantaethau, yn ogystal â chlinigwyr, elusennau, gwasanaethau cymorth arbenigol, ynghyd â grwpiau cleifion ac eiriolaeth. Dylai'r rhai sy'n ymhél â PPI anelu i fod yn rhagweithiol, ymwneud â'r gymuned i feithrin perthynas fwy ystyrlon â'r boblogaeth darged.

### Cymhlethdod

Caniatáu ar gyfer datblygu gwybodaeth a sgiliau yn ffurfiol; cefnogi aelodau tîm PPI i fod yn wybodus gan helpu i wneud penderfyniadau gwybodus, yn ogystal â datblygu dealltwriaeth o rannau penodol o'r broses ymchwil a/neu gyd-destun.

- Gwneud dysgu'n berthnasol i gyd-destun penodol yr ymchwil ac ar y lefel briodol i'r aelodau tîm PPI i alluogi cyfranogiad llawn ac i feithrin gallu cyfranogwyr.
- Darparu hyfforddiant mewn elfennau ymchwil i roi hyder i'r aelodau tîm PPI yn eu cyfranogiad ac egluro 'rheolau' a chyfyngiadau ymchwil.
- Defnyddio amrywiaeth o ddulliau fel goruchwyllo, mentora, hyfforddiant ffurfiol, gweithdai, a sesiynau tîm, cynnwys pawb ar y tîm os oes modd.
- Mae elfennau allweddol ychwanegol yn ymwneud â chyfnod hirach nodweddiadol prosiectau iechyd y boblogaeth yn cynnwys:
- Cyfathrebu – cyfathrebu clir, hygyrch ac amserol gan ddefnyddio dulliau gwahanol, fel y bo'n briodol.

- Llywodraethu – eglurder rolau a strwythurau i gefnogi'r prosiect trwy gydol ei oes
- Meithrin perthnasoedd – cymryd amser i feithrin perthnasoedd cryf, ystyrlon i wella cadw PPI a dealltwriaeth ohono.
- Adnoddau – sicrhau bod adnoddau amser, ariannol ac ymarferol digonol ar gael ar gyfer cyfnod y prosiect, gan gynnwys gweithgarwch cyn ac ar ôl y prosiect.
- Parhad staff – lliniaru ar gyfer newidiadau mewn personél, boed yn brif ymchwilydd, ymchwilydd allweddol, neu aelodau PPI.
- Hyblygrwydd - cydnabod bod angen i brosiectau ac ysgogwyr allanol addasu i newidiadau mewn modd mesuredig a rheoledig.
- Gwerthuso parhaus ac adborth – arbennig o bwysig mewn prosiectau hwy i sicrhau bod popeth yn aros ar y trywydd iawn ac i sicrhau bod unrhyw faterion yn cael eu nodi'n ddigon cynnar er mwyn galluogi newid.

Y nod i'r adroddiad nawr yw cylchredeg i'r rheiny sydd wedi ymgymryd â PPI, er mwyn gallu ei ddefnyddio fel offeryn i gefnogi'u gweithgarwch PPI.





Mae meithrin gallu yn ganolog i nod y Ganolfan i gefnogi ac annog y genhedlaeth nesaf o ymchwilwyr yng Nghymru. Cyflawnir hyn trwy ddarparu llwybr sy'n dechrau drwy gynnig interniaethau, gan symud ymlaen i gefnogi myfyrwyr meistr, PhD, a chymrodoriaethau.

## Cyfleoedd interniaeth

Eleni, mae'r Ganolfan wedi darparu dwy interniaeth a gefnogwyd gan yr elusen Chwarae Cymru. Bu un intern, sef gwyddonydd cyfrifiadur graddedig, yn gweithio gyda phobl ifanc i ddylunio ap rhad ac am ddim sy'n grymuso plant a'r glasoed i roi adborth ar fannau chwarae a mynediad i weithgareddau lleol. Aeth yr intern hwn ymlaen i astudio gradd meistr yn y maes. Mae'r ymchwil hon yn cael ei datblygu gan ail interniaeth, yn gweithio gydag eiriolwyr lleol i fapio ardaloedd a chydweithio gyda'r cyngor, yr heddlu, gweithwyr digonolrwydd chwarae, ac eraill i greu newid lleol wedi'i lywio gan blant. Mae interniaeth arall wedi cynnig y cyfle i fyfyrwr ôl-raddedig meddygaeth poblogaeth i ddefnyddio ymatebion ansoddol gan blant ynglŷn ag effaith COVID-19 ar y gallu i chwarae a'r modd gorau o ymadfer (i blant) o COVID-19.

Ehangwyd y gwaith hwn gan y grŵp Astudiaethau Craidd Cenedlaethol ac mae bellach yn cael ei ysgrifennu i roi ei bapur cyntaf i'r intern. Mae'r intern hwn wedi symud ymlaen at gwrs meddygaeth ôl-raddedig erbyn hyn. Cafodd y ddwy interniaeth eu mentora gan swyddog

ymchwil y Ganolfan, Dr Michela James; cynigiodd y profiad hwn brofiad o reoli a chefnogi tîm i ymchwilydd ôl-ddoethurol gyrfa cynnar.

## Hyfforddiant MSc

Mae myfyrwyr meistr y ganolfan wedi gwneud y gwaith peilot i lywio datblygu grant newydd. Er enghraifft, cysylltu data Heddlu ac Iechyd, gweithio gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru i ddeall y setiau data er mwyn rhagfynegi plant sy'n cael ei dwyn i ofal (o setiau data ar feichiogrwydd), ymateb i gwestiynau gan Grŵp Tocsicoleg Cymru Gyfan ar feddyginiaethau mewn COVID-19, ac archwilio cydafiachedd mewn beichiogrwydd er mwyn cael y canlyniadau ar gyfer y plentyn. Mae'r myfyrwyr hyn wedi symud ymlaen i gyflogaeth yn y GIG ac yng Nghanolfan Gwyddor Data Abertawe.

## Mentoriaeth myfyrwyr PhD

Mae tri o fyfyrwyr PhD o'r Ganolfan wedi graddio, ac mae un yn disgwyl am ei harholiad llafar. Cyflawnodd bob un o'r myfyrwyr hyn eu PhD mewn sefyllfa cyfnod clo. Roedd y meysydd ymchwil yn cynnwys ymchwilio i b'un a ellir lleihau'r oedi o ran diagnosis awtistiaeth drwy

ddefnyddio dulliau ar-lein yn hytrach na dulliau wyneb yn wyneb, sut i wella lefelau gweithgarwch corfforol ar gyfer pobl ifanc, a sut i wneud defnydd gwell o ddata iechyd trwy rannu codau a gwneud dadansoddi'n haws i'w efelychu a'i ailadrodd. Mae gennym 4 o fyfyrwyr PhD newydd yn dechrau gyda'r Ganolfan eleni, a'r prosiectau hyn fydd; dylunio'r platfform Sglerosis Ymledol (MS) gyda'r Gymdeithas MS, gweithio gyda phlant sydd wedi dioddef Digwyddiadau Niweidiol yn ystod Plentynod (mewn partneriaeth ag Iechyd Cyhoeddus Cymru), deall beth sy'n gweithio i ddiogelu plant sy'n agored i niwed, a gweithio gyda menywod mewn beichiogrwydd sy'n ordrwm neu'n ordew.

## Cymrodoriaethau

Bu Dr Tim Pickles (cynrychiolydd ymchwilwyr gyrfa cynnar ar Fwrdd Gweithredol y Ganolfan) yn llwyddiannus mewn cymrodoriaeth ymchwil ddoethurol NIHR yn asesu p'un a oedd clefion ag arthritis gwynegol yn gallu hunanfonitro gweithgarwch eu hafiechyd gartref. Mae hyn yn gyson ag amcan gofal iechyd allweddol Llywodraeth Cymru i weithredu canlyniadau adroddiadau clefion (PROs) a datblygu gofal iechyd digidol yng Nghymru. Ei weledigaeth yw rhoi hyn ar waith ledled Cymru. Nid yn unig y bydd hyn o fydd i glefion a chlinigwyr, ond mae hefyd yn integreiddio gwasanaethau clinigol gydag ymchwil. Bydd hyn hefyd yn cyfoethogi'r data sydd ar gael ym Manc Data SAIL.

Cefnogwyd Dr Emily Marchant gan y Ganolfan i ennill cymrodoriaeth ESRC yn llwyddiannus i weithio'n rhyngwladol gyda rhai eraill ar iechyd a lles ymhlith plant ysgol gynradd. Mae bellach wedi'i chyflogi gan yr Adran Addysg fel Darlithydd ym Mhrifysgol Abertawe i ehangu a pharhau'r gwaith hwn. Mae Amrita Bandyopadhyay wedi cyflwyno cais am gymrodoriaeth ESRC i ddadansoddi data llysoedd, carchardai a data lledaenu, sydd wedi'i sefydlu ar ei gwaith yn y Ganolfan yn mynd i'r afael â thrais domestig gan ddefnyddio data arferol.



## Cyfleu ein Hymchwil i Gynulleidfa Eang

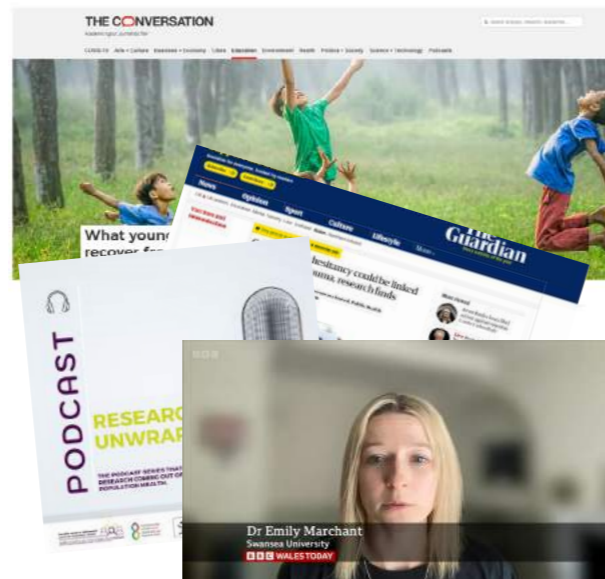
Yn y Ganolfan, amcanwn i ymestyn ein dylanwad ac ehangu effaith ein hymchwil trwy greu cynnwys y gellir perthnasu ag ef a'i rannu – gan ddefnyddio'r cynnwys hwn i lywio polisi, ymarfer, ac annog newid cadarnhaol. O 2021 i 2022, bu'r Ganolfan yn arbrofi â ffyrdd newydd o gyflwyno ein hymchwil, gan gynnwys podlediadau.



## Uchafbwyntiau a Llwyddiannau

2Rhwyng 2021 a 2022, gwelwyd mwy o gynnwys ac ymgysylltu ar draws ein gwefan a llwyfannau cyfryngau cymdeithasol.

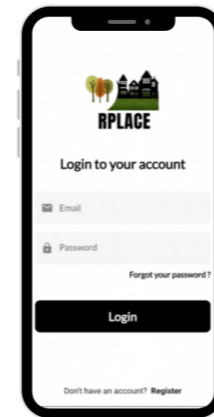
- 9 o ddatganiadau i'r wasg gyda sylw yn y wasg leol a chenedlaethol, gan gynnwys The Guardian a The Independent.
- 2 gyfweiliad teledu, gan gynnwys cyfweiliad ar BBC Wales News.
- 31 o erthyglau ac astudiaethau achos ar y wefan.
- 7,861 o ddefnyddwyr newydd ar ein gwefan.
- cynnydd o 33% mewn dilynwyr newydd ar Twitter.
- cyrhaeddiad Facebook wedi cynyddu hyd at 54,906.
- 10 o fideos YouTube newydd.



## Defnyddio'r Cyfryngau Cymdeithasol i Recriwtio Cyfranogwyr ar gyfer Ymchwil

Defnyddiwyd llwyfannau cyfryngau cymdeithasol gan y Ganolfan hefyd i recriwtio aelodau newydd i gyfranogi yn ein prosiectau ymchwil. Roedd ymgyrchoedd recriwtio yn cynnwys adborth gan grwpiau ffocws i sicrhau bod negeseuon, goslef, a delweddaeth yn berthnasol. Roedd yr ymgyrchoedd yn cynnwys:

- RPlace - ymgyrch newydd i hyrwyddo ap symudol a ddatblygwyd gan y tîm. Mae'r ap yn galluogi pobl ifanc i adolygu'u hardal leol - gan eu grymuso a dadlau dros eu hanghenion.
- RHEUmatic and musculoskeletal conditions: geographical MAPPING of Prevalence and outcomeS (RHEUMAPS) - Nod yr arolwg hwn oedd deall blaenoriaethau gofal iechyd y rheiny sy'n byw gyda chyflyrau rhiwmatic a chyhyrsgerbydol a sut gallai'r rhain wahaniaethu mewn cymunedau gwledig a threfol.



## Uchafbwyntiau a Llwyddiannau

Mae'r ymgyrch ar-lein ar gyfer Ganwyd yng Nghymru wedi recriwtio dros 1000 o gyfranogwyr o gymunedau ledled Cymru.

Cynlluniwyd yr ymgyrch i dargedu ac ymgysylltu â chynulleidfaoedd amrywiol, gan gynnwys darpar rieni a rhieni newydd, LGBTQ+, bydwagedd.



### Top media Tweet earned 3,185 impressions

What has it been like for pregnant mums during #Covid? Find out more about the #BornInWales our survey  
[nphwr.org.uk/portfolio/born...](https://nphwr.org.uk/portfolio/born-in-wales)  
[@maternalmatters](https://twitter.com/maternalmatters) [@PMHPUK](https://twitter.com/PMHPUK)  
[@ChildreninWales](https://twitter.com/ChildreninWales) [@ResearchWales](https://twitter.com/ResearchWales)  
[@PublicHealthW](https://twitter.com/PublicHealthW)  
[pic.twitter.com/qQeA3iDcUw](https://pic.twitter.com/qQeA3iDcUw)



# Cydweithio Rhyngwladol

## Hwyluso Cydweithio Ymchwil Rhyngwladol a Rhannu Gwybodaeth

Ym mis Chwefror, croesawodd y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Lles y Boblogaeth ymchwilwyr o bob cwr o'r byd yn y Gynhadledd Cydweithio Rhyngwladol ar Ymchwil Iechyd a Lles y Boblogaeth 2022.

Roedd y Gynhadledd, a fynychwyd gan dros 250 o gynrychiolwyr o 20 o wledydd, yn gyfle i rannu gwybodaeth, datblygu cydweithrediadau, a hwyluso ymchwil ar draws gwledydd.

Un nod hanfodol oedd archwilio heriau cyffredin iechyd byd-eang, cryfhau cyfathrebu ledled y byd a chydweithio i fynd i'r afael â heriau iechyd a lles, lleihau anghydraddoldebau, ac adeiladu poblogaethau mwy cadarn a chydnerth.

Roedd y rhaglen yn canolbwyntio ar iechyd y boblogaeth gyda ffrydiau pwrpasol yn amrywio o iechyd mamau a phlant i ysgolion ac addysg, gwerthuso arbrofion naturiol, heneiddio'n iach, cyflyrau cronig, a morbidrwydd. **Ceir cyflwyniadau ar:** <https://youtu.be/oGL-WVdGatk> ac <https://youtu.be/oF2vEgVlCdA>.

Roedd y Gynhadledd yn cynnig cyfle gwych i ddysgu o'r ymchwil ac ymarfer diweddaraf, rhwydweithio gydag academyddion ac ymchwilwyr blaenllaw, a gweithio gydag eraill i ddatblygu grantiau a phapurau.

## Uchafbwyntiau Effeithiau

- Wedi cefnogi ymchwilwyr gyrfa cynnar ar lefel byd-eang
- 48 o gynnodebau wedi'u cyflwyno gan ymchwilwyr gyrfa cynnar o bob cwr o'r byd.
- 14 o ymchwilwyr wedi gweld eu crynodebau'n cael eu cyhoeddi mewn rhifyn arbennig o'r International Journal of Population Data Science.
- Cydweithio ar ôl y gynhadledd wedi'i hwyluso mewn caffis rhithwir rheolaidd – mae'r caffis yn cynnig y cyfle i ymchwilwyr barhau i gyfarfod ag eraill ledled y byd i drafod cyfleoedd ymchwil cydweithredol, cysylltu a rhannu gwybodaeth a syniadau.
- Symbylu Grantiau Ymchwil rhyngwladol

Yn gyffredinol, nod y Gynhadledd oedd gosod Cymru ar flaen y gad mewn cydweithio ymchwil iechyd y boblogaeth yn rhyngwladol; mae 2 grant rhyngwladol wrthi'n cael eu datblygu yn seiliedig ar y cydweithrediadau hyn gyda phartneriaid yn Affrica (Kenya a Nigeria) a Brasil (Cyngor Ymchwil Feddygol). Nod hynny yw deall beth sy'n gweithio i wella lles plant mewn cenhedloedd gwahanol, a phartneru gydag ymchwilwyr yn Ffrainc, UDA, a'r Almaen (Ymddiriedolaeth Wellcome) i edrych ar fonitro a lleihau cam-drin plant ar raddfa rhyngwladol.

Gan adeiladu ar lwyddiant y Gynhadledd, amcanwn i gynnal Cynhadledd Ryngwladol arall y flwyddyn nesaf i barhau i hwyluso cyfleoedd i gydweithio ar y llwyfan rhyngwladol.

## International Collaboration Conference on addressing Health Inequities



**Professor Majid Ezzati**  
MRC Centre for Environment and Health

Characterising worldwide patterns and transitions in cardiometabolic conditions  
International Collaboration Conference on Population Health and Well-being

**Professor Hayley Christian**  
University of Western Australia

The influence of the built environment on child health: Australian research  
International Collaboration Conference on Population Health and Well-being

**Professor Kevin Dadaczynski**  
Public Health Centre Fulda of Fulda University of Applied Science

Improving the health and wellbeing of mothers and fathers-to-be, and the unborn  
International Collaboration Conference on Population Health and Well-being

**Dr John Allotey**  
WHO Centre for Global Women's Health

Improving the health and wellbeing of mothers and fathers-to-be, and the unborn  
International Collaboration Conference on Population Health and Well-being

## Casgliad a Symud Ymlaen.

Yn y flwyddyn i ddod, bydd y Ganolfan yn adeiladu ar gydweithrediadau a ddatblygwyd drwy'r Gynhadledd Ryngwladol Iechyd y Boblogaeth, yn enwedig gyda grantiau'n cael eu harwain gan ein Cymrodorion Ymchwil ac Ymchwilwyr Gyrfa Cynnar.

Rydym yn adeiladu ar ein gwaith mewn atal trais drwy werthuso effeithiolrwydd yr ymyriadau mewn Adrannau Damweiniau ac Achosion Brys o ran atal trais rhag gwaethygu yn y dyfodol. Byddwn yn gweithio gyda phobl ifanc ar yr hyn y maen nhw'n ei deimlo sy'n gweithio i'w cynorthwyo yn ystod adegau anodd ac yn helpu adeiladu ymyriadau sy'n cael eu llywio a'u harwain gan bobl ifanc.

Byddwn yn parhau â'n gwaith gyda theuluoedd yn y prosiect Ganwyd yng Nghymru gan symud ein ffocws i weithio gyda thadau a theuluoedd â phlant 18-36 mis oed, gan edrych ar beth sy'n helpu plant i fod yn hyderus ac iach.

Byddwn yn parhau i ganolbwyntio ar ddeall effaith hirdymor COVID-19 ar gyfer pobl ifanc, newidiadau yn y gweithleoedd, ac i'r rheiny â chlefydau llidiol.

Wrth ddychwelyd i gyfarfod wyneb yn wyneb, rydym yn edrych ymlaen at gyfarfod â phobl eraill eto i drafod cyfeiriadau'r dyfodol, canfyddiadau ein hymchwil a deall sut gallwn weithio orau gyda'n gilydd i wella iechyd y boblogaeth yng Nghymru a thu hwnt.





Ymchwil Iechyd  
a Gofal **Cymru**  
Health and Care  
Research **Wales**



Ariennir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Funded by  
**Welsh Government**

[www.NCPHWR.org.uk](http://www.NCPHWR.org.uk)

 @NCPHWR\_Wales  
@NCPHWR\_Cymru

 National Centre for Population  
Health & Wellbeing Research -  
NCPHWR

NCPHWR,  
Adeilad Gwyddor Data, Ysgol  
Feddygol Prifysgol Abertawe,  
Parc Singleton,  
Abertawe SA2 8PP

01792 295621

[NCPHWR.research@gmail.com](mailto:NCPHWR.research@gmail.com)