

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



2023 - 2024
Adroddiad Blynyddol



Cynnwys

Rhagair	1
Metrigau Craidd	3
Amdanom Ni	4
Pecynnau Gwaith	
Datblygiad Iach	7
Bywyd Gwaith Iach	11
Ymglymiad y Cyhoedd	17
Ymgysylltu â'r Cyhoedd	21
Cydweithredu	23
Meithrin Capasiti	29
Dathlu Rhagoriaeth	32
Cynlluniau at y Dyfodol	33



Rhagair

Mae wedi bod yn flwyddyn gynhyrchiol i'r Ganolfan, yn cynnal ei ffocws ar ei meysydd ymchwil craidd: Datblygiad Iach a Bywyd Gwaith Iach – gyda'r mentrau hyn yn llywio polisi ac ymarfer yn weithgar i yrru newid cadarnhaol. Trwy gydol y flwyddyn, mae'r tîm wedi cryfhau cydweithrediadau presennol a datblygu cydweithrediadau newydd, gan wella gwelededd ac effaith ymchwil a wnaed yng Nghymru. Mae'r ymdrechion hyn yn hollbwysig i adeiladu dyfodol cynaliadwy i'r Ganolfan.

Sylfeini ar gyfer Iechyd Gydol Oes

Gosododd yr ychydig flynyddoedd cyntaf y llwyfan ar gyfer iechyd a llesiant parhaus. Gall deall y camau critigol hyn hyrwyddo datblygiad iach am oes.

Cyda data ar 300,000 o enedigaethau a gwybodaeth arolygon mynych, manwl, gan 3,190 o deuluoedd, mae [prosiect Ganwyd yng Nghymru](#) yn parhau i adeiladu set ddata gyfoethog Cymru gyfan sy'n ehangu gan 30,000 o enedigaethau newydd y flwyddyn, sy'n dilyn trywydd plant cyn eu genedigaeth, trwy eu blynyddoedd cynnar a thrwy'r ysgol gynradd. Amlinellodd proffil carfan cynhwysfawr, a gyhoeddwyd yn 2024, ddyluniad y prosiect, dulliau casglu data a'i alluoedd cysylltu. Canolbwyntiodd yr ymchwil eleni ar fwydo o'r fron yn ystod pandemig COVID-19, ffactorau risg pwysau geni isel, a thechnegau uwchsain i hysbysu ymyriadau er gwell iechyd plant.

Mae'r Ganolfan yn parhau i ddatblygu ei gwaith ar Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACEs), gydag ymchwil i effaith ymgysylltiad oedolion â gofal iechyd, gan amlygu pwysigrwydd gofal sy'n ystyriol o drawma. Fe wnaeth [Arolwg Fy Mhrofiadau Cymru](#), sef y fenter genedlaethol gyntaf o'i math, archwilio profiadau pobl ifanc ag ACEs.

Gwella Llesiant a Hirhoedledd

Mae Bywyd Gwaith Iach yn mynd i'r afael â materion iechyd ac amgylcheddol i hybu llesiant a hirhoedledd, gydag ymchwil yn llywio cyllid, polisi ac ymyriadau sy'n cael effaith.

Mae ymchwil y tîm i ganfod Spondylitis Ymasiol yn gynnar trwy ddysgu trwy beiriant yn amlygu potensial trawsnewidiol technoleg mewn gofal iechyd. Darparodd ymchwil COVID-19 gipolygon hanfodol i'r baich gofal iechyd ac i effeithiau hirdymor – gyda'r canfyddiadau'n gallu llywio dyraniad adnoddau a pharodrwydd ar gyfer pandemig yn y dyfodol.

Fe wnaeth ymchwil i rannu data ymhlith asiantaethau fel yr heddlu, iechyd, addysg a'r gwasanaethau cymdeithasol amlygu nifer o argymhellion hollbwysig. Mae'r argymhellion hyn yn hanfodol ar gyfer datblygu canllawiau ymarferol a sicrhau'r gefnogaeth angenrheidiol i wella arferion rhannu data, gan wella deilliannau iechyd cyhoeddus yn y pen draw.

Blaenoriaethu Ymglymiad y Cyhoedd ag Ymchwil

Mae'r Ganolfan yn ymrwymo i ymglymiad y cyhoedd trwy ymgysylltu'n weithgar â Phanel Ymglymiad Cleifion a'r Cyhoedd (PPI) a thrwy ei phrosiectau cyd-gynhyrchu sy'n blaenoriaethu anghenion y cyhoedd. Yn ganolog i'r gwaith cyd-gynhyrchu y mae grymuso lleisiau ifanc – mae mentrau allweddol yn cynnwys ap RPlace, canllaw arfer gorau CORDS ar gyfer ymchwil cyd-gynhyrchu, a grŵp yr 'Archwilwyr Ymchwil', sy'n galluogi pobl ifanc i lywio blaenoriaethau a deilliannau ymchwil - gan sicrhau bod yr ymchwil yn aros yn berthnasol ac yn cael effaith.

Mae'r Ganolfan wedi arwain prosiectau arwyddocaol fel y Manifesto Iechyd Meddwl i Bobl Ifanc, ar y cyd â Single Parents Wellbeing, i fynd i'r afael â heriau iechyd meddwl y mae pobl ifanc o aelwydydd rhiant sengl yn eu hwynebu. Mae ymgysylltiad y Ganolfan â rhieni trwy Grŵp Adborth Teuluoedd Iach Ganwyd yng Nghymru, sydd newydd ei ffurfio, yn dangos ymhellach yr ymrwymiad i integreiddio cipolygon cyhoeddus i brosesau ymchwil. Mae'r ymdrechion hyn gyda'i gilydd yn sefydlu'r Ganolfan fel arweinydd mewn cyd-gynhyrchu mewn ymchwil.

Pweru Cynnydd trwy Gydweithredu

Mae'r Ganolfan yn ffynnu diolch i rwydwaith fywiog o gydweithredwyr ymchwil o fewn y DU ac ar draws y byd. Trwy bartneriaethau fel ADR UK ac HDR UK, mae'n manteisio ar gydweithrediadau wedi'u gyrru gan ddata, gan ddatgloi cyfoeth o gyllid ac arbenigedd.

Prosiectau cydweithredol fel CARELINK Cymru – Prosiect sy'n dadansoddi data cysylltiedig i nodi ffactorau risg mynediad i ofal a ffactorau sy'n helpu i ddiogelu'r teulu; MIREDA, a Phrosiect Mannau Gwyrdd a Glas, sef prosiect sy'n anelu at daflu goleuni ar ddylanwad hirdymor manau gwyrdd a glas ar iechyd meddwl a lles – dangos pŵer cydweithredu, safbwyntiau cyffredin, a data. Trwy feithrin y rhwydwaith cadarn hwn, mae'r Ganolfan wedi sicrhau cyfleoedd cyllid hanfodol ac wedi ehangu ei hymchwil. Hefyd, mae'r cydweithrediadau hyn wedi darparu mynediad i adnoddau ac arbenigeddau hanfodol, gan gyflymu arloesedd mewn ymchwil sy'n hanfodol ar gyfer dyfodol cynaliadwy.

Buddsoddi yng Nghapasiti Ymchwil Cymru

Mae'r Ganolfan yn parhau i feithrin cenedlaethau'r dyfodol o ymchwilwyr – grymuso ymchwilwyr gyrrfa gynnar a sefydlu arweinwyr trwy gynig interniaethau, cymorth rhaglenni doethurol a chyfleoedd mentoriaeth. Mae'r dull cynhwysfawr hwn yn cryfhau capasiti ymchwil Cymru ac mae'n sicrhau ei gynaliadwyedd hirdymor.

Datblygu Iechyd Cyhoeddus trwy Fentrau Cyllid Strategol

Mae ymagwedd ragweithiol y Ganolfan at sicrhau cyllid yn strategol yn cyd-fynd â'r blaenoriaethau ymchwil craidd. Mae'r ffocws hwn yn sicrhau bod mentrau wedi'u hariannu yn mynd i'r afael ag anghenion iechyd cyhoeddus critigol ac yn datblygu tegwch iechyd. Mae cyflawniadau eleni'n cynnwys grant o £2.2 filiwn a ddyfarnwyd gan Ymddiriedolaeth Wellcome i Brosiect MAGENTA, sef menter strategol sy'n ymchwilio i effaith tymheredd ar ddeilliannau beichiogrwydd. Yn ogystal, mae grant o £500,000 gan NIHR i CARELINK Cymru yn galluogi rhaglen dargedig sy'n anelu at nodi ffactorau risg mewn poblogaethau plant agored i niwed.

Arloesi Iechyd Cyhoeddus Cynaliadwy

Mae'r Ganolfan yn ymrwymo i sicrhau ei chynaliadwyedd hirdymor fel gyrrwr arloesi iechyd cyhoeddus yng Nghymru. Trwy fuddsoddi mewn ymchwil gydweithredol, arwain dulliau arloesol, meithrin arbenigedd a throsi ymchwil yn welliannau yn y byd go iawn, mae'r Ganolfan yn sicrhau effeithiau cadarnhaol parhaol ar iechyd a llesiant poblogaeth Cymru.

Cofion gorau

Y Bwrdd Gweithredol

Metrigau Craidd 2023-2024

Dyfarniad seilwaith Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru i'r Ganolfan



Cyllid uniongyrchol a ddyfarnwyd
£714k



Swyddi a grëwyd trwy gyllid uniongyrchol
23

Grantiau a enillwyd yn ystod y cyfnod adrodd

Grantiau a Enillwyd	Dan arweiniad y Ganolfan	Trwy Gydweithredu
Nifer	11	1
Gwerth	£4,470m	£744,624
Cyllid i Gymru	£4,120m	£173,390
Cyllid i'r Ganolfan	£1,915m	£173,390
Swyddi ychwanegol a grëwyd i Gymru	8	1
Swyddi ychwanegol a grëwyd i'r Ganolfan	8	1



Nifer y cyhoeddiadau



Nifer y digwyddiadau ymgysylltu â'r cyhoedd



Nifer cyfleoedd cynnwys y cyhoedd

Amdanom Ni

Ymagwedd Cwrs Bywyd at Iechyd y Boblogaeth

Mae'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth, a sefydlwyd yn 2024, yn cael ei hariannu gan Lywodraeth Cymru trwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Mae'r Ganolfan yn dwyn ynghyd dim o ymchwilwyr, ystadegwyr a dadansoddwyr data o'r radd flaenaf o Brifysgol Abertawe, Prifysgol Caerdydd, Prifysgol Bangor ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae cydweithredu'n ymestyn i bartneriaid, sefydliadau a mudiadau trydydd sector yng Nghymru, yn y Deyrnas Unedig ac yn fyd-eang, gan fanteisio ar arbenigedd cyfun i wella iechyd y boblogaeth.

Mae ymchwil y Ganolfan yn mabwysiadu dull cwrs bywyd, gan ganolbwyntio ar ddwy raglen allweddol: Datblygiad Iach a Bywyd Gwaith Iach.

Datblygiad Iach

Mae'r rhaglen hon yn cydnabod effaith gritigol profiadau cynnar ar iechyd a llesiant gydol oes. Trwy gynhyrchu tystiolaeth i lywio polisi ac ymarfer, nod y Ganolfan yw cefnogi plant yng Nghymru ar draws pedwar maes:

- Iechyd a lles mamol (gan ganolbwyntio ar 1000 diwrnod cyntaf bywyd)
- Gwerthusiadau'r blynyddoedd cynnar (0-7 oed)
- Ymyriadau i blant, pobl ifanc a'r rhai yn eu harddegau
- Effaith profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs) ar iechyd

Bywyd Gwaith Iach

Mae Rhaglen Bywyd Gwaith Iach yn mynd i'r afael â'r heriau iechyd y mae unigolion yn eu hwynebu trwy gydol eu bywyd gwaith. Mae'n archwilio sut mae'r heriau hyn yn effeithio ar lesiant a chyfleoedd, gan ganolbwyntio ar:

- Gyflyrau iechyd cronig a'r rheolaeth arnynt
- Materion iechyd y gweithle mewn poblogaethau agored i niwed
- Dylanwad yr amgylchedd adeiledig ar iechyd

Mae'r Ganolfan yn darparu cipolygon gwerthfawr i lunwyr polisi ac ymarferwyr trwy ddadansoddi data, ymchwil a chydweithredu. Ei nod a'i hymrwymiad yw lleihau anghydraddoldebau iechyd, gwella deilliannau iechyd a grymuso unigolion i fyw bywydau mwy iach a hapus.

Cwrdd â'n tîm

Bwrdd Gweithredol

Mae ein **Bwrdd Gweithredol** yn cwmpasu'r arweinwyr ymchwil sy'n gyfrifol am ddatblygu a gweithredu polisiau a rhaglenni gwaith y Ganolfan.



Yr Athro Sinead Brophy
Cyfarwyddwr



Dr Alisha Davies
Dirprwy
Cyfarwyddwr



Yr Athro Jayne Noyes
Cadeirydd



Yr Athro Ronan Lyons
Bwrdd Gweithredol



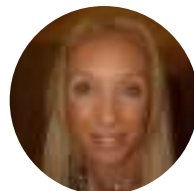
Yr Athro Ernest Choy
Bwrdd Gweithredol



Yr Athro Alan Watkins
Bwrdd Gweithredol



Yr Athro Richard Fry
Bwrdd Gweithredol



Dr Rebecca Hill
Bwrdd Gweithredol

Panel Ymglymiad Cleifion a'r Cyhoedd (PPI)

Mae ein **Panel Ymglymiad Cleifion a'r Cyhoedd (PPI)**, sy'n cynnwys aelodau'r cyhoedd, yn cwmpasu pob agwedd ar ein gwaith, o helpu i lywio'r agenda ymchwil, cynghori ar ddyluniad astudiaethau ymchwil a helpu i godi ymwybyddiaeth y cyhoedd.



Sarah Peddle
Cadeirydd
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd



Adele Battaglia
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd



Marie-Claire Hunter
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd



Georgina Ferguson
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd



Samanta Gudziutaite
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd



Karen Harrington
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd



Debra Smith
Ymglymiad Cleifion
a'r Cyhoedd

Tîm Ymchwil

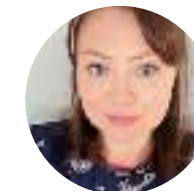
Mae ein **tîm ymchwil** o ddadansoddwyr data, ystadegwyr a swyddogion ymchwil medrus yn gyfrifol am ymgymryd ag ymchwil, a'i chefnogi, o fewn ein pecynnau gwaith, Datblygiad Iach a Bywyd Gwaith Iach.



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



***Amrita Bandyopadhyay**
Ymchwilydd



Dr Roxanne Cooksey
Swyddog Ymchwil



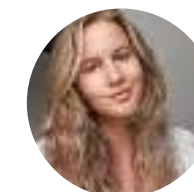
Lois Griffiths
Swyddog
Ymchwilydd



***Dr Michaela James**
Swyddog Ymchwil



***Dr Jonathan Kennedy**
Dadansoddwr Data



***Hope Jones**
Ymchwilydd



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



Sana Shaikh
Ymchwilydd



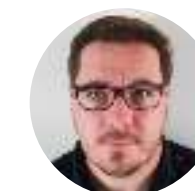
Becky Amos
Datblygiad
Iach - ACEs y
Blynyddoedd
Cynnar



Dr Mayara Bianchim
Swyddog Ymchwil
ac Arweinydd PPI



***Ellena Crane**
Swyddog Ymchwil



***Mike Seaborne**
Swyddog Ymchwil /
Dadansoddwr Data



***Michael Parker**
Dadansoddwr Data

*Staff a gefnogir gan nifer o gyllidwyr

Tîm Craidd

Mae ein **tîm craidd** yn cynnwys staff sy'n gyfrifol am redeg y ganolfan yn weithredol o ddydd i ddydd, gan gefnogi'r Weithrediaeth a'r timau ymchwil i ymgymryd ag amcanion ymchwil y Ganolfan a'u cyflawni.



Sam Dredge
Rheolwr y Ganolfan



David Burdett
Cynorthwydd
Cymorth Isadeiledd
Ymchwil



Sarah Toomey
Swyddog
Cyfathrebu

Mae rhaglen waith Datblygiad Iach yn blaenoriaethu deall sut i gefnogi iechyd a llesiant hirdymor plant. Trwy ymchwil â ffocws, mae'r rhaglen yn nodi ffactorau allweddol sy'n dylanwadu ar ddeilliannau cadarnhaol ym mywyd plant. Mae'r wybodaeth hanfodol hon yn caniatáu i'r Ganolfan bennu'r ffyrdd mwyaf effeithiol o gefnogi teuluoedd, gan lywio polisi, ymarfer ac ymyriadau sy'n gwella iechyd a llesiant plant yn y pen draw.

Mae'r astudiaethau achos canlynol yn dangos gwaith y Ganolfan a sut mae'n effeithio ar ac yn gyrru newid cadarnhaol.

Ganwyd yng Nghymru – Data Grymus, Rhieni Ymgysylltiedig – Datgloi Cyfrinachau Iechyd Plant



Cyflawniadau allweddol.

- Cymerodd 3,190 o deuluoedd ran mewn arolygon rhieni, gyda 785 arolwg ychwanegol wedi'u hateb yn ystod y flwyddyn.
- Ffurio Grŵp Adborth Teuluoedd Iach Ganwyd yng Nghymru, gyda 39 o aelodau grŵp PPI.
- Cyhoeddi papur proffil carfan Ganwyd yng Nghymru.
- [Trafodwyd Ganwyd yng Nghymru yn y Senedd](#)

Adeiladu Set Ddata Gyfoethocach

Mae Ganwyd yng Nghymru, a lansiwyd yn 2020, yn cysylltu data electronig am famau, partneriaid a babanod sy'n cael eu geni yng Nghymru (tua 30,000 yn flynyddol). Mae'r set ddata gadarn hon yn cwmpasu'r canlynol:

- Cofnodion Iechyd: Gofal sylfaenol, gofal eilaidd, data bydwragedd, cofnodion iechyd cyhoeddus (brechiadau, archwiliadau'r clyw, asesiadau ymwelwyr iechyd, data bwydo o'r fron, brechiadau/proffion COVID-19).
- Cronfeydd Data Cenedlaethol: Cronfa Ddata Iechyd Plant Gymunedol Genedlaethol, data Cyfrifiad 2021 (yn disodli data 2011), Cronfa Ddata'r Archwiliad Newydd-anedig Cenedlaethol.
- Penderfyniadau Cymdeithasol Iechyd:

cofnodion yr heddlu / trais domestig, cofnodion camddefnyddio sylweddau a data gofal cymdeithasol.

- Sganiau uwchsain: Cysylltu sganiau ar draws Cymru, wedi'u codio am farcwy'r posibl datblygiad gwybyddol a pharodrwydd ar gyfer yr ysgol.
- Arolygon Mynych gyda Rhieni: Mae arolygon parhaus yn cipio data y mae rhieni yn ei adrodd am iechyd (straen, iechyd meddwl, galwedigaeth, ethnigrwydd) a chwestiynau penagored ar wella iechyd a lles y teulu.

Mae'r data estynedig hwn yn helpu i amcangyfrif newidynnau fel incwm ar gyfer carfan ehangach Cymru, gan alluogi ymchwilwyr i ddod i gasgliadau ystyrlon ar gyfer poblogaeth fwy.

Olrhain Hydreolol

Fe wnaeth arolygon dargedu rhieni beichiog a rhieni â phlant hyd at dair oed. Yn 2023, cyflwynodd y prosiect drydydd arolwg yn canolbwyntio ar rieni plant oed meithrin hyd at 5 oed.

Trwy fanteisio ar ddata Rhwydwaith Ysgolion Cynradd HAPPEN, gall ymchwilwyr nawr olrhain iechyd a llesiant o gyfnod cyn geni, trwy flynyddoedd plant bach a meithrin, i'r ysgol gynradd. Mae'r dull cynhwysfawr hwn yn caniatáu i'r tîm ymchwil ennill dealltwriaeth ddyfnach o sut mae ffactorau trwy gydol plentyndod yn effeithio ar ddatblygiad.

Ymgysylltu â Rhieni yng Nghymru

Mae'r Ganolfan yn ymroi i ddeall anghenion teuluoedd ar draws Cymru. Felly, yn 2024, sefydlodd y tîm Grŵp Adborth Teuluoedd Iach Ganwyd yng Nghymru. Mae'r grŵp hwn o 39 rhiant yn cyfarfod bob tri mis i drafod cwestiynau ymchwil newydd, rhannu adborth arolygon a llywio cyfeiriad yr ymchwil. Mae eu cipolygon gwerthfawr yn hanfodol wrth lywio prosiect Ganwyd yng Nghymru at y dyfodol.

Cipolygon Newydd gan Ganwyd yng Nghymru: Bwydo o'r Fron, Pwysau Geni, a Thechnegau Uwchsain

Eleni, roedd prosiect Ganwyd yng Nghymru yn adnodd gwerthfawr ar gyfer ymchwil iechyd y boblogaeth yng Nghymru. Cyhoeddwyd proffil carfan cynhwysfawr yn amlinellu dyluniad y prosiect, dulliau casglu data, a galluoedd cysylltu. Yn ogystal, manteisiodd ymchwilwyr ar ddata Ganwyd yng Nghymru i ymchwilio i feysydd hanfodol, gan gynnwys bwydo o'r fron yn ystod pandemig COVID-19, ffactorau risg ar gyfer pwysau geni isel, ac effeithiolrwydd techneg uwchsain benodol.

Cyhoeddiadau Ganwyd yng Nghymru

- [Proffil carfan: Ganwyd yng Nghymru - carfan genedigaethau gyda chysylltiadau data mamolaeth, rhieni a phlant ar gyfer ymchwil cwrs bywyd yng Nghymru, y DU](#)
- [Dechrau a hyd bwydo o'r fron yn ystod pandemig COVID-19, astudiaeth ddata gyffredin lefel y boblogaeth gysylltiedig: Carfan Ganwyd yng Nghymru 2018–2021](#)
- [Pwysoli ffactorau risg ar gyfer pwysau geni isel: astudiaeth carfan ddata gyffredin gysylltiedig yng Nghymru, y DU](#)
- [Canfod a lleoli ffocws mewngardiaidd ecogenig yn uwchsain yr ail dymor a chysylltiad â deilliannau'r ffetws: Adolygiad systematig o lenyddiaeth](#)

A Wales-wide population-based database

Born in Wales Cohort

Born in Wales is the first population-based database to combine information from the UK census with local health, education, and social care data to create the Born in Wales Cohort Information Linkage (BICIL) Database.

	Cohort size The cohort comprises all children born in Wales since 2011 with their top register and midwife history primary care data linked.
	Survey data To augment the data, the Born in Wales and IAP-CHI Primary Care surveys contribute quantitative and qualitative responses.
	Cohort comprises of • 80% female and 20% male • 75% are from ethnic minority backgrounds.
	Age distribution • 28.8% of children are under the age of 5 • 63.2% are aged 5-11.
	Future plans Born in Wales will expand by 30,000 new births annually in Wales with including to link-up data of children and parents already in the database. Supplementary datasets complement the existing linkage, including primary care, hospital data, educational attainment and social care data.

Want to find out more?
Contact: Born in Wales Lead Researcher,
Hope To see with a Jones@wales.ac.uk



Profiadau plentyndod yn llywio ymwneud â gofal iechyd: Galw am ofal ystyriol o drama

Mae profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (ACEs), fel camdriniaeth, esgeulustod a thrafferthion ar yr aelwyd yn gysylltiedig ag iechyd gwaeth a mwy o ddefnydd o ofal iechyd yn nes ymlaen mewn bywyd. Fodd bynnag, archwiliodd astudiaeth ddiweddar gan ein tîm ymchwil ym Mhrifysgol Bangor ac Iechyd Cyhoeddus Cymru sut mae ACEs yn effeithio ar sut mae oedolion yn rhyngweithio â darparwyr gofal iechyd.

Canfu'r astudiaeth gysylltiad clir rhwng ACEs ac ymwneud â gofal iechyd. Dywedodd oedolion â sgorau ACE uchel eu bod yn teimlo'n llai cyfforddus defnyddio amrywiol leoliadau gofal iechyd, gan gynnwys ysbytai a swyddfeydd y meddyg. Roeddent hefyd yn fwy tebygol o ddefnyddio meddyginiaeth ond yn waeth am gadw at gynlluniau triniaeth. Yn ogystal, roedd ganddynt amgyffrediad mwy negyddol o ofal a dealltwriaeth gweithwyr gofal iechyd proffesiynol.

Mae'r canfyddiadau hyn yn amlygu effaith hirdymor profiadau plentyndod ar ymgysylltu â gofal iechyd. Mae'r astudiaeth yn pwysleisio pwysigrwydd atal ACEs a rhoi dulliau ystyriol o drama ar waith mewn lleoliadau gofal iechyd. Mae rhoi hyfforddiant i ddarparwyr gofal iechyd ar ofal ystyriol o drama yn gallu creu amgylchedd mwy cyfforddus i gleifion sydd â hanes o adfyd yn ystod plentyndod, gyda'r potensial am feithrin ffydd a gwella deilliannau triniaeth. Mae angen ymchwil pellach i archwilio mecanweithiau penodol sy'n cysylltu ACEs ag ymwneud â gofal iechyd er ymyriadau mwy targedig.



"Mae'r ymchwil hon yn ychwanegu at ein ddealltwriaeth o ba ffactorau allai ddylanwadu ar ymgysylltiad pobl â gwasanaethau gofal iechyd. Mae'n bwysig ein bod yn deall beth sy'n effeithio ar gysur pobl wrth ddefnyddio gwasanaethau iechyd gan y bydd hyn yn effeithio ar ddefnyddio gwasanaethau ac, o bosibl, yn effeithio ar ddeilliannau iechyd. Bydd y wybodaeth hon yn helpu i wella sut mae gwasanaethau'n cael eu cyflwyno yn y dyfodol ac yn gwella tegwch trwy helpu gwasanaethau i deall yn well pwy sy'n llai tebygol o ymwneud a'r rhesymau posibl pam nad yw pobl yn ymgysylltu."

Dr Sikha de Souza
Ymgynghorydd Iechyd Cyhoeddus,
Iechyd Cyhoeddus Cymru, Adran Sgrinio



Arolwg Fy Mhrofiadau Cymru: Deall ACEs mewn pobl ifanc

Effaith:

- Dyma'r astudiaeth genedlaethol gyntaf i ofyn i bobl ifanc am eu profiadau a chlymu hyn â'u barn am ba gymorth a help ddylai fod ar gael.
- Yr astudiaeth gyntaf i gipio effaith pandemig COVID 19 ar blentynod pobl ifanc yng Nghymru.



Mae Fy Mhrofiadau Cymru yn arolwg cenedlaethol i bobl ifanc 16 i 18 oed yng Nghymru. Fe wnaeth archwilio'u profiadau o ACEs a pha gymorth ddylai fod ar gael i helpu gydag ACEs. Cafodd yr arolwg ei hyrwyddo ar-lein a thrwy weithdai, gyda 670 o ymatebion.

Mabwysiadodd y prosiect hwn ddull cyd-gynhyrchu gyda phobl ifanc, a wnaeth lywio'r ymchwil yn weithgar. Cymeradwyodd CASCADE, sef grŵp gofalwyr ifanc, ddyluniad yr arolwg a chymerodd dros 100 o bobl ifanc ran

mewn gweithdai codi ymwybyddiaeth o iechyd meddwl ac ACEs fel rhan o hyrwyddo'r arolwg. Yn ogystal, dadansoddodd myfyrwyr Coleg Pen-y-bont ar Ogwr ymatebion testun rhydd, gan gynnig eu safbwyntiau am y dadansoddiad data. Mae'r dull yr ymchwil hon yn unigryw, gan rymuso pobl ifanc trwy roi pwys ar eu barn am heriau iechyd cyhoeddus a'u cynnwys wrth ddatblygu atebion, bydd yn helpu i fynd i'r afael â bylchau yn yr ymchwil bresennol i ACEs, tra bo astudiaethau presennol wedi mynd i'r afael â chyffredinrwydd ACEs yng Nghymru.

"Mae eich gwaith yn bwysig, diolch."
"Rwy'n hoffi hwn [yr arolwg] gan ei fod yn helpu pobl trwy amser anodd."

"Roedd yr holiadur hwn wedi'i wneud yn dda iawn oherwydd rydych chi wedi ystyried y gallai rhai o'r cwestiynau beri gofid ac rydych chi wedi ychwanegu llinellau cymorth ar y diwedd. Diolch am wneud!"

Tystebau gan bobl ifanc a gymerodd ran yn yr arolwg



Darllenwch yr adroddiad llawn yma:

<https://phwwhocc.co.uk/resources/adverse-childhood-experiences-and-engagement-with-healthcare-services-findings-from-a-survey-of-adults-in-wales-and-england/>

Nod y pecyn gwaith hwn yw ymchwilio i'r heriau iechyd ac amgylcheddol y mae pobl yn dod ar eu traws yn ddyddiol, a mynd i'r afael â nhw. Mae ei ymchwil yn cynnig cipolygon gwerthfawr i lywio cyllid, llunio polisi a datblygu ymyriadau er iechyd, llesiant a hirhoedledd gwell.

Mae'r astudiaethau achos hyn ar effaith yn dangos sut mae gwaith y Ganolfan yn helpu i roi newid cadarnhaol ar waith.



Effaith:

- Nododd yr astudiaeth y ffactorau risg gwahanol i ddynion a menywod, gyda chyfradd ragfynegi o 70-80%.
- Mae'r ymchwil hon yn galluogi diagnosisu cynt a gwell gofal cleifion.

Canfod Spondylitis Ymasiol yn gynnar: Rhoi tro ar fyd

"Mae'n wych gweld y rôl arloesol y gall dysgu trwy beiriant ei chwarae wrth nodi cleifion â chyflyrau iechyd fel AS yn gynnar, a'r gwaith sy'n cael ei wneud yn y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth.

Er mai megis dechrau ydyw, mae'n amlwg bod gan ddysgu trwy beiriant y botensial i drawsnewid y ffordd y mae ymchwilwyr a chlinigwyr yn ymdrin â'r daith ddiagnostig, gan ddwyn buddion i gleifion a'u deilliannau iechyd yn y dyfodol."

**Yr Athro Kieran Walshe,
Cyfarwyddwr Ymchwil Iechyd a
Gofal Cymru**

Yn aml, mae'n cymryd wyth mlynedd i wneud diagnosis o Spondylitis Ymasiol (AS), sef arthritis llidiol cyffredin, oherwydd symptomau aneglur. Mae hyn yn oedi triniaeth ac yn gwaethygu deilliannau cleifion.

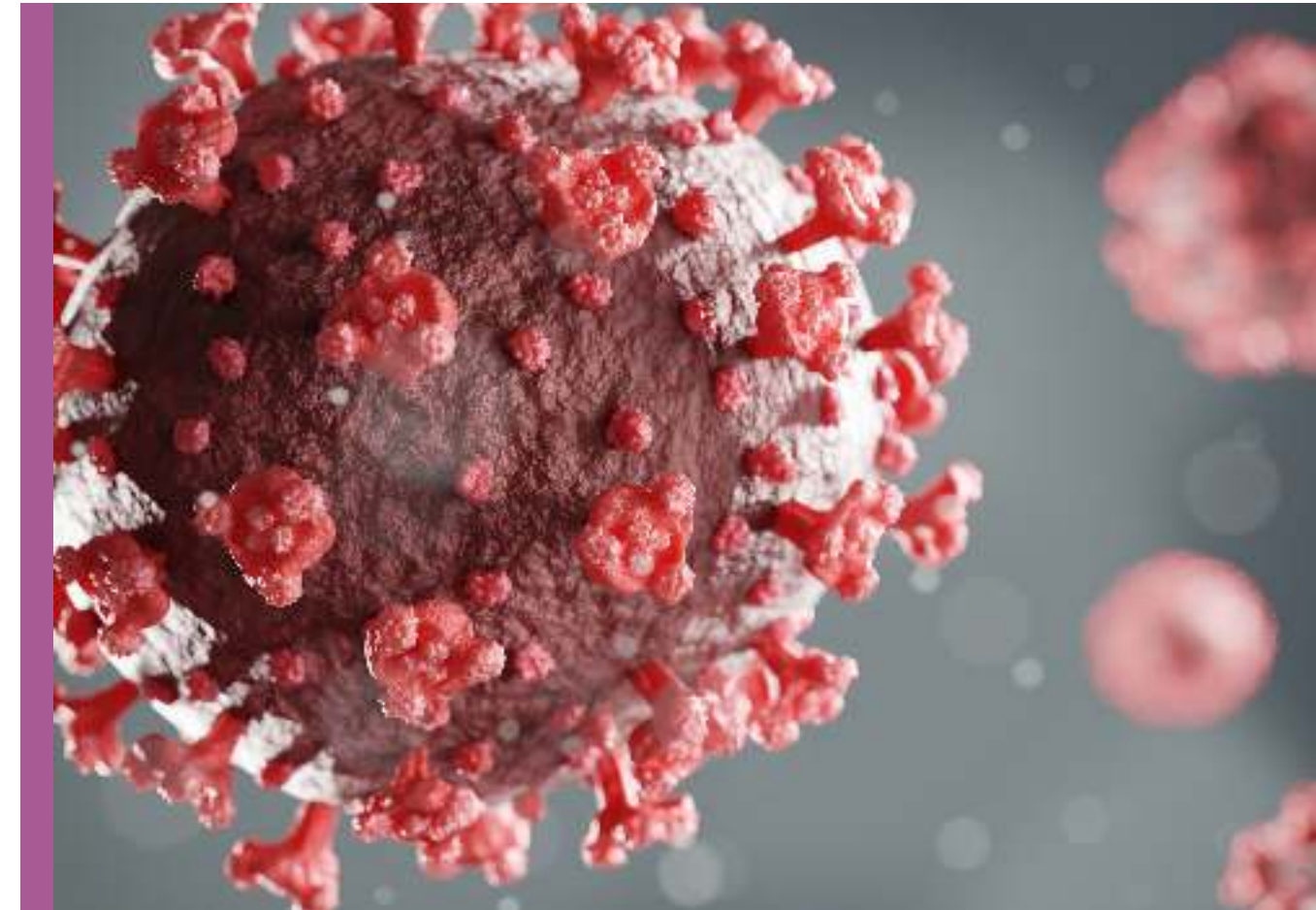
Defnyddiodd ymchwilwyr yn y Ganolfan ddysgu trwy beiriant i ddadansoddi data cleifion a nodi ffactorau risg ar gyfer AS.

Nododd yr astudiaeth ffactorau risg gwahanol i ddynion a menywod, gyda chyfradd ragfynegi o 70-80% yn nata'r profion. Mae'r ymchwil hon yn paratoi'r ffordd ar gyfer diagnosisu cynt a gofal gwell i gleifion.



Darllenwch yr astudiaeth lawn yma: [Rhagfynegi diagnosis o ddefnyddio cofnodion gofal iechyd sylfaen – Dull dysgu trwy beiriant | PLOS ONE](#)

Mae COVID-19 yn gysylltiedig â chyflyrau ôl-haint, ond mae'r baich gofal iechyd yn isel



Ymchwiliodd astudiaeth gan y Ganolfan i'r defnydd o ofal iechyd yn dilyn haint COVID-19 mewn mwy na 249,000 o bobl yng Nghymru.

Canfu'r astudiaeth risg uwch o flinder ac emboledd mewn unigolion COVID-positif, yn enwedig o fewn y pedair wythnos gyntaf ar ôl haint. Roedd gorbryder ac iselder yn llai mynych. Yn bwysig, fe wnaeth y baich cyffredinol ar wasanaethau gofal iechyd aros yn isel, gyda dim ond lleiafrif bach yn cael salwch ôl-firaol.

Mae'r astudiaeth yn amlygu'r angen bod clinigwyr yn ymwybodol o risg uwch emboledd a chymhlethdodau iechyd meddwl posibl yn dilyn COVID-19. Gall y canfyddiadau hyn

lywio dyraniad adnoddau gofal iechyd, penderfyniadau polisi a pharodrwydd ar gyfer pandemig yn y dyfodol.



Darllenwch yr astudiaeth lawn yma: [HY defnydd o ofal iechyd wedi'i briodoli i COVID-19: astudiaeth carfan cofnodion iechyd electronig cenedlaethol wedi'u cyfateb yn ôl tuedd yn cynnwys 249,390 o bobl yng Nghymru, y DU | BMC Medicine | Testun llawn \(biomedcentral.com\)](#)

Datgloi data i amddiffyn y cyhoedd: astudiaeth yn archwilio cyfleodd a heriau rhannu data



Archwiliodd ymchwilyr yn y Ganolfan y posibiladau na fanteisiwyd arnynt i rannu data ymhlith asiantaethau allweddol, gan gynnwys yr heddlu, iechyd, addysg a gwasanaethau cymdeithasol.

Mewn astudiaeth a gyhoeddwyd yn Ionawr 2024, cynhaliodd ymchwilyr gyfweiliadau rhannol strwythuredig gyda 36 unigolyn o bedwar heddlu Cymru, ynghyd â chynrychiolwyr o'r Uned Atal Trais ac Uned Gyswllt yr Heddlu, i ddeall eu barn am y systemau a ddefnyddir i amddiffyn y cyhoedd a'u barn am rannu data.

Nododd yr astudiaeth gyfleodd a heriau a darparodd atebion ymarferol, gan gynnwys yr angen am systemau data safonddig, fframweithiau rhannu data clir a mynd i'r afael â phryderon diogelu data. Mae ymchwilyr wedi argymhell canllawiau a chymorth lefel isel i oresgyn y rhwystrau hyn,

gan wneud canfyddiadau'r astudiaeth yn berthnasol iawn.

Mae'r ymchwil hon yn llunio ail elfen prosiect a ariennir gan NIHR, sef "Datgloi Data i Lywio Polisi ac Ymarfer Iechyd Cyhoeddus". Mae'r astudiaeth yn amlgu buddion posibl rhannu data er mwyn gwneud penderfyniadau yn well ac ymyriadau targedig gwell, ond mae'n pwysleisio pwysigrwydd ffydd y cyhoedd a phrotocolau clir ar gyfer llywodraethu data.



Darllenwch yr astudiaeth lawn yma: [Archwilio dulliau o rannu data rhwng yr heddlu, iechyd, addysg a gwasanaethau cymdeithasol: Cyfweiliadau rhannol strwythuredig gyda gwasanaethau heddlu yng Nghymru \(biomedcentral.com\)](#)

Gwerthuso deilliannau sy'n cael eu hadrodd gan gleifion mewn Gofal Iechyd seiliedig ar Werth – cipolygon y gellir gweithredu arnynt er gwella

Effaith:

Mae Gwasanaeth Methiant y Galon wedi mabwysiadu rhai o'r argymhellion i wella'r ddarpariaeth gwasanaethau gofal iechyd a dyraniad adnoddau.



Mae Gofal Iechyd seiliedig ar Werth (VBHC) yn ymwneud â gwella gofal iechyd i gleifion tra'n cadw costau i lawr. Mae mesurau canlyniadau a adroddir gan glaf (PROMs) yn holiaduron a luniwyd i olrhain iechyd, triniaeth a phrofiadau cleifion. Maent wedi dod yn fwy poblogaidd mewn VBHC oherwydd eu ffocws ar flaenoriaethau cleifion.

Defnyddiodd yr astudiaeth hon ddulliau ymchwil trylwyr i ddeall sut roedd PROMs wedi gweithio mewn pedair rhaglen VBHC mewn Bwrdd Iechyd yng Nghymru. Defnyddiodd ymchwilyr Werthusiad Realidd i ddeall sut, pam ac i bwy mae PROMs yn gweithio yng nghyd-destun VBHC a dadansoddiad Adenillion Cymdeithasol ar Fuddsoddiad i fesur gwerth cymdeithasol ac economaidd PROMs i gleifion a gwasanaethau gofal iechyd.

Darganfu'r tîm fod PROMs yn ychwanegu gwerth cymdeithasol ac economaidd sylweddol at wasanaethau Methiant y Galon, gan weithio'n dda i glinigwyr a gwasanaethau, a gwella ansawdd y gofal i gleifion a'u teuluoedd yn y pen draw. Fodd bynnag, bach iawn o werth ychwanegodd PROMs at wasanaethau Clefyd Parkinson ac Epilepsi. At hynny, ni arweiniodd yr un o'r rhaglenni at gydweithredu gwell rhwng cleifion a chlinigwyr.

Dangosodd y canfyddiadau hyn fod angen ystyried yn ofalus wrth ddewis gwasanaethau addas a theilwra'r ffordd o roi PROMs ar waith i fodloni gofynion cleifion a gwasanaethau penodol yn effeithiol.

Bydd canfyddiadau'r astudiaeth hon yn rhoi arweiniad i arweinwyr polisi a chlinigol wrth lywio sut y defnyddir PROMs yn genedlaethol. Fe wnaeth y tîm gynnwys arweinwyr polisi a chlinigol yng Nghymru i ddatblygu argymhellion teilwredig ac ymarferol i wella'r ffordd o weithredu PROMs er mwyn cyflawni nodau VBHC yn well. Mae dull gweithredu presennol PROMs yn gofyn am adolygu gofalus i sicrhau bod adnoddau'n cael eu dyrannu'n effeithiol a gwelliant yn neilliannau cleifion.

Mae'r prif argymhellion yn cynnwys:

- Ailgynllunio PROMs yn benodol ar gyfer gofal rheolaidd, gan ganolbwyntio ar yr hyn sydd bwysicaf i gleifion.
- Rhoi hyfforddiant i gleifion a chlinigwyr ar ddefnyddio PROMs o fewn VBHC.
- Dylai cleifion gael adborth ar eu sgorau PROM.
- Dylid integreiddio systemau TG ar gyfer PROMs gyda chofnodion cleifion.

"Mae gweithio gyda'r tîm ymchwil wedi bod yn brofiad cadarnhaol iawn; trwy gydol y broses, bu cefnogaeth ac arweiniad mewn modd proffesiynol iawn, ond digyffro. Mae'r tîm wedi elwa'n aruthrol wrth feddwl am y broses ymchwil a phwysigrwydd ymchwil i lywio ymarfer. Mae cymryd rhan yn yr astudiaeth wedi ysgogi'r drafodaeth o fewn y tîm ynghylch sut mae PROMs yn cael eu rhoi ar waith mewn ymarfer a'r buddion posibl, ynghyd â sut gallai hyn gael ei wella. Mae'r astudiaeth wedi cefnogi ein gwaith a'n datblygiad i gynnwys PROMs gyda chleifion sydd â chydafiacheddau a chyflyrau hirdymor. Mae cael mwy o gipolwg i amgyffrediad nyrsys a chleifion o PROMs wedi bod yn rhan annatod o'r ffordd rydym ni'n gweithio gyda'n tîm i ddarparu."

Linda Edmunds, Nyrs Ymgynghorol Methiant y Galon (BIPAB)

Gwahaniaethau rhwng y rhywiau mewn Ffibromyalgia – Tueddiadau mewn Diagnosis a Gwahaniaethau mewn Triniaeth



Archwiliodd ymchwilyr y Ganolfan sut mae ffibromyalgia yn effeithio ar ddynion a menywod yn wahanol, gan ddefnyddio data iechyd rhwng 2004 a 2018. Gwelir Ffibromyalgia, sef cyflwr sy'n achosi poen eang, mewn menywod yn fwy aml, ond archwiliodd yr astudiaeth hon p'un a yw newidiadau mewn meini prawf diagnosis wedi newid y duedd hon.

Canfyddiadau Allweddol:

- Dadansoddodd ymchwilyr ddata 22,568 o bobl â ffibromyalgia, a oedd yn 48 oed ar gyfartaledd.
- Menywod oedd 88.8% o'r achosion.
- Dangosodd y canfyddiadau nad oedd cynnydd arwyddocaol gydag amser yn nifer y dynion a gafodd ddiagnosis.

Gwahaniaethau rhwng y rhywiau

- Roedd gan fenywod indecs màs y corff (BMI) uwch, poen mwy eang, straen, profedigaethau, problemau gastroberfeddol a gweithredu annormal y thyroid. Roeddent yn fwy tebygol o gael steroidau, gwrthhelyddion, meddyginiaeth gorbryder a fitamin D.
- Roedd gan ddynion mwy o gyflyrau iechyd a oedd yn cydfodoli a chawsant eu trin yn fwy cyffredin â gabapentin – triniaeth ar bresgripsiwn ar gyfer y cyflwr.

Er y newidiadau mewn meini prawf diagnostig, mae diagnosis o ffibromyalgia yn fwy cyffredin mewn menywod o hyd. Gall hyn awgrymu tanddiagnosis ymhlith dynion. Mae'r astudiaeth yn amlygu'r angen am ymchwil pellach i'r rheswm pam mae dynion a menywod yn cael triniaethau gwahanol ac yn cael symptomau gwahanol.



Darllenwch yr astudiaeth lawn yma:

https://academic.oup.com/rheumatology/article/62/Supplement_2/kead104.137/7136324

Tegwch mewn Iechyd Digidol: Adolygiad Cwmpasu i Sefydliad Iechyd y Byd



Ac yntau'n adeiladu ar adolygiad gan Iechyd Cyhoeddus Cymru (ICC) o Degwch mewn technoleg iechyd ddigidol o fewn Rhanbarth Ewrop WHO, mae ICC ar y cyd â'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth yn ymgymryd ag adolygiad cwmpasu cynhwysfawr a gomisiynwyd gan Sefydliad Iechyd y Byd (WHO).

Nod yr adolygiad cwmpasu yw archwilio sut mae ystyriaethau tegwch yn cael eu hintegreiddio ar draws Iechyd Digidol – o reoleiddio a gweithredu i werthuso. Bydd yr adolygiad yn archwilio adnoddau fel canllawiau, fframweithiau ac adnoddau asesu a ddefnyddir ar draws Rhanbarth Ewrop WHO ac yn rhyngwladol.

Mae'r adolygiad hwn yn ategu Cynllun Gweithredu Rhanbarthol Iechyd Digidol WHO trwy nodi problemau tegwch wrth reoleiddio, gweithredu a gwerthuso iechyd digidol. Trwy sefydlu ymagwedd systemig at asesu adnoddau presennol, mae'n sicrhau bod atebion iechyd digidol yn cael eu datblygu, eu gweithredu a'u gwerthuso gyda ffocws ar gynwysoldeb a hygyrchedd. Nod yr adolygiad yw sicrhau bod arloesiadau iechyd yn elwa pob grŵp demograffig, gan felly meithrin deilliannau iechyd tecach.



"Yng nghyd-destun atebion iechyd digidol, mae ICC yn ymrwmo i dargedu allgau digidol, ac rydym yn hapus i barhau i gydweithredu â'n partneriaid yn Rhanbarth Ewrop WHO ar y pwnc pwysig hwn.

Rydym yn gwybod bod trawsnewid gwasanaethau gofal iechyd yn ddigidol yn gallu gwella mynediad, grymuso cleifion a chyfrannu at ddeilliannau iechyd gwell, ond yn gwybod hefyd y gall hyn gynyddu risg ehangu anghydraddoldebau presennol os nad ydym yn blaenoriaethu tegwch digidol.

Bydd ein hadolygiad cwmpasu dilynol yn archwilio i ba raddau y caiff tegwch ei ymgorffori mewn rheoleiddio, gweithredu a gwerthuso iechyd digidol. Bydd y gwaith hwn yn cynnig arweiniad a chefnogaeth ymarferol i ymchwilyr, gweithwyr iechyd proffesiynol, datblygwyr a llunwyr polisi i sicrhau nad yw atebion iechyd digidol yn gadael neb ar ôl."

Dr Diana Bright - Uwch Ymchwilydd Iechyd Cyhoeddus Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru

Trwy gynnwys y cyhoeddwr wrth ddylunio, gweithredu a lledaenu ymchwil trwy'r Panel Ymglymiad Cleifion a'r Cyhoedd (PPI) a phrosiectau cyd-gynhyrchu, mae'r Ganolfan yn sicrhau bod ei hymchwil yn blaenoriaethau anghenion y cyhoedd. Mae'r dull cydweithredol hwn yn cryfhau ansawdd, gan gynhyrchu deilliannau ystyrlon ac effeithiau cadarnhaol i gymunedau Cymru.

Grymuso Lleisiau Ifanc: Sut mae'r Ganolfan yn hyrwyddo hawliau plant



Mae cyd-gynhyrchu yn egwyddor graidd yn y Ganolfan, gan sicrhau bod ymchwil yn berthnasol ac yn cael effaith i'r cymunedau cysylltiedig. Mae'r dull hwn yn cyd-fynd ag UNCRC, yn enwedig Erthyglau 12 (yr hawl i gael eu clywed) a 15 (yr hawl i gael mynediad i fannau cyhoeddus diogel).

Prosiectau Allweddol:

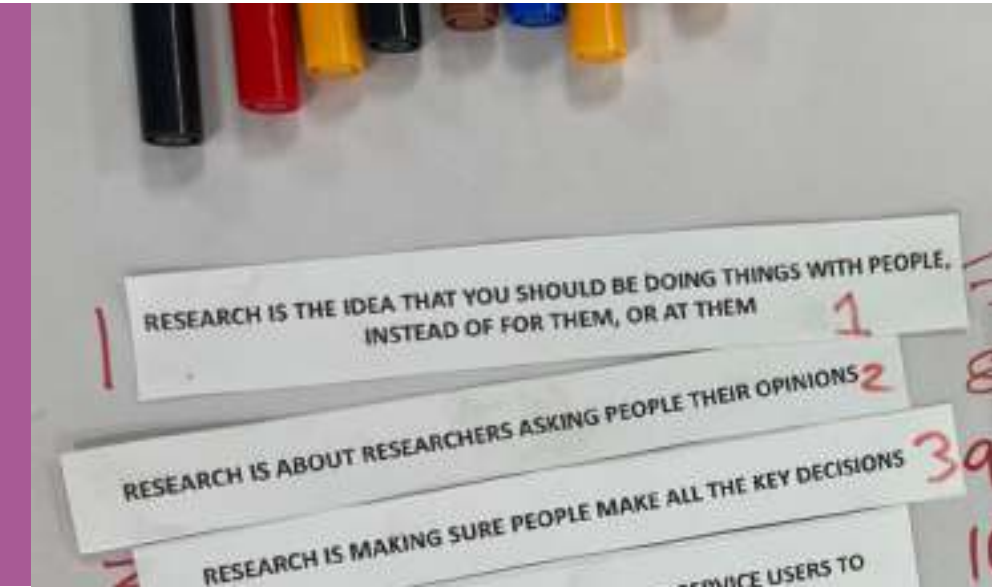
- **Ap RPlace:** Ap teclynnau symudol a ddatblygwyd gyda phobl ifanc i'w grymuso i adolygu ac eirioli o blaid newidiadau yn eu cymuned.

- **CORDS:** [Canllaw arfer gorau ar gyfer ymchwil cyd-gynhyrchu, gan bwysleisio cynwysoldeb, hyblygrwydd, dilysrwydd a myfyrdod.](#)
- **Archwilwyr Ymchwil: Codi Lleisiau Pobl Ifanc:** Grŵp ymchwil pobl ifanc sy'n grymuso pobl ifanc i ddylanwadu'n uniongyrchol ar flaenoriaethau, nodau a deilliannau ymchwil, a dyluniad prosiect ymchwil. Mae'r grŵp eisoes wedi cyfrannu at gyfleoedd cyllido a datblygiad myfyrwyr, a byddant yn help i lywio gwaith yn y dyfodol.

Cynnwys Pobl ifanc mewn Ymchwil: Archwilwyr Ymchwil

Effaith:

Mae Ymrwymiad y Ganolfan i gyd-gynhyrchu a hawliau plant yn golygu bod Cymru yn arweinydd yn y maes hwn, gyda'r potensial i wella iechyd a llesiant plant a phobl ifanc yn sylweddol.



Cynhaliodd ymchwilwyr y Ganolfan weithdy ym mis Mawrth 2024 gyda 12 disgybl o Ysgol Olchfa er mwyn deall sut i wneud ymchwil yn berthnasol ac yn ddiddorol i bobl ifanc.

Daeth iechyd meddwl, perthnasoedd cymdeithasol a gweithgarwch corfforol i'r amlwg fel meysydd allweddol o ddiddordeb. Roedd disgyblion eisiau ymchwil hygyrch, rhyngweithiol, gyda chyfathrebu da amdani. Hefyd, archwiliodd y gweithdy safbwyntiau pobl ifanc am newidiadau cymdeithasol dymuniedig. Roedd diwygio addysg yn flaenoriaeth, gan gynnwys cynyddu llais myfyrwyr ac amrywiaeth mewn gweithgareddau. Roedd newid cymdeithasol yn canolbwyntio ar

fforddiadwyedd, cydbwysedd rhwng bywyd a gwaith, a chynaliadwyedd amgylcheddol. Roedd tegwch a gwaredu rhwystrau yn themâu mynych. Bydd y cipolygon hyn yn llywio prosiectau ymchwil presennol ac yn y dyfodol, gan eu cysoni â blaenoriaethau pobl ifanc. Bwriedir cynnal gweithdai pellach i ehangu cyrhaeddiad y Grŵp Ymchwil Pobl Ifanc.



Darllenwch yr adroddiad llawn o'r gweithdy yma: <https://ncphwr.org.uk/wp-content/uploads/2024/05/Olchfa-Report-W1-2.pdf>



Maniffesto Iechyd Meddwl i Bobl Ifanc: Cyd-gynhyrchu â phobl ifanc o aelwydydd rhiant sengl



Cydweithredodd ymchwilwyr yn y Ganolfan â Single Parents Wellbeing (SPW) ar brosiect wedi'i ariannu gan y Loteri Genedlaethol i ddatblygu Maniffesto Iechyd Meddwl i Bobl Ifanc (CYP) o aelwydydd rhiant sengl.

Nod y prosiect oedd grymuso plant a phobl ifanc i reoli'u hiechyd meddwl a chael at gymorth, meithrin sgiliau arwain a dylanwadu ar newid cadarnhaol mewn polisïau iechyd meddwl.

Nododd adolygiad cyflym a gynhyrchwyd ar y cyd themâu allweddol ar gyfer cyd-gynhyrchu llwyddiannus â phlant a phobl ifanc, gan gynnwys rhannu grym, manau diogel, trafodaethau hygyrch a gwerthuso parhaus.

"Amlygodd yr adolygiad hwn nifer o ystyriaethau i'r rhai sy'n bwriadu defnyddio dull cyd-gynhyrchu yn eu gwaith gyda phlant a phobl ifanc. Mae gan gyd-gynhyrchu llwyddiannus lawer o fuddiannau, o lywio dyluniad gwasanaethau pwrpasol dan arweiniad pobl ifanc, i ddatblygu sgiliau plant a phobl ifanc trwy gymryd rhan yn y broses gyd-gynhyrchu. Oherwydd ei botensial, mae'n bwysig cael gyd-gynhyrchu'n gywir. Gobeithio bydd yr adolygiad hwn yn rhoi i sefydliadau ystyriaethau allweddol sy'n cefnogi ac yn llywio dyluniad prosiectau cyd-gynhyrchu ystyrlon, a gweithredu'r prosiectau hyn, gyda phlant a phobl ifanc."

Hannah Spacey, Adran Ymchwil a Gwerthuso yn Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gall yr argymhellion hyn helpu i roi arweiniad i ymarferwyr wrth weithredu prosesau cyd-gynhyrchu effeithiol gyda phlant a phobl ifanc.

Mae'r ymchwil yn cyd-fynd â nodau'r Maniffesto Iechyd Meddwl a arweinir gan Single Parents Wellbeing; y nod yw gwreiddio cyd-gynhyrchu yn eu gwaith i gefnogi deilliannau iechyd meddwl a llesiant cadarnhaol i blant a phobl ifanc. Nod y maniffesto yw mynd i'r afael â'r heriau cynyddol y mae plant a phobl ifanc o aelwydydd rhiant sengl yn eu hwynebu, gan gyfrannu at yr ymdrechion ehangach i wella'r deilliannau iechyd meddwl i'r garfan ddemograffig hon ar draws y DU.

"Mae'r adolygiad hwn yn dangos tystiolaeth o bwysigrwydd defnyddio dull cyd-gynhyrchu, sy'n rhedeg trwy bob agwedd ar Single Parents Wellbeing. Gyda'r ffocws ar faterion i'w hystyried wrth weithio gyda phobl ifanc i greu profiadau diogel a gwerthfawr o gyd-gynhyrchu, ynghyd â hyblygrwydd a myfyrdod parhaus i addasu i anghenion y bobl ifanc, mae'r adolygiad hwn yn cefnogi ac yn ychwanegu gwerth at brosiect Maniffesto Mind Our Future Mental Health."

Dr Nicole Burchett
Rheolwr prosiect y Maniffesto Iechyd Meddwl yn Single Parents Wellbeing

GWYLIWCH NAWR

Gwylwch y fideo ar argymhellion yr adolygiad cyflym:

https://www.youtube.com/watch?v=_SBOScEpiCc

Ymgysylltu â Rhieni yng Nghymru: Grymuso Lleisiau er Cymru Iachach

Mae tîm ymchwil Ganwyd yng Nghymru yn ymrwmo i ddeall anghenion teuluoedd ar draws Cymru. Eleni, sefydlodd y tîm grŵp Adborth Teuluoedd Iach Ganwyd yng Nghymru, sef fforwm pwrpasol i rieni rannu

eu safbwyntiau. Gyda 39 o rieni ymroddedig yn cyfarfod bob tri mis, mae'r grŵp hwn yn cynnig cipolygon gwerthfawr sy'n llywio'r ymchwil a'r prosiect yn uniongyrchol.




"Ymunais â grŵp rhieni Ganwyd yng Nghymru am fy mod am gael llais am y pethau sy'n bwysig, yn fy marn i. Mae'r grŵp yn groesawgar ac yn ddiddorol iawn – roedd cael clywed gan rieni eraill sydd wedi cael profiadau tebyg i mi ond clywed hefyd am brofiadau gwahanol yn agoriad llygaid. Rwy'n edrych ymlaen at dreiddio i bynciau pwysig, sicrhau bod pobl yn clywed fy llais a, gobeithio, gwneud gwahaniaeth i'r pethau mae ymchwil Ganwyd yng Nghymru yn canolbwyntio arnynt."

Emily Garlick,
Aelod o Grŵp Adborth Teuluoedd Iach Ganwyd yng Nghymru

Ymgysylltu â'r Cyhoedd | Hysbysu ac Ysbrydoli

Nod y tîm yw gwneud y mwyaf o effaith a chyrrhaeddiad ymchwil y Ganolfan trwy greu cynnwys diddorol fel straeon newyddion, podlediadau a diweddariadau ar y cyfryngau cymdeithasol. Mae ymchwilwyr yn estyn allan i'r cyhoedd ac yn ceisio ffyrdd blaengar o gyrraedd cymunedau nad ydynt yn cael eu gwasanaethu'n ddigon da, gan anelu at ysbrydoli, hysbysu ac addysgu mewn ffordd hygyrch a difyr.

 21 datganiad i'r wasg ac erthygl yn cael sylw yn BBC News, Medical Xpress, Yahoo News, The Western Mail, Police Insights, Police Professional, a Health Tech Digital News.

 3 erthygl wedi'u cyhoeddi yn The Conversation UK.

 3 chyfweiliad ar radio lleol.

 4 podlediad.

 20% o gynnydd mewn dilynwyd ar X



Ymweliadau Allgymorth – Ganwyd yng Nghymru


Mae tîm Ganwyd yng Nghymru wedi cryfhau eu hallgymorth ymhellach trwy bartneru ag ysbytai, pum grŵp i dadau yng Nghymru, grwpiau eglwysig a llyfrgelloedd, gan ehangu cyrrhaeddiad y prosiectau a sicrhau bod lleisiau amrywiol i'w clywed. O ganlyniad i'r dull rhagweithiol newydd hwn, cynyddodd y diddordeb ymhlith tadau i ddo 100%. Mae Ganwyd yng Nghymru yn ymroi o hyd i ymchwil gynhwysol a thryloyw. Trwy rymuso lleisiau o'r gymuned, rydym yn cyfrannu at Gymru iachach i bob teulu.





"Mae'n amlwg o'r cynnydd sylweddol yn nifer arolygon Ganwyd yng Nghymru sy'n cael eu hateb fod cael yr ymchwilwyr ar safle'r uned famolaeth i siarad â menywod beichiog a'u partneriaid a'u gwahodd i ateb yr arolygon yn gynhyrchiol iawn. Mae'r dull hwn yn rhoi'r cyfle i'r tîm ymchwil nodi menywod, a sicrhau'r amser a'r amgylchedd gorau i annog unigolion i gymryd rhan.


Sharon Jones
Prif Fydwaig Ymchwil, Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe

Gwrandewch ar bodlediadau

 [Ymchwilydd Ganwyd yng Nghymru, Hope Jones, yn siarad â Sam Dredge - tad i Florence](#)

 [Ymchwilydd Ganwyd yng Nghymru, Hope Jones, yn siarad â'r fam feichiog, Flo Avery](#)

 [Ymchwilydd Ganwyd yng Nghymru, Hope Jones, yn siarad eto â'r fam feichiog, Flo Avery, y tro hwn am rwystrau i rieni beichiog rhag ymchwil](#)

 [Dr May Bianchim yn siarad â Georgina Ferguson-Glover am ei hymglymiad â Phrosiect 'Champion' a'i gwaith cyd-gynhyrchu ynddo](#)

Research Unwrapped
EPISODE 8
HOST
DR MAY SILVEIRA BIANCHIM
In this episode, May talks to Georgina Ferguson-Glover one of the co-producers who worked on the Champion Project.

www.ncphwr.org.uk @NCPHW WALES
NATIONAL CENTRE FOR POPULATION HEALTH & WELLBEING RESEARCH

Digwyddiadau Cyhoeddus

- Aeth tîm Ganwyd yng Nghymru i Benwythnos Teuluol Gŵyl Wyddoniaeth Abertawe ar 28 a 29 Hydref 2023.
- Daeth 4200 o bobl i'r ŵyl.



Trwy feithrin rhwydwaith trylwyr o gydweithredwyr ymchwil ar draws y DU ac yn rhyngwladol, mae'r Ganolfan yn ehangu effaith ei hymchwil ac yn sicrhau ei sefyllfa hirdymor yn nhirlun ymchwil y DU. Mae'r cydweithrediadau hyn yn datgloi cyfoeth o fanteision, gan gynnwys mynediad i gyllid hanfodol a rhwydweithiau proffesiynol estynedig. Mae rhannu adnoddau ac arbenigedd yn tanio arloesi ac yn cyflymu datblygiadau ymchwil, gan sicrhau dyfodol cynaliadwy yn y pen draw i waith hanfodol y Ganolfan.

Dyma rai yn unig o'r cydweithrediadau sydd wedi cryfhau sefyllfa'r Ganolfan dros y flwyddyn ddiwethaf.

MIREDA: Ymdrech Gydwethredol i Wella Iechyd Mamau a Babanod



Effaith:

Data cyfunol ar enedigaethau (Cymru, Lloegr a'r Alban) mewn fformat wedi'i safoni er dadansoddi cymharol.

Mae'r Ganolfan yn arwain Partneriaeth Dadansoddi Data Electronig Ymchwil i'r Fam a'r Baban (MIREDA). Mae MIREDA, a ariennir gan grant o £1.4 miliwn a ddyfarnwyd gan MRC yn 2023, yn cynrychioli buddsoddiad strategol mewn gwella deilliannau iechyd mamau a babanod, yn enwedig ymhlith poblogaethau difreintiedig.

Mae'r ymdrech gydwethredol hon yn uno ymchwilwyr blaenllaw o Brifysgol Caeredin, Coleg y Brenin Llundain, Prifysgol Nottingham, Prifysgol Birmingham, ac Athrofa Bradford ar gyfer Ymchwil Iechyd. Mae MIREDA yn arloesi'n flaengar trwy ddatblygu offer ymchwil newydd sy'n defnyddio setiau data presennol a chreu adnodd canolog sy'n integreiddio data carfannau genedigaethau gydag amrywiol feysydd gofal iechyd. Trwy dîm amlddisgyblaethol a methodolegau data wedi'u safoni, mae MIREDA yn meithrin cydweithrediadau ymchwil cadarn, gan baratoi'r ffordd ar gyfer datgloi gwybodaeth newydd i wella deilliannau iechyd i famau a babanod.

Gwnaed cynnydd sylweddol yn y flwyddyn ddiwethaf. Mae MIREDA wedi cyfuno data genedigaethau o Gymru, Lloegr a'r Alban yn llwyddiannus, gan sicrhau fformat wedi'i safoni ar gyfer dadansoddi cymharol. Mae hyn yn caniatáu i ymchwilwyr archwilio sut mae amrywiadau naturiol mewn arferion gofal iechyd ar draws y DU yn effeithio ar iechyd mamau a babanod. Er enghraifft, gall MIREDA ymchwilio i ddylanwad cyfraddau brechu cyn-geni a rhaglenni cymorth ariannol yn ystod beichiogrwydd ar iechyd mamau a babanod.

Trwy archwilio'r rhyngweithio rhwng arferion gofal iechyd rhanbarthol a deilliannau iechyd teuluoedd, nod MIREDA yw amlygu ymyriadau strategol i wella iechyd mamau a phlant ar draws y DU. Mae'r fenter hon yn gyson ag ymrwymiad y Ganolfan i ddefnyddio cipolygon wedi'u gyrru gan ddata i gyflawni effaith gadarnhaol yn y byd go iawn, gan sicrhau dyfodol iachach i famau a'u plant.

CARELINK Cymru: Cydweithrediad er Plant Agored i Niwed

Effaith:

- Cynllunio gwasanaethu yn well: Mae tystiolaeth yn llywio polisi a gwasanaethau at y dyfodol i fodloni anghenion plant agored i niwed a theuluoedd yn well.
- Grymuso'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau: Mae gweithwyr cymdeithasol yn ennill dealltwriaeth fanylach o ffactorau risg a deilliannau, gan arwain at ymyriadau mwy gwybodus.
- Llai o anghydraddoldebau: mae gwybodaeth yn llywio sut caiff gwasanaethau eu darparu, gan fynd i'r afael ag anghysondebau mewn gofal ar draws Cymru.
- Sylfaen wybodaeth well: Mae lledaenu trwy sianeli amrywiol yn rhoi gwybodaeth werthfawr i ymchwilwyr ac ymarferwyr.
- Gwaddol er ymchwil yn y dyfodol: Mae'r set ddata gysylltiedig yn sefydlu adnodd gwerthfawr ar gyfer ymchwiliadau pellach.



Mae plant mewn gofal ymhlith unigolion mwyaf agored i niwed cymdeithas, gan brofi deilliannau addysg, gwaith ac iechyd gwaeth yn aml. Mae nifer y plant mewn gofal yn codi yng Nghymru, gan amlygu'r angen am ymyriadau targedig a dealltwriaeth well o ffactorau risg.

Mae CARELINK Cymru, sy'n cael ei ariannu gan NIHR a'i arwain gan HDR UK Cymru, yn gweithio mewn partneriaeth ag ymchwilwyr yn y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth, ymchwilwyr o 5 Sefydliad arall ac Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae'r prosiect yn dadansoddi data cysylltiedig i nodi ffactorau risg ar gyfer mynediad i ofal a ffactorau sy'n helpu i ddiogelu'r teulu.

Mae CARELINK Cymru yn gweithio gydag elusennau, rhieni a phlant â phrofiad o ofal, sy'n llywio'r dull hwn sy'n seiliedig ar ddata.

Mae cydweithredu yn ganolog i CARELINK Cymru, gan annog newid cadarnhaol i blant agored i niwed a'r systemau sy'n eu cefnogi.

"Cyda chostau byw – mae incwm yr aelwyd yn ffactor. Mae gweithwyr cymdeithasol yn gallu gweithredu'n gynt i gymryd plentyn i ffwrdd pan na all teuluoedd fforddio prynu dillad newydd, talu glanhawr neu brynu peiriannau newydd yn lle rhai sydd wedi torri, ac ati. Dyw hi ddim yn teimlo'n deg. Edrychwch ar y realiti o gymharu â disgwyliadau gweithwyr cymdeithasol."

"Effeithiodd COVID ar fynediad i wasanaethau, ond cymerodd y gwasanaethau cymdeithasol lai o blant i ffwrdd yn ystod y cyfnod hwnnw gan na allent gael gafael ar leoliadau gofalwyr maeth. Gorfododd COVID i weithwyr cymdeithasol weithio'n well gyda theuluoedd, ond mae nôl fel yr oedd erbyn hyn."

Adborth lleisiau CASCADE ar y prosiect.

AI yn mynd i'r afael ag Amlafiachedd: Ymdrech Gydwethredol



Effaith:

- Sicrhawyd £640,000 o gyllid fel rhan o fenter £13 miliwn fwy gan UKRI.
- Gall defnyddio AI i nodi patrymau iechyd symleiddio prosesau gofal iechyd a lleihau'r baich ar systemau gofal iechyd.

Ar y cyd â Phrifysgolion Birmingham a Rhydychen, sicrhawyd ymchwilwyr y Ganolfan gyllid i ddefnyddio Deallusrwydd Artiffisial (AI) ar gyfer amlafiachedd (pan fydd gan glaf dau gyflwr iechyd hirdymor neu fwy). Nod y prosiect cydwethredol hwn yw datblygu model AI i ddarogan problemau iechyd yn y dyfodol ar sail cyflyrau presennol.

Dan arweiniad Rhydychen, mae'r prosiect yn defnyddio AI i ddadansoddi data cleifion a nodi patrymau rhwng cyflyrau iechyd. Gallai hyn rymuso meddygon i greu cynlluniau triniaeth personoledig ac ymyrryd yn rhagweithiol i atal problemau iechyd newydd.

Mae'r prosiect £640,000 hwn yn rhan o fenter £13 miliwn ehangach gan UKRI i ddefnyddio AI ar gyfer trawsnewid gofal iechyd. Trwy ddefnyddio IA, mae potensial i'r prosiect wella gofal cleifion, gwella effeithlonrwydd gofal iechyd a datblygu gwybodaeth feddygol am amlafiachedd.

Mae'r ymchwil gydwethredol hon rhwng prifysgolion yn amlygu grym cyfuno arbenigedd er arloesedd effeithiol mewn gofal iechyd.

"Mae'r potensial i AI gyflymu a gwella pob agwedd ar ein hiechyd yn enfawr.

Mae'r DU mewn sefyllfa gadarn yn y maes hwn, ond gydag amrywiaeth o heriau ar draws sawl agwedd ar gymdeithas, gan gynnwys y system gofal iechyd, mae angen atebion newydd. Dyna pam mae UKRI yn buddsoddi yn y prosiectau hyn er mwyn datblygu ein hymchwil a gwella diagnosteg a deilliannau iechyd."

Dr Kedar Pandya, Cyfarwyddwr Gweithredol Rhaglenni Traws-cyngor yn UKRI

Cydweithrediad cenedlaethol yn datgelu risgiau tan-frechu yn erbyn COVID-19 yn y DU

Effaith:

- Trwy amcangyfrif y gostyngiad posibl mewn achosion difrifol wedi'u brechu'n llawn, rhoddodd yr astudiaeth ddata gwerthfawr ar gyfer ymyriadau iechyd cyhoeddus.



Fe wnaeth tan-frechu yn erbyn COVID-19 beri bygythiad arwyddocaol i iechyd cyhoeddus yn y DU. Bu'r Athro Ronan Lyons, Dirprwy Gyfarwyddwr y Ganolfan ac aelod o Consortiwm COALESCE HDR UK, yn cydwethredu ag ymchwilwyr o Gymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon i fynd i'r afael â'r mater hwn.

- Datgelodd yr astudiaeth hon gyfraddau tan-frechu sylweddol (32.8%-49.8%) ar draws holl wledydd y DU.
- Amlygodd yr astudiaeth ddemograffeg allweddol a oedd mewn perygl o dan-frechu – a wnaeth gynnwys pobl ifanc, pobl sy'n byw mewn cefndiroedd mwy difreintiedig, pobl nad Gwyn yw eu hethnigrwydd, neu

bobl â nifer is o gydafiacheddau, a oedd yn llai tebygol o fod wedi'u brechu'n llawn.

- Yn holl bwysig, cysylltodd yr ymchwil dan-frechu â risg uwch o ddeilliannau COVID-19 difrifol.



Darllenwch yr astudiaeth lawn yma: [Tan-frechu a deilliannau COVID-19 difrifol: meta-ddadansoddiad o astudiaethau carfan cenedlaethol yng Nghymru, Lloegr, yr Alban a Gogledd Iwerddon – The Lancet](#)

"Mae'r cydwethrediad cenedlaethol hwn wedi bod yn hanfodol o ran deall hyd a lled her tan-frechu a'i effaith ar ddeilliannau COVID-19 ar draws y DU.

Trwy rannu data ac arbenigedd, gallwn ddatblygu strategaethau brechu mwy effeithiol a sicrhau parodrwydd iechyd cyhoeddus gwell ar gyfer pandemigau yn y dyfodol."

Yr Athro Ronan Lyons, Dirprwy Gyfarwyddwr, Y Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth

Prosiect Mannau Gwyrdd a Glas: Datgloi'r cysylltiad rhwng natur a llesiant








Roedd Prosiect Mannau Gwyrdd a Glas, a ariannwyd gan y Sefydliad Cenedlaethol er Ymchwil Iechyd (NIHR), yn ymdrech gydweithredol yn cynnwys ymchwilwyr o'r Ganolfan ym Mhrifysgol Abertawe, Prifysgol Lerpwl, Prifysgol Caerwysg, Prifysgol Caerdydd a Sefydliad Barcelona er Iechyd Byd-eang.

Nod y prosiect oedd taflu goleuni ar ddylanwad hirdymor manau gwyrdd a glas ar iechyd meddwl a llesiant. Defnyddiodd yr ymchwil ddata a gesglir fel mater o drefn ar iechyd a'r amgylchedd, sydd wedi'i gysylltu'n ddiogel ym Manc Data SAIL, gan alluogi dadansoddiad cynhwysfawr.

Mae Prosiect Mannau Gwyrdd a Glas wedi datblygu ein dealltwriaeth o'r berthynas rhwng manau gwyrdd a glas ac iechyd meddwl yn sylweddol. Trwy hyrwyddo manau gwyrdd a glas hygyrch, sy'n cael eu cynnal yn dda, gallwn greu cymunedau iachach a thecach i bawb.

Mae'r astudiaeth achos hon yn amlygu pwysigrwydd manau gwyrdd a glas i iechyd meddwl a llesiant. Gall canfyddiadau'r prosiect lywio penderfyniadau ymchwil a pholisi yn y dyfodol i sicrhau mynediad teg i'r manau hyn i bob poblogaeth.

Cyhoeddiadau

-  [Defnyddio Mynegai Llystyfiant Estynedig i asesu mynediad i fannau gwyrdd](#)
-  [E-garfan Mannau Gwyrdd a Glas ac Iechyd Meddwl yng Nghymru](#)
-  [Mae ymweld â natur yn gysylltiedig ag anghydraddoldebau economaidd gymdeithasol is mewn llesiant yng Nghymru](#)
-  [Gwyrddni amgylchynol, mynediad i fannau gwyrdd lleol, ac iechyd meddwl dilynol](#)
-  [Newidiadau i gysylltiad â manau gwyrdd a glas ac effaith ar llesiant ac iechyd meddwl ar lefel unigol](#)

"Mae gweithio mewn partneriaeth ag ymchwilwyr wedi helpu dwyn rhagoriaeth academiaidd ynghyd ag arbenigedd o bolisi ac ymarfer. Mae hyn yn cynyddu effaith tystiolaeth a'i defnydd, ac yn sicrhau y gall canfyddiadau'r gwaith hwn ein helpu i wella a chefnogi gwerth manau gwyrdd a glas i iechyd meddwl a llesiant yng Nghymru."

"Mae bod yn rhan o'r Prosiect cydweithredol hwn wedi bod yn hynod fuddiol. Mae canfyddiadau ymchwil o bob rhan o'r Prosiect yn amlygu'r angen am bolisiau seiliedig ar ymarfer sy'n blaenoriaethu ac yn diogelu manau gwyrdd a glas, gan baratoi'r ffordd ar gyfer dyfodol iachach a thecach."

Sue Williams
Uwch Ymchwilydd Cymdeithasol gyda Cyfoeth Naturiol Cymru

Meithrin Capasiti | Buddsoddi yn y dyfodol

Mae meithrin y genhedlaeth nesaf o ddoniau yn hanfodol wrth dyfu diwylliant ymchwil cynaliadwy yng Nghymru. Mae'r Ganolfan yn cefnogi pum myfyriwr PhD, tri intern ac ymchwilwyr gyrfa gynnar trwy gynnig cyfleoedd a meithrin datblygiad sgiliau a galluoedd ymchwil. Mae'r Ganolfan yn grymuso ymchwilwyr i gynhyrchu canfyddiadau o ansawdd uchel sy'n hysbysu atebion yn y byd go iawn ac sydd, yn y pen draw, yn cryfhau ecosystem ymchwil gyfan Cymru.

Interniaid

"Mae fy mhrofiad fel intern gyda phrosiect Ganwyd yng Nghymru wedi bod yn gyfuniad gweithgar o ddysgu, cydweithredu a gwaith wedi'i yrru gan bwrpas. Rwy' wedi datblygu sgiliau gwerthfawr a chymryd rhan mewn ymchwil ystyrllon, gyda chefnogaeth cydweithwyr arbenigol. Rwy'n hynod ddiolchgar am y cyfleoedd y mae'r interniaeth hwn wedi'u darparu."

Fran Williams, Intern, Ganwyd yng Nghymru



"Mae gweithio fel intern ym Mhrosiect Ganwyd yng Nghymru wedi bod yn brofiad gwych! Mae'r tîm wedi creu amgylchedd gweithio cefnogol a chadarnhaol. Rwy' wedi ennill sgiliau newydd ac wedi cael llawer o gyfleoedd i dyfu fy ngwybodaeth ym maes ymchwil cysylltiedig ag iechyd a llesiant plant. Rwy'n ddiolchgar iawn am y cyfleoedd a roddwyd i mi yn ystod fy nghyfnod yn y Ganolfan."

Rachel Davies, Intern, Ganwyd yng Nghymru



"Mae fy interniaeth yn y Ganolfan wedi bod yn brofiad hynod fuddiol. Nid yn unig y mae wedi cryfhau fy sgiliau rhaglennu technegol, mae wedi dwysau fy nealltwriaeth o ddadansoddi ystadegol hefyd. Y tu hwnt i hynny, rhoddodd yr interniaeth gyfle unigryw i ddatblygu fy ngalluoedd ymgysylltu â rhanddeiliaid a rheoli yng nghyd-destun y DU. Enillais wybodaeth ymarferol am Ymglymiad Cleifion a'r Cyhoedd (PPI) ac ysgrifennu ymchwil, a fydd yn amhrisiadwy i mi yn y dyfodol."

Rene Abang, Intern, Ganwyd yng Nghymru



Myfyrrwyr PHD



"Mae ymchwil fy noethuriaeth yn y Ganolfan wedi bod yn brofiad hynod fuddiol, diolch yn arbennig i'r gefnogaeth ges i gan fy ngoruchwylwyr, yr Athro Sinead Brophy a Dr Michaela James. Mae eu harweiniad wedi bod yn hollbwysig wrth lywio fy ymchwil i Brydau Ysgol am Ddim. Ar hyn o bryd, rwy'n llunio adolygiad llenyddiaeth cynhwysfawr yn derfynol i'w gyhoeddi, na fyddai wedi bod yn bosibl heb eu cyngor a'u hanogaeth arbenigol. Mae'r amgylchedd cefnogol hwn yn y ganolfan wedi bod yn amhrisiadwy wrth fagu fy hyder a'm sgiliau ymchwil."

Amy Locke, Myfyriwr PhD, Gwerthuso Prydau Ysgol am Ddim



"Ers dechrau fy noethuriaeth, rwy' wedi teimlo bob amser fy mod i mewn amgylchedd lle mae twf a rhagoriaeth yn ffynnu. Mae'r adnoddau sydd ar gael a'r sgiliau rwy'n parhau i'w hennill yma wedi bod yn amhrisiadwy. Rwy'n hynod ddiolchgar i'r uned ac i'm goruchwylwyr am y cefnogaeth ddiwyro yn ystod taith fy noethuriaeth."

**Richmond Opoku, Myfyriwr PhD
Canolbwytio ar ddeilliannau plant mewn gofal ar draws y DU**



A minnau'n feddyg hyfforddedig, roedd trosglwyddo i fyfyr academaidd yn canolbwytio ar benderfynyddion cymdeithasol iechyd yn heriol yn ystod diwrnodau cyntaf fy noethuriaeth. Fodd bynnag, rwy'n ddiolchgar tu hwnt am fy ngoruchwylwyr cefnogol, sydd wedi rhoi arweiniad yn gyson. Fe wnaeth y tîm annog fy nysgu a'm twf, gan ganiatáu i mi ennill sgiliau newydd yn hyderus, heb ofn beirniadaeth."

**Gargi Naha, Myfyriwr PhD
Canolbwytio ar benderfynyddion iechyd**

O Intern y Ganolfan i Ymchwilydd Iechyd Cyhoeddus Cymru

“Roedd interniaeth y Ganolfan yn sbardun i'm rôl bresennol fel ymchwilydd gydag Iechyd Cyhoeddus Cymru. Fe wnaeth fy mharatoi â'r sgiliau dadansodol hanfodol sy'n angenrheidiol ar gyfer ymchwil. Roedd arweiniad y tîm yn holl bwysig wrth ennill gwybodaeth am ymchwil a dulliau cyd-gynhyrchu.

Roedd fy interniaeth yn brofiad buddiol – dysgais i gymaint – o fapio lleisiau'r gymuned i gyflwyno mewn seminarau Chwarae Cymru a sicrhau cyllid ar gyfer RPlace.

Fe wnaeth y wybodaeth o'm interniaeth fy ngwneud i'n weithiwr proffesiynol amryddawn, gan fy mharatoi ar gyfer fy rôl bresennol yn Iechyd Cyhoeddus Cymru a'm dyfodol fel ymchwilydd.”

Sana Shaikh, Ymchwilydd yn Iechyd Cyhoeddus Cymru



Cymorth y Ganolfan yn fy helpu i gyflawni breuddwyd Gradd Meistr

“Rwy' wrth fy modd fy mod i wedi sicrhau fy ngradd Meistr! Ni fyddai hyn wedi bod yn bosibl heb gefnogaeth y tîm yn y Ganolfan. Mae eu harweiniad a'u hanogaeth wedi bod yn holl bwysig yn fy nhaith academaidd a datblygiad gyrfaol.

Michael Parker, Ymchwilydd y Ganolfan



I gydnabod llwyddiannau ymchwil eithriadol, mae'r Ganolfan yn falch o amlygu gwobrau y mae'r tîm wedi'u hennill yn ddiweddar.

Cyd-gynhyrchu yn Allweddol i Ymchwil Poen Cronig Gwell ar gyfer Plant: Gwobr i Dr. Bianchim

Enillodd Dr. Mayara Silveira Bianchim, Swyddog Ymchwil ac Arweinydd Cleifion a'r Cyhoedd yn y Ganolfan, Gwobr Cyflwyno'r Poster Gorau yng Nghynhadledd Cochrane 2023. Fe wnaeth ei hymchwil, o'r enw “Cyd-gynhyrchu gyda phlant a phobl ifanc er meta-ethnograffeg ar brofiadau

o boen cronig, triniaethau a gwasanaethau,” archwilio dulliau cyd-gynhyrchu er mwyn gwella perthnasedd ymchwil feddygol i blant â phoen cronig. Canmolwyd gwaith Dr. Bianchim am ei botensial i wella polisi ac ymarfer gofal iechyd.



Ymchwil y Ganolfan yn cyfrannu at ennill Gwobr Pen-blwydd y Frenhines

Cyflwynwyd gwobr Pen-blwydd y Frenhines i'r Athro Ronan Lyons, Cyd-gyfarwyddwr y Ganolfan a Banc Data SAIL, ynghyd â swyddogion eraill Prifysgol Abertawe i gydnabod ymdrechion blaengar SAIL i harneisio iechyd cyhoeddus i wella iechyd a llesiant y boblogaeth.

Cyfrannodd ymchwil yn Ganolfan at y gwaith hwn, gan ddarparu data hanfodol a gwybodaeth a wnaeth hysbysu gweithwyr gofal iechyd proffesiynol a llunwyr polisi. Bu'r ymdrech gydweithredol hon yn ganolog i'r ymchwil arobryn, yn enwedig yn y frwydr yn erbyn COVID-19.



Cynlluniau at y Dyfodol.

Adeiladu Dyfodol Cynaliadwy

Trwy gyllid, mae'r Ganolfan Genedlaethol ar gyfer Ymchwil ar Iechyd a Llesiant y Boblogaeth wedi sefydlu cysylltiadau cadarn a chydweithredol, gan ddangos bod cydweithio yn gwella ein heffaith gyfunol. Gan gydnabod ein bod yn well ac yn gryfach gyda'n gilydd, mae'r Ganolfan yn ymroi i'w meysydd arbenigedd craidd, tra'n meithrin y partneriaethau amhrisiadwy hyn. Gan edrych tua'r dyfodol, mae'r Ganolfan yn ymrwmo i barhau i gydweithredu â phartneriaid presennol ac ymgeiswyr, gan sicrhau dyfodol cynaliadwy ac effeithiol er iechyd a llesiant pobl Cymru.

Ffocws Ymchwil a Chydweithredu

Iechyd Plant a Mamau: Mae'r Ganolfan yn prysur sefydlu'i hun fel arweinydd ym maes iechyd menywod a phlant, gan barhau i ddatblygu a chryfhau gwaith yn y maes hwn. Mae hyn yn cynnwys ehangu rhaglen Ganwyd yng Nghymru, cydweithredu ar brosiectau MIREA a MIRIT, a chynnwys ymchwilwyr ym MAGENTA – prosiect newydd gan Ymddiriedolaeth Wellcome sy'n astudio sut mae cynnydd mewn tymheredd/tonnau gwres yn effeithio ar feichiogrwydd yng Nghymru a Llundain. Yn ogystal ag iechyd plant, mae'r Ganolfan yn cryfhau ei hymchwil i iechyd menywod hyd oes, gan gynnwys iechyd atgenhedlu, iechyd meddwl, clefydau cronig a'r menopos. Mae ymchwilwyr ar draws y Ganolfan wedi cefnogi datblygiad Cais Iechyd Menywod i Catalytic a fydd, os caiff ei ariannu, yn arwain at ddatblygiadau arwyddocaol yn nifer o'r pynciau craidd hyn.

Dyfnhau Arbenigedd: Bydd y Ganolfan yn buddsoddi'n strategol mewn seilwaith a hyfforddiant ymchwil i gryfhau ei harweinyddiaeth yn y rhaglenni "Datblygiad Iach" a "Bywyd Gwaith Iach". Mae hyn yn cynnwys denu a chadw'r doniau gorau trwy geisiadau cystadleuol am gyllid a chymrodoriaethau ymchwil.

Mantais Cydweithredol: Mae'r tîm yn cydnabod grym rhannu gwybodaeth. Byddant yn parhau i fynd ati i weithio'n gydweithredol a mynd ar drywydd cyfleoedd ymchwil cydweithredol gyda phrifysgolion, sefydliadau fel Iechyd Cyhoeddus Cymru, partneriaid trydydd sector a phrosiectau ymchwil fel ADR UK a HDR UK. Mae'r dull cydweithredol hwn yn manteisio ar arbenigedd amrywiol i ddatblygu iechyd y boblogaeth yng Nghymru.

Adeiladu Dyfodol Cynaliadwy

Sicrwydd Cyllid: Bydd y Ganolfan yn parhau i ganolbwyntio ar ffynonellau cyllid amrywiol i sicrhau sefydlogrwydd ariannol hirdymor. Mae hyn yn cynnwys sicrhau grantiau trwy geisiadau cystadleuol a meithrin partneriaethau gyda sefydliadau cyhoeddus a phreifat sydd â diddordebau tebyg.

Rhannu Gwybodaeth: Bydd y Labordy Data yn parhau i ddarparu arbenigedd ymchwil a dadansoddiadau data hanfodol i lunwyr polisi ac ymarferwyr ar draws Cymru a'r DU. Mae'r Ganolfan yn partneru â sefydliadau allweddol fel ADR UK, i ddatblygu cyrsiau hyfforddiant i fynd i'r afael â bylchau mewn gwybodaeth yn y gymuned ymchwil, gan gryfhau ecosystem ymchwil y DU ymhellach.

Ehangu ein Cyrhaeddiad

Effaith Ledled Cymru: Bydd y tîm yn parhau i ymrwmo i weithio gyda Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru i drosi canfyddiadau ymchwil yn newidiadau polisi y gellir gweithredu arnynt. Bydd y dull cydweithredol hwn yn lleihau anghydraddoldebau iechyd yn y pen draw ac yn gwella deilliannau iechyd ar draws Cymru.

Partneriaethau yn y DU ac yn Rhyngwladol: Bydd y Ganolfan yn mynd ati i barhau i geisio a chryfhau partneriaethau ymchwil o fewn y DU ac yn rhyngwladol. Bydd rhannu gwybodaeth ac arferion gorau ar draws ffiniau yn arwain at fwy o atebion cadarn seiliedig ar dystiolaeth i heriau iechyd y boblogaeth.

Trwy flaenoriaethu ein meysydd ymchwil craidd, meithrin cydweithrediadau cryf a sicrhau cyllid amrywiol, mae'r **Ganolfan a'i hymchwilwyr mewn sefyllfa dda i sicrhau dyfodol cynaliadwy i ymchwil iechyd y boblogaeth** yng Nghymru a thu hwnt.





Dysgwch ragor am ein gwaith ar ein gwefan
www.ncphwr.org.uk

Cadwch i fyny a'n newyddion a'n gweithgareddau ymchwil diweddaraf ar ein cyfryngau cymdeithasol:

- X: [@NCPHWR_Wales](https://twitter.com/NCPHWR_Wales) | [@NCPHWR_Cymru](https://twitter.com/NCPHWR_Cymru)
- f Facebook: <https://www.facebook.com/NCPHWR>
- Instagram: <https://www.instagram.com/ncphwr/>
- YouTube: https://www.youtube.com/channel/UCVJureKU-8xK87kn_VJzpdA

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