



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

# Cynllun Gweithredu HIV i Gymru

Cael gwared ar HIV - gwella ansawdd bywyd a mynd i'r afael â'r stigma sy'n gysylltiedig â'r feirws – cynllun gweithredu ar gyfer 2023-26

[llyw.cymru](http://llyw.cymru)

## Cynllun Gweithredu HIV i Gymru

### *Cael gwared ar HIV, gwella ansawdd bywyd a mynd i'r afael â'r stigma sy'n gysylltiedig â'r feirws – cynllun gweithredu ar gyfer 2023-26*

#### Rhagair Gweinidogol

Mae HIV ac AIDS yn parhau i fod yn faterion iechyd cyhoeddus byd-eang pwysig. Mae Sefydliad Iechyd y Byd yn amcangyfrif bod 680,000 o bobl wedi marw drwy'r byd o achosion sy'n gysylltiedig â HIV yn 2020 a bod 1.5 miliwn o bobl wedi cael HIV. Er nad oes unrhyw wellhad o hyd i HIV, mae atal effeithiol, diagnosis, triniaeth a gofal ar gael bellach, gan alluogi pobl sy'n byw gyda HIV i fyw bywydau hir ac iach.

Dros y pum mlynedd diwethaf, mae Llywodraeth Cymru, gan gydweithio â phartneriaid eraill, wedi gwneud cynnydd aruthrol o ran gwella mynediad at brofion a thriniaeth yng Nghymru. Gall Cymru fod yn falch o'r gostyngiad sylweddol a welwyd yn y nifer a gafodd ddiagnosis newydd o HIV. Rhwng 2015 a 2021 gostyngodd y nifer a gafodd ddiagnosis newydd o HIV 75%. Un ffactor arwyddocaol y gellir ei briodoli i'r cyflawniad hwn i ymrwymiad Llywodraeth Cymru i ddarparu Proffylaxis Cyn-gysylltiad (PrEP) i bawb y mae wedi'i nodi'n glinigol ar eu cyfer ers haf 2017.

Er gwaethaf yr heriau yr oedd gwasanaethau iechyd rhywiol yn eu hwynebu gydol pandemig Covid, cafodd mynediad at brofion HIV ei gynnal drwy ymgynghoriadau wyneb yn wyneb a thrwy roi profion ar-lein ar waith yn gyflym. Wrth i ni ddod allan o'r pandemig, mae'r model cyfunol hwn o fynediad at brofion HIV wedi arwain at fwy o bobl yn cael eu profi am HIV rhwng mis Ionawr a mis Mawrth 2022 nag mewn unrhyw chwarter blaenorol.

Mae ein *Rhaglen Lywodraethu* yn cyflwyno ymrwymadau uchelgeisiol i ddatblygu *Cynllun Gweithredu HIV i Gymru* ac i fynd i'r afael â'r stigma a brofir gan y rhai sy'n byw gyda HIV. Mae'r olaf yn arbennig o arwyddocaol. Rydym wedi cymryd camau mawr ymlaen ers dyddiau tywyll yr 1980au – a ddarluniwyd mor gofiadwy y llynedd yn *It's a Sin* ar Channel 4 – pan oedd anwybodaeth a chreulondeb tuag at bobl â HIV yn rhemp. Cafwyd nifer o ddatblygiadau cadarnhaol yn ddiweddar; ym mis Rhagfyr 2021, croesawodd Llywodraeth Cymru y ffaith bod y Weinyddiaeth Amddiffyn wedi codi cyfyngiadau ar bobl sy'n byw gyda HIV a defnyddwyr PrEP yn y lluoedd arfog, ond mae anwybodaeth o hyd mewn rhai sectorau ac mewn unigolion, ac mae llawer mwy i'w wneud i gael gwared arno.

Yn hydref 2021, sefydlwyd Gweithgor Cynllun Gweithredu HIV gennym dan gadeiryddiaeth Dr Marion Lyons, Uwch Swyddog Meddygol yn Llywodraeth Cymru, sy'n cynnwys amrywiaeth eang o randdeiliaid sydd â phrofiadau cymunedol, proffesiynol, academiaidd ac, yn bwysig iawn, profiad personol. Yr egwyddorion arweiniol sy'n sail i waith y Grŵp yw na ddylid gadael neb ar ôl, y dylid annog a dathlu cynwysoldeb ac amrywiaeth ac y dylai'r **holl** gymunedau a wasanaethir gennym fod yn rhan annatod o'r ddeialog, y drafodaeth a'r penderfyniadau a wneir ar HIV.

Mae'r grŵp wedi cydweithio ar draws nifer o themâu mewn is-grwpiau ac mae wedi cyd-greu cynllun sy'n cynnwys 26 o gamau gweithredu gyda'r nod o gael gwared ar HIV yng Nghymru yn gyfan gwbl a sicrhau dim goddefgarwch o stigma sy'n gysylltiedig â HIV erbyn 2030. Mae'r camau gweithredu'n canolbwyntio ar bum maes allweddol: atal; profi; gofal clinigol; byw'n dda gyda HIV a mynd i'r afael â stigma sy'n gysylltiedig â HIV. Rydw i'n arbennig o falch o weld y grŵp yn argymhell dim goddefgarwch tuag at stigma sy'n gysylltiedig â HIV. Mae pobl sy'n byw gyda HIV yn cael eu hamddiffyn dan Ddeddf Cydraddoldeb 2010 ac ni ddylent wynebu gwahaniaethu, naill ai yn y gweithle nac wrth ddarparu nwyddau, gwasanaethau a chyfleusterau. Nid oes lle i anwybodaeth nac anoddefgarwch yn y Gymru fodern ac mae'r cynllun hwn yn cyflwyno camau gweithredu i fynd i'r afael â hyn.

Rwy'n ddiolchgar iawn i'r partneriaid a'r rhanddeiliaid hynny sydd wedi cydweithio i wireddu'r cynllun hwn. Edrychaf ymlaen at weld yr ymatebion i'r ymgynghoriad. Credaf yn gryf y byddwn, drwy dderbyn a gweithredu'r camau hyn, yn gwneud gwahaniaeth aruthrol i fywydau pobl sy'n byw gyda HIV ac wrth ddiogelu cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol rhag y feirws.



**Eluned Morgan AS**

**Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol**

## **Cyflwyniad**

Mae Rhaglen Lywodraethu Llywodraeth Cymru, a gyhoeddwyd ym mis Mehefin 2021, ac a adnewyddwyd ym mis Rhagfyr 2021, yn amlinellu nifer o ymrwymadau sydd â'r nod o ddarparu gofal iechyd effeithiol a chynaliadwy o ansawdd uchel. Un o'r ymrwymadau allweddol o dan y pennawd hwn yw datblygu cynllun gweithredu HIV a mynd i'r afael â'r stigma a brofir gan y rhai sy'n byw gyda HIV.

Rydym yn cydnabod pwysigrwydd gweithio mewn partneriaeth i gyflawni ein hymrwymadau. Datblygwyd y Cynllun Gweithredu hwn gan Weithgor Cynllun Gweithredu HIV a sefydlwyd gan Lywodraeth Cymru ac a gefnogwyd gan dri grŵp gorchwyl a gorffen a oedd yn canolbwyntio ar y canlynol: stigma; cymorth gan gymheiriaid a byw'n dda gyda HIV; a PrEP ac atal. Mae aelodaeth y grwpiau hyn (sydd wedi'i atodi yn Atodiad 1), yn cwmpasu amrywiaeth eang o sefydliadau gan gynnwys pobl sy'n byw gyda HIV (PBGHIV), pob un ag arbenigedd sylweddol. Rydym wedi cydweithio'n agos â chydweithwyr ar draws Llywodraeth Cymru hefyd, yn enwedig arweinwyr polisi LHDTTC+ sy'n datblygu Cynllun Gweithredu LHDTTC+ i Gymru. Ystyriodd yr Aelodau dystiolaeth gyfredol ac arferion da a'i berthnasedd i Gymru, ac maen nhw wedi cyflwyno 26 o gamau gweithredu i helpu i gyflawni ein hymrwymiad, erbyn 2030, i gael gwared ar HIV ac i fynd i'r afael â'r stigma sy'n gysylltiedig ag ef.

Mae'r cynllun yn cynnwys pum maes blaenoriaeth i'w gweithredu:

1. Atal
2. Profi
3. Gofal Clinigol
4. Byw'n dda gyda HIV
5. Mynd i'r afael â stigma sy'n gysylltiedig â HIV

Bydd y camau gweithredu'n seiliedig ar dair egwyddor graidd:

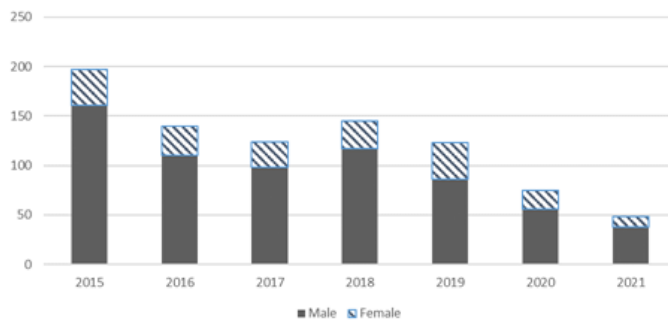
1. Dylid sicrhau dim goddefgarwch o stigma sy'n gysylltiedig â HIV
2. Bydd cynlluniau ar gyfer gweithredu mentrau a gwasanaethau newydd yn cael eu llywio gan bobl sy'n byw gyda HIV, neu'n cael eu datblygu gyda nhw. Ochr yn ochr â hyn bydd cydnabyddiaeth o wahaniaethau cyd-destunol yn ôl rhywioldeb, ethnigrwydd, oedran, rhywedd a lleoliad, er mwyn sicrhau nad oes neb yn cael ei adael ar ôl.
3. Bydd pob menter a gwasanaeth newydd yn cael eu monitro a'u gwerthuso'n barhaus er mwyn sicrhau eu bod yn bodloni'r camau gweithredu a'r egwyddorion a nodir yn y cynllun.

## Y sefyllfa bresennol.

Mae Cymru wedi gweld gostyngiad o 75% yn nifer y diagnosisau newydd o HIV rhwng 2015 a 2021. Bu gostyngiad o 77% yn nifer y diagnosisau newydd mewn dynion sy'n cael rhyw gyda dynion a gostyngiad o 61% yn nifer y diagnosisau newydd mewn unigolion heterorywiol. Dylid bod yn ofalus wrth ddehongli data ar gyfer y blynyddoedd diwethaf gan fod llai o brofion yng nghanam cynnar y pandemig.

Er bod pandemig Covid-19 wedi amharu ar gymdeithas a'r gwasanaethau a ddarperir, roedd addasiadau i'r ffordd y darparwyd gwasanaethau profi a chlinig yng Nghymru yn golygu bod mynediad at brofion HIV wedi parhau, ac yn 2021 cafodd 48 o bobl ddiagnosis newydd o haint HIV yng Nghymru. Manteisiodd tua 2,800 ar ofal HIV yng Nghymru.

## **Diagnosisau HIV newydd yng Nghymru 2015 -2021**



## Camau gweithredu cyffredinol:

### **1. Sefydlu Cymru fel Cenedl Llwybr Carlam**

Mae Llwybr Carlam Caerdydd a'r Fro – y Bwrdd Iechyd Llwybr Carlam cyntaf yng Nghymru - wedi bod yn gydweithrediad eithriadol o lwyddiannus dros y ddwy flynedd ddiwethaf a oedd yn cynnwys cyrff cyhoeddus lleol, cynyddu gwaith cydweithredol, a chreu mentrau newydd gan gynnwys cymorth meddygon teulu ar gyfer profion HIV a rhwydwaith eiriolaeth - y naill a'r llall wedi cael cyllid anstatudol. Er nad yw'n cael ei ariannu ar hyn o bryd, mae Llwybr Carlam Caerdydd a'r Fro wedi sefydlu Wythnos Profi HIV Cymru yn llwyddiannus hefyd.

Mae gennym gyfle delfrydol bellach i ddatblygu byrddau iechyd llwybr carlam eraill ac adeiladu ar y fenter hon i gyd-greu Llwybr Carlam Cymru (LICC), sef clymblaid Cymru gyfan, gyda'r holl bartneriaid. Y dyhead yw gwneud Cymru yn Genedl Llwybr Carlam. Bydd yn gydweithrediad rhwng Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, pob Bwrdd Iechyd Lleol, cynrychiolydd o awdurdodau lleol Cymru, clinigwyr, grwpiau'r sector gwirfoddol a phobl sy'n byw gyda HIV.

Dyma rai o'r pethau rydym yn rhagweld y bydd y rhwydwaith LICC yn ei wneud:

- cydweithio i helpu i gyflawni uchelgais Cymru i roi diwedd ar achosion newydd erbyn 2030;
- cefnogi byrddau iechyd llwybr carlam lleol i sefydlu a chynnal eu hunain.
- hyrwyddo newidiadau a fydd yn gwella ansawdd bywyd pobl sy'n byw gyda HIV;
- hyrwyddo prosiectau sy'n annog arloesi a ffyrdd newydd o weithio.

## **2. Cynnwys grwpiau gwirfoddol a chymunedol**

Ni fydd unrhyw un o'r camau gweithredu yn y cynllun hwn yn cael eu cyflawni heb i'r grwpiau gwirfoddol a chymunedol presennol weithio gyda phobl sy'n byw gyda HIV. Datblygwyd y cynllun gweithredu hwn gyda phartneriaid fel Pride Cymru ac Ymddiriedolaeth Terrence Higgins (YTH) Cymru – y mae eu gwaith yn adeiladu ar waddol Linell Gymorth AIDS Caerdydd a Cardiff Body Positive. Roedd Llywodraeth Cymru yn falch o groesawu strategaeth newydd YTH, sy'n ceisio gwneud buddsoddiad sylweddol yn narpariaeth Cymru dros y tair blynedd nesaf. Yn ogystal â'u gwaith, mae gwaith grwpiau HIV y trydydd sector fel PrEPster, yr Ymddiriedolaeth AIDS Genedlaethol, Positively UK a CHIVA – Cymdeithas HIV Plant – i gyd wedi'i ystyried. Wrth roi'r cynllun hwn ar waith, bydd Llywodraeth Cymru, byrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid eraill yn dymuno cydweithio'n agos â sector gwirfoddol a chymunedol HIV.

## **3. Ariannu a datblygu system rheoli achosion iechyd rhywiol Cymru gyfan**

Bydd system rheoli achosion, gwyliadwriaeth ac adrodd iechyd rhywiol Cymru gyfan yn cael ei hariannu a'i datblygu i gefnogi gofal cleifion a phrosesau casglu data wedi'i rwydweithio ledled Cymru. Dylai'r system rheoli achosion fod â'r gallu i ryngwynebu â'r systemau meddalwedd perthnasol eraill er mwyn gallu cefnogi gwaith rheoli a gwyliadwriaeth HIV yn eang, a darparu data awtomatig i borth canolog. Dylai'r system gefnogi allbynnau adrodd hefyd yn seiliedig ar dargedau Sefydliad Iechyd y Byd, safonau Cymdeithas HIV Prydain (BHIVA) ar gyfer gofal HIV a gofynion eraill rhanddeiliaid.

Bydd y system rheoli achosion yn darparu data a gwybodaeth gadarn i fonitro tueddiadau, asesu llwyddiant ymyriadau ac ar gyfer cynllunio'r gwasanaethau a ddarperir. Wrth ddatblygu'r system rheoli achosion, byddem yn disgwyl i feysydd data ar ethnigrwydd a rhywedd (gan gynnwys trawsryweddol) gael eu cynnwys mewn casgliadau rheolaidd. Mae'n bwysig bod eglurder o ran perchnogaeth y data ac argymhellir mai Iechyd Cyhoeddus Cymru sy'n berchen ar y system hon ac yn ei goruchwyllo.

#### 4. Byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd i adrodd ar roi camau gweithredu'r cynllun hwn ar waith

Bydd byrddau ac ymddiriedolaethau iechyd yn rhoi sicrwydd i Lywodraeth Cymru yn flynyddol bod y camau gweithredu o'r Cynllun Gweithredu HIV yn cael eu datblygu a'u bod yn gwneud gwahaniaeth.

#### 5. Sefydlu Grŵp Goruchwyllo'r Cynllun Gweithredu

Bydd Grŵp Goruchwyllo Cynllun Gweithredu HIV yn cael ei sefydlu i ddangos ein hymrwymiad i gynnal trosolwg a monitro'r effaith y mae cyflawni'r Cynllun Gweithredu HIV wedi'i chael.

1.	Gan adeiladu ar lwyddiant y fenter Dinasoedd Llwybr Carlam yng Nghaerdydd a'r Fro, bydd Llwybr Carlam Cymru (LICC), corff ymbarél cenedlaethol newydd, yn cael ei sefydlu a'i ariannu gan Lywodraeth Cymru. Bydd y corff hwn yn darparu capasiti a ffocws strategol i randdeiliaid, grwpiau cymunedol a'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau, mewn cydweithrediadau llwybr carlam lleol i helpu i roi'r Cynllun Gweithredu hwn ar waith a sicrhau bod yr holl bartneriaid allweddol yn cydweithio i gyflawni ein hamcanion.
2.	Cynnwys grwpiau gwirfoddol a chymunedol. Wrth roi'r cynllun ar waith, bydd Llywodraeth Cymru, byrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid eraill yn cydweithio'n agos â sector gwirfoddol a chymunedol HIV.
3.	Bydd system fonitro rheoli achosion, a oruchwylir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn cael ei hariannu a'i sefydlu i gefnogi rheolaeth glinigol a gwella gofal a rennir. Bydd yn hwyluso gwaith casglu data mewn amser real a chyhoeddi amserol, a bydd yn sicrhau y gall y rhai sy'n gwneud penderfyniadau fesur eu cyflawniadau yn erbyn uchelgeisiau.
4.	Bydd yn ofynnol i fyrddau ac ymddiriedolaethau iechyd fanylu yn eu cynlluniau cyflawni ar y camau y maen nhw'n eu cymryd i roi camau gweithredu'r Cynllun Gweithredu HIV ar waith. Gellir adrodd ar gynnydd mewn cyfarfodydd Ansawdd a Chyflawni chwarterol rhwng Llywodraeth Cymru a byrddau iechyd.
5.	Bydd Grŵp Goruchwyllo Cynllun Gweithredu HIV, a fydd yn cynnwys yr holl randdeiliaid allweddol gan gynnwys byrddau iechyd, llywodraeth leol, clinigwyr, sefydliadau gwirfoddol a chymunedol a phobl sy'n byw gyda HIV, yn cael ei sefydlu i fonitro cynnydd yn erbyn ein huchelgeisiau ac i gynghori Gweinidogion ar gynnydd ac unrhyw gamau pellach sydd eu hangen. Bydd y Grŵp yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf yn flynyddol am hynt y gwaith o weithredu'r cynllun hwn.

## **Blaenoriaeth 1: Atal**

Mae mentrau atal HIV yn effeithiol o ran atal trosglwyddo HIV gan gynnwys defnyddio condomau a Phroffylaxis Cyn-gysylltiad (PrEP).

Mae condomau'n atal HIV, heintiau eraill a drosglwyddir yn rhywiol a beichiogrwydd digroeso. Mae condomau am ddim ar gael mewn amrywiaeth eang o leoliadau yng Nghymru ac erbyn hyn gellir eu harchebu ar-lein drwy Wasanaeth Profi Ar-lein Iechyd Rhywiol Cymru. Cefnogir mynediad rhwydd at gondomau am ddim ymhellach gan gynllun Cerdyn Condom Cymru Gyfan. Gall pobl ifanc 13-25 oed gael cyngor cyfrinachol am ddim ar iechyd rhywiol a chondomau am ddim o'r Cynlluniau Cerdyn Condom (Cerdyn-C) ledled Cymru. Mae'r cynlluniau'n gweithredu o ganolfannau ieuencid, mudiadau gwirfoddol, ysgolion a cholegau.

Mae PrEP wedi bod ar gael i bawb y mae wedi'i nodi ar eu cyfer yng Nghymru ers mis Gorffennaf 2017 ac fe'i darperir yng Nghymru drwy glinigau iechyd rhywiol neu unedau clefydau heintus.

Mae dadansoddiadau wedi dangos bod PrEP yn cael ei ddefnyddio'n bennaf gan y rhai sy'n ddigon ymwybodol a hyderus i gael mynediad ato, gyda thangynrychiolaeth o ddynion hoyw ifanc, a phobl sydd mewn perygl o HIV drwy ryw heterorywiol. Yn ogystal, mae'r model presennol ar gyfer darparu PrEP yng Nghymru (drwy glinigau iechyd rhywiol yn unig) yn peri anfantais i lawer o gymunedau a grwpiau gwledig sydd yn draddodiadol yn osgoi clinigau o'r fath (menywod a lleiafrifoedd ethnig). Wrth symud ymlaen, mae'n rhaid i fyrddau iechyd fod â llwybrau gofal ar waith ar gyfer PrEP sy'n ateb y galw.

Er bod y cyfyngiadau cymdeithasol sylweddol a osodwyd ar adegau yn ystod pandemig Covid-19 wedi cael effaith negyddol ar y defnydd o PrEP, mae'r broses o adfer defnydd wedi bod yn gyflym, a rhagnodwyd PrEP i 1,302 o unigolion yn 2021. Mae hyn yn llawer mwy na'r ddwy flynedd flaenorol. Rhagnodwyd PrEP i 1,280 o unigolion rhwng Gorffennaf 2017 a Medi 2019. Er mwyn mynd i'r afael â'r annhegwch o ran ymwybyddiaeth o PrEP a mynediad iddo mewn cymunedau nad dydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol, mae mentrau peilot wedi dechrau:

- Rhaglen Ask Me About PrEP yng Nghymru – dull sy'n seiliedig ar gymheiriaid o ymdrin ag addysg PrEP;
- Ymgyrch PrEP – ymgyrch farchnata gymdeithasol a gyflwynwyd gan Ymddiriedolaeth Terrence Higgins.

Ar ôl gwerthuso eu heffeithiolrwydd, bydd Grŵp Goruchwylio'r Cynllun Gweithredu HIV yn gwneud argymhellion pellach i'r Gweinidog ar fentrau hyrwyddo PrEP effeithiol wedi'u targedu sy'n mynd i'r afael â lefelau isel o wybodaeth, nifer defnyddwyr mewn grwpiau perthnasol a pharhad gofal.

Datblygwyd nifer o fentrau gwella gwasanaethau hefyd, sy'n cynnwys llwybr hunangyfeirio PrEP gan ddefnyddio gwasanaeth profi gartref ar-lein Iechyd Rhywiol Cymru, a Preprack – ap i'w ddefnyddio gan yr unigolyn i gadw golwg ar ei ddefnydd o PrEP.



## CAMAU ATAL

6.	Parhau i gyflawni, datblygu a gwerthuso'r rhaglen "Ask me about PrEP" yng Nghymru.
7.	Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru, gan gydweithio â rhwydweithiau cydweithredol Llwybr Carlam Cymru a'r sectorau gwirfoddol a chymunedol yn parhau i gefnogi defnydd ehangach o PrEP a mynediad amrywiol iddo (gan gynnwys y gwahanol reolaethau a'r fformwleiddiadau sy'n cael eu datblygu), drwy godi ymwybyddiaeth barhaus ar gyfer y cyhoedd a staff gofal iechyd.
8.	Dylai gofal sylfaenol a gwasanaethau iechyd rhywiol arbenigol ddatblygu a gweithredu model gofal a rennir i wella mynediad a darpariaeth PrEP. Bydd hyn yn galluogi meddygon teulu a fferyllfeydd cymunedol ym mhob ardal bwrdd iechyd i ddarparu PrEP, gyda phwyslais arbennig ar ddarparu mewn ardaloedd gwledig ac mewn cymunedau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol. Yn ogystal, dylai byrddau iechyd archwilio sut gall sefydliadau cymunedol gefnogi PrEP. Mae'n rhaid i fyrddau iechyd fod â llwybrau gofal ar waith ar gyfer PrEP sy'n ateb y galw.

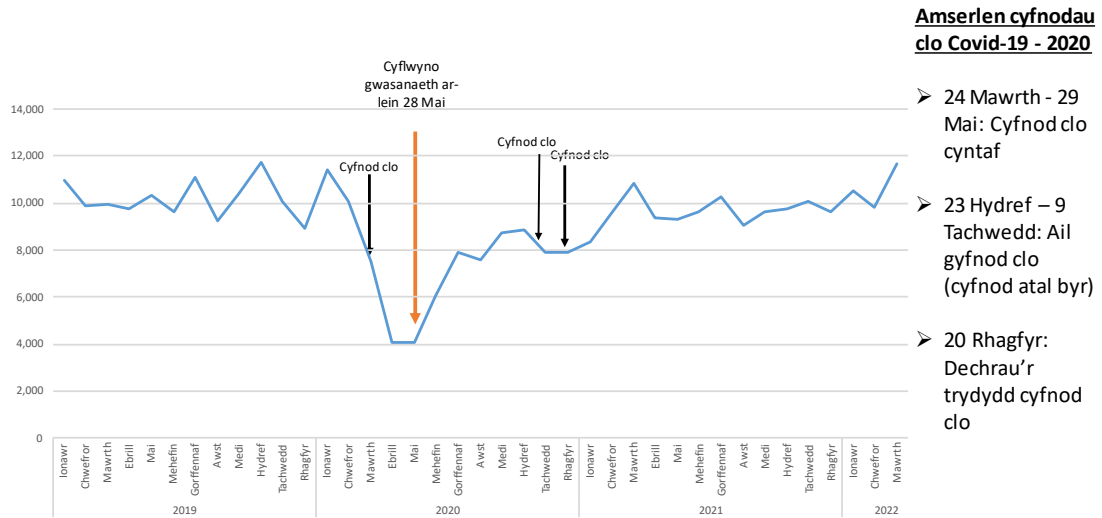
### **Blaenoriaeth 2: Profi**

Mae HIV yn feirws sy'n achosi haint cronig gydol oes y gellir ei reoli'n llwyddiannus iawn gyda therapi gwrth-retrofeirysol (ART). Mae pobl sy'n cael diagnosis o HIV sydd ar ART yn byw bywydau hir ac iach. Bydd pobl sydd â'r feirws HIV am rai blynyddoedd heb ddiagnosis a thriniaeth yn fwyaf tebygol o ddatblygu clefyd HIV datblygedig, neu syndrom diffyg imiwneidd caffaeledig (AIDS). Am y rheswm hwn, mae diagnosis cynnar yn bwysig.

Yn ogystal, bydd gan unigolion sy'n cadw at ART lefel barhaus, anghanfyddadwy o lwyth feirysol HIV yn eu gwaed ac ni fyddant yn trosglwyddo HIV i'w partneriaid rhywiol. Gelwir hyn yn gyffredin yn **Anghanfyddadwy = Anrhrosglwyddadwy** (Undetectable = Untransmissible, U = U), lle na all unigolyn sy'n byw gyda HIV sydd ar driniaeth ac sydd â lwyth feirysol anghanfyddadwy drosglwyddo HIV yn rhywiol.

Er bod mwy o gynnydd i'w wneud o hyd, mae achosion o brofi HIV yng Nghymru wedi adfer o'r dirywiad sylweddol a welwyd ar ddechrau'r pandemig. Dangosir hyn yn y graff isod.

# Profion HIV fesul mis yng Nghymru 2019-2022



Er bod nifer y diagnosisu newydd o HIV yn isel, mae pryder bod gan nifer sylweddol o bobl HIV cam hwyr. Er bod disgwyliad oes pobl sy'n byw gyda HIV ar driniaeth effeithiol yn debyg i ddisgwyliad oes y boblogaeth gyffredinol erbyn hyn, y rhagfynegydd pwysicaf o afiachusrwydd a marw cyn pryd yw diagnosis hwyr. Mae diagnosis hwyr yn cynyddu'r risg o drosglwyddo HIV ymlaen hefyd.

Yn 2021, roedd 42% o achosion newydd yng Nghymru yn ddiagnosis hwyr, sy'n welliant ar flynyddoedd blaenorol. Mae hyn yn annerbyniol o hyd ac mae gwir angen deall y cyfleoedd a gollwyd sydd wedi arwain at bobl yn y cam hwyr, a chymryd camau priodol i fynd i'r afael â'r rhwystrau sy'n atal profi. Mae angen i ni sicrhau hefyd nad yw cyfleoedd i gynnig prawf HIV yn cael eu colli mewn lleoliadau gofal iechyd, a bod clinigwyr yn rhoi'r ffocws profi ar y rhai sydd ag arwyddion neu symptomau clinigol a allai awgrymu haint HIV.

Bydd llawer o gyfleoedd i ddarparwyr gofal iechyd gydweithio i ddarparu gofal di-dor a gwneud y gorau o bob cysylltiad. Mae cysylltiad arwyddocaol gyda'r agenda dileu Hepatitis C, a bydd rhai o'r cymunedau y mae angen i ni eu cyrraedd er mwyn dileu yr un fath â'r rhai y mae angen i ni eu hannog i gael prawf HIV. Mae Rhaglen Iechyd Cynhwysiant yn cael ei datblygu gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i gefnogi'r dull cydgysylltiedig hwn.

Mae gwasanaeth profi gartref ar-lein Iechyd Rhywiol Cymru wedi gwella mynediad i brofion HIV i lawer, ond gellir gwneud mwy er mwyn:

- gwella taith y defnyddiwr i'r rhai sydd angen prawf;
- estyn allan a gwella mynediad at brofion ar gyfer cymunedau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol, gan gynnwys lleiafrifoedd ethnig;
- archwilio gwasanaeth "clicio a chasglu", y gwyddys ei fod yn gwella mynediad i bobl sy'n byw gyda phartner neu aelodau o'r teulu, y rhai mewn tai amlfeddiannaeth a lleiafrifoedd ethnig.

Mae nifer yr achosion o HIV yng Nghymru yn isel ac mae angen i ni sicrhau bod ein strategaeth profi HIV yn adlewyrchu hyn, gan y bydd yn heriol nodi'r rheini sydd â haint heb ddiagnosis. Gosododd y Cenhedloedd Unedig nod o 90-90-90 (erbyn 2030, y bydd 90% o bobl sy'n byw gyda HIV yn cael diagnosis, bydd 90% o'r rheini a gafodd ddiagnosis ar driniaeth wrth-retrofeirysol a bydd 90% o'r rheini sy'n cael cyffuriau gwrth-retrofeirysol yn ataliedig yn feirysol). Mae gwaith a wnaed gan Llwybr Carlam Caerdydd a'r Fro, wedi'i ategu gan ddata gan Public Health England, yn dangos ein bod wedi cyflawni'r nod hwn yng Nghaerdydd erbyn 2018 ond gallwn fynd ymhellach. Yn 2019 amcangyfrifwyd bod 7% o'r achosion o HIV yng Nghaerdydd heb gael diagnosis.

Mae tystiolaeth yn argymhell, ar gyfer ardaloedd sydd â nifer isel o achosion positif, bod profion yn canolbwyntio ar brofion cartref/cymunedol gofal sylfaenol wedi'u targedu a phrofion ar gyfer cyflyrau eraill sydd â dangosyddion clinigol. Mae Llwybr Carlam Caerdydd a'r Fro wedi treialu menter profi HIV lwyddiannus mewn practis meddygon teulu mewn Clwstwr Meddygon Teulu yng Nghaerdydd – *Texting for Testing*. Drwy Llwybr Carlam Cymru, y cynllun cydweithredol newydd arfaethedig, dylai hyn gael ei gyflwyno'n ehangach gan fyrddau iechyd a meddygon teulu ledled Cymru. Mae dolen i'r adroddiad ar y cynllun pilot i'w gweld yma: [gp-facilitated-hiv-home-testing-pilot-evaluation-report-v1.0-15112021.pdf \(wordpress.com\)](https://www.wordpress.com/wp-content/uploads/2021/01/gp-facilitated-hiv-home-testing-pilot-evaluation-report-v1.0-15112021.pdf)

Bydd astudiaeth serogyffredinrwydd ddiennw a gynhelir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ar gyfer Feirysau HIV a Feirysau a Gludir yn y Gwaed yn llywio unrhyw welliannau pellach i'n fframwaith profi yng Nghymru.

Mae ymddangosiad brech y mwncïod ers mis Mai 2022 mewn sawl gwlad nad ydynt yn endemig ar gyfer feirws brech y mwncïod, wedi atgyfnerthu'r angen i sicrhau bod unigolion sydd wedi datblygu symptomau'n gallu cael llwybr rhydd at gyngor, profion priodol a gofal clinigol.

### **CAMAU PROFI:**

9.	Mae angen i ni wneud y gorau o bob cysylltiad. Dylai profion fod yn unol â chanllawiau presennol ar gyfer Profion HIV Oedolion BHIVA/BASHH/BIA 2020 (HIV-testing-guidelines-2020.pdf (bhiva.org)) gyda phrofion yn cael eu darparu mewn modd optio allan ar gyfer cleifion sy'n mynychu lleoliadau gofal iechyd penodol, a strategaethau profi yn cael eu hadolygu a'u diwygio yn unol â data cyffredinrwydd HIV lleol.
10.	Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru yn sicrhau y bydd y profion ar-lein yn parhau i fod yn fwy hygyrch drwy ddarparu cyllid cynaliadwy ar gyfer y gwasanaeth profi ar-lein presennol gan gynnwys opsiwn ar gyfer profi cyflym a gwasanaethau "clicio a chasglu". Bydd y profion ar-lein yn cael eu hyrwyddo'n ehangach gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau ac i wella taith y defnyddiwr.
11.	Bydd cynllun yn cael ei ddatblygu gyda Llwybr Carlam Cymru, byrddau iechyd a phartneriaid gwirfoddol a chymunedol er mwyn sicrhau na fydd unrhyw unigolyn na chymuned yn cael eu gadael ar ôl o ran profi. Bydd hyn yn cynnwys pecynnau profi HIV cymunedol drwy grwpiau cymunedol,

	cymunedau ffydd a gwasanaethau cymorth i ddiwallu anghenion poblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol.
12.	Mewn cydweithrediad â byrddau iechyd a chlystyrau meddygon teulu, bydd y cynllun peilot "Texting for testing" meddygon teulu, sydd wedi gweithredu'n llwyddiannus mewn rhai ardaloedd yng Nghaerdydd, yn cael ei ymestyn yn ehangach ledled Cymru.
13.	Bydd wythnos profi HIV Cymru gyfan yn cael ei hariannu'n briodol gan Lywodraeth Cymru gydol y cynllun gweithredu hwn. Bydd disgwyl i fyrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid gefnogi'r fenter hon.
14.	Bydd mynd i'r afael â diagnosis hwyr yn cael blaenoriaeth. Bydd yn orfodol i'r byrddau iechyd ymchwilio i bob diagnosis hwyr o HIV a'i adrodd. Yn dilyn cyfarfod blynyddol i ystyried canlyniadau, bydd y gwersi a ddysgwyd yn cael eu rhannu a'u hadrodd i'r Grŵp Goruchwyllo HIV.
15.	Bydd hyfforddiant ymwybyddiaeth HIV yn orfodol i staff gofal iechyd. Dylid addasu modiwlau hyfforddi ar gyfer clinigwyr i godi ymwybyddiaeth o'r cyflyrau dangosyddion penodol pan fydd yn rhaid cynnal profion HIV.

### **Blaenoriaeth 3: Gofal Clinigol**

Prif nod therapi gwrth-retrofeirysol (ART) yw atal afiachusrwydd a marwolaethau sy'n gysylltiedig â HIV. Mae'r rhan fwyaf o bobl sy'n mynychu gwasanaethau HIV arbenigol ar ART effeithiol gydag ataliad feirysol a chanlyniadau da o ran triniaeth, gan gynnwys disgwyliaid oes cystal â'r boblogaeth gyffredinol pan fydd triniaeth yn dechrau'n brydlon. Yn y DU yn 2020, roedd tua 99% o'r rheini a gafodd ddiagnosis HIV wedi cychwyn ART, gyda 97% o'r rheini ar ART â llwyth feirysol ataliedig. Yn benodol ar gyfer Cymru, yn 2020 o'r 2,448 o drigolion yng Nghymru a oedd yn derbyn gofal am HIV, roedd gan 96% lwyth feirysol ataliedig.

Un o fanteision eraill ART yw gostyngiad mewn trosglwyddo rhywiol - **ni all unigolyn sy'n byw gyda HIV sydd ar driniaeth ac sydd â llwyth feirysol anghanfyddadwy drosglwyddo HIV yn rhywiol.**

Fodd bynnag, mae nifer fach iawn o bobl o hyd sy'n byw gyda HIV y mae ymgysylltu â gofal clinigol a chadw at ART yn heriol iawn iddynt ac mae'r unigolion hyn mewn perygl o fwy o afiachusrwydd a marwolaeth, ac o drosglwyddo'r feirws i bobl eraill.

Wrth roi Gwasanaeth Profi Ar-lein Iechyd Rhywiol Cymru ar waith, nid oes angen cymorth arbenigol y gwasanaeth iechyd rhywiol ar lawer o unigolion asymptomatig a fyddai wedi mynychu clinigau iechyd rhywiol yn flaenorol. O ganlyniad, gall gwasanaethau iechyd rhywiol arbenigol ganolbwyntio adnoddau ar achosion

cymhleth gan gynnwys y rhai sydd â risg uchel o HIV, yn enwedig mewn cymunedau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol ac sy'n anodd eu cyrraedd, gyda'r nod o gynyddu profion, sicrhau'r ddarpariaeth orau bosibl o ymyriadau atal HIV (fel uchod) a lleihau nifer yr achosion o ddiagnosis HIV hwyr.

Mae gwasanaethau HIV (boed yn y maes iechyd rhywiol neu wasanaethau eraill, e.e. clefydau heintus) yn gofyn am staffio digonol ac adnoddau eraill er mwyn darparu gofal o ansawdd uchel i bawb sy'n byw gyda HIV, ond yn arbennig, unigolion sydd newydd gael diagnosis, cymunedau nad ydynt yn cael eu gwasanaethu'n ddigonol a'r unigolion hynny sy'n ei chael yn anodd ymgysylltu â gofal a chadw at ART effeithiol. Mae'r gwaith cymhleth hwn yn gofyn am ddull amlddisgyblaethol gyda'r nod o gefnogi pobl i gymryd ART effeithiol, cynnal llwyth feirydol anghanfyddadwy ac felly leihau'r trosglwyddiad ymlaen, gan weithio tuag at y nodau 90:90:90 a chael gwared ar HIV.

Dylai gwasanaethau HIV gymryd rhan yn rhaglen archwilio genedlaethol BHIVA a gwerthuso eu gwasanaethau yn erbyn Safonau Gofal BHIVA ar gyfer Pobl sy'n Byw gyda HIV.

Mae angen mynd i'r afael yn well â gofynion iechyd meddwl y rhai sy'n byw gyda HIV hefyd. Dylai pob clinig HIV gael mynediad at gymorth seicolegol a blaenoriaethu atgyfeiriadau cleifion i wasanaethau cymorth gan gymheiriaid ac iechyd meddwl mewn mannau eraill yn y GIG neu yn y sector gwirfoddol a chymunedol os oes angen.

### **CAMAU GOFAL CLINIGOL:**

16.	Dylai pob gwasanaeth sy'n darparu gofal HIV yng Nghymru adolygu ei strwythur staffio, gan gefnogi a diogelu'r gweithlu HIV. Mae angen gweithlu medrus arnynt i ddarparu gofal i achosion mwy cymhleth, ail-ymgysylltu ag unigolion positif a gollwyd o ran gofal, ac estyn allan at boblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol. Mae'n rhaid parhau i ganolbwyntio ar y rhai a gollwyd o ran gofal neu y gellid eu colli gydol oes y cynllun. Bydd gofal yn cael ei ddarparu'n unol â Safonau Gofal BHIVA ar gyfer Byw gyda HIV a chanllawiau cenedlaethol BHIVA. Bydd hyn yn cynnwys ffyrdd arloesol o weithio, a chyd-gynhyrchu llwybrau gofal gyda PBGHIV gan ganolbwyntio ar boblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol.
17.	Dylai pob unigolyn sydd newydd gael diagnosis o HIV gael ei weld mewn gwasanaeth HIV arbenigol o fewn pythefnos i gael diagnosis. Dylid cyfeirio pawb at gymorth gan gymheiriaid a'u cefnogi'n llawn i barhau mewn gofal clinigol, yn ogystal â chael mynediad at gymorth seicolegol.

## **Blaenoriaeth 4: Byw'n Dda gyda HIV**

Mae HIV yn gyflwr hirdymor a gall cael diagnosis o HIV beri gofid ac mae teimladau o orbryder ac iselder yn gyffredin. Yn ogystal â'r cymorth a ddarperir gan staff clinigau iechyd arbenigol gydag atgyfeiriadau at gwnselydd neu seicolegydd arbenigol, mae llawer o unigolion yn cael mynediad at ddarpariaeth cymorth y sector gwirfoddol. Mae'r rhan fwyaf yn teimlo bod siarad ag eraill sydd â HIV yn ddefnyddiol.

Mae manteision cymorth gan gynnwys cymorth gan gymheiriaid yn cynnwys cynnal iechyd a lles drwy gadw at driniaeth yn well a deall cyflyrau iechyd. Canfuwyd bod cymorth gan gymheiriaid yn creu manteision economaidd hefyd drwy leihau'r pwysau ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol eraill. Gall gael effaith hefyd o ran cryfhau cymunedau, creu cysylltiadau cymdeithasol a chyfrannu at iechyd y cyhoedd ac atal.

Ar hyn o bryd, nid oes gan Gymru wasanaethau cymorth HIV wedi'u comisiynu ledled y wlad na rhwydwaith cymorth cymheiriaid HIV penodol. Ar hyn o bryd, mae Prifysgol Caerdydd yn cynnal adolygiad o gymorth gan gymheiriaid i bobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru, a bydd yn cynnig egwyddorion a strwythurau posibl ar gyfer rhwydwaith cymorth cymheiriaid HIV i Gymru, a gaiff ei ddatblygu ymhellach wedyn mewn trafodaethau â defnyddwyr gwasanaethau a darparwyr.

Mae'n bwysig bod pobl sy'n byw gyda HIV yn deall ac yn cael eu grymuso i fod â rhan yn y gwaith o reoli eu hiechyd a'u lles. Mae nifer o gyrsiau a gweithdai hunanreoli ar gyfer pobl sy'n byw gydag unrhyw gyflwr iechyd hirdymor neu rôl ofalu. Mae cyfle yng Nghymru i gyflwyno rhaglen ar gyfer y rhai sy'n byw gyda HIV drwy Raglenni Addysg i Gleifion (EPP Cymru) a gynhelir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Mae anghydraddoldeb ym maes gofal HIV yn fater o bryder difrifol. Mae angen i ni sicrhau ein bod yn estyn allan at boblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol gan gynnwys pobl hŷn a grwpiau lleiafrifoedd ethnig sy'n byw gyda HIV. Nid oes un ateb sy'n addas i bawb, ond mae arnom angen i'w cymunedau amrywiol gymryd rhan ystyrlon gan ddefnyddio'r dull mwyaf priodol o gyfathrebu os yw ansawdd bywyd y rhai sydd â HIV i wella.

## **Byw'n Dda gyda HIV**

### **CAMAU GWEITHREDU:**

<b>18.</b>	Bydd y rhai sy'n byw gyda HIV yn cael eu grymuso i reoli eu hiechyd yn well drwy gymryd rhan yn y Rhaglen Hunanreoli Gadarnhaol (PSMP) a ddarperir gan EPP Cymru.
<b>19.</b>	Bydd rhaglen genedlaethol cymorth gan gymheiriaid i Gymru yn cael ei chomisiynu gan Lywodraeth Cymru yn ystod hydref 2022, yn dilyn cwblhau gwaith ymchwil a wnaed gan Brifysgol Caerdydd i egwyddorion a strwythurau posibl rhaglen o'r fath.

<b>20.</b>	Dylai Llwybr Carlam Cymru a'i rwydweithiau lleol sy'n gweithio gyda grwpiau gwirfoddol a chymunedol gefnogi byrddau iechyd ac awdurdodau lleol i ymgysylltu'n ystyrllon â'r holl gymunedau amrywiol gan gynnwys lleiafrifoedd ethnig a grwpiau ffydd fel bod profion am HIV yn cael eu derbyn, bod stigma'n cael ei leihau a bod y rhai sy'n byw gyda HIV yn cael eu cefnogi i fyw bywydau gwell.
------------	---

## **Blaenoriaeth 5: Mynd i'r Afael â Stigma**

Mae ofn a chamddealltwriaeth yn arwain at ragfarn yn erbyn pobl sydd â HIV yn aml, hyd yn oed ymysg darparwyr gwasanaethau. Mae'r rhagfarn a'r gwahaniaethu hwn yn arwain at deimladau o anobaith a chywilydd yn y rhai sy'n ei chael yn anodd ymdopi â'u sefyllfa, gan greu rhwystr difrifol i ddiagnosis a thriniaeth.

Dim goddefgarwch o stigma a gwahaniaethu yw un o'r pum egwyddor graidd yn y cynllun gweithredu hwn. Mae stigma'n effeithio ar y nifer sy'n cymryd profion HIV, sy'n rhannu statws HIV, sy'n ymgysylltu â phersonél y maes gofal iechyd ac yn aros yn y maes hwnnw, a'r nifer sy'n cael triniaeth HIV ac yn cadw ati. Mae hyn yn atal pobl rhag defnyddio gofal iechyd ac mae'n cynyddu trosglwyddiad parhaus HIV.

Mae'r system iechyd yn casglu llawer iawn o sylwadau gan gleifion, ac rydym am sicrhau ein bod yn gweithredu ar yr adborth hwn. Rhoddodd Arolwg Cenedlaethol Lleisiau Cadarnhaol yn 2017 gipolwg ar brofiad sampl fawr a chynrychioliadol ar lefel y DU o'r boblogaeth HIV o ran cael mynediad at ofal iechyd. Hyrwyddwyd yr arolwg gan ddwy ganolfan yng Nghymru a dyma a ddaeth i'r amlwg yng nghanlyniadau Cymru:

- nid yw tua un o bob saith o gleifion erioed wedi dweud wrth neb am eu statws HIV y tu allan i leoliad gofal iechyd;
- Dywedodd 18% o gleifion eu bod yn poeni y byddai gwahaniaethu yn eu herbyn mewn lleoliad gofal iechyd yn ystod y flwyddyn ddiwethaf;
- Dywedodd 21% o gleifion eu bod wedi osgoi ceisio gofal iechyd pan oedd ei angen arnynt yn ystod y flwyddyn ddiwethaf a
- Dywedodd 5% eu bod wedi cael gwrthod gofal iechyd neu wedi profi oedi cyn cael triniaeth neu lawdriniaeth feddygol yn ystod y flwyddyn ddiwethaf.

Mae atal HIV yn cael ei lesteirio'n ddifrifol gan stigma hefyd. Mae astudiaethau wedi cysylltu stigma â chynnydd mewn risg, peidio â datgelu ac osgoi gwasanaethau iechyd, gan gynnwys y rhai a allai atal trosglwyddo HIV o'r fam i'r plentyn.<sup>2</sup> Mae stigma yn gysylltiedig hefyd ag ofn ac osgoi profion HIV.<sup>3</sup> O ystyried manteision ataliol triniaeth HIV, mae stigma'n rhwystro pobl rhag cael mynediad at brofion a gofal ac mae gan y stigma hwn rôl bwysig o ran llywio'r epidemig. Mae mynd i'r afael â stigma'n hanfodol er mwyn gwella bywydau pobl sy'n byw gyda HIV ac mae'n rhan annatod o fynd i'r afael â HIV ([Jun 16 Tackling HIV Stigma.pdf \(nat.org.uk\)](#))

Mae'r adroddiad Changing Perceptions yn nodi'r hyn sydd angen ei wneud yn y GIG, gan gynnwys dim goddefgarwch o stigma HIV a gwahaniaethu, a hyfforddiant staff. Mae ymwybyddiaeth o'r risg isel o drosglwyddo yn bwysig, yn ogystal â chodi ymwybyddiaeth o weithredoedd ac iaith y gellid eu hystyried yn achosi stigma.

Mae Gweithgor y Cynllun Gweithredu HIV yn credu mai'r ffordd fwyaf effeithiol o fynd i'r afael â stigma yw drwy addysg:

- Gwybod y ffeithiau. Addysgu unigolion am HIV.
- Addysgu eraill. Trosglwyddo ffeithiau ac agweddau cadarnhaol; herio mythau a stereoteipiau.

**Er mwyn cyflawni ein nod o ddim goddefgarwch tuag at stigma HIV, rydym yn cynnig y camau canlynol:**

21.	Bydd rhaglen hyfforddi ar ymwybyddiaeth HIV yn cael ei datblygu ar y cyd, i fynd i'r afael â chamddealltwriaeth a stigma yn y sector gofal iechyd, a bydd yn orfodol i bob darparwr gofal iechyd.
22.	Bydd Gofal Cymdeithasol Cymru yn addasu'r rhaglen hyfforddi hon i'w defnyddio yn y sector gofal cymdeithasol ac yn datblygu cynllun ar gyfer ei chyflwyno i bob gweithiwr gofal cymdeithasol.
23.	Dylid hyrwyddo'n eang y neges na all pobl sy'n byw gyda HIV ac sydd ar driniaeth effeithiol ei drosglwyddo i bartner a dylai pob modiwl hyfforddiant HIV fod yn gyson gyda'r neges hon.
24.	Dylai adnoddau yng nghwricwlwm yr ysgol fynd i'r afael yn effeithiol â HIV, PrEP a stigma a bod yn gyson â'r dystiolaeth ddiweddaraf am HIV.
25.	Dylai LICC weithio gyda sefydliadau sy'n cydweithredu a'r rhwydwaith Eiriolaeth er mwyn sicrhau bod ymwybyddiaeth o stigma a'r gwaith o hyrwyddo negeseuon cadarnhaol fel U=U a dim goddefgarwch yn llinyn cyffredin a pharhaus yn eu gwaith o ddydd i ddydd.
26.	Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru, gan weithio gyda sefydliadau partner a phobl sy'n byw gyda HIV, yn cyflwyno ac yn hyrwyddo Arolwg Lles blynyddol o Bobl sy'n Byw gyda HIV i fonitro a oes newid ac a yw'n effeithiol.



### **Crynodeb o'r holl Gamau Gweithredu a bennwyd yn y Cynllun Gweithredu HIV:**

1.	Gan adeiladu ar lwyddiant y fenter Dinasoedd Llwybr Carlam yng Nghaerdydd a'r Fro, bydd Llwybr Carlam Cymru (LICC), corff ymbarél cenedlaethol newydd, yn cael ei sefydlu a'i ariannu gan Lywodraeth Cymru. Bydd y corff hwn yn darparu capasiti a ffocws strategol i randdeiliaid, grwpiau cymunedol a'r rhai sy'n gwneud penderfyniadau, mewn cydweithrediadau llwybr carlam lleol i helpu i roi'r Cynllun Gweithredu hwn ar waith a sicrhau bod yr holl bartneriaid allweddol yn cydweithio i gyflawni ein hamcanion.
2.	Cynnwys grwpiau gwirfoddol a chymunedol. Wrth roi'r cynllun hwn ar waith, bydd Llywodraeth Cymru, byrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid eraill yn cydweithio'n agos â sector gwirfoddol a chymunedol HIV.
3.	Bydd system fonitro rheoli achosion, a oruchwylir gan Iechyd Cyhoeddus Cymru, yn cael ei hariannu a'i sefydlu i gefnogi rheolaeth glinigol a gwella gofal a rennir. Bydd yn hwyluso gwaith casglu data mewn amser real a chyhoeddi amserol, a bydd yn sicrhau y gall y rhai sy'n gwneud penderfyniadau fesur eu cyflawniadau yn erbyn uchelgeisiau.
4.	Bydd yn ofynnol i fyrddau ac ymddiriedolaethau iechyd fanlyu yn eu cynlluniau cyflawni ar y camau y maen nhw'n eu cymryd i roi camau gweithredu Cynllun Gweithredu HIV ar waith. Gellir adrodd ar gynnydd mewn cyfarfodydd Ansawdd a Chyflawni chwarterol rhwng Llywodraeth Cymru a byrddau iechyd.
5.	Bydd Grŵp Goruchwyllo Cynllun Gweithredu HIV, a fydd yn cynnwys yr holl randdeiliaid allweddol gan gynnwys byrddau iechyd, llywodraeth leol, clinigwyr, sefydliadau gwirfoddol a chymunedol a phobl sy'n byw gyda HIV, yn cael ei sefydlu i fonitro cynnydd yn erbyn ein huchelgeisiau ac i gynghori Gweinidogion ar gynnydd ac unrhyw gamau pellach sydd eu hangen. Bydd y Grŵp yn rhoi'r wybodaeth ddiweddaraf yn flynyddol am hynt y gwaith o weithredu'r cynllun hwn.
6.	Parhau i gyflawni, datblygu a gwerthuso'r rhaglen "Ask me about PrEP" yng Nghymru.
7.	Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru, gan gydweithio â rhwydweithiau cydweithredol Llwybr Carlam Cymru a'r sectorau gwirfoddol a chymunedol yn parhau i gefnogi defnydd ehangach o PrEP a mynediad amrywiol iddo (gan gynnwys y gwahanol reolaethau a'r fformwleiddiadau sy'n cael eu datblygu), drwy godi ymwybyddiaeth barhaus ar gyfer y cyhoedd a staff gofal iechyd.
8.	Dylai gofal sylfaenol a gwasanaethau iechyd rhywiol arbenigol ddatblygu a gweithredu model gofal a rennir i wella mynediad a darpariaeth PrEP. Bydd hyn yn galluogi meddygon teulu a fferyllfeydd cymunedol ym mhob ardal bwrdd iechyd i ddarparu PrEP, gyda phwyslais arbennig ar ddarparu mewn ardaloedd gwledig ac mewn cymunedau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol. Yn ogystal, dylai byrddau iechyd archwilio sut gall sefydliadau cymunedol gefnogi PrEP. Mae'n rhaid i fyrddau iechyd fod â llwybrau gofal ar waith ar gyfer PrEP sy'n ateb y galw.
9.	Mae angen i ni wneud y gorau o bob cysylltiad. Dylai profion fod yn unol â chanllawiau presennol ar gyfer Profion HIV Oedolion BHIVA/BASHH/BIA 2020 (HIV-testing-guidelines-2020.pdf (bhiva.org)) gyda phroffion yn cael eu darparu

	mewn modd optio allan ar gyfer cleifion sy'n mynychu lleoliadau gofal iechyd penodol, a strategaethau profi yn cael eu hadolygu a'u diwygio yn unol â data cyffredinrwydd HIV lleol.
10.	Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru yn sicrhau y bydd y profion ar-lein yn parhau i fod yn fwy hygyrch drwy ddarparu cyllid cynaliadwy ar gyfer y gwasanaeth profi ar-lein presennol gan gynnwys opsiwn ar gyfer profi cyflym a gwasanaethau "clicio a chasglu". Bydd y profion ar-lein yn cael eu hyrwyddo'n ehangach gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau ac i wella taith y defnyddiwr.
11.	Bydd cynllun yn cael ei ddatblygu gyda Llwybr Carlam Cymru, byrddau iechyd a phartneriaid gwirfoddol a chymunedol er mwyn sicrhau na fydd unrhyw unigolyn na chymuned yn cael eu gadael ar ôl o ran profi. Bydd hyn yn cynnwys pecynnau profi HIV cymunedol drwy grwpiau cymunedol, cymunedau ffydd a gwasanaethau cymorth i ddiwallu anghenion poblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol.
12.	Mewn cydweithrediad â byrddau iechyd a chlystyrau meddygon teulu, bydd y cynllun peilot "Texting for testing" meddygon teulu, sydd wedi gweithredu'n llwyddiannus mewn rhai ardaloedd yng Nghaerdydd, yn cael ei ymestyn yn ehangach ledled Cymru.
13.	Bydd wythnos profi HIV Cymru gyfan yn cael ei hariannu'n briodol gan Lywodraeth Cymru gydol y cynllun gweithredu hwn. Bydd disgwyl i fyrddau iechyd, awdurdodau lleol a phartneriaid gefnogi'r fenter hon.
14.	Bydd mynd i'r afael â diagnosis hwyr yn cael blaenoriaeth. Bydd yn orfodol i'r byrddau iechyd ymchwilio i bob diagnosis hwyr o HIV a'i adrodd. Yn dilyn cyfarfod blynyddol i ystyried canlyniadau, bydd y gwersi a ddysgwyd yn cael eu rhannu a'u hadrodd i'r Grŵp Goruchwylio HIV.
15.	Bydd hyfforddiant ymwybyddiaeth HIV yn orfodol i staff gofal iechyd. Dylid addasu modiwlau hyfforddi ar gyfer clinigwyr i godi ymwybyddiaeth o'r cyflyrau dangosyddion penodol pan fydd yn rhaid cynnal profion HIV.
16.	Dylai pob gwasanaeth sy'n darparu gofal HIV yng Nghymru adolygu ei strwythur staffio, gan gefnogi a diogelu'r gweithlu HIV. Mae angen gweithlu medrus arnynt i ddarparu gofal i achosion mwy cymhleth, ail-ymgysylltu ag unigolion positif a gollwyd o ran gofal, ac estyn allan at boblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol. Mae'n rhaid parhau i ganolbwyntio ar y rhai a gollwyd o ran gofal neu y gellid eu colli gydol oes y cynllun. Bydd gofal yn cael ei ddarparu'n unol â Safonau Gofal BHIVA ar gyfer Byw gyda HIV a chanllawiau cenedlaethol BHIVA. Bydd hyn yn cynnwys ffyrdd arloesol o weithio, a chyd-gynhyrchu llwybrau gofal gyda PBGHIV gan ganolbwyntio ar boblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol.
17.	Dylai pob unigolyn sydd newydd gael diagnosis o HIV gael ei weld mewn gwasanaeth HIV arbenigol o fewn pythefnos i gael diagnosis. Dylid cyfeirio pawb at gymorth gan gymheiriaid a'u cefnogi'n llawn i barhau mewn gofal clinigol, yn ogystal â chael mynediad at gymorth seicolegol.

18.	Bydd y rhai sy'n byw gyda HIV yn cael eu grymuso i reoli eu hiechyd yn well drwy gymryd rhan yn y Rhaglen Hunanreoli Gadarnhaol (PSMP) a ddarperir gan EPP Cymru.
19.	Bydd rhaglen genedlaethol cymorth gan gymheiriaid i Gymru yn cael ei chomisiynu gan Lywodraeth Cymru yn ystod hydref 2022, yn dilyn cwblhau gwaith ymchwil a wnaed gan Brifysgol Caerdydd i egwyddorion a strwythurau posibl rhaglen o'r fath.
20.	Dylai Llwybr Carlam Cymru a'i rwydweithiau lleol sy'n gweithio gyda grwpiau gwirfoddol a chymunedol gefnogi byrddau iechyd ac awdurdodau lleol i ymgysylltu'n ystyrlon â'r holl gymunedau amrywiol gan gynnwys lleiafrifoedd ethnig a grwpiau ffydd fel bod profion am HIV yn cael eu derbyn, bod stigma'n cael ei leihau a bod y rhai sy'n byw gyda HIV yn cael eu cefnogi i fyw bywydau gwell.
21.	Bydd rhaglen hyfforddi ar ymwybyddiaeth HIV yn cael ei datblygu ar y cyd, i fynd i'r afael â chamdealltwriaeth a stigma yn y sector gofal iechyd, a bydd yn orfodol i bob darparwr gofal iechyd.
22.	Bydd Gofal Cymdeithasol Cymru yn addasu'r rhaglen hyfforddi hon i'w defnyddio yn y sector gofal cymdeithasol ac yn datblygu cynllun ar gyfer ei chyflwyno i bob gweithiwr gofal cymdeithasol.
23.	Dylid hyrwyddo'n eang y neges na all pobl sy'n byw gyda HIV ac sydd ar driniaeth effeithiol ei drosglwyddo i bartner a dylai pob modiwl hyfforddiant HIV fod yn gyson gyda'r neges hon.
24.	Dylai adnoddau yng nghwricwlwm yr ysgol fynd i'r afael yn effeithiol â HIV, PrEP a stigma a bod yn gyson â'r dystiolaeth ddiweddaraf am HIV.
25.	Dylai LICC weithio gyda sefydliadau sy'n cydweithredu a'r rhwydwaith Eiriolaeth er mwyn sicrhau bod ymwybyddiaeth o stigma a'r gwaith o hyrwyddo negeseuon cadarnhaol fel U=U a dim goddefgarwch yn llinyn cyffredin a pharhaus yn eu gwaith o ddydd i ddydd.
26.	Bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru, gan weithio gyda sefydliadau partner a phobl sy'n byw gyda HIV, yn cyflwyno ac yn hyrwyddo Arolwg Lles blynyddol o Bobl sy'n Byw gyda HIV i fonitro a oes newid ac a yw'n effeithiol.

## Atodiad 1

### Aelodau Grŵp Gorchwyl a Gorffen y Cynllun Gweithredu HIV i Gymru

Marion Lyons (Cadeirydd)	Llywodraeth Cymru
Zoe Couzens	Iechyd Cyhoeddus Cymru
Peter Jones	Llywodraeth Cymru
Stephen Thomas	Llywodraeth Cymru
Nerys Llewellyn	Llywodraeth Cymru
Alessandro Ceccarelli	Llywodraeth Cymru
Lisa Power	Fast Track Caerdydd a'r Fro
Richard Angell	Terrence Higgins Trust
Jim Fielder	Terrence Higgins Trust
Gianpiero Molinu	Pride Cymru
Kate Nambiar	Gwasanaethau Rhywedd Cymru
Davinia Green	Stonewall Cymru
Rachel Jones	Iechyd Cyhoeddus Cymru
Laura Cunningham	British Association of Sexual Health and HIV
Jonathan Underwood	Ysbyty Athrofaol Cymru
David Gillespie	Prifysgol Caerdydd
Darren Cousins	Ymgynghorydd mewn iechyd rhywiol a HIV
Fiona Clark/ Judy Thomas	Fferylliaeth Gymunedol Cymru
Sara Bodey/Phil White	Pwyllgor Ymarferwyr Cyffredinol Cymru
Steven Evans-Jones	Claf Arbenigol

Yn ogystal, mynychodd y Farwnes Wilcox o Gasnewydd y cyfarfod cyntaf.

#### **Cyfrannodd y canlynol hefyd at waith yr is-grwpiau:**

Will Nutland, PrEPster

Marc Thompson, PrEPster

Iestyn Wyn, Stonewall Cymru

Sue Channon, Prifysgol Caerdydd

Garry Brough, Positivity UK

Christine Roach, Iechyd Cyhoeddus Cymru

#### **Darparwyd ysgrifenyddiaeth i'r grwpiau gan:**

Helen Tutt, Llywodraeth Cymru

Nicholas Price, Llywodraeth Cymru

## Diffiniadau

**HIV:** Mae HIV (feirws imiwnoddiffygiant dynol) yn feirws sy'n ymosod ar system imiwnedd y corff. Os na chaiff HIV ei drin, gall arwain at AIDS (syndrom diffyg imiwnolegol caffaeledig). Nid oes unrhyw wellhad effeithiol ar hyn o bryd. Unwaith y bydd pobl yn cael HIV, mae'r feirws ganddynt am oes. Ond gyda gofal meddygol priodol, gellir rheoli HIV.

**AIDS:** AIDS (syndrom diffyg imiwnolegol caffaeledig) yw'r enw a ddefnyddir i disgrifio nifer o heintiau a salwch, a allai beryglu bywyd, sy'n digwydd pan fydd eich system imiwnedd wedi'i niweidio'n ddifrifol gan y feirws HIV. Er na ellir trosglwyddo AIDS o un person i'r llall, mae modd i'r feirws HIV gael ei drosglwyddo.

**PrEP:** Mae PrEP (proffylacsis cyn-gysylltiad) yn feddyginiaeth y gall pobl ei chymryd yn rheolaidd i'w hatal rhag cael HIV drwy gael rhyw neu drwy ddefnyddio cyffuriau. O'i gymryd fel y'i rhagnodwyd, mae PrEP yn effeithiol iawn ar gyfer atal HIV.

**Profi ar-lein:** Archebu eich prawf ar-lein i'w ddanfon i'ch cartref.

**ART:** Therapi gwrth-retrofeirysol (antiretroviral therapy) – caiff ei alw hefyd yn therapi cyfunol neu'n driniaeth HIV.

**U=U:** Ymgyrch yw 'Anghanfyddadwy = Anrhrosglwyddadwy' ('Undetectable = Untransmittable') sy'n esbonio sut y gellir atal HIV rhag cael ei drosglwyddo'n rhywiol. Pan fydd person yn byw gyda HIV ac yn cael triniaeth effeithiol, mae'n gostwng lefel y HIV (y llwyth feirysol) yn y gwaed. Pan fydd y lefelau'n isel iawn (o dan 200 copi/ml o waed wedi'i fesur) cyfeirir ato fel llwyth feirysol amhenodol. Gelwir hyn hefyd yn cael ei alw'n feddygol fel un sy'n ataliedig yn yn feirysol. Ar y cam hwn, ni ellir trosglwyddo HIV yn rhywiol.

**Serogyffredinrwydd:** Serogyffredinrwydd yw nifer y bobl mewn poblogaeth sy'n profi'n bositif am glefyd penodol yn seiliedig ar sbesimenau seroleg

**WHO:** Sefydliad Iechyd y Byd

**BHIVA:** Cymdeithas HIV Prydain

**Poblogaethau nad ydynt wedi'u gwasanaethu'n ddigonol:** Pobl yw'r rhain sy'n wynebu rhwystrau o ran cael gafael ar wasanaethau a'u defnyddio. Maent yn cynnwys pobl nad ydynt yn cael eu gwasanaethu'n ddigonol oherwydd lleoliad daearyddol, crefydd, cyfeiriadedd rhywiol, hunaniaeth rhywedd, hil neu ethnigrwydd.