Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed

Adroddiad Blynyddol ar Gamddefnyddio Sylweddau, Data am Driniaethau a Rhagolwg

2021

llyw.cymru

Cynnwys

Cyflwyniad 3

Cynllun Cyflawni ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau 2019–22 5

Themâu Allweddol yn 2020-21: Addysg ac Ymwybyddiaeth 5
- Dan 24/7
- Cymorth mewn Ysgolion / Plant a Phobl Ifanc
- Deddf Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) 2018
- Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref

Datblygiadau 7

Rhaglenni Nodwyddau a Chwistrellau 7

Prosiect Cyffuriau Newydd ac Adnabod Sylweddau Newydd Cymru (WEDINOS) 8

Feirysau a Gludir yn y Gwaed 8

Triniaeth 8

Buprenorphine i'w Chwistrellu 11

Astudiaeth achos: Buvidal® 11

Astudiaeth achos: Tai 12

Y Gwasanaeth Mentora Cymheiriaid Di-waith 13

Gweithgaredd Cyfranogwyr 13

Darpariaeth 13

Gwerthuso'r Gwasanaeth i'r Di-waith 13

Barod Cymru: Adborth gan Gleientiaid 13

Astudiaeth Achos (Y Gogledd): Buvidal®/Rhaglen Adfer 14

Canlyniadau Poblogaeth 15
- Yfed alcohol
- Defnyddio Cyffuriau mewn Ffordd Broblemus
- Derbyniadau i ysbytai – Alcohol
- Derbyniadau i ysbytai – Cyffuriau

Astudiaeth Achos: Gweithgareddau Pobl Ifanc 16

Marwolaethau sy'n Gysylltiedig â Chyffuriau 17

Marwolaethau sy'n Gysylltiedig ag Alcohol 17

Yr Effaith ar Blant a Phobl Ifanc 18

Rhagolwg a Heriau Allweddol ar gyfer y 12 mis nesaf 18

Camau newydd 19

Cyflwyniad

Bydd y flwyddyn adrodd '2020' yn aros yn hir yn ein cof ni fel cymdeithas fel blwyddyn y coronafeirws, a newidiodd y byd a bywyd fel yr oedd.

Mae'r coronafeirws wedi cyffwrdd â bywydau pob un ohonom, ac mae Llywodraeth Cymru wastad wedi blaenoriaethu lles y bobl a gwneud popeth o fewn ein gallu i sicrhau bod y feirws yn effeithio cyn lleied â phosibl ar gymdeithas. Felly, roedd yn hanfodol i gynnal dilyniant, a sicrhau bod defnyddwyr gwasanaethau yn dal yn gallu cael mynediad at y cymorth a'r gwasanaethau angenrheidiol ar adeg o ansicrwydd mawr. Er gwaetha'r sefyllfa newydd rydym ynddi, neu efallai o'i herwydd, rydym yn falch iawn o beth mae ein gwasanaethau rheng flaen wedi cyflawni.

Yn 2019 cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ei Chynllun Cyflawni Camddefnyddio Sylweddau tair blynedd ar gyfer 2019-22 ("y Cynllun Cyflawni"). Nod cynllun Llywodraeth Cymru yw gwella ansawdd a diogelwch gwasanaethau er lles trigolion Cymru. Ers cychwyn pandemig COVID-19, mae Llywodraeth Cymru wedi bod yn adolygu'r Cynllun i sicrhau ei fod yn adlewyrchu'r gwaith sydd wedi'i wneud, ac y bydd yn cael ei wneud, o ganlyniad i'r pandemig. Ym mis Ionawr 2021, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ei Chynllun Cyflawni diweddaraf yn dilyn ymgynghoriad gyda rhanddeiliaid, yn cynnwys blaenoriaethau ychwanegol mewn ymateb i'r pandemig.

Sef:

- Sicrhau bod y gwasanaethau hanfodol a ddaeth i'r amlwg yn ystod pandemig COVID-19 yn parhau i gael eu darparu, gan gynnwys gwella mynediad at wasanaethau a lleihau amseroedd aros. Sicrhau bod ystod o ddarpariaethau therapi amnewid opioid (OST) ar gael ar sail anghenion yr unigolyn ac arferion gorau, fel y nodir gan y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) ac yn y Llyfr Oren (Parhaus).
- Gwerthuso effaith buprenorphine i'w chwistrellu (Buvidal) (Ionawr 2021).
- Diwygio gwefan DAN 24/7 a gweithio'n agos ar hyn gyda Byrddau Cynllunio Ardal a Darparwyr Gwasanaethau. Bydd y wefan yn cael ei hystyried fel elfen allweddol o'r arlwy digidol ar gyfer unigolion, a bydd yn cysylltu'n agos â mathau eraill o gymorth digidol a gynigir gan ddarparwyr gwasanaethau (Rhagfyr 2020).
- Sefydlu Cynllun Adfer i Gymru gyfan i gefnogi gwasanaethau er mwyn sicrhau ein bod yn barod ar gyfer ail frigiad COVID-19 posibl. Yn benodol, bydd hyn yn ystyried defnyddio modelau gwasanaeth digidol a newydd (Rhagfyr 2020).

OGL © Hawlfraint y Goron 2022
WG44789 ISBN digidol 978-1-80364-151-5
Mae'r ddogfen yma hefyd ar gael yn Saesneg. This document is also available in English.

- Adolygu'r camau gweithredu yn y Cynllun er mwyn eu hasesu yn erbyn y grwpiau hynny y mae'n dod yn gliriach bod COVID-19 yn effeithio fwyaf arnynt (e.e. Pobl Dduon, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig/incwm isel/ di-waith/ mewn dyled/plant a phobl ifanc, yn cynnwys y rhai yn y system gyfiawnder) (Parhaus).

- Monitro'n ofalus y tueddiadau mewn Marwolaethau sy'n Gysylltiedig â Chyffuriau drwy gydol pandemig COVID-19 a sicrhau y gall y Bwrdd Gweithredu Cenedlaethol ar gyfer Atal Gwenwyno gan Gyffuriau (NIBDPP) gymryd y camau angenrheidiol. Caiff hyn ei lywio gan yr Is-grŵp Cydgysylltwyr Adolygu Achosion a ailsefydlwyd yn ddiweddar ac sy'n adolygu'r holl farwolaethau sy'n gysylltiedig â chyffuriau. Bydd unrhyw gamau gweithredu penodol sy'n deillio o drafodaethau gyda'r NIBDPP yn cael eu cynnwys mewn diweddariadau i'r Cynllun yn y dyfodol.

- Rhoi cymorth ychwanegol trwy'r Gwasanaeth Mentora Cymheiriaid Di-waith i bobl ddi-waith tymor byr sydd â phroblemau iechyd meddwl a/neu broblemau camddefnyddio sylweddau o ganlyniad i COVID-19.

- Sicrhau bod adborth defnyddwyr gwasanaethau'n cael ei ystyried trwy roi ystyriaeth i ganfyddiadau'r astudiaeth o effaith COVID-19 a arweinir gan gymheiriaid, a pharhau i gynnal ymchwil defnyddwyr gwasanaethau mewn perthynas â thriniaeth a chymorth yn ystod COVID-19, sef rhywbeth a fydd yn ei dro yn dylanwadu ar arferion yn y dyfodol o ran diwallu anghenion.

Dylid darllen yr adroddiad hwn ar y cyd â dogfen Iechyd Cyhoeddus Cymru:

Cloddio Data Cymru – Proffil blynyddol ar gyfer camddefnyddio sylweddau 2020-21[1]. Ar gael ar wefan Iechyd Cyhoeddus Cymru:
www.publichealthwales.org/substancemisuse

1 Mae'r ddau adroddiad yn cynnwys gwybodaeth fanylach am y cafeatau sy'n ymwneud â'r data a gyflwynir yn yr adroddiad hwn.
© Hawlfraint y Goron 2022 WXXXXX ISBN Digidol xxxxxxxxxxxx
Mae'r ddogfen yma hefyd ar gael yn Saesneg. This document is also available in English.

Cynllun Cyflawni ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau 2019–22

Themâu Allweddol yn 2020-21: Addysg ac Ymwybyddiaeth

Mae atal yr arfer o gamddefnyddio sylweddau yn y dyfodol cyn bwysiced â thrin y broblem yn y lle cyntaf, ac rydym eisiau i bawb yng Nghymru fod yn ymwybodol o'r canlyniadau sydd ynghlwm wrth gamddefnyddio cyffuriau neu alcohol, ac yn bwysig ble gallant gael help a chymorth. Mae prosiectau i addysgu a chodi ymwybyddiaeth yn cynnwys:

DAN 24/7

Llinell gymorth ddwyieithog, rad ac am ddim yw DAN 24/7, ac mae'n cynnig un man cyswllt i unrhyw un yng Nghymru sy'n dymuno cael rhagor o wybodaeth neu gymorth yn ymwneud â chyffuriau neu alcohol.

Yn 2020-21 cafwyd 4,865 o alwadau i DAN 24/7, sef cynnydd o 7% ers 2019-2020. Mae ymweliadau â'r wefan wedi gostwng 22% yn ystod yr un cyfnod.

Ar y cyd â'n llinell gymorth genedlaethol, DAN 24/7, mae Llywodraeth Cymru'n parhau i gefnogi gwaith penodol ledled Cymru i dargedu ardaloedd anodd eu cyrraedd ac ymateb i faterion lleol.

Mae'r fenter hon yn defnyddio fan ag offer arddangos digidol i ledaenu negeseuon clir mewn cymunedau lleol ac ymateb yn gyflym i unrhyw dueddiadau cyfredol a rhybuddion o ran defnyddio cyffuriau, ynghyd â darparu gwybodaeth addysgiadol a gwybodaeth am leihau niwed. Ymhellach, mae'r ymgyrch yn hyrwyddo llinell gymorth genedlaethol DAN 24/7. Yn ystod 2020-21, aeth y fan ar 55 o ymweliadau.

Mae'r cyfryngau cymdeithasol yn parhau i fod yn bwysig o ran codi ymwybyddiaeth o linell gymorth genedlaethol DAN 24/7 a hefyd o ran cyflwyno negeseuon i grwpiau targed yn ymwneud â lleihau niwed. Mae'r dull hwn wedi bod yn arbennig o ddefnyddiol wrth gyflwyno rhybuddion am gyffuriau, wrth ddarparu dolenni sy'n arwain at wybodaeth am gyffuriau ar wefan DAN 24/7 pan fo problem â chyffur penodol i'w chael mewn rhyw ardal, a hefyd wrth ymgysylltu â gwasanaethau eraill ledled Cymru.

Ymhellach, mae gwefan DAN 24/7 wedi cael ei huwchraddio er mwyn sicrhau ei bod yn hygyrch ac yn hawdd ei defnyddio.

Yn ystod 2020-21, bu Llywodraeth Cymru yn gweithio'n agos gyda llinell gymorth DAN 24/7 i sicrhau bod gwybodaeth berthnasol ar gael ynghylch COVID-19 a bod gwasanaethau'n parhau i fod ar gael yn ystod y cyfnod hwn. Roedd hyn yn cynnwys dolen ar hafan gwefan DAN 24/7 yn rhoi'r diweddaraf ar y canllawiau perthnasol ar COVID-19.

Gellir defnyddio gwefan DAN 24/7 trwy ddilyn y ddolen ganlynol: **www.dan247.org.uk**

Cymorth mewn Ysgolion / Plant a Phobl Ifanc

Mae Rhaglen Ysgolion Heddluoedd Cymru ar waith ym mhob ysgol gynradd ac ysgol uwchradd yng Nghymru. Mae'n cyflwyno addysg yn ymwneud â chamddefnyddio sylweddau a materion ehangach yn ymwneud â'r gymuned a diogelwch personol yn ystod pob cyfnod allweddol yn y cwricwlwm. Mae Rhaglen Ysgolion yr Heddluoedd wedi cael ei heffeithio'n sylweddol gan COVID-19 yn ystod 2020-21. Gan edrych tua'r dyfodol, byddwn yn gweithio ar y cyd â'r Heddlu i gael Swyddogion Heddlu Cymunedol ar gyfer Ysgolion yn ôl mewn ysgolion yn amodol ar reoliadau COVID. Byddwn hefyd yn gweithio i barhau i wneud cynnydd drwy adolygu Rhaglen Ysgolion yr Heddluoedd a gynhaliwyd gan yr Heddlu. **www.schoolbeat.org**

Deddf Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) 2018

Ers 2 Mawrth 2020 mae Deddf Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) 2018 wedi cyflwyno isafbris am alcohol a gyflenwir yng Nghymru, gan ei gwneud hi'n drosedd i gyflenwi alcohol am bris is na hynny. Mae'r isafbris yn pennu pris gwaelodol, sy'n golygu na fydd modd gwerthu na chyflenwi alcohol am bris is na hynny. Nid yw wedi cynyddu pris pob diod, dim ond y diodydd hynny a gyflenwir neu a werthir ar hyn o bryd am bris sy'n is nag unrhyw isafbris. O dan y Ddeddf, caiff yr isafbris perthnasol ei gyfrifo trwy gyfuno isafbris yr uned, cryfder yr alcohol a'i gyfaint. Mae'r fformiwla hon yn ei gwneud hi'n bosibl i dargedu'r diodydd hynny a werthir ar hyn o bryd am bris annerbyniol o isel o ystyried faint o alcohol sydd ynddynt. Safonau Masnach Cymru sy'n arwain y gwaith o orfodi isafbris unedau. Mae'r Isafbris am Alcohol wedi bod yn weithredol drwy gydol 2020-21, ond mae COVID-19 wedi effeithio arno.

Mae Swyddogion Safonau Masnach wedi cynnal llai o archwiliadau oherwydd eu bod wedi symud i wneud gwaith sy'n gysylltiedig â COVID-19. Yn y dyfodol, byddwn yn gweithio gyda Swyddogion Safonau Masnach i gynyddu cyfraddau archwilio ledled Cymru. **llyw.cymru/isafswm-pris-uned-ar-gyfer-alcohol?_ga=2.45378276.1308576538.1652877111-1924333235.1626265644**

Mae ein dulliau o fynd i'r afael â chamddefnyddio sylweddau yng Nghymru yn seiliedig ar yr egwyddor graidd o leihau niwed, trwy alluogi, annog a helpu defnyddwyr sylweddau i leihau'r niwed y gallant fod yn ei achosi iddynt hwy eu hunain, eu teuluoedd a'u cymunedau. Mae nifer o fentrau lleihau niwed ar waith, yn cynnwys:

Y Prosiect Cyswllt Alcohol a Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Gwent (GDAS). Mae'r gweithiwr cyswllt alcohol yn cryfhau'r llwybr rhwng gofal eilaidd a GDAS.

Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref

Gwrthgyffur mewn argyfwng ar gyfer gorddos opioidau yw Naloxone. Mae'n atal y derbynyddion opioidau er mwyn gwrthweithio effeithiau cyffuriau opioid (fel heroin, methadon a morffin), gan wrthdroi effeithiau hynod beryglus sy'n gysylltiedig â chymryd gorddos, megis gostwng anadlu. Ers 2011, mae Llywodraeth Cymru wedi llwyddo i gyflwyno rhaglen i ddosbarthu pecynnau 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref', yn dilyn rhaglen beilot lwyddiannus a lansiwyd yn 2009 a gwerthusiad annibynnol. Bydd y rhaglen hon yn parhau'n flaenoriaeth allweddol i'w datblygu.

Adroddir bod 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' wedi cael ei ddefnyddio yn ystod 3,081 o ddigwyddiadau gwenwyn cyffuriau opioid. Gallai pob un ohonynt fod yn farwolaeth gyffuriau bosib.

Mae 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' ar gael mewn 58 o safleoedd cofrestredig. Mae nifer y safleoedd sy'n cyflenwi 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' wedi cynyddu o flwyddyn i flwyddyn, o 11 safle 'peilot' a gymerodd ran yn y cynllun yn 2009 i 58 yn 2020-21. Mae cyfanswm o 18,741 o unigolion trwy Gymru wedi cael 29,145 o Becynnau 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' ers y dechrau.

Pecynnau 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' a roddwyd yn 2020–21:

2,459 o unigolion newydd wedi cael pecynnau 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' (cyflenwi neu ail-gyflenwi) - sef gostyngiad o **3%** ers y flwyddyn flaenorol.

Dyma'r ail ostyngiad a'r gostyngiad mwyaf mewn cyflenwad ers i'r rhaglen ddechrau (gweler Tabl 1).

923 o unigolion newydd wedi cael Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref – sef gostyngiad o **33%** ers y flwyddyn flaenorol.

4,063 o becynnau 'Naloxone i'w Ddefnyddio Gartref' – wedi'u darparu sef gostyngiad o **17%** ers y flwyddyn flaenorol.

225 Y nifer a ddefnyddiwyd mewn gorddos yn ôl adroddiadau:

Datblygiadau

Ar hyn o bryd, mae Llywodraeth Cymru yn gweithio gyda heddluoedd ar draws Cymru i alluogi swyddogion i gario naloxone trwynol. Mae'r gwaith hwn yn cael ei ddatblygu, a'r gobaith yw y bydd swyddogion ar draws pob heddlu yng Nghymru yn cario naloxone erbyn diwedd 2021.

Mae prosiect cymheiriaid ar gyfer darparu naloxone wedi cael ei sefydlu yng Ngwent, ac mae'n cael ei gyflwyno ar draws Cymru ar hyn o bryd oherwydd ei lwyddiant. Mae'r prosiect hwn yn cefnogi cymheiriaid sydd â phrofiad ymarferol i fynd allan i'r strydoedd a darparu naloxone ynghyd â chyngor ar leihau niwed i bobl a allai fod yn cael triniaeth neu sydd mewn cysylltiad â gwasanaethau, neu o bosibl pobl nad ydynt yn cael triniaeth nac mewn cysylltiad â gwasanaethau.

Rhaglenni Nodwyddau a Chwistrellau

Un canlyniad a all ddeillio o ddefnyddio cyffuriau, yn enwedig chwistrellu cyffuriau, yw dal heintiau cronig trwy feirysau a gludir yn y gwaed, megis Hepatitis C a HIV.

Mae'r rhaglen Nodwyddau a Chwistrellau'n rhoi nodwyddau ac offer eraill sy'n gysylltiedig â chyffuriau i bobl sy'n chwistrellu cyffuriau, yn cynnwys cyffuriau sy'n gwella delwedd a pherfformiad.

Prif nod rhaglenni nodwyddau a chwistrellau yw ategu dulliau lleihau niwed er mwyn lleihau'r perygl o drosglwyddo feirysau a gludir yn y gwaed a heintiau eraill a achosir trwy rannu offer chwistrellu, fel HIV, Hepatitis B a Hepatitis C.

Yn ystod 2020-21, defnyddiodd cyfanswm o 18,595 o unigolion Raglenni Nodwyddau a Chwistrellau

18,595

Ystyriwyd bod **9,658 (52%)** o bobl yn defnyddio gwasanaethau Rhaglenni Nodwyddau a Chwistrellau yn rheolaidd (a ddiffinnir fel eu dau drafodiad neu fwy yn 2020-21, neu ar gyfer y defnydd o gyffuriau gwella delwedd a pherfformiad a adroddwyd - o leiaf un trafodiad yn 2020-21 ac yn y flwyddyn flaenorol).

Roedd hyn yn ostyngiad o **26.2%** o'r flwyddyn flaenorol.

47.3% yn defnyddio'r gwasanaeth ar gyfer Cyffuriau Gwella Delwedd a Pherfformiad yn bennaf.

56.6% yn defnyddio'r gwasanaeth ar gyfer eu defnyddio o opioidau yn bennaf.

17.7% yn defnyddio'r gwasanaeth ar gyfer eu defnydd o gyffuriau adfywiol yn bennaf gan gynnwys Sylweddau Seicoweithredol Newydd.

Prosiect Cyffuriau Newydd ac Adnabod Sylweddau Newydd Cymru (WEDINOS)

Prosiect yw WEDINOS sy'n darparu system ar gyfer casglu a phrofi sylweddau seicoweithredol newydd a chyfuniadau o sylweddau, gan ddarparu gwybodaeth gywir a chyflym i unigolion a sefydliadau er mwyn lleihau niwed a rhoi cyngor pragmataidd ynghylch lleihau niwed. Ers 2013 cafwyd cyfanswm o 19,829 o samplau ar draws pob un o ardaloedd y saith bwrdd iechyd. Cafodd sylweddau eu hadnabod mewn cyfuniadau ac yn unigol.

Yn 2020-21, cafwyd 3,871 o samplau, sef gostyngiad o 21% o gymharu â 2019-20 oherwydd na chyflwynwyd unrhyw wybodaeth gan leoliadau economi'r nos o ganlyniad i gyfyngiadau COVID:

- Cafodd 3,416 o samplau eu dadansoddi
- Cafodd 158 o sylweddau eu hadnabod
- Oedran canolrifol y rhai a ddarparodd sampl oedd 33.

Fel yn 2019-20, cyffuriau bensodiasepin oedd y categori mwyaf cyffredin o sylweddau seicoweithredol/sylweddau sy'n effeithio ar y meddwl a gafodd eu hadnabod.

Yn wahanol i flynyddoedd blaenorol, diazepam oedd y sylwedd mwyaf cyffredin a gafodd ei adnabod. Yn 2020-21, roedd cocên, flubromazolam ac etizolam yn dilyn.

Feirysau a Gludir yn y Gwaed

Gall feirysau a gludir yn y gwaed ledaenu o unigolyn i unigolyn trwy'r gwaed a hylifau eraill y corff. Y feirysau mwyaf cyffredin a gludir yn y gwaed yw Hepatitis C, Hepatitis B a'r Feirws Imiwnoddiffygiant Dynol (HIV).

Gall prawf gwaed ddangos a ydych yn dioddef o HIV, Hepatitis B neu Hepatitis C. Bydd modd i'r prawf gwaed gadarnhau a ydych wedi dod i gysylltiad ag unrhyw feirws arall a gludir yn y gwaed. Mae brechlyn i'w gael i amddiffyn pobl sy'n wynebu risg uwch o gael haint. Ar hyn o bryd, nid oes unrhyw frechlyn ar gyfer Hepatitis B na HIV.

Yn 2019 fe wnaethom gyflwyno Dangosyddion Perfformiad Allweddol newydd ar gyfer profion feirysau a gludir yn y gwaed gyda tharged i anelu ato, sef sicrhau bod 50% o ddefnyddwyr y gwasanaeth yn cael cynnig prawf ac yn cael eu profi. Yn 2019-20, mae profion wedi'u cynnig eisoes i 38.9% (4,094 o unigolion) ac mae 33% (3,475 o unigolion) wedi cael prawf. Oherwydd cyfyngiadau pandemig COVID ac felly bod capasiti labordai wedi cael ei ailflaenoriaethu, cafodd profion Dangosyddion Perfformiad Allweddol ar gyfer profion feirysau a gludir yn y gwaed eu hatal dros dro yn 202-21.

Triniaeth

Triniaeth o'r radd flaenaf yw'r ffordd fwyaf effeithiol o wella iechyd a lles meddyliol a chorfforol defnyddwyr sylweddau problemus. Mae'r cymorth a ddarperir yn amrywio o leihau niwed sylfaenol a mathau eraill o gyngor i ddadwenwyno, gofal preswyl ac atal pyliau dilynol.

Atgyfeiriadau

Yn ystod 2020-21, cafwyd:

22,684 o atgyfeiriadau i wasanaethau camddefnyddio sylweddau

1,337 o atgyfeiriadau pellach na fynychwyd cyn cael asesiad

Asesiadau, yn ystod 2020–21

Cyfanswm nifer y cleientiaid a aseswyd am ddefnyddio cyffuriau mewn ffordd broblemus oedd:

17,259 sef gostyngiad o **6.6%** ers 2019–20.

Yn 2020-21 nifer y cleientiaid a aseswyd am ddefnyddio cyffuriau mewn ffordd broblemus oedd:

8,095 o gymharu â **9,0751** a aseswyd am ddefnyddio alcohol mewn ffordd broblemus.

Ymhlith y cleientiaid a aseswyd a oedd yn defnyddio cyffuriau mewn ffordd broblemus:

Roedd **3,108** o'r asesiadau'n ymwneud â heroin.

Roedd **1,868** o'r asesiadau'n ymwneud â chanabis

Roedd **983** o'r asesiadau'n ymwneud â chocên

Roedd **921** dan 20 oed.

Roedd **3,320** rhwng 20-59 oed.

Roedd **977** yn 60 oed neu'n hŷn.

Dynion oedd **5,465** o'r asesiadau alcohol.

a **5,591** o'r asesiadau cyffuriau.

DS – Yn achos y ffigurau ar gyfer dynion, dim ond Heroin, Canabis a Chocên sydd wedi'u cynnwys.

Buprenorphine i'w Chwistrellu

Mae Buprenorphine i'w chwistrellu (cyfeirir ato'n gyffredinol fel Buvidal) yn gynnyrch rhyddhau cyfnod estynedig a gaiff ei roi fel pigiad isgroenol naill bob wythnos neu bob mis. Bwriedir i'r driniaeth gael ei rhoi i oedolion a phobl ifanc 16 oed a throsodd. Mae'r cyffur Buvidal a gaiff ei ryddhau'n araf, yn golygu mai dim ond unwaith yr wythnos neu unwaith y mis y bydd pobl sy'n defnyddio cyffuriau mewn modd problematig yn gorfod mynd i gael triniaeth, yn hytrach na phob dydd fel sy'n arferol. Bydd hyn yn helpu i leihau risgiau ar gyfer defnyddwyr gwasanaethau a staff, a lleihau pwysau ar wasanaethau camddefnyddio sylweddau, fferyllfeydd a'r GIG.

Astudiaeth achos : **Buvidal®**

Ar ôl profi trawma a chael ei cham-drin yn blentyn, defnyddiodd Melanie alcohol yn feddyginiaethol ac, yn ddiweddarach, benzodiazepines a heroin. Ni chafodd hi erioed unrhyw gyfnodau hir o driniaeth ar gyfer ei hiechyd meddwl na'i phroblemau caethiwed tan yn ddiweddar. Cafodd Buprenorphine a Diazepam i'w helpu i aros yn y gwaith cyn trosglwyddo i wasanaeth y GIG yng Nghaerdydd. Roedd hi dal i yfed yn drwm ac yn cael problemau iechyd meddwl, er ei bod yn parhau i allu gweithio pan gwelwyd hi gyntaf.

Cynhaliwyd trafodaeth gyda Melanie i benderfynu a fyddai'n elwa o newid i fersiwn hirdymor o Buprenorphine (a elwir yn Buvidal® yn gyffredinol). Roedd Melanie yn awyddus i roi cynnig ar y dull newydd hwn a dechreuodd y driniaeth.

Dywedodd Melanie yn ddiweddarach ei bod yn teimlo'n llawer gwell ac yn ei geiriau ei hun:

Mae'n rhyddhad. Mae cymryd tabledi bob dydd yn dod yn rhan o drefn arferol – fel Heroin, mae'n dal i fod bob dydd - ond gyda Buvidal mae'n teimlo'n feddygol.

Mae'n dileu'r rhan gaethiwus ohono. Cymryd Heroin yn y bore a chymryd tabled (Buprenorphine) bob bore gyda choffi – mae'n dal yr un fath".

Yn ogystal, mae ei lefelau yfed wedi gostwng i lefelau cymdeithasol ac nid yw bellach yn gweld gwaith yn anodd. Mae hefyd yn mynd i'r afael â'i phroblemau iechyd meddwl, ac wedi dechrau cymryd meddyginiaeth/dilyn triniaeth ar gyfer cyflyrau iechyd corfforol eraill sydd ganddi.

Mae Melanie yn parhau i gael ei chwistrelliad byprenorphine hirdymor ac mae hi mewn gwirionedd yn fenyw ganol oed arferol, yn llwyddo i reoli ei gwaith ac yn ymgysylltu â datrys ei phryderon iechyd. Rhagwelir y bydd Melanie yn barod i ystyried opsiynau dadwenwyno unwaith y bydd ei phroblemau iechyd corfforol a meddyliol eraill wedi setlo.

Amseroedd Aros

Yn ystod 2020–21, y targed oedd y byddai **80%** o bobl yn cael mynediad at driniaeth o fewn **20 diwrnod gwaith** o'u hatgyfeirio.

Ar y cyfan, cafodd **92.7%** o bobl fynediad at wasanaethau o fewn **20 diwrnod gwaith** o'u hatgyfeirio.

90.9% heroin | **91.9%** canabis | **92.1%** amffetaminau

93.1% alcohol | **95.5%** cocên

dyma canrannau'r bobl a gafodd driniaeth o fewn **20 diwrnod**

Triniaeth

10.1%

Ni ddaeth 10.1% o gleientiaid i'w triniaeth, neu daeth y cyswllt i ben cyn i'r driniaeth ddechrau yn dilyn y cam asesu.

Cyfanswm nifer y cleientiaid a ddechreuodd driniaeth yn 2020–21 oedd **14,686** gostyngiad o **8.8%** yn 2019–20.

Canlyniadau'r Driniaeth

Adroddodd **86.2%** o bobl ostyngiad, ymataliad neu ddim newid yn eu camddefnydd o sylweddau yn 2020–21 o gymharu â **85.9%** yn 2016–17.

Mae **83.1%** o bobl sydd wedi cwblhau triniaeth naill ai'n rhydd o sylweddau problematig neu wedi cyrraedd nodau eu triniaeth yn 2020-21 o gymharu â **82.1%** yn 2016–17.

Mae **82.3%** o bobl sydd wedi cwblhau triniaeth naill ai'n rhydd o sylweddau problematig neu wedi cyrraedd nodau eu triniaeth yn 2020-21 o gymharu â **74.8%** yn 2016–17.

Adferiad

Gellir diffinio adferiad fel "proses lle caiff anawsterau sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau naill ai eu dileu neu eu lleihau'n sylweddol, a lle bydd y gwelliant personol yn sgil hynny'n dod yn gynaliadwy". Yng Nghymru, rydym yn ariannu ac yn cynnig amrywiaeth eang o wasanaethau ac ymyriadau seiliedig ar dystiolaeth mewn pob math o leoliadau trwy'r holl system triniaethau camddefnyddio sylweddau, yn cynnwys y canlynol:

667 o gleientiaid alcohol a **752** o gleientiaid cyffuriau wedi derbyn **Ymyriadau Iechyd a Chymorth Adferiad penodol.**

Astudiaeth Achos: **Tai**

Ym mis Ebrill 2020, pan darodd y pandemig, fe'i gwnaed yn orfodol i awdurdodau lleol ddarparu llety i bawb a oedd yn y categori digartref ar y stryd yn eu sir.

Yn Abertawe, cafodd y rhan fwyaf o bobl ddigartref eu lleoli mewn nifer o letyau gwely a brecwast ar hyd Heol Ystumllwynarth. Yn dilyn hynny, nododd Cyngor Abertawe nad oedd pobl sy'n byw mewn llety gwely a brecwast yn gallu defnyddio'r gwasanaethau oedd eu hangen i'w cefnogi gyda'u problemau camddefnyddio sylweddau ac y byddai hyn yn mynd i'r afael â'r problemau ymddygiad gwrthgymdeithasol a oedd yn digwydd yn yr adeiladau ar Heol Ystumllwynarth pe baent yn gallu cael gafael ar wasanaethau.

Mewn ymateb, cafodd gweithgor ei greu i gynnwys cydweithwyr o wasanaethau tai a chamddefnyddio sylweddau. Nododd y grŵp y rhai a oedd mewn gwasanaeth, neu a oedd yn hysbys i wasanaethau o gyswllt hanesyddol, yn ogystal â pha sylwedd, os o gwbl, yr oedd ganddynt broblem ag ef.

Defnyddiodd y gwasanaethau nifer o'u staff, ynghyd â Nyrs Digartrefedd Abertawe i ddarparu gwasanaeth allgymorth wedi'i dargedu i geisio ymgysylltu â phawb ar y rhestr.

Dywedodd rhai gweithwyr allgymorth fod y defnyddwyr gwasanaeth yn ei chael hi'n fwyfwy anodd a bod angen iddynt gael triniaeth. O ganlyniad, nodwyd bod angen gwasanaethau rhagnodi ar nifer o unigolion a datblygodd y Tîm Cyffuriau ac Alcohol Cymunedol (CDAT) wasanaeth mynediad cyflym lle gellid cael mynediad cyflym i unigolion at y gwasanaeth hwn.

Ar ôl adolygu'r achosion, daeth y Grŵp i'r casgliad bod modd rheoli'r risg o ran camddefnyddio sylweddau. Dim ond nifer isel iawn o bobl nad oedd ganddynt unrhyw ymgysylltiad cyfredol na hanesyddol, a oedd wedyn yn cael eu targedu gan wasanaethau Allgymorth. Rhoddwyd cyngor ac offer lleihau niwed (megis naloxone) i leihau'r risgiau o orddosio.

Mae gwasanaethau allgymorth ar draws Tai a Chamddefnyddio Sylweddau wedi datblygu trefniadau cydweithio agosach i sicrhau bod cymorth priodol yn cael ei ddarparu ar draws yr ystod o anghenion. Mae cyflymder y gall pobl gael mynediad at wasanaeth ar ôl iddynt gael eu hatgyfeirio a gwneud argymhellion hefyd wedi gwella'n sylweddol.

Y Gwasanaeth Mentora Cymheiriaid Di-waith

Cydnabyddir yn gyffredinol fod pobl sy'n ymadfer ar ôl camddefnyddio sylweddau yn aml yn wynebu rhwystrau o ran cyflogaeth – gall y rhwystrau hyn gynnwys rhagfarn a chael eu gwrthod, diffyg sgiliau a hyder, a phroblemau iechyd meddwl cymhleth. Gall dod o hyd i'r swydd iawn wneud gwahaniaeth enfawr o ran gwella rhagolygon adferiad hirdymor – gan wella hunan-barch a hyder a lleihau straen a gorbryder.

Ers i'r Gwasanaeth Mentora Cymheiriaid Di-waith ddechrau ym mis Awst 2016, mae wedi bod yn cefnogi pobl sy'n ymadfer ar ôl camddefnyddio sylweddau a/neu salwch meddwl i gamu nol i fyd addysg, hyfforddiant a chyflogaeth. Erbyn mis Hydref 2021, roedd bron i 17,000 i bobl wedi cael cefnogaeth gan y gwasanaeth.

Mae'r galw hwn am gymorth wedi parhau ers dechrau'r pandemig ym mis Mawrth 2020, gyda chyfranogwyr presennol yn gofyn am lefelau uwch o gymorth wrth i lefelau gorbryder gynyddu. Roedd nifer o bobl newydd yn chwilio am gefnogaeth gan y Gwasanaeth hefyd.

Gweithgaredd Cyfranogwyr

Rhwng mis Ebrill 2020 a mis Mawrth 2021, cefnogodd y Gwasanaeth dros 2,800 o bobl yr oedd 43% ohonynt yn gwella ar ôl camddefnyddio sylweddau yn unig neu o salwch meddwl a chamddefnyddio sylweddau. Yn ystod y cyfnod hwn, cefnogwyd dros 300 o bobl i gael gwaith, cynorthwywyd bron i 1,200 i ennill cymhwyster neu dystysgrif cysylltiedig â gwaith, a chynorthwywyd 500 o bobl i chwilio am waith a chwblhawyd bron i 500 o leoliadau gwirfoddoli a gwaith.

Darpariaeth

Caiff y Gwasanaeth ei ddarparu yn Nyfed, Gwent, y Gogledd, Powys a Bae'r Gorllewin gan Cyfle Cymru a gan Platfform yng Nghwm Taf a Chaerdydd a Bro Morgannwg. Daw i ben ym mis Awst 2022.

Gwerthuso'r Gwasanaeth

Cyhoeddwyd gwerthusiad o'r gwasanaeth ar 2 Gorffennaf 2020. Dyma'r ddolen: **https://llyw.cymru/gwerthusiad-y-gwasanaeth-di-waith-adroddiad-interim**

Mae gwerthusiad pellach yn asesu ansawdd y gwasanaeth a dderbyniodd gyfranogwyr a'r effaith y mae COVID wedi'i chael wedi'i drefnu ar gyfer 2022.

Adborth gan Gleient: **Barod Cymru**

Fe wnes i ymatal am 2 flynedd a 7 mis cyn y cyfnod clo. Roeddwn i'n sobor tan tua mis Gorffennaf, pan roeddwn wedi bod yn hunanynysu ers Mawrth/Ebrill. Roedd fy holl ddulliau ymdopi megis grwpiau cymheiriaid, gwaith gwirfoddol, ymarfer corff dyddiol, cyswllt dyddiol gyda fy rhieni, i gyd wedi stopio, ac roeddwn i ar goll, wedi diflasu ac yn flin.

Roeddwn i'n yfed tua potel o vodka bob dydd, lawr i 5 potel o win, cyn mynd yn s l a chael ffitiau a deliriwm tremens wrth ddiddyfnu. Ces fy rhoi mewn ysbyty a'm dadwenwyno am 3 diwrnod. Pan ges i fy rhyddhau, dechreuais yfed yn syth, ac roeddwn i'n yfed tua 4/5 potel o win bob dydd. Llwyddais i ostwng i 2 botel yna yfed dim gartref gyda fy mhartner dros benwythnos. Yfais bob dydd am tua 2 fis.

Astudiaeth Achos (Y Gogledd): **Buvidal/Rhaglen Adfer**

Mae Tom yn ddyn ifanc a ddaeth i sylw'r Tîm Lleihau Niwed drwy'r heddlu oherwydd pryderon am ei ddiogelwch. Darparodd y tîm wasanaeth allgymorth ar y diwrnod y lleisiwyd y pryderon a llwyddwyd i ddod o hyd i Tom a chynnig rhywfaint o gymorth iddo.

Roedd Tom yn hysbys i sawl gwasanaeth, fodd bynnag, nid oedd yn ymgysylltu'n gyson ag unrhyw un, ac roedd yn defnyddio sylwedd anghyfreithlon ac roedd ganddo fywyd anhrefnus gyda hanes o orddos damweiniol nad oedd yn angheuol.

Roedd yn ddigartref a chafwyd sawl adroddiad bod Tom yn cael ei hun mewn sefyllfaoedd peryglus oherwydd lefel ei feddwdod. Cytunodd Tom i gael sgwrs â'r tîm allgymorth a aeth ag ef i gaffi a nodi'r hyn y credai ef oedd ei brif broblemau.

Nododd mai ei sefyllfa o ran cartref oedd un o'i brif broblemau. Roedd Tom yn amlwg yn esgeuluso ei hun a aethpwyd at dîm diogelu Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, a chynghorwyd y gellid trefnu Tîm Amlddisgyblaethol o dan Brotocol Hunan Esgeulustod Gogledd Cymru i gefnogi'r unigolyn.

Yn dilyn hyn a chyda mewnbwn gan wahanol wasanaethau gan gynnwys tai, yr heddlu, y gwasanaeth cyffuriau cymunedol a'r Tîm Lleihau Niwed, gosodwyd Tom mewn llety dros dro brys. I ddechrau, roedd yn amharod iawn i ymgysylltu â Gwasanaethau Cyffuriau Cymunedol i geisio ei sefydlogi a gwrthododd ar sawl achlysur i fynychu asesiad.

Cyfarfu staff o'r Tîm Lleihau Niwed a'r gwasanaeth Cyffuriau â Tom i nodi beth oedd yn ei rwystro rhag ymwneud â gwasanaethau triniaeth i weld a ellid goresgyn hyn. Daeth i'r amlwg nad oedd am fod ar bresgripsiwn ar gyfer methadon felly fe'i sicrhawyd bod triniaethau eraill ar gael, ac yn dilyn asesiad ac apwyntiad pellach gyda'r Doctor yn y gwasanaeth cyffuriau a gefnogwyd gan y Tîm Lleihau Niwed, cafodd Tom opsiwn triniaeth amgen gyda'r bwriad o gael Buprenorphine ar bresgripsiwn, a elwir yn gyffredin yn Buvidal®.

Yn dilyn sawl wythnos o ymgysylltu dywedodd Tom nad oedd wedi bod mewn "lle mor dda yn fy mhen ers i mi allu cofio. Dydw i ddim yn defnyddio Crack mwyach na gêr, rwy'n teimlo'n dda iawn, rwy'n teimlo'n hapus".

**Dechreuodd Tom hefyd ar driniaeth ar gyfer Hepatitis C drwy'r rhaglen sgrinio a thriniaeth arbenigol ar gyfer Feirws a Gludir yn y Gwaed allgymorth cymunedol lle mae'r Gwasanaeth Lleihau Niwed yn cynnig ar y cyd â Fferyllydd Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr.
Ers hynny mae Tom wedi symud ymlaen i lety â chymorth ac mae'n ymwneud â gwasanaethau cofleidiol.**

Canlyniadau Poblogaeth

Yfed alcohol

Yn 2019-20, dywedodd 19% o oedolion (neu 1 o bob 5) eu bod yn yfed mwy na'r canllawiau wythnosol.

(ffynhonnell: Arolwg Cenedlaethol Cymru 2020)

Defnyddio Cyffuriau mewn Ffordd Broblemus

Mae'r amcangyfrifon ynghylch defnydd problemus o opioidau, cocên a chrac, amffetaminau a sylweddau seicoweithredol newydd yn dangos bod tua 44,620 o unigolion yng Nghymru, rhwng 15 a 64 oed, yn defnyddio'r mathau hyn o gyffuriau, yn cynnwys rhai sydd mewn cysylltiad â'r gwasanaethau iechyd a chyfiawnder troseddol. Mae rhagor o waith yn cael ei wneud i ddilysu'r amcangyfrifon hyn yng Nghymru.

Derbyniadau i ysbytai – alcohol

Mae nifer yr unigolion a dderbyniwyd i'r ysbyty oherwydd cyflwr sy'n gysylltiedig ag alcohol wedi gostwng 16.6% dros y 5 mlynedd diwethaf.

Derbyniadau i ysbytai – cyffuriau

Mae nifer yr unigolion a dderbyniwyd i'r ysbyty yn sgil defnyddio cyffuriau anghyfreithlon wedi gostwng 11.8% o gymharu â 2019-20. Mae data derbyniadau'n awgrymu bod y defnydd o gyffuriau lluosog wedi aros y gymharol sefydlog.

Mae nifer y bobl ifanc (dan 25 oed) a dderbynnir i'r ysbyty oherwydd cyflyrau penodol yn ymwneud ag alcohol wedi gostwng 21% o gymharu â'r flwyddyn flaenorol.

Mae nifer yr oedolion hŷn (50 oed a hŷn) a dderbyniwyd i'r ysbyty ar gyfer gwenwyno drwy gyffuriau anghyfreithlon yn 2020-21 wedi gostwng 10.6% o gymharu â'r flwyddyn flaenorol.

Mae nifer yr oedolion o oedran gweithio (25-49 oed) a dderbynnir i'r ysbyty oherwydd cyflyrau penodol yn ymwneud ag alcohol wedi gostwng 12.8% o gymharu â 2019-20.

Mae nifer y bobl ifanc (hyd at 25 oed) a dderbyniwyd i'r ysbyty yn sgil defnyddio opioidau wedi gostwng 27% yn y pum mlynedd ddiwethaf

Mae derbyniadau yn sgil defnyddio canabinoidau wedi gostwng 23% (pob grŵp oedran) o gymharu â'r flwyddyn flaenorol

Mae mwy o oedolion o oedran gweithio yn cael eu derbyn i'r ysbyty ar ôl cymryd opioidau nag unrhyw sylwedd arall, gyda 44.3% o dderbyniadau yn 2020-21. Fodd bynnag, bu gostyngiad o 15.8% yn nifer y bobl yn y grŵp oedran hwn a dderbyniwyd i'r ysbyty o gymharu â 2019-20.

Bu gostyngiad o 7.5% yn nifer y bobl hŷn a dderbyniwyd i'r ysbyty ar ôl cymryd cyffuriau anghyfreithlon yn 2019-20 o gymharu â'r flwyddyn flaenorol.

Astudiaeth Achos: **Gweithgareddau / Ymgysylltu Pobl Ifanc Mawrth 2020**

Mae Sarah yn berson ifanc a gafodd ei chyfeirio at y tîm gweithgareddau ac ymgysylltu am gymorth ychwanegol yn ystod y cyfnod clo. Er bod Sarah yn bryderus am gael ei chyfeirio i'r tîm gweithgareddau ar y pryd, bu'n cymryd rhan mewn gweithgareddau ar-lein ym mis Mawrth, Ebrill, Mai a Mehefin 2020 i ymdrin â'i phryder cynyddol a'r posibilrwydd y byddai'n cael pwl arall. Ymgysylltodd â'r tîm gweithgareddau tra roedd yn derbyn cymorth gan y gweithwyr achos arbenigol yn N-gage.

Yn ystod y cyfnod hwn, cymerodd Sarah ran mewn nifer o weithgareddau ar-lein gyda phobl ifanc eraill a oedd yn rhan o'r gwasanaeth N-gage a chyfrannodd at drafodaethau wedi'u hwyluso ynghylch cadw'n ddiogel a rheoli sbardunau oherwydd mwy o bryder o ganlyniad i'r pandemig. Dywedodd wrth y grŵp ei bod yn ei chael hi'n anodd rheoli ei haddysg drwy lwyfannau ar-lein oherwydd anghenion ychwanegol sy'n gysylltiedig â'i hiechyd corfforol ac emosiynol.

Ym mhob un o'r sesiynau, anogwyd y bobl ifanc i gynllunio ffocws y sesiwn nesaf a rhannu unrhyw beth yr oeddent yn ei brofi yr hoffent i'w cyfoedion eu helpu i'w datrys. Drwy wneud hynny, datblygodd y grŵp o bobl ifanc rwydwaith cymorth (er ei fod ar-lein) i'w helpu i fynd drwy'r cyfnod clo cychwynnol anodd a ddaeth yn sgil y pandemig.

Gyda'r grŵp ar-lein, rhannodd Sarah ei phroblemau oedd yn ymwneud â hunanddelwedd a sut mae cyfryngau cymdeithasol yn cael effaith enfawr ond negyddol ar y ffordd y mae pobl ifanc yn eu gweld eu hunain. Yna aeth ymlaen i rannu darn o waith ysgrifenedig gyda ni, yr oedd wedi'i ysgrifennu i adlewyrchu sut roedd hi'n credu bod y cyfryngau cymdeithasol yn dylanwadu ar hunanddelwedd pobl ifanc.

Heb ymgysylltu â'r prosiect a gweithio gyda N-Gage ar-lein, ni fyddai'r person ifanc erioed wedi gallu rhannu ei phryderon gyda'r grŵp.

Cyflwynwyd y darn ysgrifenedig a wnaeth Sarah ar gyfer cystadleuaeth (gwobrau Mike Parry) oedd â chategori ar gyfer pobl ifanc am y tro cyntaf erioed. Dywedodd y beirniaid bod gwaith Sarah yn gyfraniad eithriadol i'r gystadleuaeth ac enillodd gategori'r bobl ifanc.

Marwolaethau sy'n Gysylltiedig â Chyffuriau

Yn 2020, bu 224 o farwolaethau yn sgil gwenwyn cyffuriau (cyffuriau cyfreithlon ac anghyfreithlon) yng Nghymru.

O blith y rhain:

- roedd 149 yn farwolaethau yn sgil camddefnyddio cyffuriau (cyffuriau anghyfreithlon).
- Dyma ostyngiad o 10% mewn marwolaethau yn sgil camddefnyddio cyffuriau o gymharu â 2019.

Marwolaethau sy'n Gysylltiedig ag Alcohol

Mae marwolaethau sy'n gysylltiedig ag alcohol wedi bod yn weddol sefydlog dros y pum mlynedd diwethaf.

Cafwyd 570 o farwolaethau'n gysylltiedig ag alcohol yng Nghymru yn 2020, a 438 o farwolaethau'n ymwneud yn benodol ag alcohol. Dyma gynnydd o 15 a 19% yn eu trefn o gymharu â'r flwyddyn flaenorol.

	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Gwenwyn Cyffuriau	208	168	238	271	260	327	240	224
Camddefnyddio Cyffuriau	135	113	168	192	185	208	165	149

Yr Effaith ar Blant a Phobl Ifanc

Mae nifer y derbyniadau i'r ysbyty lle dioddefodd ffoetysau a babanod newydd-anedig yn sgil defnydd y fam o alcohol neu gyffuriau caethiwus eraill, neu yn sgil ymgais y fam i roi'r gorau i ddefnyddio alcohol neu gyffuriau, wedi parhau'n sefydlog iawn dros y blynyddoedd diweddar.

Yn 2020-21 cafwyd 72 o dderbyniadau lle dioddefodd ffoetysau a babanod newydd-anedig yn sgil defnydd y fam o alcohol neu gyffuriau caethiwus eraill, neu yn sgil ymgais y fam i roi'r gorau i ddefnyddio alcohol neu gyffuriau, sef cynnydd o 17% ers y flwyddyn flaenorol; ond ni welir unrhyw duedd glir yn ystod y degawd diwethaf.

Yn 2020, cafwyd 16,235 achos lle rhoddwyd gofal a chymorth i blant mewn angen a lle nodwyd mai camddefnyddio sylweddau gan y plentyn oedd un o'r problemau.

O blith y rhain, cafwyd 4,405 achos lle rhoddwyd gofal a chymorth i blant mewn angen gan fod eu rhieni'n camddefnyddio sylweddau.

Rhagolwg a Heriau Allweddol ar gyfer y 12 mis nesaf

Mae mynd i'r afael â chamddefnyddio sylweddau yn parhau i fod yn flaenoriaeth i Lywodraeth Cymru, ac mae'n faes pwysig mae'n rhaid inni ganolbwyntio arno os ydym am gyflawni ein huchelgeisiau yn "Cymru Iachach: ein Cynllun Iechyd a Gofal Cymdeithasol". Mae camddefnyddio sylweddau yn broblem iechyd fawr sy'n effeithio ar unigolion, teuluoedd a chymunedau, ac mae'r cynllun hwn yn nodi'r meysydd blaenoriaeth y byddwn yn canolbwyntio arnynt gyda'n partneriaid er mwyn cyflawni ein huchelgais o leihau'r niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau.

Mae'r pandemig wedi effeithio ar bawb yng Nghymru, ac mae hyn yn cynnwys rhai o'r bobl fwyaf agored i niwed gan gynnwys y rheini sy'n dioddef problemau camddefnyddio sylweddau. Mae ein gwasanaethau wedi parhau i gefnogi pobl drwy gydol y cyfnod, yn arbennig drwy weithio i helpu pobl ddigartref. Byddwn yn datblygu bellach ein cymorth i'r rhai ac anghenion cymhleth gan gynnwys ein blaenoriaeth o wella triniaeth a chymorth problemau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau sy'n cyd-ddigwydd. Yn ychwanegol, byddwn yn cyhoeddi fframwaith cenedlaethol am atal, diagnosis, triniaeth a chymorth am niwed i'r ymennydd yn gysylltiedig ag alcohol (ARBD).

O gofio'r gwaith allweddol a wnaed yn ystod y pandemig, rydym wedi adolygu'r Cynllun Cyflawni er mwyn ystyried pa rannau y dylid eu diweddaru yng ngoleuni COVID-19 – yn arbennig er mwyn bodloni'r heriau newydd sydd o'n blaenau. Ar ôl cynnal yr adolygiad hwn ac ystyried y dystiolaeth y tynnwyd sylw ati gan y Byrddau Cynllunio Ardal a phartneriaid ehangach, awgrymir bod y meysydd blaenoriaeth gwreiddiol ar gyfer y tair blynedd nesaf yn parhau i fod yn berthnasol, a'u bod wedi'u hatgyfnerthu.

Fodd bynnag, o ystyried effaith COVID-19, argymhellir bod angen cynnwys camau gweithredu newydd yn y Cynllun a rhai camau gweithredu lle mae angen rhoi mwy o bwyslais arnynt. Yn achos rhai camau gweithredu, mae hefyd angen gohirio amserlenni o ystyried yr angen i flaenoriaethu'r ymateb i'r pandemig.

Camau newydd

- Sicrhau bod y gwasanaethau hanfodol a ddaeth i'r amlwg yn ystod pandemig COVID-19 yn parhau i gael eu darparu, gan gynnwys gwella mynediad at wasanaethau a lleihau amseroedd aros. Sicrhau bod ystod o ddarpariaethau therapi amnewid opioid (OST) ar gael ar sail anghenion yr unigolyn ac arferion gorau, fel y nodir gan NICE ac yn y Llyfr Oren.

- Gwerthuso effaith buprenorphine i'w chwistrellu (Buvidal).

- Diwygio gwefan DAN 24/7 a gweithio'n agos ar hyn gyda Byrddau Cynllunio Ardal a Darparwyr Gwasanaethau. Bydd y wefan yn cael ei hystyried yn elfen allweddol o'r arlwy digidol ar gyfer unigolion, a bydd yn cysylltu'n agos â mathau eraill o gymorth digidol a gynigir gan ddarparwyr gwasanaethau.

- Sefydlu Cynllun Adfer i Gymru gyfan i gefnogi gwasanaethau er mwyn sicrhau ein bod yn barod ar gyfer ail frigiad COVID-19 posibl. Yn benodol, bydd hyn yn ystyried defnyddio modelau gwasanaeth digidol a newydd.

- Adolygu'r camau gweithredu yn y Cynllun er mwyn eu hasesu yn erbyn y grwpiau hynny y mae COVID-19, fel sy'n dod yn gliriach, yn effeithio fwyaf arnynt (e.e. Pobl Dduon, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig/incwm isel/di-waith/mewn dyled/plant a phobl ifanc, gan gynnwys y rhai yn y system gyfiawnder).

- Monitro'n ofalus y tueddiadau mewn Marwolaethau sy'n Gysylltiedig â Chyffuriau drwy gydol pandemig COVID-19 a sicrhau y gall y Bwrdd Gweithredu Cenedlaethol ar gyfer Atal Gwenwyno gan Gyffuriau (NIBDPP) gymryd y camau angenrheidiol. Caiff hyn ei lywio gan yr Is-grŵp Cydgysylltwyr Adolygu Achosion a ailsefydlwyd yn ddiweddar ac sy'n adolygu'r holl farwolaethau sy'n gysylltiedig â chyffuriau. Bydd unrhyw gamau gweithredu penodol sy'n deillio o drafodaethau gyda'r NIBDPP yn cael eu cynnwys mewn diweddariadau i'r Cynllun yn y dyfodol.

- Rhoi cymorth ychwanegol trwy'r Gwasanaeth Mentora Cymheiriaid Di-waith i bobl ddi-waith tymor byr sydd â phroblemau iechyd meddwl a/neu broblemau camddefnyddio sylweddau o ganlyniad i COVID-19.

- Sicrhau bod adborth defnyddwyr gwasanaethau'n cael ei ystyried trwy roi ystyriaeth i ganfyddiadau'r astudiaeth o effaith COVID-19 a arweinir gan gymheiriaid, a pharhau i gynnal ymchwil defnyddwyr gwasanaethau mewn perthynas â thriniaeth a chymorth yn ystod COVID-19, sef rhywbeth a fydd yn ei dro yn dylanwadu ar arferion yn y dyfodol o ran diwallu anghenion.

Gellir gweld copi o'r Cynllun Cyflawni diweddaraf, a gyhoeddwyd ar 28 Ionawr 2021, yma:

Cymraeg: **https://llyw.cymru/cynllun-cyflawni-ar-gyfer-camddefnyddio-sylweddau-2019-i-2022-0**

Adroddiad blynyddol Cronfa Ddata Genedlaethol Cymru ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau: **Camddefnyddio cyffuriau a dibyniaeth | Is-bwnc | LLYW.CYMRU**