MAI 2023

CYNNYDD GYDA'R CYNLLUN CYFLENWI AR GYFER CYMRU SY'N OED-GYFEILLGAR: EIN STRATEGAETH AR GYFER CYMDEITHAS SY'N HENEIDDIO

DADANSODDIAD O'R DATA

CYFLWYNIAD

Ar gyfer yr adroddiad blaenorol gwnaethom greu Mynegai Heneiddio'r DU i roi mesur sylfaenol o sefyllfa oedolion hŷn yng Nghymru. Datblygwyd y Mynegai cyn datblygu'r strategaeth ac felly bwriadwyd cipio dimensiynau eithaf eang o heneiddio oherwydd, ar y pryd, nid oedd nodau penodol y strategaeth yn hysbys. Roedd Mynegai Heneiddio'r DU yn seiliedig ar y meysydd a nodwyd yn y Mynegai Heneiddio Byd-eang. Fel y trafodwyd yn yr adroddiad blaenorol roedd hefyd yn uchelgais gennym i ddefnyddio Mynegai Heneiddio'r DU i gymharu perfformiad Cymru ar gyfer ei phoblogaeth hŷn gyda gwledydd eraill ledled y byd gan fod y Mynegai Heneiddio Byd-eang yn canolbwyntio ar y DU gyfan, ac nid y gwledydd unigol sy’n rhan ohoni.

Fodd bynnag, penderfynwyd peidio ag efelychu Mynegai Heneiddio'r DU ar gyfer yr adroddiad hwn am ddau brif reswm:

i) mae'n ymddangos na fydd y Mynegai Heneiddio Byd-eang yn cael ei gynhyrchu eto, ac felly ni fyddwn yn gallu edrych ar gymariaethau rhyngwladol â Chymru

ii) ers cyhoeddi'r Strategaeth ry'n ni bellach yn gwybod beth yw'r nodau a oedd yn caniatáu inni nodi dangosyddion mwy penodol a pherthnasol ar gyfer y cyd-destun Cymreig.

Ein cynllun i’r dyfodol yw adolygu'r data a gasglwyd gan wahanol asiantaethau yng Nghymru gyda'r nod yn y pen draw o gyd-gynhyrchu Mynegai Heneiddio yng Nghymru sy'n seiliedig ar ystod ehangach o fesurau a fydd yn caniatáu asesiad llawer mwy manwl o'r graddau y mae'r nodau yn y Strategaeth yn cael eu bodloni.

Cafodd yr adroddiad ei baratoi ar gyfer Llywodraeth Cymru gan Dr Martin Hyde, Canolfan Ymchwil Heneiddio a Dementia, Prifysgol Abertawe. Mae Dr Hyde yn aelod o'r Fforwm Cyngor Gweinidogol ar gyfer Heneiddio.

Cesglir y data yn yr adroddiad hwn gan Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru[1] ac Arolwg Cenedlaethol Cymru 2018-19 a 2021-22[2]

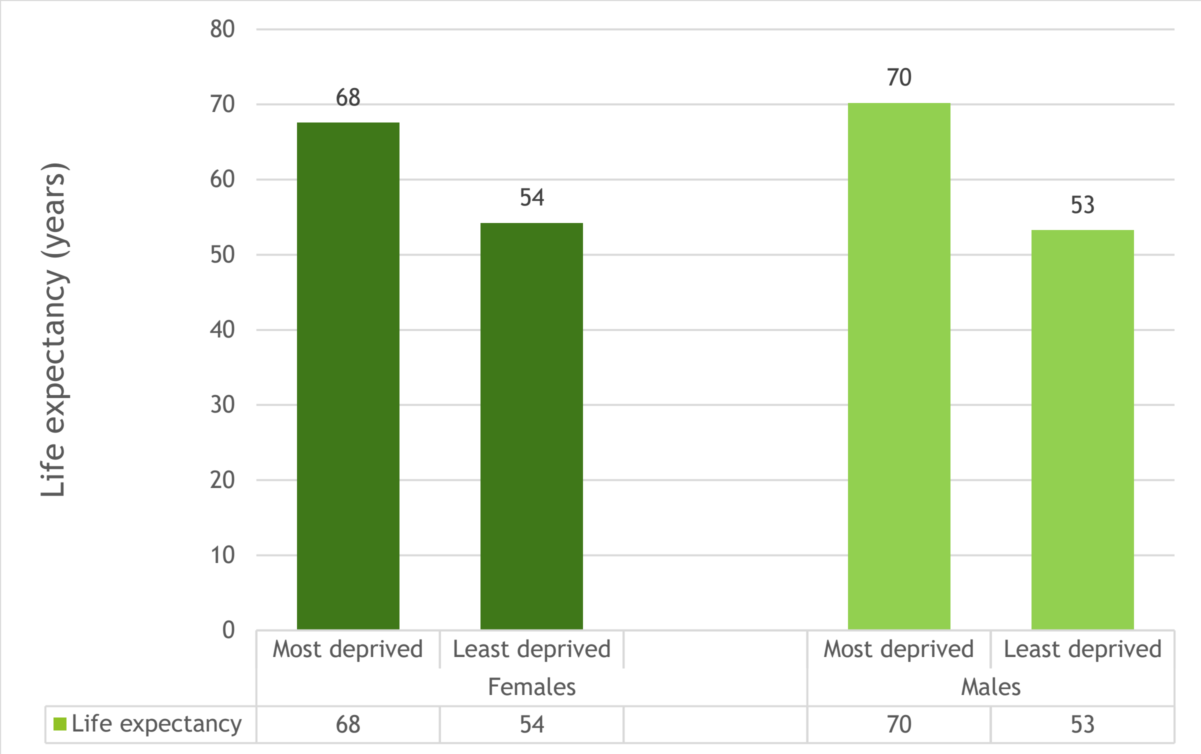
DADANSODDIAD

Mae'r data diweddaraf o Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru yn dangos bod disgwyliad oes yng Nghymru yn 2018-2020 yn 82 mlynedd i fenywod a 78 mlynedd i wrywod. Roedd y disgwyliad oes iach yn 62 mlynedd i fenywod a 61 mlynedd i wrywod. Fodd bynnag, roedd disgwyliad oes i fenywod ar ei isaf ers 2011-2013. Ar ben hynny, mae'r data'n dangos bod anghydraddoldebau economaidd parhaus mewn disgwyliad oes a disgwyliad oes iach yng Nghymru.

Mae disgwyl i fenywod yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig fyw i fod yn 78 oed, a gall y rhai yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig ddisgwyl byw i fod yn 85 oed ar gyfartaledd. Ar gyfer dynion mae'r ffigyrau yn 74 oed ac 82 oed yn y drefn honno. Fel mae ffigur 1 yn dangos, mae'r bwlch mewn disgwyliad oes iach (nifer y blynyddoedd, ar gyfartaledd, y gall rhywun ddisgwyl byw mewn iechyd da) yn 14 mlynedd i fenywod a 13 mlynedd i wrywod. Rhywbeth sy'n peri cryn bryder yw bod Arsyllfa Iechyd Cyhoeddus Cymru yn dweud, er bod y bwlch mewn disgwyliad oes iach ymhlith gwrywod wedi gostwng ers 2015-2017, bod y bwlch wedi cynyddu i fenywod.

Ffigur 1. Anghydraddoldebau mewn disgwyliad oes iach yng Nghymru 2018-2020

[1] https://publichealthwales.shinyapps.io/PHWO_HealthExpectanciesWales_2022/
[2] Y Swyddfa Ystadegau Gwladol, Llywodraeth Cymru. (2022). Arolwg Cenedlaethol Cymru. [casglu data]. Gwasanaeth Data'r DU. SN: 9011. DOI: http://doi.org/10.5255/UKDA-SN-9011-1



Fel mae tabl 1 yn dangos, mae gwahaniaethau rhanbarthol eithaf eang mewn disgwyliad oes iach ar draws Cymru hefyd. I wrywod mae hyn yn amrywio o 55 mlynedd yn Nhorfaen i 69 mlynedd yn Sir Fynwy. I fenywod mae hyn yn amrywio o 56 mlynedd ym Mlaenau Gwent i 69 mlynedd yn Sir Fynwy.

Tabl 1. Gwahaniaethau rhanbarthol mewn disgwyliad oes iach yng Nghymru

	Menywod	Gwrywod
Ynys Môn	63.59	64.19
Gwynedd	68.10	65.05
Conwy	66.01	63.41
Sir Ddinbych	65.83	63.25
Sir y Fflint	63.95	64.22
Wrecsam	63.26	63.77
Powys	65.62	62.02
Ceredigion	64.17	62.62
Sir Benfro	65.75	61.76
Sir Gaerfyrddin	61.83	59.75
Abertawe	60.51	61.92
Castell-nedd Port Talbot	57.92	59.67

Pen-y-bont ar Ogwr	58.24	60.16
Bro Morgannwg	64.74	61.94
Caerdydd	65.86	62.87
Rhondda Cynon Taf	60.68	57.14
Merthyr Tudful	57.00	57.67
Caerffili	57.03	56.70
Blaenau Gwent	56.46	55.65
Torfaen	55.26	60.75
Sir Fynwy	69.30	68.74
Casnewydd	58.11	60.66

IECHYD A LLESIANT

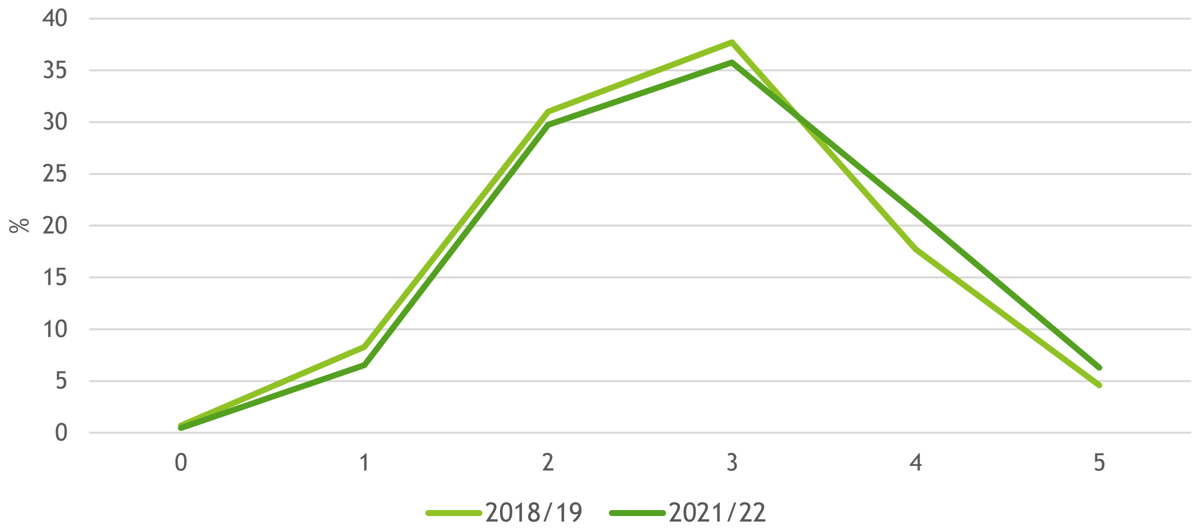
Mae data o Arolwg Cenedlaethol Cymru yn dangos yn gyffredinol bod gwelliannau bychan wedi bod yn iechyd cyffredinol y boblogaeth hŷn yng Nghymru rhwng 2018/19 a 2021/22. Fel mae ffigur 2 yn dangos, yn 2018/19 roedd 22 y cant o'r rhai sy'n 60 oed a hŷn yn dweud bod eu hiechyd yn dda iawn. Erbyn 2021/22 roedd hyn wedi codi i 25 y cant. Ar ben arall y raddfa roedd y gyfran a ddywedodd bod eu hiechyd yn wael iawn wedi gostwng o 3 y cant i 2 y cant.

Ffigur 2. Iechyd cyffredinol ymhlith oedolion hŷn yng Nghymru yn 2018/19 a 2021/22.

Ychydig iawn o newid oedd hefyd yn ymddygiadau iechyd oedolion hŷn rhwng 2018/19 a 2021/22. Fel y dengys ffigur 3 ar y ddau bwynt amser dywedodd tua thraean o oedolion hŷn fod ganddyn nhw 3 ymddygiad iach o fyw, dywedodd tua 20 y cant fod ganddynt 4 ymddygiad iach o fyw ac roedd tua 5 y cant yn adrodd 5 ymddygiad iach o fyw.

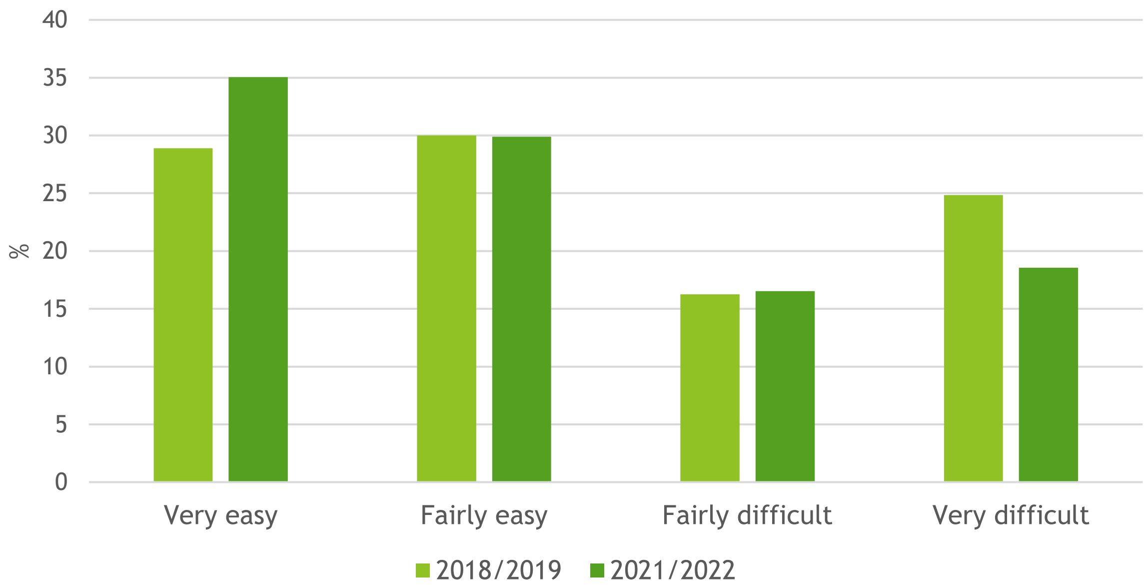
Ffigur 3. Nifer o ymddygiadau iach o fyw (dim smygu, pwysau iach, bwyta 5 ffrwyth neu lysiau, peidio yfed uwchben canllawiau, actif) ymhlith oedolion

hŷn.



Roedd cyfran yr oedolion hŷn a oedd wedi gweld ymarferydd cyffredinol/meddyg teulu am eu hiechyd yn ystod y 12 mis diwethaf wedi gostwng o 80 y cant yn 2018/19 i 60 y cant yn 2021/22 (ffigur 4). Yn ystod yr un cyfnod fe wnaeth cyfran y bobl hŷn a ddywedodd eu bod wedi bod eisiau gweld ymarferydd cyffredinol neu feddyg teulu, ond heb lwyddo i wneud hynny, godi o 9 y cant i 14 y cant. Fodd bynnag, bu ychydig o newid cadarnhaol o ran pa mor rhwydd y mae oedolion hŷn yn dweud eu bod yn gallu cael apwyntiad meddyg ar amser cyfleus. Yn 2018/19, dywedodd 29 y cant o oedolion hŷn eu bod yn ei chael hi'n hawdd iawn cael apwyntiad. Erbyn 2021/22 roedd hyn wedi codi i 35 y cant. Ar ben arall y raddfa gostyngodd y gyfran a ddywedodd ei bod yn anodd iawn o 25 y cant i 19 y cant.

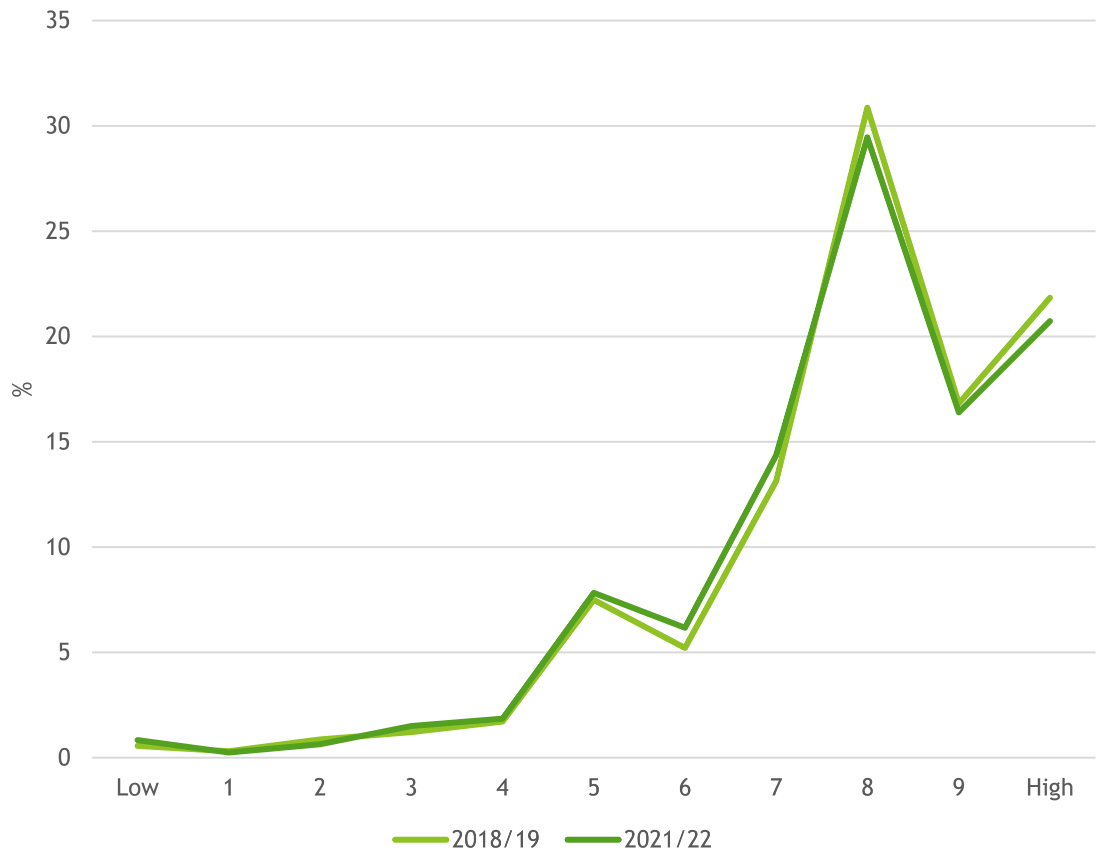
Ffigur 4. Hwylustod cael apwyntiad ar amser cyfleus



Ond, roedd gostyngiad yn y lefelau bodlonrwydd gyda'r gofal yr oedd oedolion hŷn yn teimlo eu bod yn ei gael gan eu meddyg teulu. Gostyngodd y cyfran a ddywedodd eu bod yn fodlon iawn o 70 y cant yn 2018/19 i 60 y cant yn 2021/22. Ar nodyn mwy cadarnhaol, cododd cyfran yr oedolion hŷn a ddywedodd eu bod yn fodlon iawn gyda'r gofal a gawsant yn yr ysbyty o 77 y cant yn 2018/19 i 84 y cant yn 2021/22.

Ni fu unrhyw newidiadau sylweddol yn llesiant oedolion hŷn rhwng 2018/19 a 2021/22. Cafodd llesiant ei fesur gan ddefnyddio graddfa llesiant y Swyddfa Ystadegau Gwladol. Mae’r raddfa hon yn cynnwys 4 eitem: i) Boddhad cyffredinol â bywyd; ii) I ba raddau y maent yn teimlo fod pethau a wneir mewn bywyd yn werth chweil; iii) Hapusrwydd cyffredinol ddoe; a, iv) Pryder cyffredinol ddoe. Yn y data ar gyfer 2018/19 nododd y rhan fwyaf o oedolion hŷn lefelau uchel o lesiant ar draws y pedwar uchod. Mae ffigur 5 yn ystyried lefelau cyffredinol o ran boddhad bywyd, ac yn dangos bod y data yn 2021/22 yn dangos patrwm tebyg.

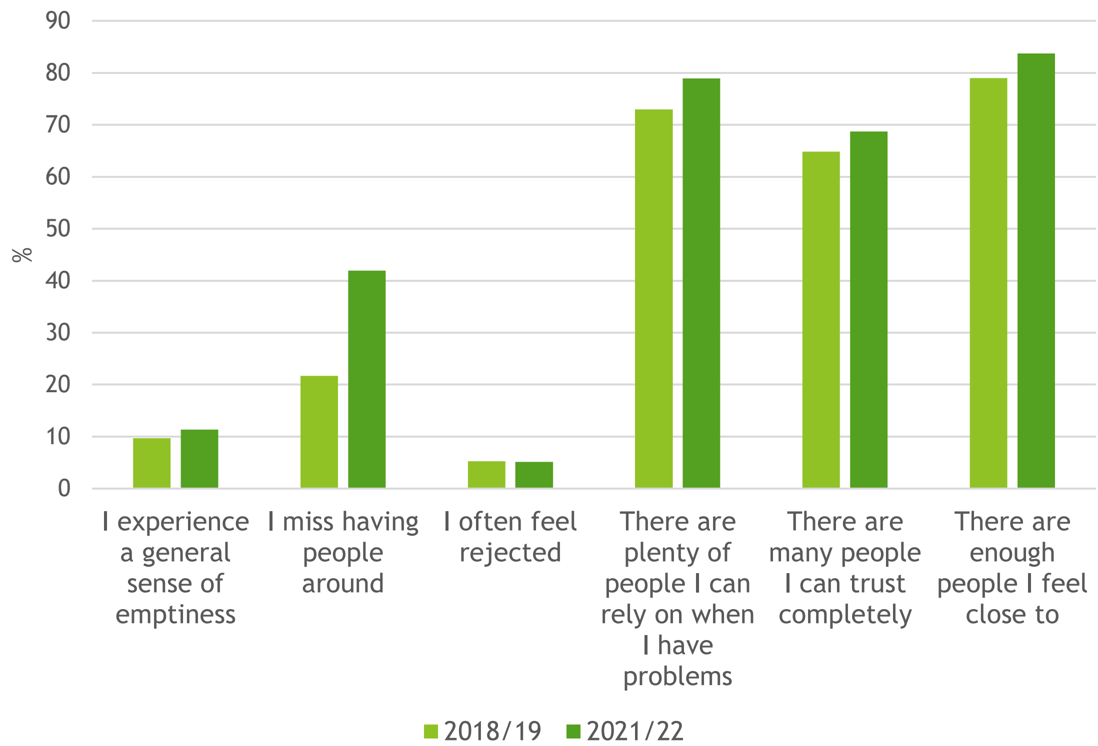
Ffigur 5. Gwahaniaethau o ran boddhad bywyd yn gyffredinol rhwng 2018/9 a 2021/22.



CYSYLLTEDD CYMDEITHASOL

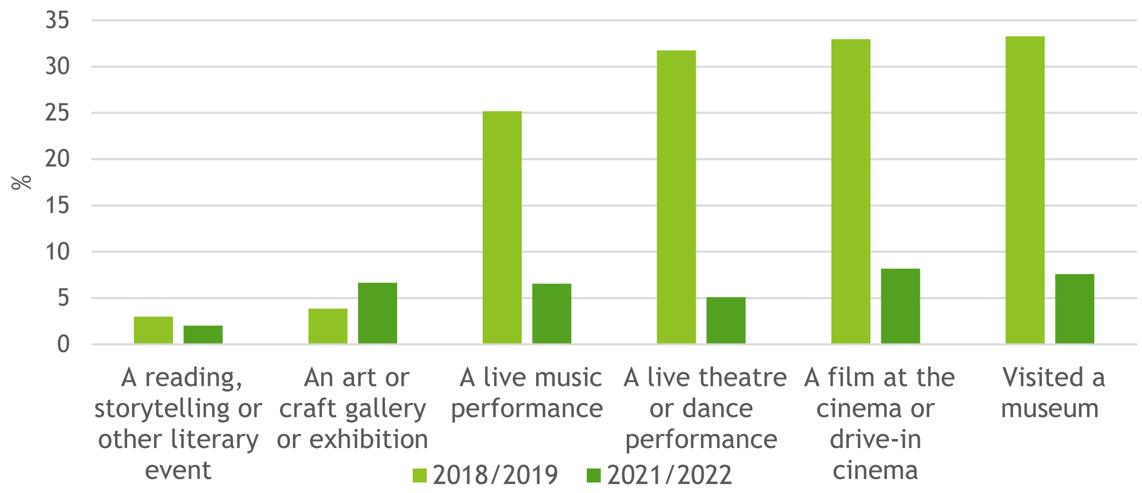
Mae'r data ar lefelau cysylltedd cymdeithasol yn dangos darlun tebyg o sefydlogrwydd cymharol rhwng 2018/19 a 2021/22. Ar bob adeg roedd y mwyafrif o oedolion hŷn yn teimlo bod digon o bobl y gallen nhw ddibynnu arnyn nhw pan fydd ganddyn nhw broblemau, roedd llawer o bobl y gallen nhw ymddiried yn llwyr ynddynt a digon o bobl yr oedden nhw'n teimlo'n agos atyn nhw. Un newid amlwg rhwng y ddau gyfnod oedd y cynnydd yng nghyfran y bobl hŷn a oedd yn dweud eu bod yn colli cael pobl o gwmpas. Fel mae ffigur 6 yn dangos yn 2018/19 dywedodd tua 22 y cant o oedolion hŷn eu bod yn colli cael pobl o gwmpas. Erbyn 2021/22 roedd hyn bron wedi dyblu i 42 y cant.

Ffigur 6. Ynysigrwydd a chysylltedd cymdeithasol



Efallai nad yw'n syndod o ystyried bod y data wedi'u casglu'n rhannol yn ystod cyfnodau clo Covid-19, y bu gostyngiad sylweddol yng nghyfran yr oedolion hŷn sydd wedi bod i amryw o ddigwyddiadau celfyddydol neu ymweld â safleoedd treftadaeth. Fodd bynnag, ar nodyn mwy cadarnhaol, ni fu gostyngiad mor ddramatig yng nghyfran yr oedolion hŷn a gymerodd ran mewn gweithgareddau artistig a chreadigol yn ystod 2021/22. Er bod y niferoedd yn dal i fod yn gymharol isel, nododd 7 y cant o oedolion hŷn eu bod yn cymryd rhan mewn celfyddydau gweledol a chrefftau (i lawr o 8 y cant yn 2018/19). Yn arolygon 2018/19 a 2021/22 dywedodd 2 y cant o oedolion hŷn eu bod yn gwneud gweithgareddau ysgrifennu creadigol a dywedodd 2 y cant eu bod yn cymryd rhan mewn ffotograffiaeth neu wneud ffilmiau. Dylid nodi hefyd bod cyfran yr oedolion hŷn a ddywedodd fod ganddynt fynediad i'r rhyngrwyd wedi codi o 78 y cant yn 2018/2019 i 84 y cant yn 2021/2022.

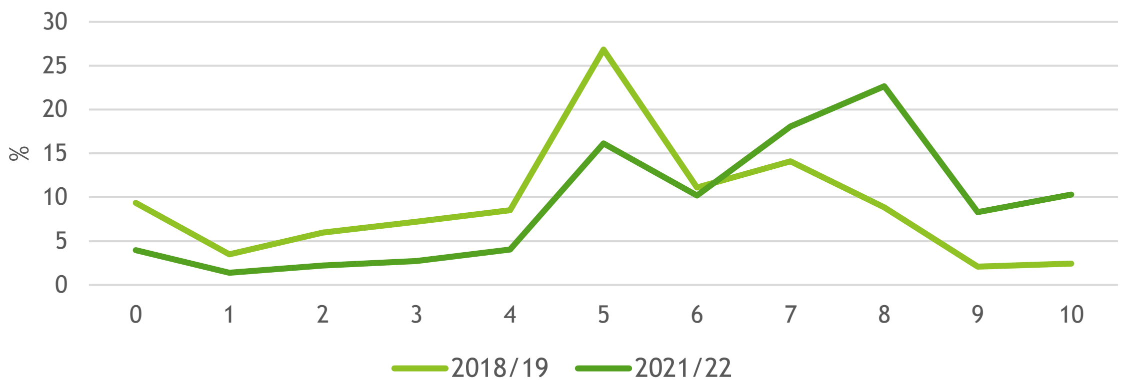
Ffigur 7: Canran sydd wedi bod i’r digwyddiadau celfyddydol neu leoliadau hanesyddol canlynol yn ystod y 12 mis diwethaf.



YMGYSYLLTIAD DINESIG

Bu newid amlwg yn y graddau y mae oedolion hŷn yn teimlo eu bod yn gallu cymryd rhan yn y penderfyniadau ynghylch rhedeg eu hawdurdod lleol. Yn y data ar gyfer 2018/19 pobl hŷn oedd fwyaf tebygol o ddweud nad oedden nhw'n teimlo bod ganddyn nhw lais yn yr awdurdod lleol. Dywedodd 40 y cant eu bod yn anghytuno'n gryf a dywedodd 30 y cant eu bod yn tueddu i anghytuno. Erbyn 2021/22 roedd hyn wedi newid a dywedodd 28 y cant eu bod yn tueddu i gytuno eu bod wedi cael cyfle i gymryd rhan mewn penderfyniadau ynghylch rhedeg eu gwasanaethau awdurdod lleol, sydd i fyny o 12 y cant yn 2018/19. I'r gwrthwyneb, roedd y gyfran a oedd yn anghytuno'n gryf â'r datganiad hwn wedi gostwng i 20 y cant. Yn yr un modd, bu newid cadarnhaol yn y bodlonrwydd cyffredinol y mae oedolion hŷn yng Nghymru yn ei deimlo am Lywodraeth Cymru rhwng y ddau gyfnod. Fel y dengys ffigur 8 yn 2018/9 roedd gan y rhan fwyaf o bobl farn eithaf niwtral am Lywodraeth Cymru. Erbyn 2021/22 rydym yn gweld symudiad amlwg ar y raddfa tuag at fodlonrwydd uchel, gydag oedolion hŷn yn fwyaf cyffredin yn sgorio eu bodlonrwydd gyda Llywodraeth Cymru yn 8 allan o 10.

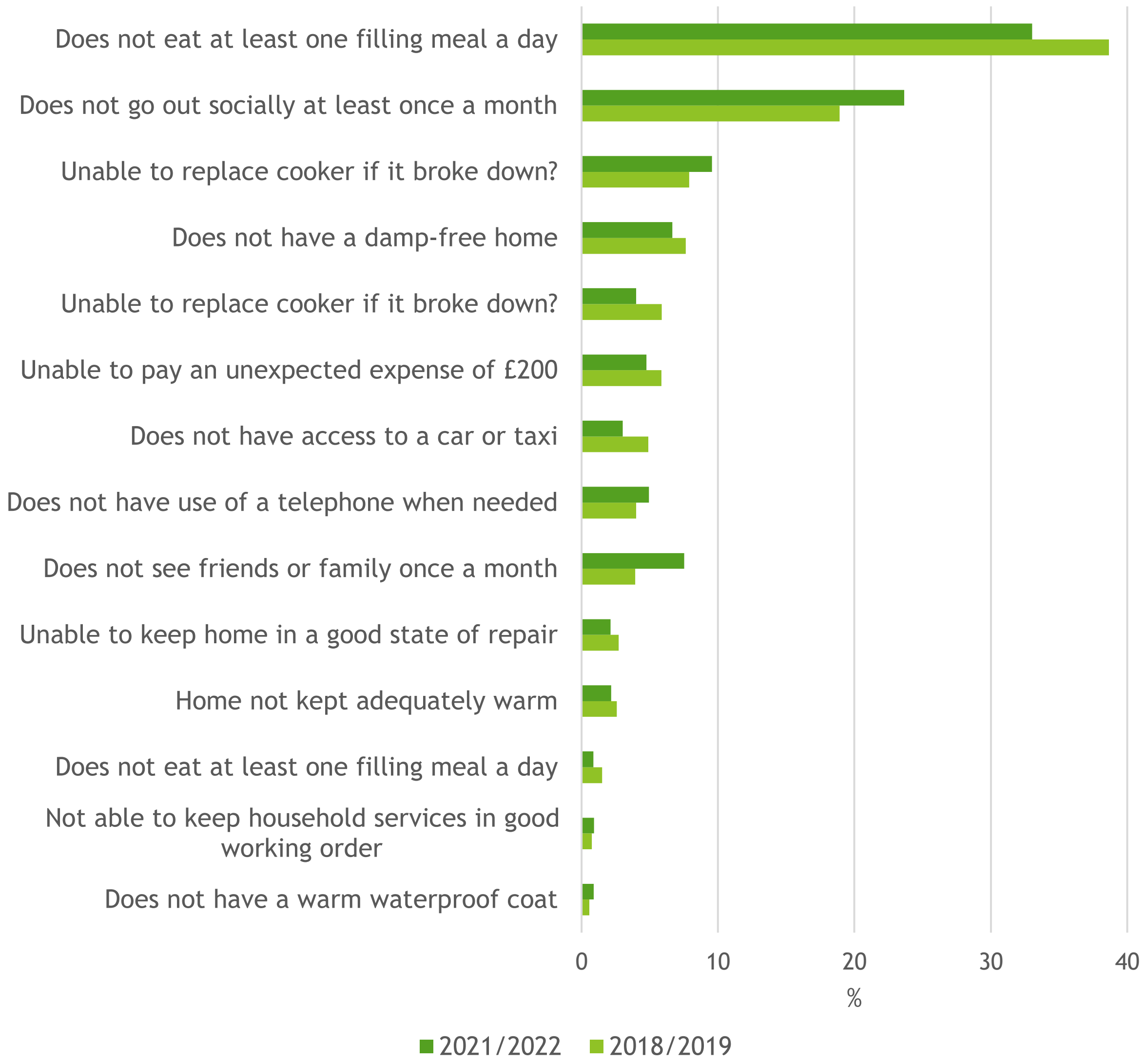
Ffigur 8. Bodlonrwydd cyffredinol gyda’r ffordd y mae Llywodraeth Cymru'n gwneud ei gwaith.



AMDDIFADEDD

Ar y cyfan, fel y dengys ffigur 9, mae lefelau amddifadedd unigol yn ddiweddarach mewn bywyd wedi parhau'n gymharol sefydlog rhwng 2018/19 a 2021/22. Fodd bynnag, bu gostyngiad bychan yng nghyfran y rhai a ddywedodd nad oeddent yn bwyta o leiaf un pryd o fwyd a oedd yn eu llenwi bob dydd. Yn 2018/19 dywedodd 38 y cant o'r rhai 60 oed a hŷn nad oeddent yn cael pryd o fwyd a oedd yn eu llenwi. Yn 2021-22, roedd y canran hwn yn 33 y cant. Fodd bynnag, er gwaethaf y symudiad hwn i'r cyfeiriad cywir mae hyn yn dal i olygu bod oddeutu 1 o bob 3 o oedolyn hŷn yn mynd heb bryd sy’n eu llenwi. Ar wahân i hyn, yr unig fesurau eraill o amddifadedd lle'r oedd newid amlwg oedd yr eitemau hynny a oedd yn ymwneud â chyfranogiad cymdeithasol a chwrdd â ffrindiau neu deulu. Fel y nodwyd uchod, o ystyried effaith cyfnodau clo Covid-19, mae'r canlyniadau hyn i'w disgwyl.

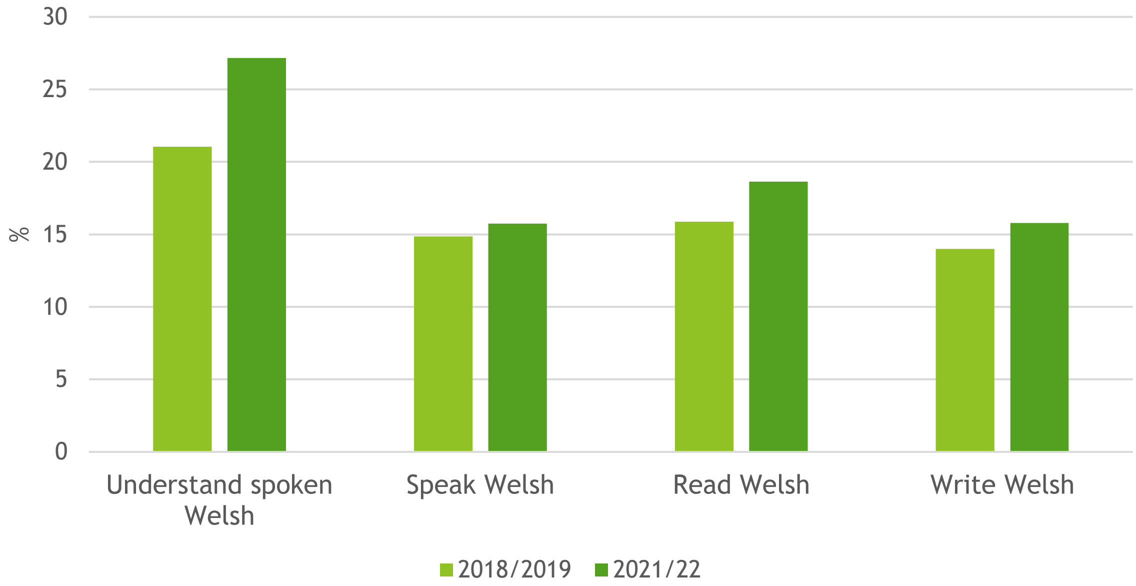
Ffigur 9. Newidiadau mewn lefelau amddifadedd ymhlith oedolion hŷn 2018/19 i 2021/22



Y GYMRAEG

Yn ddiddorol, mae cynnydd wedi bod mewn cymhwysedd yn y Gymraeg ymhlith oedolion hŷn. Yn 2018/19 dywedodd 21 y cant o oedolion hŷn eu bod yn deall Cymraeg llafar (ffigur 10). Erbyn 2021/22 roedd hyn wedi cynyddu i 27 y cant. Roedd cynnydd hefyd, er yn llai, yn y cyfrannau a oedd yn gallu siarad, darllen ac ysgrifennu Cymraeg. Mae'r ffigyrau hyn yn adlewyrchu poblogrwydd cynyddol dysgu Cymraeg yn ystod y pandemig. Yn ôl Duolingo, Cymraeg oedd yr iaith a dyfodd gyflymaf yn 2020.

Ffigur 10. Cynnydd mewn sgiliau Cymraeg ymhlith oedolion hŷn 2018/19 a 2021/22



Ffigur 11. Amlder siarad Cymraeg