

Rhif Ymchwil Gymdeithasol:

21/2018

Dyddiad cyhoeddi:

19 April 2018

Adolygiad o Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed

ATODIADAU

Adolygiad o

Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Adroddiad Terfynol

Atodiadau

Wulf Livingston¹, Andy Perkins², Trevor McCarthy², Iolo Madoc-Jones¹, Susan Wighton², Fiona Wilson¹ a Donna Nicholas².

¹ Prifysgol Glyndŵr Wrecsam

² Figure 8 Consultancy Services Cyf

Livingston, W., Perkins, A., McCarthy, T., Madoc-Jones, I., Wighton, S., Wilson, F. & Nicholas, D. (2018). *Adolygiad o Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Adroddiad Terfynol Atodiadau*

Caerdydd: Llywodraeth Cymru

Adroddiad GSR rhif 21/2018

Ar gael ar: <http://gov.wales/statistics-and-research/review-working-together-reduce-harm/?lang=cy>



Safbwyntiau'r ymchwilyr, ac nid o reidrwydd rhai Llywodraeth Cymru, yw'r safbwyntiau a fynegir yn yr adroddiad hwn

I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â:

Janine Hale

Yr Is-adran Ymchwil Gymdeithasol a Gwybodaeth

Llywodraeth Cymru

Parc Cathays

Caerdydd

CF10 3NQ

Ffôn: 0300 025 6539

E-bost: janine.hale@llyw.cymru

Tabl cynnwys

<u>Rhestr o dablau</u>	2
<u>1. Atodiad A – Ymgynghori â Rhanddeiliaid</u>	3
<u>2. Atodiad B – Llinell Amser Gymharol</u>	16
<u>3. Atodiad C – Modelau Rhesymeg Tybiedig</u>	23
<u>4. Atodiad D – Adroddiadau Alcohol Concern Cymru (Papurau Ymchwil a Briffio)</u>	36
<u>5. Atodiad E – Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru</u>	43
<u>6. Atodiad F – Crynodeb o'r Arolwg Llenyddiaeth</u>	52
<u>7. Atodiad G – Bylchau mewn Data</u>	106
<u>8. Atodiad H – Trafodaeth Academaidd ar Ddylanwadau Polisi</u>	111

Rhestr o dablau

<u>Tabl A1.1: Gweithdai Ymgynghori – yn ôl gwahoddiadau, presenoldeb a nodiadau a ddadansoddwyd</u>	4
<u>Tabl A1.2: Gweithdai Ymgynghori – themâu a ddadansoddwyd a negeseuon cyson gan randdeiliaid</u>	7
<u>Tabl A2.1: Llinell Amser Gymharol</u>	16
<u>Ffigur A3.1: Model polisi</u>	24
<u>Tabl A3.2: Enghreifftiau o ystyriaethau eraill</u>	25
<u>Ffigur A3.3: Model Rhesymeg Craidd Tybiedig y Strategaeth – 2008</u>	27
<u>Ffigur A3.4: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 1 (Atal Niwed) – 2008</u>	29
<u>Ffigur A3.5: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 2 (Cynorthwyo Camddefnyddwyr Sylweddau) – 2008</u>	30
<u>Ffigur A3.6: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 3 (Cynorthwyo ac Amddiffyn Teuluoedd) – 2008</u>	31
<u>Ffigur A3.7: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 4 (Delio ag Argaeledd drwy Gamau Gorfodi) – 2008</u>	32
<u>Ffigur A3.8: Dehongliad o'r model rhesymeg presennol (hybrid)</u>	34
<u>Ffigur A3.9: Y Meysydd Llesiant Presennol</u>	35
<u>Tabl A4.1: Crynodeb o Adroddiadau Alcohol Concern Cymru (2010-2016) a sylwadau arnynt</u>	36
<u>Tabl A5.1: Data triniaethau – Adroddiadau Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru</u>	43
<u>Tabl A5.2: Proffil Blynyddol Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru</u>	44
<u>Tabl A5.3: Gweithio gyda'n Gilydd i Leihau Niwed – Adroddiadau Blynyddol Camddefnyddio Sylweddau</u>	44
<u>Tabl A5.4: Fframweithiau a Chanllawiau Triniaeth</u>	48
<u>Tabl A5.5: Cynlluniau Cyflawni a Gweithredu</u>	51
<u>Tabl A6.1: Dosbarthu a chrynhof'r prif negeseuon o'r llenyddiaeth</u>	52
<u>Tabl A6.2: Crynodeb o'r prif ffynonellau tystiolaeth – yn ôl thema</u>	64
<u>Tabl A6.3: Crynodeb o Adolygiadau Systematig ar Alcohol a Chyffuriau</u>	89

1. Atodiad A – Ymgynghori â Rhanddeiliaid

Elfen hanfodol yn y fethodoleg Dadansoddi Cyfraniad oedd ymgynghori ag ystod eang o grwpiau rhanddeiliaid er mwyn rhoi prawf ar y Ddamcaniaeth Newid, yn ogystal â chasglu tystiolaeth ansoddol werthfawr i ategu'r stori perfformiad. Roedd y brif fethodoleg ar gyfer yr ymgynghoriad hwn wedi'i rhagnodi gan Lywodraeth Cymru am mai hi oedd yn hwyluso'r gyfres o weithdai ledled Cymru. Roedd tîm yr adolygiad wedi ychwanegu nifer bach o gyfweiliadau â hysbyswyr allweddol at hyn, yn ogystal ag arolwg ar-lein (ansoddol) i gasglu tystiolaeth ychwanegol a chymharol. Mae manylion y dulliau hyn, a'r themâu allweddol a gododd, wedi'u dangos isod.

Gweithdai Rhanddeiliaid

Drwy gydweithio â'r saith Bwrdd Cynllunio Ardal (BCA) roeddem wedi darparu ar gyfer cynnal naw gweithdy ledled y wlad (dau ar gyfer Gogledd Cymru¹, un bob un ar gyfer y chwe ardal arall ac un gweithdy ar-lein drwy'r Gymraeg²). Defnyddiwyd dull samplu wedi'i dargedu drwy wahodd nifer mor amrywiol a chynhwysol â phosibl o gyfranogwyr i gymryd rhan. O ganlyniad i hyn, anfonwyd 272 o wahoddiadau ac roedd 117³ o unigolion wedi cymryd rhan.

¹ Roedd y BCA ar gyfer Gogledd Cymru wedi nodi bod angen cynnal dau weithdy yn nau ben yr ardal, yn hytrach nag un canolog, gan ei bod yn debygol y byddai'r rhain yn sicrhau'r presenoldeb gorau.

² Dim ond un unigolyn a ofynnodd am gael cymryd rhan yn y gweithdy hwn, felly cafodd ei gynnal ar ffurf cyfweiliad yn hytrach na gweithdy.

³ 118 yn cynnwys yr un cyfweiliad Cymraeg.

Tabl A1.1: Gweithdai Ymgynghori – yn ôl gwahoddiadau, presenoldeb a nodiadau a ddadansoddwyd

BCA	Lleoliad	Gwahodd- wyd	Yn bresennol	Nifer y grwpiau bach	Nifer y nodiadau ymchwilydd a ddadansoddwyd	Nifer y nodiadau cyfranogwr a ddadansoddwyd
Gogledd Cymru	Bangor	18	21	3	3	18
Gogledd Cymru	Wrecsam	28	20	3	3	13
Powys	Llandrindod	25	10	2	4	4
Bae'r Gorllewin	Port Talbot	42	12	2	2	7
Dyfed	Caerfyrddin	43	19	3	3	11
Cwm Taf	Aberpennar	34	18	2	4	8
Gwent	Casnewydd	46	6	1	2	3
Caerdydd a'r Fro	Caerdydd	36	11	2	4	4
CYFANSYMAU		272	117	18	25	68

Prosesu a dadansoddi

Mae crynodeb isod o'r broses o drefnu a dadansoddi'r dystiolaeth o'r gweithdai:

- Fel y gwelir yn y tabl uchod, anfonwyd 272 o wahoddiadau ac roedd 117⁴ o unigolion yn bresennol (ceir y manylion isod).
- Rhannwyd pob gweithdy yn grwpiau a oedd yn ddigon bach (6-10 o unigolion) i ganiatáu cyfranogi, ac roedd pob grŵp wedi'i hwyluso gan o leiaf un aelod o'r tîm gwerthuso a ddefnyddiodd yr un deialog strwythuredig (gweler isod).
- Y canlyniad terfynol i hyn oedd bod 18 o sgysiau wedi'u cynnal mewn grwpiau bach. Cofnodwyd y rhain â llaw gan un neu ddau o ymchwilyr (cyfanswm o 25 o setiau o nodiadau ymchwilydd) ac fe'u hategwyd gan nodiadau ychwanegol yr oedd cyfranogwyr wedi'u hannog i'w gwneud yn ystod y gweithdy (cyfanswm o 68).
- Wedyn cafodd yr holl nodiadau cynhwysfawr a wnaed gan ymchwilyr a chyfranogwyr eu trawsgrifio'n llawn (ar ffurf teipysgrif) a'u hailwirio wedyn am gywirdeb ac eglurder.

Deialog Strwythuredig

Ar ddechrau pob gweithdy, darparwyd trosolwg a chyflwyniad byr gan arweinydd tîm yr adolygiad. Roedd hyn yn darparu cyd-destun a dealltwriaeth i gyfranogwyr ynghylch natur yr adolygiad a phwmpas y gweithdai.

Rhannwyd y cyfranogwyr yn grwpiau trafod bach gydag o leiaf un aelod o dîm yr adolygiad yn hwyluso pob grŵp. Darparwyd taflen gwestiynau i bob cyfranogydd gyda lle arni i ysgrifennu ei syniadau ei hun, ac fe'u hanogwyd i helpu'r adolygiad drwy ysgrifennu pethau yn eu geiriau eu hunain lle'r oedd modd. Roedd hwylusydd y grŵp hefyd wedi gwneud nodiadau am y trafodaethau.

Rhannwyd y gweithdy yn ddwy sesiwn, pob un tua un awr o hyd a phob grŵp yn cael tri chwestiwn allweddol i'w trafod yn y ddwy sesiwn (chwech i gyd). Ar ddiwedd trafodaethau'r grwpiau bach, roedd arweinydd tîm yr adolygiad yn

⁴ 118 yn cynnwys un cyfweliad Cymraeg.

llywio trafodaeth mewn grŵp mawr lle gofynnwyd i gyfranogwyr fyfyrion ar y sgwrs gyfan, a nodi'r negeseuon pwysicaf a oedd wedi codi yn y gweithdy.

Y chwe chwestiwn a ofynnwyd i bob grŵp oedd:

1. Pa newidiadau rydych chi wedi'u gweld neu eu profi o ganlyniad uniongyrchol/anuniongyrchol i'r strategaeth?
2. Beth oedd cyfraniad cyffredinol y strategaeth ar lefel genedlaethol a lefel leol?
3. Sut rydych chi'n gwybod a yw'r strategaeth wedi gweithio neu beidio?
4. Beth arall fydddech chi wedi hoffi ei weld neu ei brofi o ganlyniad uniongyrchol/anuniongyrchol i'r strategaeth?
5. Pa ffactorau allanol sydd wedi dylanwadu ar gyflawniad/effaith y strategaeth?
6. Pa ystyriaethau y dylid rhoi sylw iddynt yn y dyfodol ar gyfer camau nesaf y strategaeth?

Dadansoddiad

Roedd yr holl nodiadau (gan hwyluswyr tîm yr adolygiad a'r cyfranogwyr) wedi'u teipio ar ôl pob digwyddiad. Anfonwyd y nodiadau wedyn at bob un o'r ymchwilwyr i'w gwirio. Wedyn dadansoddwyd y nodiadau'n systematig gan un aelod o'r tîm ymchwil er mwyn sicrhau cysondeb, a darparwyd gwiriad sicrhau ansawdd eilaidd gan aelod arall o dîm yr adolygiad.

Rhannwyd yr ymatebion ar sail themâu ac mae negeseuon cyson wedi'u nodi yn y tabl isod. Y diffiniad o neges gyson oedd un a oedd wedi'i chrybwyll mewn o leiaf bum grŵp gwahanol (allan o 18) mewn o leiaf dri gweithdy gwahanol (allan o saith⁵).

⁵ At ddibenion y dadansoddiad, mae'r ymatebion o'r ddau weithdy ar gyfer BCA Gogledd Cymru wedi'u cyfuno, fel nad oedd yr ymatebion o Ogledd Cymru yn cael dylanwad anghymesur gan mai dim ond un gweithdy a oedd wedi'i gynnal yn ardaloedd yr holl BCAau eraill.

Tabl A1.2: Gweithdai Ymgynghori – themâu a ddadansoddwyd a negeseuon cyson gan randdeiliaid

CWESTIWN 1: Pa newidiadau rydych chi wedi'u gweld neu eu profi o ganlyniad uniongyrchol/anuniongyrchol i'r strategaeth?	
Thema	Negeseuon cyson^{6,7}
Y Sector Camddefnyddio Sylweddau	Mae gwasanaethau'n gweithio'n well ar y cyfan ac mae staff yn canolbwyntio'n well. [6]
Ariannu	Mae hyfywedd ariannol y gwasanaethau'n ansicr oherwydd cyni ariannol. [5]
Sylweddau – tueddiadau	- Mae sylweddau'n mynd yn gryfach. [5] - Mwy o bwyslais ar roi gwybod bod alcohol yn fwy niweidiol na chyffuriau. [5]
Opsiynau Triniaeth	- Dull mwy teilwredig/personol o weithredu gan wasanaethau (e.e. troi oddi wrth sgriptio yn unig, canolbwyntio'n fwy ar iechyd meddwl, etc.). [5] - Diffyg opsiynau o hyd ar gyfer y rheini sydd â phroblemau camddefnyddio sylweddau ac iechyd meddwl yn cyd-ddigwydd. [6] - Ehangu opsiynau Lleihau Niwed (i gynnwys mwy na methadon a nodwyddau glân yn unig). Mae cyflwyno'r rhaglen nalocson yn enghraifft dda, gan ei bod wedi arwain at roi sylw helaeth iawn i atal marwolaethau o ganlyniad i gyffuriau. [6]
Poblogaethau triniaeth	Nid yw gwasanaethau wedi'u paratoi'n dda i ddelio â dyfodiad sylweddau seicoweithredol newydd (yn enwedig mewn carchardai). [5]
Cynnwys Defnyddwyr Gwasanaethau	Cafwyd mwy o weithgarwch i gynnwys defnyddwyr gwasanaethau a mwy o werthfawrogiad o fewnbwn defnyddwyr gwasanaethau. [7]
Ymadfer	Ehangu'r agenda/model ymadfer, yn cynnwys camau i fabwysiadu gofal drwy'r broses a mwy o ofal camu ymlaen/ôl-ofal (sy'n gweithio'n dda - e.e. mentora cymheiriaid). [8]

⁶ Y rhifau rhwng cromfachau yw'r nifer o weithiau roedd y neges wedi'i nodi yn y gwahanol grwpiau gweithdy.

⁷ Yn ogystal â'r negeseuon a nodwyd sydd wedi'u rhestru yn y tabl, roedd y tîm ymchwil wedi nodi neges gyson ychwanegol yn ymwneud â 'chynnydd sylweddol mewn problemau tai' (mewn pum grŵp gweithdy). Fodd bynnag, ni ellir pennu bod hyn yn ganlyniad uniongyrchol neu anuniongyrchol i'r Strategaeth.

Teuluoedd	• Ychydig sydd wedi newid mewn perthynas â chynorthwyo teuluoedd.⁸ [5]
Gweithio amlasiantaeth / mewn partneriaeth	• Mwy o bwyslais ar weithio amlasiantaeth. Gwell cydweithio rhwng y sector statudol a'r trydydd sector. [7] • Mwy o weithio mewn partneriaeth o'r lefel leol i fyny. [5]

CWESTIWN 2: Beth oedd cyfraniad cyffredinol y strategaeth ar lefel genedlaethol a lefel leol?⁹

Thema	Negeseuon cyson
Lleihau niwed	• Mae teimlad gwirioneddol bod y Strategaeth wedi cyflawni ei hamcan – h.y. ei bod wedi cyfrannu at leihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau. [10] • Mae hyrwyddo a datblygu cymorth ac ymyriadau mewn perthynas â feirysau a gludir yn y gwaed yn cael ei weld gan lawer yn un o gyfraniadau mawr y Strategaeth. [8] • Un arall o gyfraniadau (uniongyrchol ac anuniongyrchol) y Strategaeth a oedd wedi'i gydnabod gan lawer yw cyflwyno'r rhaglen nalocson, gan fod rhanddeiliaid yn teimlo na fyddai wedi bod yn sicr o gael ei sefydlu oni bai am y Strategaeth. [8]
Yr agenda ar ymadfer	• Roedd cydnabyddiaeth bod yr agenda ar ymadfer wedi datblygu'n sylweddol dros gyfnod y Strategaeth (yn enwedig yn y blynyddoedd diwethaf), ac roedd y mwyafrif yn cydnabod bod y Strategaeth wedi bod yn gefnogol i hyn. [9] • Teimlir yn gyffredinol fod y Strategaeth wedi hybu'r datblygiadau sylweddol a gafwyd ledled Cymru o ran y pwysigrwydd o wrando ar brofiadau personol ar bob lefel yn y system trin ac ymadfer. Yn wir, nodwyd na fyddai'r gweithdai ymgynghori hyn wedi clywed am y gwahanol brofiadau personol hyn ar ddechrau cyfnod y Strategaeth. [6]

⁸ Er hynny, roedd rhai ardaloedd/grwpiau wedi nodi bod gwelliannau sylweddol wedi bod mewn cymorth i deuluoedd, gan ddangos bod anghysondeb yn y datblygiadau i gynorthwyo teuluoedd ledled Cymru.

⁹ Roedd cyfran sylweddol o'r sgysiau ar y cwestiwn hwn yn ymwneud â'r hyn nad yw'r strategaeth wedi gallu ei wneud. Mae'r elfen hon o'r adborth wedi'i hychwanegu at y dadansoddiad o'r ymateb i Gwestiwn 4.

	• Rhoddwyd mwy o lawer o sylw i gynnwys defnyddwyr gwasanaethau a hyrwyddo mentora gan gymheiriaid ledled Cymru. [5]
Newid diwylliant	• Nodwyd sgysiau mynych yn y gweithdai am newid mewn diwylliant ar draws y sector, a soniwyd yn benodol am newid pendant yng nghyfeiriad meddwl yr Heddlu. [5] • Cytunwyd bod y ddarpariaeth o wasanaethau wedi datblygu mewn modd cadarnhaol dros gyfnod y Strategaeth, a hynny wedi'i gyfleu'n bennaf gan y canfyddiad bod gwasanaethau'n ymwneud â mwy na dim ond rhannu presgripsiynau erbyn hyn. [7] • Nodwyd mai un o brif lwyddiannau'r Strategaeth yw'r cynnydd yn nifer y dulliau amlasiantaeth a bod hyn wedi meithrin mwy o hyder yn gyffredinol ymysg darparwyr a chomisiynwyr. [8] • Nodwyd mai'r Strategaeth sy'n bennaf cyfrifol am hybu gwelliannau sylweddol yn y ffordd y mae unigolion/asiantaethau yn gweithio, er bod hanfodion y broblem heb newid. [8]
Dylanwad Llywodraeth	• Nodwyd yn gyson fod Llywodraeth Cymru wedi bod yn ddylanwad amlwg wrth roi'r Strategaeth ar waith ar lefel leol, a bod lefel uchel o graffu yn cyd-fynd â hynny. Croesawyd hyn ar y cyfan (yn bennaf am fod angen cynnwys 'lechyd' ochr yn ochr â phartneriaid eraill), er bod nifer sylweddol wedi awgrymu y dylid cadw lefel y craffu fel y mae yn awr. [9]
Data	• O ganlyniad i welliannau/ehangu systemau casglu data, cafwyd darlun cliriach o anghenion y rheini sy'n camddefnyddio sylweddau ledled Cymru. [5]
Ariannu	• Mae clustnodi cyllid wedi gwneud gwahaniaeth mawr ar draws y sector. [6]

CWESTIWN 3: Sut rydych chi'n gwybod a yw'r strategaeth wedi gweithio neu beidio?

Thema	Negeseuon cyson
Gwelliannau mewn gweithio amlasiantaeth	• Mae'r gwelliannau cydnabyddedig mewn gweithio amlasiantaeth yn cael eu gweld yn arwydd cadarnhaol bod y Strategaeth yn gweithio/wedi gweithio. [7]
Presenoldeb	• Mae'r cynnydd mawr yn y presenoldeb mewn grwpiau

mewn grwpiau ymadfer	ymadfer ac mewn cyfarfodydd (drwy'r flwyddyn) yn cael ei weld yn arwydd cadarnhaol arall. [5]
Cynnydd yn y nifer sy'n derbyn triniaeth Hepatitis C	Mae'r cynnydd mawr yn niferoedd yr unigolion sy'n derbyn triniaeth Hepatitis C yn arwydd cadarnhaol bod y Strategaeth yn helpu i leihau niwed. [7]
Llais y defnyddiwr	Mae llais unigolion sydd â phrofiad personol yn cael mwy o sylw wrth i amser fynd heibio – mae hyn yn cael ei weld yn arwydd cadarnhaol ar ei ben ei hun fod y Strategaeth yn gweithio. [8]

CWESTIWN 4: Beth arall fydddech chi wedi hoffi ei weld neu ei brofi o ganlyniad uniongyrchol/anuniongyrchol i'r strategaeth?

Thema	Negeseuon cyson
Rhannu gwybodaeth yn well	Cytunir yn gyffredinol fod lle mawr i wella'r rhannu ar wybodaeth o fewn a rhwng gwasanaethau/ asiantaethau sy'n gweithio mewn partneriaeth, ac nad yw'r Strategaeth wedi cael effaith o bwys yn y maes hwn. [9]
Un pwynt mynediad	Datblygu un pwynt mynediad ym mhob ardal ar gyfer gwasanaethau a chymorth ar gyfer chamddefnyddio sylweddau. [5]
Gwelliannau i'r rheini sydd â phroblemau iechyd meddwl a chamddefnyddio sylweddau	Mae teimlad cyffredinol nad oedd y Strategaeth wedi canolbwyntio'n ddigonol ar y boblogaeth hon ac felly nad yw gwelliannau wedi'u sicrhau. Mae cydnabyddiaeth bod unigolion (yn aml) yn dal i gael eu gyrru'n ôl a blaen rhwng gwasanaethau, fel sydd wedi digwydd erioed. [8]
Mwy o gymorth i deuluoedd a gofalwyr	Mae amheuon ymysg nifer o wahanol randdeiliaid ynghylch a yw teuluoedd a gofalwyr wedi cael digon o sylw a gwasanaethau yn ystod cyfnod y Strategaeth. [6]
Mabwysiadu monitro ar sail canlyniadau	Mae mesur canlyniadau 'gwirioneddol' yn cael ei weld yn her fawr nad yw'r Strategaeth wedi gwneud llawer i'w hateb. [8]
Ystafelloedd defnyddio	Mae'r rhan fwyaf o gyfranogwyr yn credu bod datblygu ystafelloedd defnyddio yn ffordd resymegol a synhwyrol i helpu i leihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau. [7]

Mwy o gyfraniad gan gynrychiolwyr gwasanaethau tai	Mae tai yn cael ei weld yn ffactor mor gritigol fel bod angen ymgysylltu'n well o lawer â chynrychiolwyr gwasanaethau tai mewn perthynas â thrafodaethau/penderfyniadau ynghylch camddefnyddio sylweddau. [8]
CWESTIWN 5: Pa ffactorau allanol sydd wedi dylanwadu ar gyflawniad/effaith y strategaeth?	
Thema	Negeseuon cyson
Diffyg ymwneud gan wasanaethau iechyd meddwl	Er ei bod yn cael ei dderbyn bod y diffyg ymwneud yn arwydd yn aml o'r pwysau mawr sydd ar wasanaethau iechyd meddwl. [6]
Problemau tai	Mae gormod o bobl yn ddigartref neu wedi'u dal mewn cylch negyddol mewn perthynas â'u sefyllfa o ran tai ac mae hyn yn cael effaith fawr o ran rhwystro unigolion rhag camu ymlaen wrth ymadfer. [7]
Monitro allbynnau/canlyniadau	Mae canfyddiad bod asiantaethau'n aml yn cadw defnyddwyr gwasanaethau at ddibenion biwrocraidaidd yn hytrach na sicrhau canlyniadau cadarnhaol. [8]
Toriadau ariannol a dibyniaeth ar arian Ewrop	Mae hyn yn cael ei weld yn ffactor allanol amlwg sydd wedi cael yr effaith uniongyrchol fwyaf ar allu'r Strategaeth i gyflawni ei nodau. [10]
Newid deddfwriaeth ac effeithiau datganoli	- Mae'r cyd-destun deddfwriaethol, sydd i'w weld yn newid drwy'r amser (yn enwedig o ganlyniad i ddatganoli) yn cael, ac wedi cael, effaith fawr ar allu'r Strategaeth i gyflawni ei hamcanion yn llwyr. [5] - Mae'n bosibl y bydd newidiadau mewn deddfwriaeth yn atal Llywodraeth Cymru rhag cyflwyno Isafbris Uned am Alcohol, sy'n cael ei weld yn rhywbeth mawr ei angen¹⁰. [6] - Nid yw'r Ddeddf Trwyddedu wedi helpu i ddelio â lefelau defnyddio, ac mae alcohol ar gael yn fwy eang hyd yn oed nag yr oedd ar ddechrau cyfnod y Strategaeth. [5]

¹⁰ Ers ysgrifennu'r adroddiad hwn, cafwyd cynnydd sylweddol mewn perthynas â'r Isafbris Uned. Yn gyntaf, cyflwynwyd Bil Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) ac mae'n mynd drwy broses craffu'r Cynulliad ar hyn o bryd; ac, yn ail, mae'r Isafbris Uned yn yr Alban bellach wedi trechu'r holl heriau cyfreithiol ac mae Llywodraeth yr Alban wedi cyhoeddi y bydd yn dod i rym ar 1 Mai 2018.

CWESTIWN 6: Pa ystyriaethau y dylid rhoi sylw iddynt yn y dyfodol ar gyfer camau nesaf y strategaeth?

Thema	Negeseuon cyson
Atal	Mae'r Strategaeth bresennol yn canolbwyntio'n fwy ar unigolion sydd eisoes yn defnyddio sylweddau, yn hytrach nag atal. Roedd llawer o blaid newid y cydbwysedd hwn mewn unrhyw strategaeth yn y dyfodol. [8]
Integreiddio Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau ac Iechyd Meddwl	Dylai anghenion y rheini sy'n camddefnyddio sylweddau ac yn profi problemau iechyd meddwl yr un pryd fod yn brif flaenoriaeth ar gyfer gweithredu yn y dyfodol, gan fod canfyddiad na chafwyd nemor ddim cynnydd yn ystod cyfnod y Strategaeth bresennol. [7]
Datblygu rhagor o opsiynau ar gyfer Ymadfer / Cynorthwyo Cymheiriaid / Cynnwys Defnyddwyr	- Elwa o brofiadau'r rheini yng Ngogledd Cymru o adeiladu cymunedau ymadfer preswyl (Tai Ymadfer) yn hytrach na chanolfannau ymadfer traddodiadol. [5] - Credir bod buddsoddi'n bwysig er mwyn parhau i gynnig opsiynau cymorth gan gymheiriaid ledled Cymru yn y dyfodol ac i gynnal eu gallu. [7]
Gwerthuso canlyniadau	Cafwyd trafodaeth eang a chytundeb y dylai unrhyw strategaeth yn y dyfodol ganolbwyntio ar ganlyniadau tymor hir (a sut i'w mesur). [8]

Cyfweliadau â Hysbyswyr Allweddol ar Lefel Genedlaethol

Nodwyd ar ddechrau'r broses y byddai cynnal gweithdai ar sail ardaloedd y BCAu yn arwain at fethu â chynnwys nifer o gyfranogwyr allweddol (ar lefel genedlaethol), na fyddai'n hwylus iddynt gymryd rhan yng ngweithdai'r ardaloedd lleol. Penderfynwyd cynnal tri chyfweliad ffôn o'r fath (ar sail sampl bwrpasol) ag unigolion a oedd yn gallu cynnig barn benodol oherwydd pwysigrwydd ac arbenigedd eu rôl (h.y mae pob un ohonynt yn cyflawni rôl genedlaethol yn hytrach na rôl ar lefel y BCAu).

Cynhaliwyd y cyfweliadau â'r canlynol:

- Uwch-swyddog yn Llywodraeth Cymru a oedd yn rhannol gyfrifol am ddatblygu Strategaeth 2008 ac sy'n cadw trosolwg ar faterion

sy'n ymwneud â chamddefnyddio sylweddau yn Llywodraeth Cymru heddiw.

- Cyfarwyddwr Alcohol Concern Cymru¹¹.
- Cadeirydd Mudiad Defnyddwyr Gwasanaethau Cymru Gyfan (AWSUM)¹².

Dewiswyd yr unigolion hyn am nad ydynt yn bresennol yn rheolaidd yng nghyfarfodydd unrhyw un o'r BCAau, ac nad oeddent felly wedi cymryd rhan yng ngweithdai'r BCAau.

Roedd pob cyfweiliad wedi'i gynllunio'n benodol i ganolbwyntio ar weithgareddau allweddol a dylanwad rôl y rhai a gyfwelwyd yn ystod cyfnod y Strategaeth.

Gwnaed recordiad sain o'r holl gyfweiliadau er mwyn cofnodi cymhlethdod y deialog. Cawsant eu trawsgrifio'n llawn wedyn a'u dadansoddi ar sail themâu yn yr un ffordd ag y dadansoddwyd y data o'r gweithdai (gweler uchod).

Mae'r dadansoddiad o'r cyfweiliadau wedi'i ddisgrifio ac wedi cyfrannu i'r stori perfformiad gyffredinol sydd yn y prif adroddiad.

Arolwg Ar-lein

Roedd cydnabyddiaeth wrth drefnu'r gweithdai i BCAau nad oedd cryn nifer o'r rheini a wahoddwyd yn gallu bod yn bresennol. Derbyniwyd hefyd, wrth gynnal y gweithdai, nad oedd digon o amser ar gael yn y trafodaethau grŵp ar gyfer y cyfraniad yr oedd rhai unigolion am ei wneud. Felly penderfynwyd cynllunio a dosbarthu arolwg ar-lein i roi cyfle ychwanegol i gasglu barn, a hefyd i gael cyfle i gymharu data o'r gweithdai â set ehangach o safbwyntiau er mwyn gwirio cywirdeb.

¹¹ 'Alcohol Concern has been working closely with the Welsh Government since 2009 to help people in Wales to have a healthy relationship with alcohol. They undertake research into how alcohol is marketed, sold and consumed, and make evidence-based proposals for change. They challenge people to think about their own drinking habits, and challenge the alcohol industry about its tactics to get us drinking more. Their aim is a Wales in which alcohol does no harm – in which adults can enjoy alcohol (or choose not to) without causing problems for themselves or others.' (<https://www.alcoholconcern.org.uk/Pages/Category/alcohol-concern-cymru>).

¹² 'The All Wales Service User Movement (AWSUM) is: a national movement for service users; a direct link between service users and Welsh Government; a group of people that empower service users to help shape substance misuse policy; and an independent voice to create a better Wales for people with substance misuse issues.' (<http://awsum.wales/>).

Cafodd holiadur syml o bedwar cwestiwn ei gynllunio a'i ddosbarthu (drwy rwydweithiau'r BCAau) ar ganol Ebrill 2017 ac roedd ar gael i'w lenwi dros gyfnod o bedair wythnos.

Roedd y cwestiynau hyn wedi'u seilio ar y cwestiynau allweddol yn y gweithdai ac wedi'u cyfuno i wneud pedwar cwestiwn yn lle chwech er mwyn ei gwneud yn haws i gynulleidfa ehangach ddefnyddio'r holiadur a'i lenwi.

Roedd y cwestiynau wedi'u llunio ar ffurf benagored yn fwriadol er mwyn caniatáu i'r rheini a oedd yn llenwi'r holiadur rannu barn a fyddai'n ychwanegu at sylwedd y stori perfformiad a oedd yn datblygu.

Cwestiynau'r arolwg

Y pedwar cwestiwn a ofynnwyd yn yr arolwg oedd:

1. Pa newidiadau rydych chi wedi'u gweld neu eu profi rhwng dechrau cyfnod y strategaeth yn 2008 a'r presennol?
2. Beth arall fydddech chi wedi hoffi ei weld neu ei brofi?
3. Beth ddylai Llywodraeth Cymru ei gymryd i ystyriaeth ar gyfer unrhyw strategaeth yn y dyfodol?
4. Sut y dylid mesur llwyddiant (perfformiad neu ganlyniadau) yn y dyfodol?

Dadansoddiad

Casglwyd cyfanswm o 34 o ymatebion ac roedd pob un ohonynt yn addas i'w ddadansoddi.

Rhoddwyd y data ar bwrpas i aelod o'r tîm ymchwil nad oedd wedi cymryd rhan yn y gwaith o gynllunio neu ddarparu'r gweithdai ar gyfer BCAau, er mwyn osgoi tuedd wrth ddynodi themâu neu negeseuon allweddol. Y nod oedd asesu a oedd unrhyw themâu pwysig eraill ar gyfer y stori perfformiad a oedd heb eu nodi yn y gweithdai.

Nid oedd y dadansoddiad wedi dangos unrhyw themâu pwysig eraill a phrin oedd y cysondeb rhwng yr atebion a roddwyd yn y 34 o ymatebion.

Er nad yw'r canfyddiadau o'r arolwg yn groes i'r canfyddiadau o'r gweithdai, ni welwyd unrhyw themâu yn dod i'r amlwg yn yr ymatebion i'r arolwg yn gyffredinol – yn hytrach, roedd nifer o grwpiau gwahanol o ddatganiadau

cydlynol a mwy niferus. Mae'r ymatebion yn ymddangos fel set o negeseuon sy'n cystadlu â'i gilydd yn hytrach nag ategu ei gilydd, sy'n cyfleu safbwyntiau personol yn hytrach na chonsensws. Mae hyn yn gwrthgyferbynnu â'r dadansoddiad o'r gweithdai, sydd yn fwy cyson.

2. Atodiad B – Llinell Amser Gymharol

Er mwyn ein helpu i ddatblygu'r stori perfformiad dros gyfnod y Strategaeth, lluniwyd llinell amser gymharol gan y tîm ymchwil sydd wedi'i dangos isod.

Tabl A2.1: Llinell Amser Gymharol

Dyddiad	Datganoli, Etholiadau a Digwyddiadau Allanol ¹³	Dogfennau Cyfraith, Polisi a Strategaeth ar Alcohol a Chyffuriau Cymru (Lloegr, yr Alban a'r DU) ¹⁴¹⁵	Gweithgarwch Polisi Allweddol (Cymru'n unig) ¹⁶	Sylwadau
Cyn 2000	1979 Y refferendwm cyntaf ar ddatganoli yng Nghymru; ei wrthod. 1997 Yr ail	1973 Deddf Camddefnyddio Cyffuriau 1996 Ymlaen Gyda'n Gilydd:	1999 Diddymu Pwyllgor Cynghori Cymru ar Ddefnyddio Cyffuriau ac Alcohol (WACDAM) a sefydlu Panel Cynghori ar Gamddefnyddio Sylweddau dros dro	Mae'r fframwaith presennol ar gyfer 'cyffuriau anghyfreithlon' yn 44 blwydd oed bellach. Mae wedi bod yn destun adolygiad bach yn hytrach nag un

¹³ Cynulliad Cenedlaethol Cymru (2017) *Hanes Datganoli yng Nghymru* <http://www.assembly.wales/cy/abthome/role-of-assembly-how-it-works/Pages/history-welsh-devolution.aspx>

¹⁴ Transform (2017) <http://www.tdpf.org.uk/resources/drug-policy-timeline>

¹⁵ Dropwise (2016) What are the UK Drug Laws <http://www.dropwise.org.uk/wp-content/uploads/druglinktimeline-1.pdf>

¹⁶ Llywodraeth Cynulliad Cymru (2004) *Substance Misuse: Key Structural and Policy Developments* SJR-12-04(p.1) ANNEX 1

[illegible]

	refferendwm ar ddatganoli yng Nghymru; llwyddiannus 1997 Etholiadau'r DU – Llafur (Tony Blair) yn dod â 18 mlynedd o lywodraeth gan y Ceidwadwyr i ben 1998 Deddf Llywodraeth Cymru; y Cynulliad Cenedlaethol yn cael ei ffurfio 1999 Etholiadau cyntaf y Cynulliad; ethol Llywodraeth Lafur leiafrifol – clymblaid â'r Democratiaid Rhyddfrydol	Strategaeth i Fynd i'r Afael â Chamddefnyddio Cyffuriau ac Alcohol yng Nghymru 1998 Tackling drugs to build a better Britain (Y Swyddfa Gartref) 1998 Deddf Trosedd ac Anhrefn (Cyflwyno Gorchmynion Profi am Gyffuriau)		cynhwysfawr, ac mae'n cael ei feirniadu'n gyson am beidio ag adlewyrchu'n gywir y mathau o niwed sy'n cael eu hachosi gan wahanol gyffuriau cyfreithlon ac anghyfreithlon¹⁷. (Mae gwahanol gyffuriau wedi'u hychwanegu neu eu dosbarth wedi'i newid dros y blynyddoedd). Mae Cymru yn ymdrin ag alcohol a chyffuriau drwy strategaeth gydgyssylltiedig er 1996; mae hyn yn wahanol i'r dull o'u trin ar wahân yn Lloegr a'r Alban. 1998 Mae strategaeth gyffuriau San Steffan yn cyfeirio at Brydain, ond mae polisi'n cael ei ddatganoli.
2000-2008	2001 Etholiadau'r DU; ailethol Llafur a Tony	2000 Delio â chamddefnyddio	2001 Sefydlu'r Panel Cyngori ar Gamddefnyddio Sylweddau (PCGS)	Materion iechyd a lles cymdeithasol yn cael eu

¹⁷ Nutt, D.J; King, L.A a Phillips, L.D. (2010) Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis *Lancet* 376 (9752):1558–1565, 6

Blair 2002 Mabwysiadu'r term Llywodraeth Cynulliad Cymru 2003 Ail etholiadau'r Cynulliad; Llafur yn ennill 50% o'r seddau ac yn ffurfio llywodraeth 2005 Etholiadau'r DU; ethol Llafur a Tony Blair am y trydydd tro 2006 Ail Ddeddf Llywodraeth Cymru – gwahanu pwerau'n ffurfiol rhwng y Ddeddfwrfa (y Cynulliad Cenedlaethol) a'r Weithrediaeth (Llywodraeth Cymru). (Pwerau i wneud Cyfreithiau mewn meysydd penodedig)	sylweddau yng Nghymru: Y dull partneriaeth 2003 Hidden Harm: Responding to the needs of the children of problem drug users (ACMD) 2004 Alcohol harm reduction strategy for England 2007 Safe, Sensible, Social: The next steps in the national alcohol strategy (Lloegr)	2003 Diddymu Timau Gweithredu ar Gyffuriau ac Alcohol a Thimau Gweithredu Lleol a sefydlu Timau Gweithredu ar Gamddefnyddio Sylweddau yn eu lle (22 – wedi'u seilio ar ffiniau cyffredin y Partneriaethau Diogelwch Cymunedol, Awdurdodau Lleol a Byrddau Iechyd Lleol) 2003 Sefydlu Timau Cyngori Rhanbarthol ar Gamddefnyddio Sylweddau 2003 – Adolygiad o Wasanaethau Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2002/03, Adroddiad Terfynol 2004-5 Sefydlu Fframweithiau Trin Camddefnyddio Sylweddau (Ychwanegu fframweithiau'n ddiweddarach)	datganoli, wrth lunio strategaeth. 2000 – Cymru'n cyfuno ei dull o ddelio â'r holl gyffuriau mewn un ddogfen bolisi
--	--	--	--

	2007 Trydydd etholiadau'r Cynulliad; Ffurio clymblaid 'Cymru'n Un' rhwng Llafur a Plaid.			
2008-2013	2009 - Ad-drefnu'r GIG yng Nghymru (Sefydlu 7 BILI a 3 Ymddiriedolaeth GIG) 2009 Sefydlu Monitoring and Evaluating Scotland's Alcohol Strategy (MESAS) 2010 Etholiadau'r DU; Y Ceidwadwyr yn ffurfio clymblaid â'r Democratiaid Rhyddfrydol o dan David Cameron 2010 Y Swyddfa Gartref yn torri cyllid ar gyfer y Rhaglen Ymyriadau	2008 Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau i Gymru 2008-2018 2008 The road to recovery: A new approach to tackling Scotland's drug problem. 2009 Cyhoeddi Alcohol Framework for Action (Yr Alban) 2010 Drug	Cyfrifoldeb yn LIC yn y portffolio Llywodraeth Leol a Chymunedau 2008 Cynllun Gweithredu Tair Blynedd y Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau 2008-11 2008 y Gronfa Weithredu ar Gamddefnyddio Sylweddau = £25 miliwn 2008 Sefydlu Bwrdd Gweithredu'r Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau 2009 - Dyroddi canllawiau ar droi'r 22 Tîm Gweithredu ar Gamddefnyddio Sylweddau yn 7 Bwrdd Cynllunio Ardal (BCA) 2009 Clustnodi £1 miliwn ar gyfer gwasanaethau Haen 4 2009 Canllawiau newydd ar Gronfa Ddata Genedlaethol Cymru ar	2008 Mwy o wahaniaethau'n codi rhwng polisi a strategaeth pedair gwlad y DU. Llywodraeth Cymru yw'r unig weinyddiaeth yn y DU sy'n parhau â pholisi sylweddau cyfunol. Er hynny, mae rhai meysydd gweithredu mwy yn gyffredin i'r polisïau: mae Atal, Lleihau Niwed, Triniaeth ac Argaeledd yn themâu cyffredin. Elfennau 'ymadfer' yn codi mewn polisïau, yn enwedig yn yr Alban Cyllid – ffrydiau cyfun; Y Gronfa Weithredu ar Gamddefnyddio Sylweddau, lechyd (Byrddau lechyd Lleol), Cyfiawnder Troseddol (y Swyddfa Gartref;

	Cyffuriau 8% 2011 – Trydydd refferendwm; mwy o bwerau 2011 Pedwerydd Etholiad y Cynulliad; Llafur yn ennill 50% o'r seddau eto 2012 Cyflwyno Comisiynwyr Heddlu a Throseddau	Strategy 2010, reducing demand, restricting supply, building recovery: supporting people to live a drug free life (Lloegr) 2012 Strategaeth Alcohol y Llywodraeth 2012 Deddf Alcohol (Isafbris) (Yr Alban) 2012	Gamddefnyddio Sylweddau 2009 Cyflwyno'r Proffil Canlyniadau Triniaeth 2009 Y Gynhadledd Gyntaf i Ddefnyddwyr Gwasanaethau Cymru 2010 Sefydlu BCAau 2010 Cynyddu cyllideb y Gronfa Weithredu ar Gamddefnyddio Sylweddau £5.9 miliwn i £34.5 miliwn. 2010 Timau Integredig Cymorth i Deuluoedd – sefydlu'r ardaloedd arloesi 2011 Dechrau defnyddio'r Gronfa Ddata newydd ar gyfer Lleihau Niwed 2011 Llywodraeth Cymru yn cefnogi Recovery Cymru 2011 Sefydlu Grŵp Economi Hwyr y Nos Cymru Gyfan 2012 Trosglwyddo cyfrifoldeb yn LIC i Wasanaethau Iechyd a Chymdeithasol	yr Heddlu a'r Gwasanaeth Prawf), ac elfennau eraill sy'n cyfrannu. Clustnodi arian y Byrddau Iechyd Lleol. Yr Alban yn datgan ei bod yn parhau â'i hymdrech i drin alcohol fel un o'r thair blaenoriaeth bolisi uchaf. Nid oes dim yn cyfateb i hyn mewn mannau eraill; yn wir, mae polisi ar alcohol a chyffuriau yn dechrau gwanhau yn Lloegr. Cyfuno cyllidebau; yng Nghymru drwy bortffolio gweinidogol newydd a thrwy Gomisiynwyr Heddlu a Throseddau ar gyfer cyfuno arian yr Heddlu ac arian y Rhaglen Ymyriadau Cyffuriau
2013-2016	2013 Cyllid gan y Swyddfa Gartref i'r Rhaglen Ymyriadau Cyffuriau yn dod i ben	2016 Deddf Sylweddau Seicoweithredol	2013 Cyllideb y Gronfa Weithredu ar Gamddefnyddio Sylweddau yn 2013/14 yw £32.547 miliwn, a £22.663 miliwn ohono wedi'i ddyrannu	Etholiadau'r Cynulliad yn symud i gylch 5 mlynedd sefydlog. Y polisi a'r cyfrifoldeb yn LIC yn

	2014 Deddf Cymru 2015 Etholiadau'r DU; Y Ceidwadwyr gyda David Cameron yn ennill mwyafrif 2016 Pumed Etholiadau'r Cynulliad; Llafur yn ennill 29 o seddau, yn brin o fwyafrif 2016 Refferendwm 'Brexit' 2016 Cyhoeddi canllawiau diwygiedig ar argymhellion ar yfed alcohol ar y cyd gan Brif Swyddogion Meddygol y DU		i BCAau (clustnodi £2.75 miliwn ar gyfer prosiectau i blant a phobl ifanc a £17.134 miliwn o fewn BILlau) 2013 Cyflwyno Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau: Systemau Gofal Integredig sy'n Canolbwyntio ar Adferiad 2013 Lansio WEDINOS (Welsh Network of Emerging Drugs and Identification of Novel Substances) 2014 Cyhoeddi Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau: Cynnwys Defnyddwyr Gwasanaethau 2014 Sefydlu'r Bwrdd Dadansoddi Data a Gwybodaeth 2015 Y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn cyhoeddi adroddiad ar ei ymchwiliad i'r camddefnydd o alcohol a chyffuriau 2016 Gweinidog Iechyd y Cyhoedd a Gwasanaethau Cymdeithasol yn gyfrifol am y maes yn LIC ar ôl yr etholiad 2016 (Medi) Cyhoeddi Cynllun	parhau'n rhan o faes iechyd a gwasanaethau cymdeithasol (gan adlewyrchu'r cyfrifoldeb a chyfeiriad polisi a ddatblygwyd).
--	---	--	---	--

			Cyflawni 2016-18	
2017 ac wedyn	2017 Etholiadau'r DU 2017 Deddf Cymru; yn diwygio Deddfau 2006 a 2014			Deddf 2017 yn pennu'r pwerau a roddir a'r rheini a gedwir yn ôl, gan ei wneud yn glir, ar un ystyr, beth nad yw LIC yn gallu ei wneud. Gallai hyn arwain at ddileu'r cyfle i LIC gyflwyno cyfraith ar Isafbris Uned ar wahân i Loegr ¹⁸ .

¹⁸ Ers ysgrifennu'r adroddiad hwn, cafwyd cynnydd sylweddol mewn perthynas â'r Isafbris Uned. Yn gyntaf, cyflwynwyd Bil Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) ac mae'n mynd drwy broses craffu'r Cynulliad ar hyn o bryd; ac, yn ail, mae'r Isafbris Uned yn yr Alban bellach wedi trechu'r holl heriau cyfreithiol ac mae Llywodraeth yr Alban wedi cyhoeddi y bydd yn dod i rym ar 1 Mai 2018.

3. Atodiad C – Modelau Rhesymeg Tybiedig

Comisiynwyd yr adolygiad hwn gan ragnodi mai methodoleg Dadansoddi Cyfraniad a oedd i'w defnyddio. Elfen ganolog yn y broses hon yw pennu modelau rhesymeg. Dangoswyd drwy'r broses adolygu nad oedd modelau rhesymeg penodol, ffurfiol wedi'u pennu ar ddechrau cyfnod y Strategaeth. Fodd bynnag, drwy brofion, daeth yn glir i dîm yr adolygiad fod damcaniaeth newid ymhlyg wedi'i dilyn wrth ddatblygu'r Strategaeth. Mae'r Atodiad hwn yn crynhoi'r ystyriaethau hyn ac, wrth wneud hynny, yn cynnig (1) damcaniaeth newid dybiedig, (2) set o fodelau rhesymeg tybiedig ar y 'man cychwyn' (2008), a (3) awgrym am ddelwedd ar gyfer y camau posibl nesaf.

3.1 Cyd-destun

Mae'r ystyriaethau am y Ddamcaniaeth Newid dybiedig (gweler **Adran 5** o'r prif adroddiad) yn dangos gweithgarwch neu effaith mewn nifer o feysydd (sy'n dod yn fodelau rhesymeg tybiedig ar gyfer y 'man cychwyn'). Yr hyn nad oedd y Strategaeth wedi'i wneud, ac sydd heb ei wneud felly yn yr Atodiad hwn, yw awgrymu pwysoliadau ar gyfer y meysydd hyn, h.y. a oes rhagdybiaeth bod un maes neu weithgarwch penodol yn debygol o gyfrannu mwy na'i gilydd (ac a yw'r adnoddau a/neu weithgareddau yn dilyn pwysoliadau o'r fath).

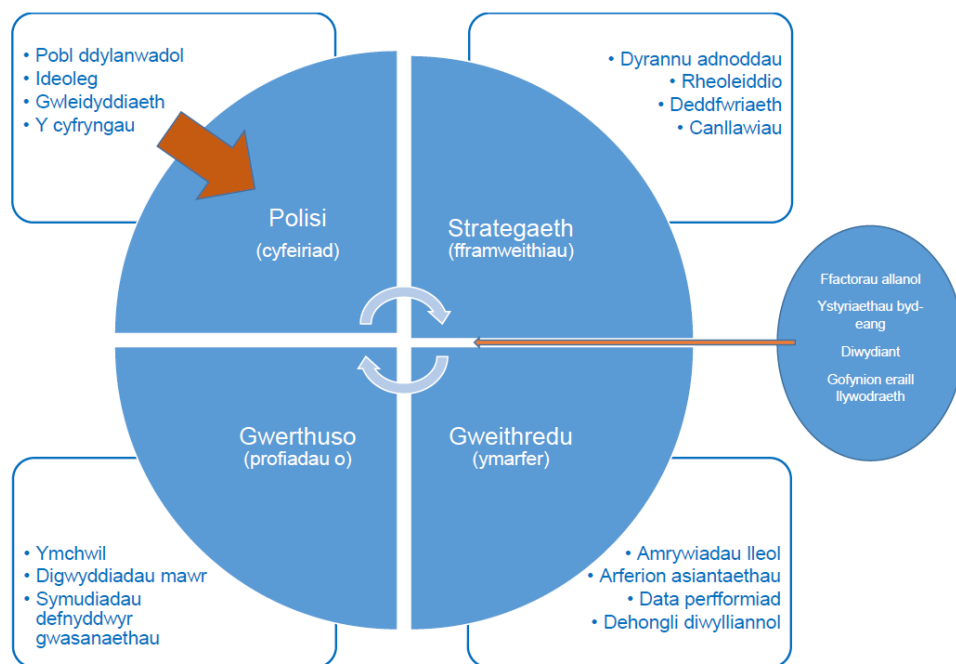
Mae strategaethau'n adlewyrchu polisi. Er mwyn eu deall, mae'n bwysig deall y cyd-destun polisi. Fodd bynnag, mae'r defnydd o alcohol a chyffuriau eraill yn torri ar draws nifer mawr o agendâu, felly mae'n ymfodol mewn cymdeithasau cyfan.

Mae strategaethau ar alcohol a chyffuriau eraill yn ymwneud yn bennaf â delio â'r canlyniadau negyddol i'r defnydd ohonynt. Felly, er mwyn deall y cyd-destun ehangach, mae'n bwysig:

- deall y ffactorau cymhleth sy'n cyfrannu at ddatblygu ac esblygu polisi (gweler **Ffigur A3.1** isod).

- gosod yr hyn sy'n cael ei werthuso (h.y. gweithgareddau sy'n ymwneud â Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Llywodraeth Cymru) o fewn ystod o ystyriaethau eraill sydd yr un mor debygol o gyfrannu at unrhyw newid mewn defnydd/ymddygiad/canlyniadau i ddefnyddio alcohol a chyffuriau¹⁹ (gweler **Tabl A3.2** isod).

Ffigur A3.1: Model polisi



¹⁹ Wrth gwrs, dyma holl ddiben y dull Dadansoddi Cyfraniad.

Tabl A3.2: Enghreifftiau o ystyriaethau eraill

Cylch dylanwad	Enghreifftiau o ystyriaethau
Gweithgareddau eraill LIC	• Yn benodol: iechyd, gofal cymdeithasol, addysg, troseddol, tai, digartrefedd, cam-drin domestig ac iechyd meddwl
Blaenoriaethau/pwysau eraill i weithredwyr/asiantaethau allweddol	• Cyni • Rheoli risg
Gweithgareddau Llywodraeth y DU	• Y system budd-daliadau • Cyfraith trosedd • Gweithgarwch ar ffiniau
Gweithgareddau Diwydiant	• Alcohol • Tybaco • Ffarmacoleg • Anghyfreithlon
Gweithgareddau/polisi ar alcohol a chyffuriau mewn gwledydd tramor	• Y rhyfel yn erbyn opiwm yn Affganistan • Ymfudo (gwahanol boblogaethau o droseddwyr)
Llesiant yr unigolyn	• Cariad • Ysbrydolrwydd

3.2 Man cychwyn cyffredinol tybiedig (ymhlyg) y Strategaeth

Mae'n werth nodi bod y strategaeth *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed* yn ddogfen sefydlog, ond ei bod yn dilyn ei llwybr ei hun y gellir ei ddeall yn well drwy ystyried (1) dogfennau a digwyddiadau blaenorol (gweler **Atodiad B**), (2) ei mannau cychwyn (2008), a (3) y fframwaith presennol ar gyfer adrodd a monitro ochr yn ochr â datblygiadau diweddar mewn polisi a chyfraith.

Yn y cyd-destun hwn, nid yw'r disgrifiad presennol o'r fframwaith, tirwedd, problemau ac atebion yn adroddiad 2016²⁰ yn cyfateb yn union i'r sefyllfa yn 2008. Yn fwy diweddar, mae Llywodraeth Cymru wedi gosod polisi iechyd a gofal cymdeithasol yng nghyd-destun *Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014* a *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015*.

Rhagdybiaeth gychwynnol gyffredinol y Strategaeth oedd bod pobl sy'n camddefnyddio cyffuriau, alcohol neu sylweddau eraill yn achosi niwed sylweddol iddyn nhw eu hunain ac i gymdeithas²¹. Y rhagdybiaeth ymhlyg felly oedd bod 'rhai' pobl yn 'camddefnyddio' sylweddau, a hyn sy'n egluro pam roedd y Strategaeth hon wedi'i galw'n strategaeth 'camddefnyddio' (gweler **Adran 4** o'r prif adroddiad), er bod Llywodraeth Cymru yn rhoi sylw hefyd i ddefnydd gan y boblogaeth gyfan, sy'n agenda ar 'ddefnyddio' sylweddau.

Felly roedd y model rhesymeg craidd ar gyfer man cychwyn 2008 wedi'i seilio'n glir ar y rhagdybiaeth bod 'camddefnyddio yn cyfateb i niwed'.

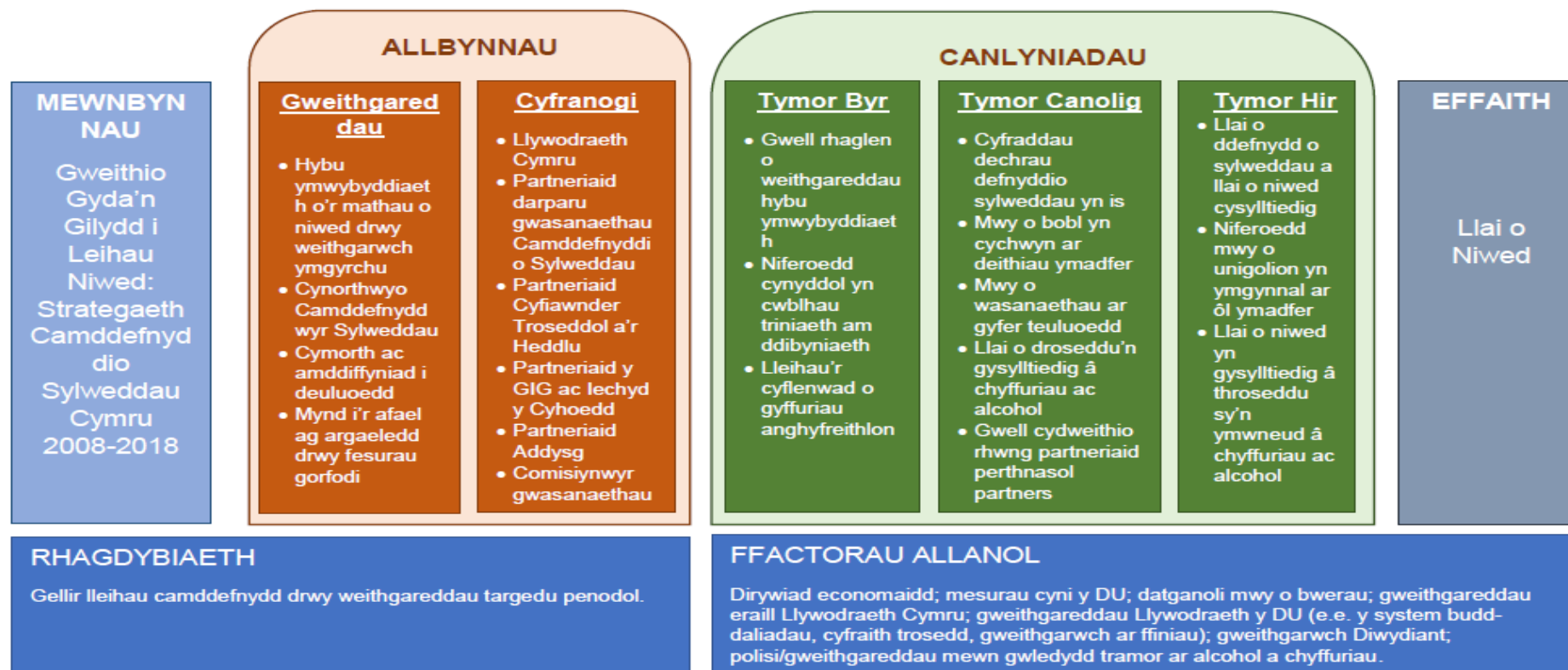
²⁰ Llywodraeth Cymru (2016). *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Adroddiad Blynnyddol a Rhagolwg Camddefnyddio Sylweddau 2016*. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/dhss/publications/161220ar-sm-cy.pdf>

²¹ Un ystyriaeth gritigol i dîm yr adolygiad oedd bod y defnydd o alcohol a rhai cyffuriau eraill hefyd yn ddymunol, yn creu gweithgarwch economaidd ac yn rhoi nifer o wahanol fuddion cadarnhaol.

Ffigur A3.3: Model Rhesymeg Craidd Tybiedig y Strategaeth – 2008

CYD-DESTUN: Mae pobl sy'n camddefnyddio cyffuriau, alcohol neu sylweddau eraill yn achosi niwed sylweddol iddyn nhw eu hunain ac i gymdeithas.

SAIL RESYMEGOL: Gellir lleihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau os caiff y defnydd ohonynt ei leihau, os yw mesurau atal a thriniaeth yn effeithiol ac os cyfyngir ar y cyflenwad.



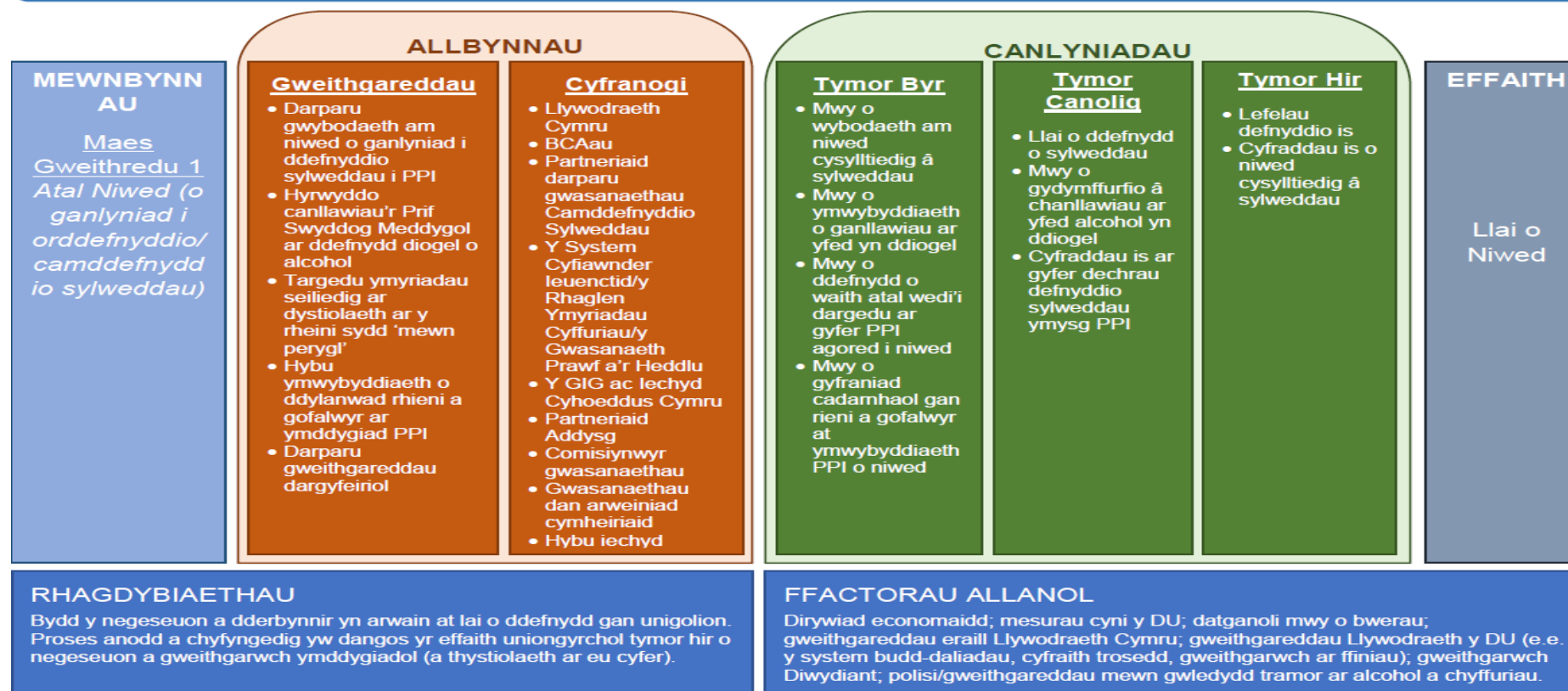
3.3 Meysydd tybiedig (ymhlyg) y Strategaeth

Mae'r Strategaeth yn enwi pedwar maes: (1) lleihau niwed, (2) cymorth i ddefnyddwyr sylweddau, (3) teuluoedd a (4) mynd i'r afael ag argaeledd drwy gamau gorfodi. Mae'r diagramau canlynol (**Ffigurau A3.4-A3.7**) yn trosi'r meysydd hyn yn fodelau rhesymeg ymhlyg.

Ffigur A3.4: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 1 (Atal Niwed) – 2008

CYD-DESTUN: Mae pobl sy'n camddefnyddio cyffuriau, alcohol neu sylweddau eraill yn achosi niwed sylweddol iddyn nhw eu hunain ac i gymdeithas.

SAIL RESYMEGOL: Gellir lleihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau os caiff y defnydd ohonynt ei leihau (a gellir cyflawni hyn drwy weithgareddau ar gyfer atal a hybu ymwybyddiaeth).

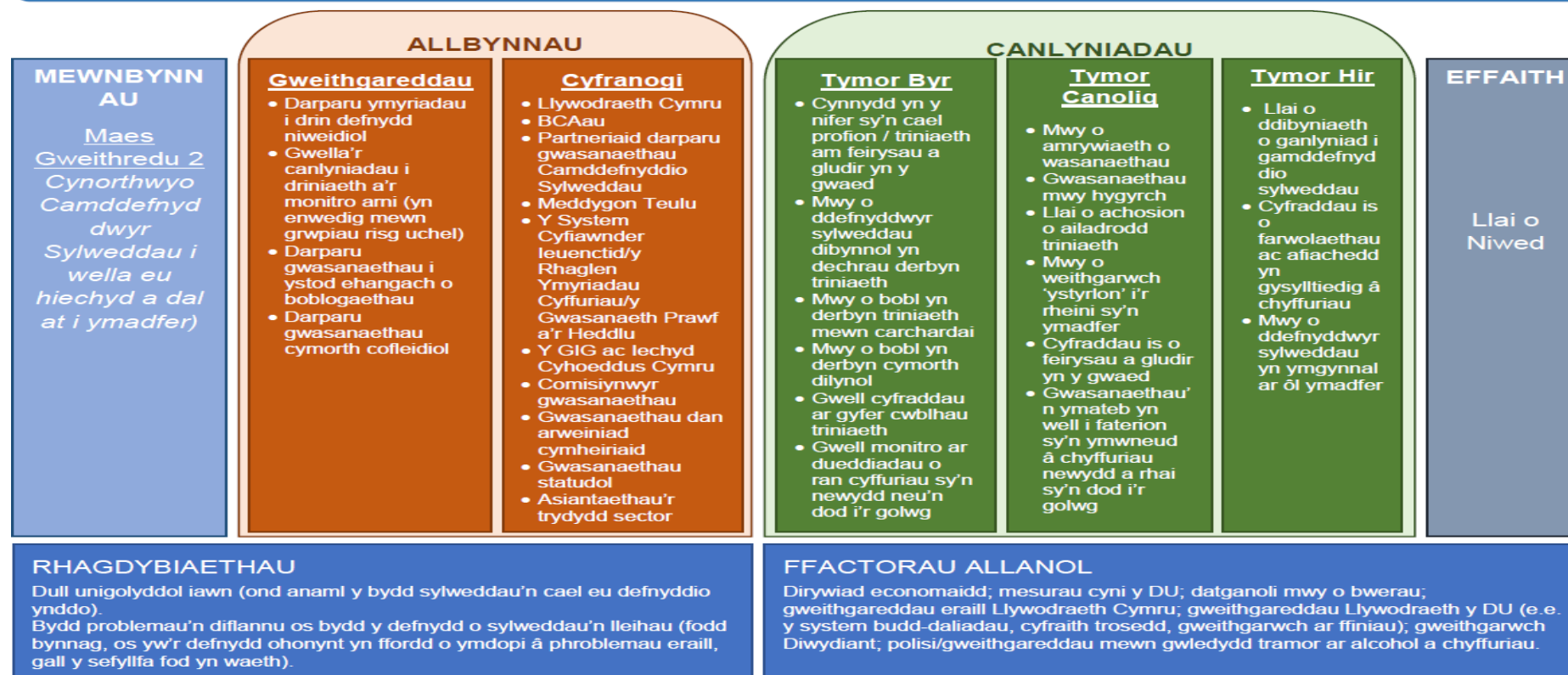


KEY: CYP = Children and Young People

Ffigur A3.5: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 2 (Cynorthwyo Camddefnyddwyr Sylweddau) – 2008

CYD-DESTUN: Mae pobl sy'n camddefnyddio cyffuriau, alcohol neu sylweddau eraill yn achosi niwed sylweddol iddyn nhw eu hunain ac i gymdeithas.

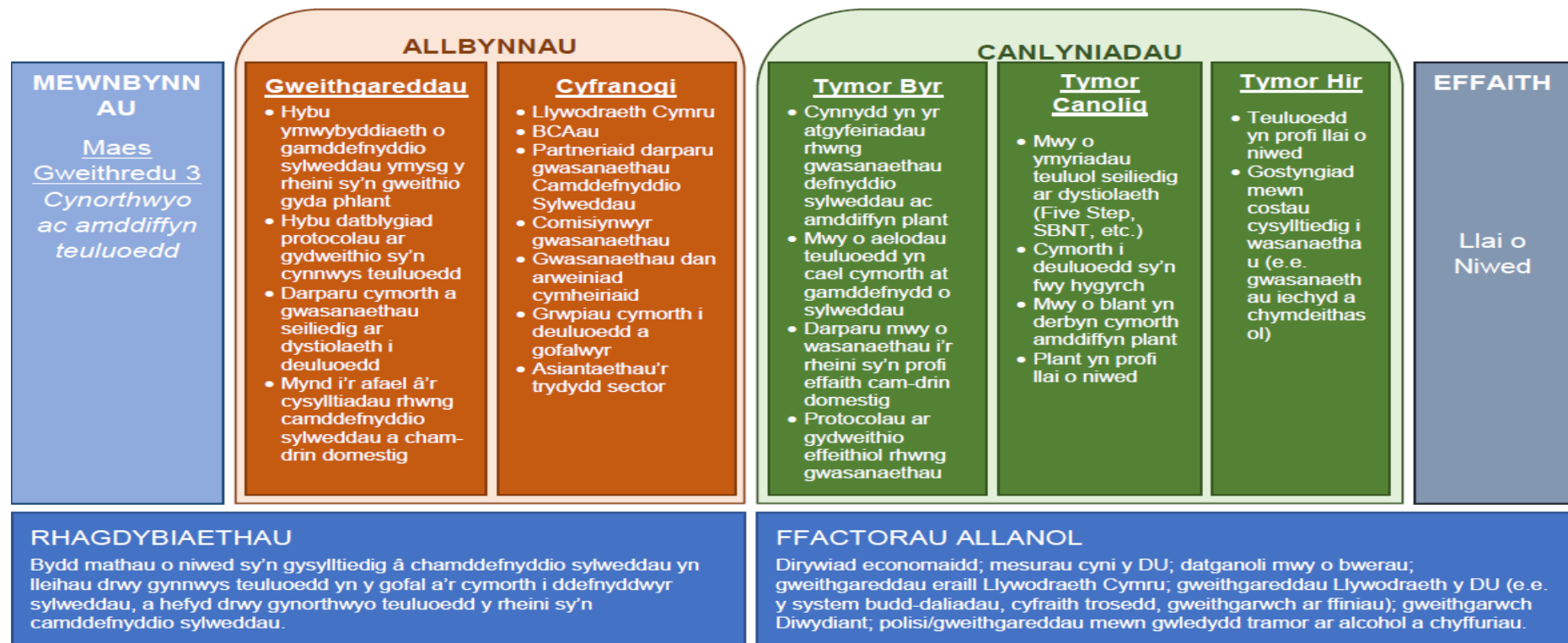
SAIL RESYMEGOL: Gellir lleihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau os caiff y defnydd ohonynt ei leihau (a gellir cyflawni hyn drwy driniaeth effeithiol a chymorth i ymgynnal ar ôl ymadfer).



*Mae'r strategaeth Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed yn cyfeirio at 'gamddefnyddwyr sylweddau'. Mae term o'r fath yn anghydnaws â'r syniadau yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant sy'n cyfeirio at 'gymorth i unigolion'.

CYD-DESTUN: Mae pobl sy'n camddefnyddio cyffuriau, alcohol neu sylweddau eraill yn achosi niwed sylweddol iddyn nhw eu hunain ac i gymdeithas.

SAIL RESYMEGOL: Gellir lleihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau drwy ddull mwy cyfannol o ddarparu cymorth ac ymyriadau i deuluoedd.

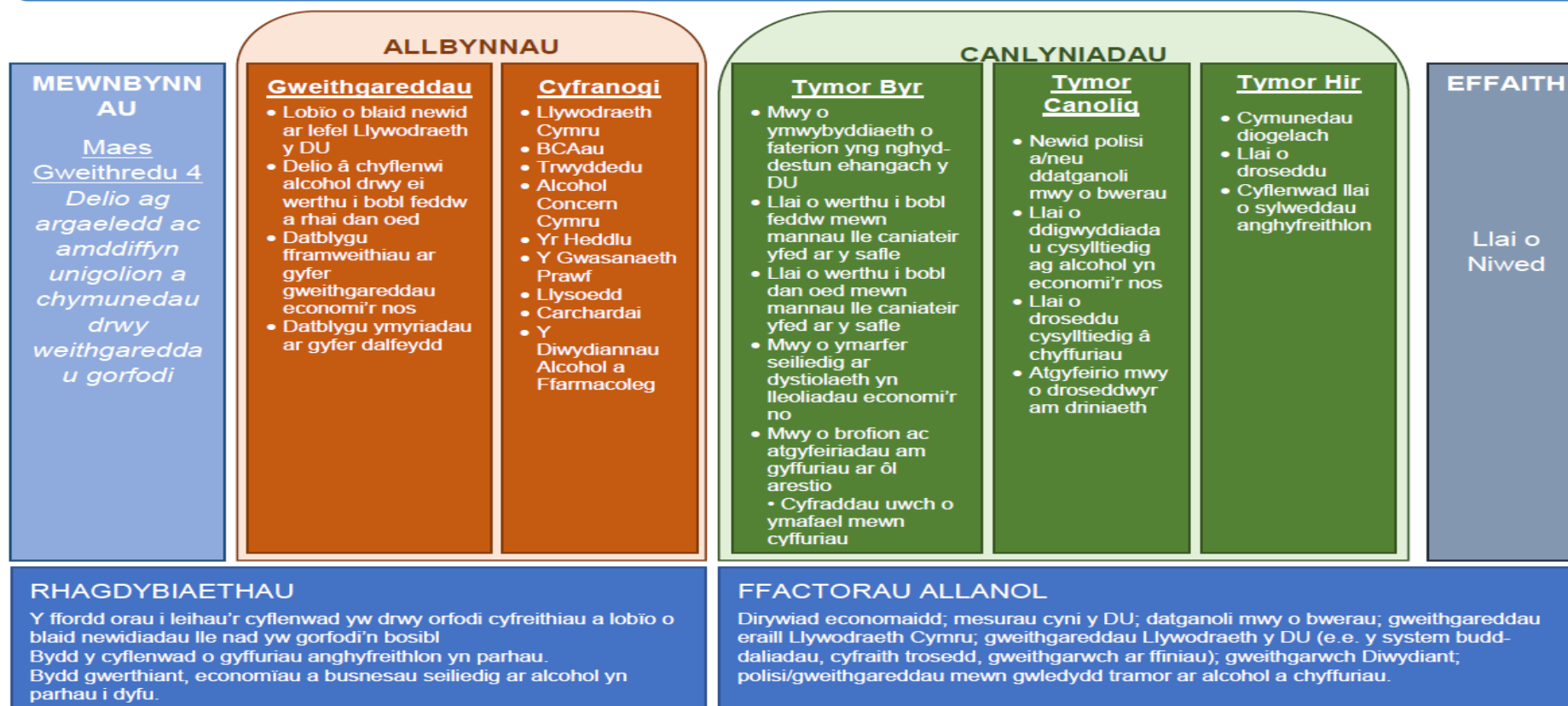


*Mae tystiolaeth yn awgrymu bod tri math o ymyriad teuluol: (1) ymyriad therapi teuluol, (2) gwaith gyda theuluoedd i ddylanwadu ar y defnyddiwr sylweddau yn unig, a (3) gweithio gyda theuluoedd i gwrdd â'u hanghenion eu hunain yn unig ac nid anghenion y defnyddiwr sylweddau.

Ffigur A3.7: Model Rhesymeg Maes Gweithredu Tybiedig 4 (Delio ag Argaeledd drwy Gamau Gorfodi) – 2008

CYD-DESTUN: Mae pobl sy'n camddefnyddio cyffuriau, alcohol neu sylweddau eraill yn achosi niwed sylweddol iddyn nhw eu hunain ac i gymdeithas.

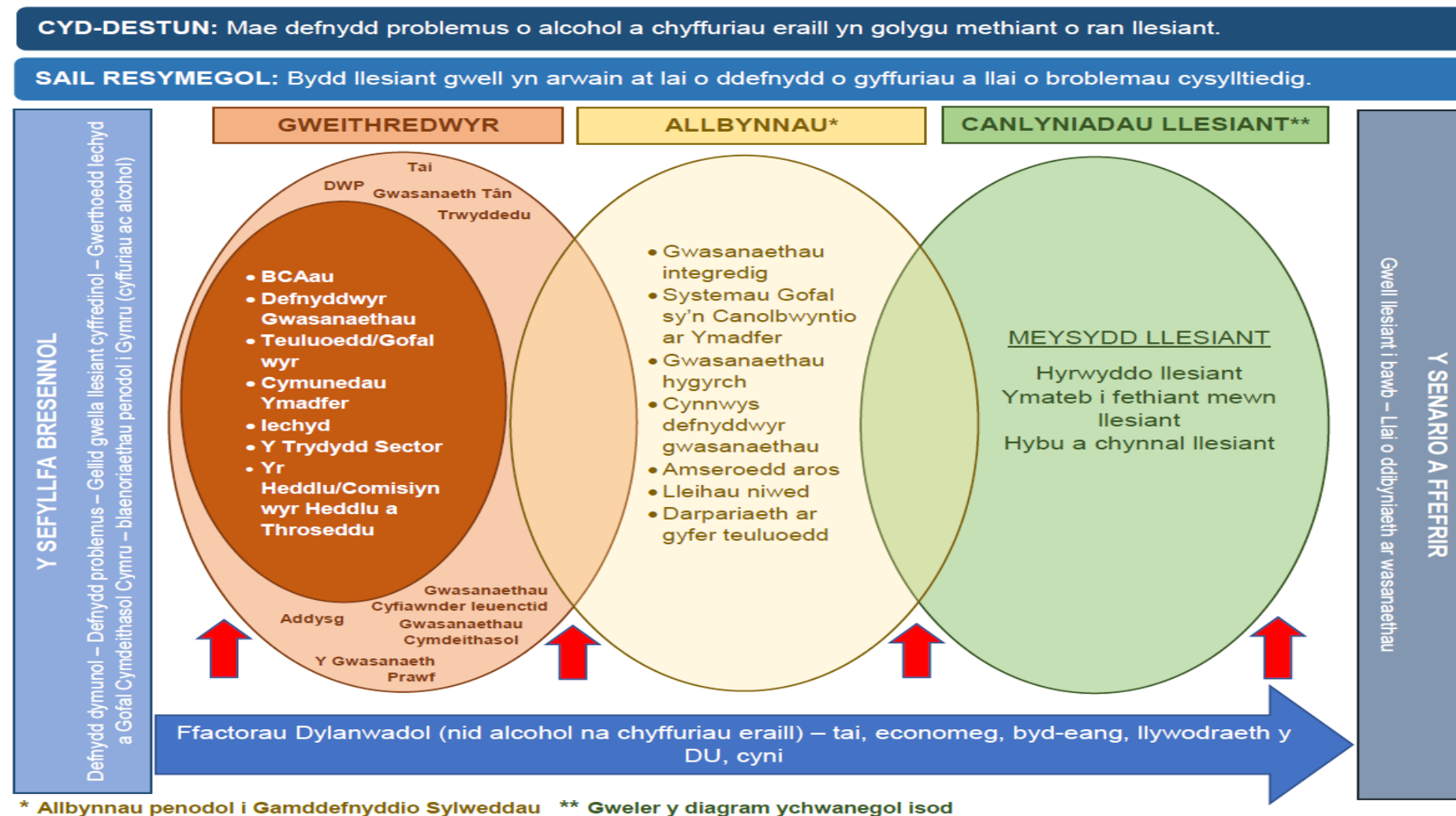
SAIL RESYMEGOL: Gellir lleihau'r mathau o niwed sy'n gysylltiedig â chamddefnyddio sylweddau drwy leihau'r cyflenwad o gyffuriau anghyfreithlon a gorfodi'r gyfraith ar gyflenwi alcohol.



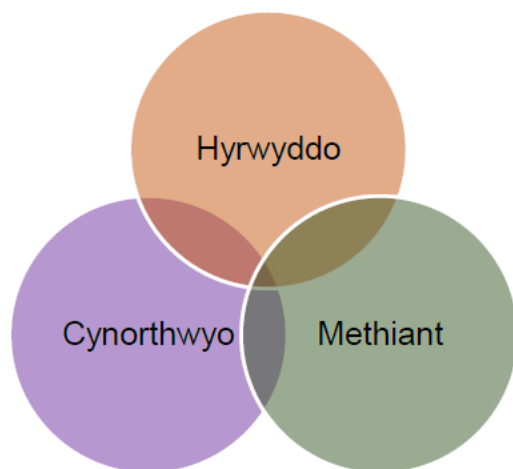
3.4 Ystyriaethau presennol (ar ddiwedd cyfnod y Strategaeth)

Mae'r modelau rhesymeg uchod wedi'u cyflwyno ar ffurf linol draddodiadol. Mae tîm yr adolygiad yn awgrymu y gellir deall y sefyllfa bresennol yn well mewn model rhesymeg hybrid. Mae'r ddelwedd ganlynol (**Ffigur A3.8**) yn awgrym o ffordd i ddangos natur ddynamig a hylifol y gwahanol gyfraniadau at effaith y Strategaeth. Mae'n ymdrin â'r diddordebau polisi presennol a'r cyfeiriadau ar gyfer darparu gwasanaethau ar sail y senario a ffeirir o 'well llesiant i bawb', yn hytrach na chanolbwyntio ar 'yr effaith o leihau niwed' (sydd wedi'i adlewyrchu ym modelau rhesymeg tybiedig y man cychwyn sydd wedi'u dangos uchod). Mae'n awgrymu alinio ac integreiddio polisi ar ddefnyddio (nid 'camddefnyddio') sylweddau â'r polisi sydd bellach yn flaenaf yn *Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014* a *Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015*.

Ffigur A3.8: Dehongliad o'r model rhesymeg presennol (hybrid)



Ffigur A3.9: Y Meysydd Llesiant Presennol



Hyrwyddo Llesiant	Hybu Iechyd Lleihau niwed (i unigolion a'r gymuned) Dargyfeirio Eirioli
Ymyrryd yn ystod methiant mewn llesiant	Dadwenwyno cleifion mewnol/yn y gymuned Adsefydlu Preswyl Digartrefedd Cyfiawnder Troseddol Iechyd Meddwl Cam-drin Domestig
Cynnal a hybu llesiant	Triniaeth Cwnsela Grwpiau Cymheiriaid Hunangymorth Ymadfer

4. Atodiad D – Adroddiadau Alcohol Concern Cymru (Papurau Ymchwil a Briffio)

Mae prif adroddiad yr adolygiad yn cyfeirio mewn nifer o fannau at gorff o waith a gwblhawyd dros y cyfnod 2011-2016 gan Alcohol Concern Cymru. Credir bod yr ystyriaethau hyn i bolisi ac ymchwil yn werthfawr am eu bod yn ymwneud yn benodol â'r cyd-destun yng Nghymru. Mae rhestr yn yr Atodiad hwn o'r prif ddogfennau a phrif negeseuon sydd wedi'u hystyried yn yr adolygiad o'r Strategaeth.

Tabl A4.1: Crynodeb o Adroddiadau Alcohol Concern Cymru (2010-2016) a sylwadau arnynt

Blwyd dyn	Teitl	Crynodeb a sylwadau
2016	Gwaethaf po Rataf	<i>Argaeledd</i> - Arolwg o chwe lleoliad ledled Gogledd Cymru sy'n nodi nifer mawr o enghreifftiau o argaeledd alcohol am lai na 25c yr uned (Seidr a Pherai), ynghyd â nifer o ddiodydd eraill am lai na 50c yr uned (Lager, Cwrw, Gwin, Gwin Cadarn a Gwirodydd). - Tystiolaeth o blaid yr alwad am Isafbris Uned am alcohol yng Nghymru.
	Alcohol a hunanladdiad	<i>Lleihau Niwed/Triniaeth</i> Arweiniad byr yn bwrw golwg ar ymchwil sy'n tynnu sylw at y cysylltiadau tebygol rhwng hunanladdiad/hunan-niweidio a defnyddio alcohol – fel mater pwysig i'r rheini sy'n agored i niwed oherwydd ffactorau bywyd eraill (ac sydd heb fod yn derbyn triniaeth alcohol) yn ogystal â'r rheini sy'n derbyn triniaeth. Argymhellion ar gyfer rôl Ymyriadau Byr a mwy o ymwybyddiaeth ymysg gweithwyr proffesiynol.
2015	Yfwch yn gyfrifol (ond, da chi, daliwch i yfed)	<i>Argaeledd</i> Dadansoddiad o 18 o rifynnau o 5 cylchgrawn 'ffordd o fyw' blaenllaw a gyhoeddwyd

	gan archfarchnadoedd rhwng Gorffennaf a Rhagfyr 2014. Mae'n tynnu sylw at y nifer mawr o hysbysebion am alcohol a rhai ohonynt (48%) yn cynnwys negeseuon am yfed yn gyfrifol. • ... ond wedi'u cyflwyno yng nghyd-destun gwerthu alcohol a dymuno i ddefnyddwyr ei brynu a hyrwyddo ffordd o fyw benodol. • Mae'n argymhell cynnwys negeseuon mewn print brasach wedi'u seilio ar ffeithiau am iechyd ac alcohol.
The relationship between alcohol and gambling behaviours	<i>Triniaeth/Poblogaethau Neilltuol</i> • Arolwg cynhwysfawr o'r llenyddiaeth ryngwladol – yn tynnu sylw at y gydberthynas rhwng dau fath o ymddygiad a all arwain at ganlyniadau niweidiol sylweddol. Mae'n nodi tystiolaeth sy'n dangos bod y defnydd o alcohol yn arwain at lai o reolaeth dros ymddygiad gamblo. • Mae'n nodi gorgyffwrdd posibl rhwng ymyriadau triniaeth. (Cymharer hyn â'r gwaith rhagorol gan y Stafell Fyw yng Nghaerdydd.)
2014	Creu cwsmeriaid: Ffyrdd newydd a llefydd newydd i werthu alcohol, a phobl newydd i'w brynu <i>Atal/Argaeledd</i> • Ystyriaeth fanwl i rai o ddulliau marchnata'r diwydiant alcohol. • Mae'n cloi drwy gynnig argymhellion am yr angen am ragor o reoleiddio annibynnol a hyrwyddo/hysbysebu ffeithiol.
	Alcohol a'r gweithle <i>Atal/Lleihau Niwed</i> • Arweiniad byr ar y rhan y mae'r gweithle'n gallu ei chwarae mewn darparu ymyriadau i helpu i ddelio â'r gost (o ran amser a pherfformiad) sy'n gysylltiedig â'r defnydd o alcohol a'i effaith ar y gweithle.
	Estyn y brand: Sut mae <i>Atal</i>

	brandiau alcohol yn gwthio ffiniau marchnata	• Ymchwiliad byr i'r ffordd y mae brandiau alcohol yn cael eu hymestyn i gynnwys cynhyrchion analcololaidd.
	Gofal piau hi: Prosiect gan Alcohol Concern Cymru ar y cyd â NewLink Wales i helpu gofalwyr di-dâl i osgoi problemau ag alcohol	<i>Teuluoedd</i> • Arolwg manwl ac ymchwil grwpiau ffocws gyda gofalwyr ledled Cymru. • Mae'n cadarnhau bod alcohol yn cael ei ddefnyddio fel mecanwaith ymdopi gan ofalwyr i ddelio â phwysau eu rôl. • Argymhellion i hybu ymwybyddiaeth o'r mater hwn, gwybodaeth i ofalwyr a gwybodaeth, cyngor, hyfforddiant a chymorth i'r rheini sy'n gweithio gyda gofalwyr a'u cynorthwyo.
	Mentro a cholli? Alcohol a gamblo: ymchwilio i'r nodweddion cyffelyb ac atebion cyffredin	<i>Atal/Triniaeth</i> • Adroddiad manwl sy'n tynnu sylw ar y cysylltiadau a'r gorgyffwrdd rhwng y ddau fath o ymddygiad. • Cynigir nifer o argymhellion ym meysydd polisi, atal, asesu a thrin.
2013	Ar y ffordd: Alcohol a gyrru	<i>Lleihau Niwed</i> • Arolwg o lenyddiaeth a pholisi sy'n edrych yn benodol ar fater gyrru o dan ddylanwad alcohol, a hefyd yn fwy cyffredinol ar le alcohol ar ein ffyrdd. • Mae'n gwneud nifer o argymhellion am derfynau cyfreithiol, arferion diwydiant ac ymwybyddiaeth/ymagwedd ddiwylliannol (llawer ohonynt mewn meysydd sydd heb eu datganoli i Lywodraeth Cymru).
	Meddwl o ddifrif: Mynd i'r afael â niwed alcohololaidd i'r ymennydd	<i>Triniaeth</i> • Papur manwl sy'n crynhoi pynciau, ymchwil a sgysiau gyda nifer bach o arbenigwyr. • Mae'n disgrifio graddau'r achosion o niwed i'r ymennydd yn gysylltiedig ag alcohol a'r gost ddichonol i unigolion a chymdeithas. • Mae'n gwneud nifer o argymhellion allweddol (dau ohonynt wedi'u cynnwys yng

	Nghynllun Cyflawni 2016-2018).	
		<i>Argaeledd</i>
	Ar garreg eich drws: Pobl dan oed yn cael gafael ar alcohol drwy wasanaethau dosbarthu i'r cartref	• Arolwg o bron 1,000 o bobl ifanc yng Nghymru ynghyd ag adroddiad gan Heddlu De Cymru sy'n dangos bod pobl ifanc (o dan 18 oed) yn gallu prynu alcohol yn gymharol rwydd ar-lein a thrwy wasanaethau danfon bwydydd. • Argymhellion am ddangos prawf o oed ac ymddygiad y diwydiant (mewn meysydd sydd heb fod o dan awdurdod Llywodraeth Cymru ym mhob achos).
	Ar flaen y gad: Alcohol a'r lluoedd arfog	<i>Triniaeth – poblogaethau neilltuol</i> • Papur cynhwysfawr sy'n cwmpasu meysydd sy'n dangos y rhan bwysig y mae alcohol yn ei chwarae yn y boblogaeth hon.
2012	Problem pawb: Rôl gwasanaethau alcohol lleol wrth fynd i'r afael â pherthynas afiach Cymru ag alcohol	<i>Trosolwg Strategol</i> • Arolwg cryno manwl o'r cyd-destun cyffredinol sy'n dangos, dair blynedd ar ôl dechrau'r Strategaeth, fod alcohol yn parhau'n destun pryder sylweddol i'r boblogaeth gyfan. • Pedwar argymhelliad; meincnodau diddorol? • Gwariant ar alcohol yn parhau'n flaenoriaeth. • Mwy o rôl i BCAau – i gael mwy o gysondeb ledled Cymru a sicrhau bod blaenoriaethau cenedlaethol wedi'u cyflawni. • Sicrhau bod cofnodion yn gywir; yn enwedig rhai am yfwyr dibynnol. • Newid y drafodaeth ar iechyd y cyhoedd – peidio â gweld alcohol yn fater niwtral.
	Creu argraff: Plant ysgol gynradd yn adnabod brandiau alcohol	<i>Atal</i> • Astudiaeth fach gyda rhai 10-11 blwydd oed sy'n dangos lefelau uchel o adnabyddiaeth o frandiau yn eu mysg ac felly eu bod yn agored i ddylanwad alcohol a brandiau alcohol.
	Dan bwysau: cefnogi	<i>Teuluoedd</i>

	gofalwyr di-dâl yng Nghymru	Arolwg sy'n dangos bod 1 ym mhob 5 o ofalwyr yn defnyddio alcohol i ymdopi â phwysau eu rôl gofalu.
	Isafbris yr uned a thafarnau	
	Llawn dop? Y berthynas rhwng amlder safleoedd gwerthu a'r niwed sy'n deillio ag alcohol	<i>Argaeledd</i> - Arolwg byr o'r llenyddiaeth ac astudiaeth achos (Caerdydd) o'r problemau a'r effeithiau o glystyru dwys rhwng mannau gwerthu. - Argymhellion a goblygiadau i weithgareddau trwyddedu.
	Allan o'r ffordd? Arddangosfeydd alcohol mewn archfarchnadoedd	<i>Argaeledd</i> Papur byr sy'n tynnu sylw at y lle amlwg a roddir i arddangosfeydd a mannau gwerthu alcohol mewn archfarchnadoedd.
	Niwed cudd? Alcohol a phobl henach yng Nghymru	<i>Triniaeth – Poblogaethau Neilltuol</i> Papur briffio sy'n nodi'r pryder cynyddol ynghylch y grŵp hwn, y cynnydd yn ei ddefnydd o alcohol ac yn nifer yr ymglyfwyniadau.
		<i>Lleihau Niwed/Triniaeth</i>
2011	Negeseuon cymysg: Alcohol a diodydd egni	- Papur briffio sy'n tynnu sylw at y berthynas bosibl rhwng y ddau, a'r posibilrwydd o ryngweithio pan yfir y ddau yr un pryd. - Argymhelliad am ragor o ymchwil a negeseuon i leihau niwed.
	Cyfryngau newydd, problem newydd? Alcohol, pobl ifanc a'r rhyngrwyd	<i>Atal</i> - Arolwg cynhwysfawr o'r llenyddiaeth sy'n ystyried y rhan gynyddol amlwg sydd i'r rhyngrwyd fel ffordd i hyrwyddo'r defnydd o alcohol. - Maes gweithgarwch nad yw o fewn cwmpas gweithgareddau Llywodraeth Cymru.
	Cymysgedd afiach?	<i>Atal</i>

Nawdd y diwydiant diodydd i ddigwyddiadau diwylliannol a chwaraeon	Adroddiad manwl sy'n tynnu sylw at raddau a chanlyniadau goblygedig y rôl sydd i nawdd a hysbysebu alcohol mewn digwyddiadau chwaraeon.
Achieving positive change in the drinking culture of Wales	<i>Ystyriaethau strategol</i> Arolwg cynhwysfawr o ymchwil a synthesis o'r llenyddiaeth sydd ar gael, ynghyd â phroses ymgynghori eang. Mae'n awgrymu bod modd dylanwadu ar agweddau at yfed yng Nghymru mewn pedwar maes: rheolaeth, lleihau niwed, agweddau meddwl a phobl ifanc.
Cyfri'r Gost: Hyrwyddo alcohol yn anghyfrifol yn economi'r nos yng Nghymru	<i>Argaeledd (a therfynau datganoli)</i> - Arolwg byr o 43 o ganolfannau mewn tri lleoliad ar draws Cymru sy'n dangos tystiolaeth o hyrwyddo alcohol rhad iawn ar raddfa fawr. - Mae'n galw am wneud iechyd y cyhoedd yn amcan mewn trwyddedu. - Nid yw'r codau ymarfer ar gyfer hyn yn orfodol ac maent wedi'u gwneud rhwng diwydiant a'r Swyddfa Gartref/Adran Iechyd, nid Llywodraeth Cymru.
Beth yw'r drwg? Effeithiau negyddol camddefnyddio alcohol ar iechyd yng Nghymru	<i>Atal</i> - Arolwg dros y ffôn o 1,000 o yfwyr a oedd wedi canfod bod lefelau'r ymwybyddiaeth o'r canlyniadau i yfed trwm yn isel. - Nid yw materion sy'n ymwneud â natur a math y labelu ar ddiodydd alcoholaidd yn faes sydd wedi'i ddatganoli.
Dim ond gêm yw hi? Cam-drin domestig, digwyddiadau chwaraeon ac alcohol	<i>Lleihau Niwed/Triniaeth</i> Papur briffio sy'n tynnu sylw at bryderon ynghylch y cysylltiadau a'r dystiolaeth o gynnydd yn nifer yr achosion o gam-drin domestig yn ystod digwyddiadau chwaraeon mawr (lle mae mwy o ddefnydd o alcohol).

	<i>Ystyriaethau Strategol</i>
Cenedl o ddiotwyr? Cymru ac alcohol	• Dogfen fanwl sy'n disgrifio'r berthynas (sylweddol) gyffredinol (yn hanesyddol ac yn y presennol) rhwng Cymru fel cenedl ac alcohol. • Mae'n cloi drwy gynnig nifer o argymhellion cyffredinol iawn mewn nifer o feysydd polisi strategol.
Alcohol a chaloriau	<i>Atal/Lleihau Niwed</i> • Papur briffio sy'n tynnu sylw at ymwybyddiaeth o lefelau caloriau mewn diodydd alcoholaidd.
Tanwydd ar y tân? Gwerthu alcohol mewn gorsafoedd petrol yng Nghymru	<i>Argaeledd</i> • Papur briffio sy'n tynnu sylw at y rhan y mae gorsafoedd petrol yn ei chwarae fel mannau sy'n gwerthu alcohol (rhywfaint o lenyddiaeth a data o arolwg bach dros y ffôn yng Nghymru).
Taith ddymunol? Alcohol a chludiant cyhoeddus yng Nghymru	<i>Argaeledd</i> • Papur briffio sy'n edrych ar werthiant alcohol a'r defnydd ohono ar reilffyrdd.

Mae'r holl adroddiadau uchod ar gael yn: <https://www.alcoholconcern.org.uk/publications>

Atodiad E – Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru

Mae'r adolygiad hwn yn cydnabod y cynnydd sylweddol ar ddarparu data a gwerthusiadau penodol i Gymru a'r nifer ohonynt. Mae tîm yr adolygiad wedi penderfynu peidio ag atgynhyrchu holl fanylion y ffynonellau tystiolaeth hyn am eu bod ar gael yn rhwydd, yn cael eu diweddarau bob blwyddyn ac am fod cynifer ohonynt. Mae canfyddiadau a negeseuon allweddol wedi'u cynnwys yn nadansoddiad yr adolygiad. Mae'r Atodiad hwn yn gosod y deunydd hwn mewn trefn resymegol ac yn cyfeirio at nifer helaeth o'r ffynonellau.

Yn benodol, mae'r amrywiaeth o ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru (a chyfeiriadau atynt) mewn dogfennau a welwyd gan dîm yr adolygiad fel a ganlyn:

Dogfennau sy'n casglu data am berfformiad

Tabl A5.1: Data triniaethau – Adroddiadau Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru

2015-2016	http://gov.wales/docs/dhss/publications/161025datawalessubmisuseen.pdf
2014-2015	http://gov.wales/docs/dhss/publications/151029annual-reporten.pdf
2013-2014	http://gov.wales/docs/dhss/report/141029substancemisuseinwales1314en.pdf
2012-2013	http://gov.wales/docs/dhss/publications/131031profilesmtreatmenten.pdf
2011-2012	http://gov.wales/docs/phhs/publications/121227substanceen.pdf
2010-2011	http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/111027submisusereportv2en.pdf

Tabl A5.2: Proffil Blynyddol Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru

2015-2016	http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Piecing%20the%20Puzzle%20FINAL%202016%2C%20v2%2C%2025%20Oct%202016.pdf
2014-2015	http://gov.wales/docs/dhss/publications/160104substanceannualen.pdf
2013-2014	http://gov.wales/docs/dhss/report/141029submisuseprofilewalesen.pdf
2012-2013	http://gov.wales/docs/dhss/publications/131031profilesmtreatmenten.pdf

Adroddiadau ac adolygiadau

Tabl A5.3: Gweithio gyda'n Gilydd i Leihau Niwed – Adroddiadau Blynyddol Camddefnyddio Sylweddau²²

2016	http://gov.wales/docs/dhss/publications/161220ar-sm-cy.pdf
2015	http://gov.wales/docs/dhss/publications/151111reportcy.pdf
2014	http://gov.wales/docs/dhss/report/141029substancemisusear14cy.pdf
2013	http://gov.wales/docs/dhss/publications/131030submisuseprogressreportcy.pdf
2012	http://gov.wales/docs/dhss/publications/121211substanceannualreportcy.pdf
2011	http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/111027smannreportcy.doc
2010	http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/101118smannreportcy.doc
2009	http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/100128ap2009v1cy.doc

²² Ers cyflwyno fersiwn ddrafft yr adroddiad hwn, mae diweddariad wedi'i gyhoeddi sydd ar gael yn:
<http://gov.wales/docs/dhss/publications/171031substance-reportcy.pdf>

Adroddiadau Penodol

Ar gamddefnyddio sylweddau

Panel Cyngori ar Gamddefnyddio Sylweddau (PCGS) (2017) A Report on: Substance Misuse in an **Ageing Population** Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/dhss/publications/170302ageing-population-reporten.pdf>

Panel Cyngori ar Gamddefnyddio Sylweddau (PCGS) (2015) Reducing the harms associated with **prescription-only analgesics**: Tramadol. Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/dhss/publications/151112tramadolreporten.pdf>

Panel Cyngori ar Gamddefnyddio Sylweddau (2014) **Minimum unit pricing**: a review of its potential in a Welsh context. Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/dhss/publications/140725uniten.pdf>

Alwyn, T a Thomas, E (2014a) **Children & Young People**; Compendium of Good Practice Guidance on Integrated Care for Children & Young People aged up to 18 years of age who Misuse Substances, Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/dsijlg/publications/commsafety/120206compendiumen.pdf>

Alwyn, T a Thomas, E (2014b) Review of two **peer led recovery** interventions in Wales. Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/caecd/research/2014/141127-review-two-peer-led-recovery-interventions-en.pdf>

Bennet T a Holloway K (2011) Evaluation of the Take Home **Naloxone** Demonstration Project Merthyr Tydfil, Welsh Assembly Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/statistics-and-research/evaluation-take-home-naloxone-demonstration-project/?lang=cy>

Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru (2012) Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru: A ydynt yn **bodloni anghenion** defnyddwyr gwasanaeth a'u teuluoedd? Caerffili, Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru. Ar gael yn: <http://hiw.org.uk/docs/hiw/reports/120327substancemisuse1112cy.pdf>²³

Arolygiaeth Gofal Iechyd Cymru (2009) Substance Misuse Services: All Wales Review of Substitute **Prescribing Services** Caerphilly, Health Inspectorate Wales. Ar gael yn: <http://www.hiw.org.uk/docopen.cfm?orgid=477&id=125383>

²³ Roedd yr adroddiad gwerthuso beirniadol hwn wedi nodi nifer o argymhellion pwysig i'w hystyried gan Lywodraeth Cymru mewn perthynas â bodloni anghenion defnyddwyr gwasanaethau a'u teuluoedd. Er a chafwyd ymateb penodol, ffurfiol i'r argymhellion hyn, mae tystiolaeth sy'n awgrymu bod cynnydd sylweddol wedi'i wneud yn ystod y cyfnod 2012-2016 ar nifer o'r argymhellion. Yn wir, mae'r ymatebion hyn wedi'u cynnwys yng nghorff y prif adroddiad. Wrth bennu cyfeiriad strategol ar gyfer y dyfodol, dylid bod yn ymwybodol o'r angen i ymateb i'r argymhellion hyn.

Jordan, P a Sheppard, J (2013) Tackling Alcohol Misuse Through **Screening and Brief Interventions** A Knowledge Transfer Partnership Final Report. Ar gael yn:
http://www.ias.org.uk/uploads/pdf/HSR/Implementation%20of%20brief%20advice%20in%20Wales_knowledge%20transfer%20report.pdf

Maguire, M. Holloway, K a Bennett, G (2014) Evaluation of ESF Peer Mentoring Wales. Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn:
<http://gov.wales/docs/caecd/research/2014/140207-evaluation-european-social-fund-peer-mentoring-report-en.pdf>

Sagar, T a Symons, K (2015) **Sex Work, Drug and Alcohol Use**: Bringing the Voices of Sex Workers into the Policy and Service Development Framework in Wales. Swansea, Swansea University. Ar gael yn:
<http://gov.wales/docs/dhss/publications/160927reporten.pdf>

Smith, J a Lyons, M (2010) Influencing factors and implications of **unplanned drop out from substance misuse services** in Wales: Guidance for reducing unplanned drop out from and promoting reengagement with substance misuse services. Public Health Wales. Ar gael yn:
[http://www2.nphs.wales.nhs.uk:8080/BloodBorneVirusesDocs.nsf/3dc04669c9e1eaa880257062003b246b/bee22a0587b6a00d802576f0003ccd13/\\$FILE/Influences%20and%20implications%20of%20unplanned%20drop%20out.pdf](http://www2.nphs.wales.nhs.uk:8080/BloodBorneVirusesDocs.nsf/3dc04669c9e1eaa880257062003b246b/bee22a0587b6a00d802576f0003ccd13/$FILE/Influences%20and%20implications%20of%20unplanned%20drop%20out.pdf)

Stead, J. Lloyd, G. Baird, A. Brown, J. Riddell, S. Weedon, E a Laugharne, J. (2011). **All Wales School Liaison Core Programme** (AWSLCP) Evaluation Report. Merthyr Tydfil, Welsh Government. Ar gael yn:
<http://dera.ioe.ac.uk/13168/1/110314allwaleschoolliasoncoreprogrammeen.doc>

Thom, G; Delahunty, L; Harvey, P ac Ardil, J. (2014) Evaluation of the Integrated Family Support Service Final Year 3 Report, Cardiff, Welsh Government. <http://gov.wales/docs/caecd/research/2014/140328-evaluation-integrated-family-support-service-year-3-en.pdf>

Heddluoedd Cymru (2015) **All Wales School Liaison Core Programme Review** 2015: Supporting the Well-being of Future Generations. Heb ei gyhoeddi.

Wright, S. Gray, P. Watts, E. McAteer, L. Hazel, N. Liddle M a Haines, K. (2010) Gwerthuso Prosiectau Peilot Ymyrryd Cynnar gyda Rhieni. Abertawe, Prifysgol Abertawe. Ar gael yn:

<http://gov.wales/docs/caecd/research/100809-early-parental-intervention-pilot-projects-cy.pdf>

Cysylltiedig

Hill, A et al. (2011) Gwerthusiad o'r strategaeth **cwnsela mewn ysgolion** yng Nghymru. Caerdydd, Llywodraeth Cymru. Ar gael yn:

<http://gov.wales/statistics-and-research/evaluation-welsh-school-based-counselling-strategy/?lang=cy>

Sinclair, A a Ledermaier, S.(2013) Evaluation of the Outcomes for **Employers** Participating in the Corporate Health Standard and Small Workplace Health Award. Cardiff, Welsh Government. Ar gael yn:

<http://gov.wales/statistics-and-research/evaluation-outcomes-employers-participating-corporate-health-standard-small-workplace-health-award/?lang=cy>

Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau a chanllawiau eraill

Nid yw'r rhestr ganlynol yn hollgynhwysol – mae dogfennau a chyhoeddiadau eraill ar gael drwy Lywodraeth Cymru ar gamddefnyddio sylweddau. Mae'r rhain yn cynnwys taflenni cyngor a gwybodaeth, adolygiadau o gynadleddau etc. Rydym wedi ceisio nodi pob un o'r dogfennau hynny sy'n berthnasol i ddiben yr adolygiad hwn – ac i'r rheini sydd am ymchwilio ymhellach i gyd-destun ein trafodaeth, yn hytrach na nodi'r holl ddogfennau sydd ar gael.

Tabl A5.4: Fframweithiau a Chanllawiau Triniaeth

2017	Llywodraeth Cymru Gweithio gyda'n Gilydd i Leihau Niwed Canllawiau Diwygiedig ar gyfer Byrddau Cynllunio Ardal Camddefnyddio Sylweddau 2017. Caerdydd, Llywodraeth Cymru. http://gov.wales/docs/dhss/publications/170306guidance2017cy.pdf
2015	Llywodraeth Cymru Canllaw ar Ganolfannau Dadwenwyno Cleifion Mewnol ac Adsefydlu Preswyl yng Nghymru, Caerdydd, Llywodraeth Cymru. http://gov.wales/docs/dhss/publications/151002guide.pdf
2015	Fframwaith Gwasanaeth i Drin Pobl sydd â Phroblemau Iechyd Meddwl a Phroblemau oherwydd Camddefnyddio Sylweddau sy'n Cyd-ddigwydd http://gov.wales/docs/dhss/publications/150909reportcy.pdf
2015	Llywodraeth Cymru Canllawiau Diwygiedig ar gyfer Comisiynu Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau Caerdydd, Llywodraeth Cymru. http://gov.wales/docs/dhss/publications/151014commissioningcy.pdf
2014	Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau Cynnwys Defnyddwyr Gwasanaethau http://gov.wales/docs/dhss/publications/141003substancecy.pdf
2014	Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau Gwella Mynediad at Wasanaethau Camddefnyddio Sylweddau i Gyn-filwyr http://gov.wales/docs/dhss/publications/140220veteranscy.pdf
2014	Llywodraeth Cymru Canllawiau ar gyfer cynnal adolygiadau o wenwyno angheuol ac nad yw'n angheuol gan gyffuriau yng Nghymru. Caerdydd, Llywodraeth Cymru. http://gov.wales/docs/dhss/publications/140701substancecy.pdf
2014	Fframwaith Triniaethau Camddefnyddio Sylweddau: Gwella Mynediad at Driniaethau Camddefnyddio Sylweddau i Bobl Hŷn http://gov.wales/docs/dhss/publications/141113substancecy.pdf
2013	Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau: Systemau Gofal Integredig sy'n Canolbwyntio ar Adferiad

	http://gov.wales/docs/dhss/publications/131023substanceframeworkcy.pdf
2013	Fframwaith Trin Camddefnyddio Sylweddau: Compendium lechyd a Lles http://gov.wales/docs/dhss/publications/130705substancecy.pdf
2012	Children & Young People: Compendium of Good Practice Guidance on Integrated Care for Children & Young People aged up to 18 years of age who Misuse Substances http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/120206compendiumen.pdf
2011	Substance Misuse Treatment Framework (SMTF) Prevention and Education of Volatile Substance Abuse (VSA) http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/110518vsaen.pdf
2011	Substance Misuse Treatment Framework (SMTF) Guidance for Evidence Based Community Prescribing in the Treatment of Substance Misuse http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/110628prescribingen.pdf
2011	Substance Misuse Treatment Framework (SMTF) Guidance for Evidence Based Psychosocial Interventions in the Treatment of Substance Misuse http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/110628psychosocialen.pdf
2011	Substance Misuse Treatment Framework (SMTF) Guidance for the Provision of Evidence Based Tier 4 Services in the Treatment of Substance Misuse http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/110628tier4servicesen.pdf
2011	Substance Misuse Treatment Framework (SMTF) for Alcohol Prevention and Education in Higher & Further Education Establishments http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/110728alcoholhefeen.pdf
2011	Gofal Integredig i Blant a Phobl Ifanc hyd at 18 oed sy'n Camddefnyddio Sylweddau http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/110331cypcy.pdf
2010	Gofal Integredig a Llwybrau Gofal Integredig ar gyfer Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau i Oedolion yng

	Nghymru http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/101013pathwayscy.pdf
2010	Safonau Craidd Cenedlaethol ar gyfer Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau yng Nghymru http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/101310misuseservicescy.pdf
2009	Canllawiau Arfer Da o ran Rheoli'r Camddefnydd o Alcohol yn y Gweithle http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/091127treatcy.pdf
2009	Canllawiau ar gyfer Cynllunio a Darparu Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau i Blant a Phobl Ifanc yng Ngofal Gwasanaethau Troseddau Ieuenctid http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/100311treatyotcy.pdf
Heb ddyddiad	Fframwaith ar gyfer Trin Camddefnyddio Sylweddau Gofalwyr a Theuluoedd Camddefnyddwyr Sylweddau Fframwaith ar gyfer eu Cynorthwyo a'u Cynnwys http://gov.wales/docs/dhss/publications/141114carerscy.pdf
Heb ddyddiad	Cydweithio i atal Cam-drin Domestig http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/090430smtfdomesticabusew.pdf
Heb ddyddiad	Fframwaith Triniaeth Camddefnyddio Sylweddau: Gwasanaethau Gwybodaeth a Chynghori http://gov.wales/docs/dhss/publications/141114informationcy.pdf
Heb ddyddiad	Fframwaith Arferion Da ar gyfer Darparu Gwasanaethau Camddefnyddio Sylweddau ar gyfer Pobl Ddigartref a'r rhai sydd â Phroblemau gyda'u Llety http://gov.wales/docs/dhss/publications/141114homelesscy.pdf
Gwefan	http://gov.wales/topics/people-and-communities/communities/safety/substancemisuse/policy/treatmentframework/?lang=cy
Rhagair	http://gov.wales/docs/dhss/publications/141113forewordcy.pdf

Tabl A5.5: Cynlluniau Cyflawni a Gweithredu

2016-2018	Cynllun cyflawni tair blynedd http://gov.wales/docs/dhss/publications/160906substance-missuse-2016-2018cy.pdf
2013-2015	Cynllun cyflawni tair blynedd http://gov.wales/docs/substancemisuse/publications/130219StrategyDeliveryPlan13-15cy.pdf
2011-2012	Cynllun gweithredu un flwyddyn http://gov.wales/docs/dsjlg/publications/commsafety/120125implan1112.pdf
2008-2010	Cynllun gweithredu tair blynedd http://gov.wales/dsjlg/publications/communitysafety/strategy/plane.pdf?lang=en

5. Atodiad F – Crynodeb o'r Arolwg Llenyddiaeth

Yn ystod camau cyntaf y broses adolygu, aeth tîm yr adolygiad ati i chwilio'r sylfaen dystiolaeth academiaidd ehangach ar lefel genedlaethol a rhyngwladol. Chwiliad systematig oedd hwn, yn hytrach nag arolwg systematig, ac o ganlyniad cafwyd deunydd a oedd o gymorth i osod y dadansoddiad yn ei gyd-destun. Mae'r Atodiad hwn yn darparu cyfeiriadau, manylion a sylwadau mewn perthynas â'r ffynonellau a welwyd.

5.1 Trosolwg ar brif negeseuon y llenyddiaeth a chrynodeb

Mae'r tabl isod yn rhoi crynodeb o gamau'r broses hon ar sail strwythur y Strategaeth ('prif gategori').

Tabl A6.1: Dosbarthu a chrynhof'r prif negeseuon o'r llenyddiaeth

Prif gategori	Is-gategori	Sylwadau Allweddol	Ffynonellau Allweddol
TROSOLWG	Polisi	- Mae gwahaniaethau cynyddol ac amlwg rhwng polisi'r pedair gwlad ar ymdrin ag alcohol (a chyffuriau eraill). Mae'n werth nodi bod polisïau cyffuriau ar wahân gan wledydd eraill yn y DU, a bod alcohol yn cael ei drin yn wahanol i gyffuriau anghyfreithlon. - Mae "Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed..." yn dadlau'n fwriadus o blaid dull o ymdrin â chamddefnyddio sylweddau ar y cyd (h.y. polisi cyffuriau	- Alcohol and Public Policy Group. (2010) Alcohol: No ordinary commodity – a summary of the second edition. <i>Addiction</i> 105(5): 769–779. - Fitzgerald, N. ac Angus, C. (2015). Four nations: How evidence-based are alcohol policies and programmes across the UK? London, Alliance for Useful Evidence/Alcohol Health Alliance.

	sengl). • Mae llawer yn dadlau bod y defnydd o alcohol yn wahanol i'r defnydd o gyffuriau eraill lle mae'r cyffur neu'r defnydd ohono'n anghyfreithlon oherwydd a) ei gyd-destun cymdeithasol cymhleth, b) mae'r gyfraith yn cefnogi defnydd ehangach ohono gan y boblogaeth, c) mae'n achos sylweddol i bryderon am iechyd a throseddu os nad yn brif achos d) rôl y diwydiant cyfreithlon mewn hyrwyddo a gwerthu ac e) ei rôl yn yr economi. Fodd bynnag, wrth ei gymharu â chyffuriau eraill, gellir dadlau bod y niwed sylweddol iawn a achosir gan alcohol, yn enwedig o'i gymharu â rhai cyffuriau anghyfreithlon, yn golygu y dylid ei drin yn debycach i rai cyffuriau anghyfreithlon.	• Nutt, D.J; King, L.A a Phillips, L.D. (2010) Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. Lancet 376 (9752):1558–1565. • Llywodraeth y DU. (2012) The Government's Alcohol Strategy. London, Home Office.
Patrymau defnydd cyffredinol	• Mae'r tueddiadau o ran nifer yr achosion yng Nghymru yn adlewyrchu'r rheini yn y DU gan mwyaf.	• Gweler Atodiad G – 'Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru'

	• Alcohol yw'r prif gyffur o ran defnyddio ac ymgyflwyno (wedyn cyffuriau sy'n perthyn i ganabis). Gwelwyd gostyngiad bach yn y defnydd o alcohol gan y boblogaeth gyfan. • Defnydd sylweddol o alcohol – yn cael ei weld fwyfwy mewn patrymau neilltuol gydag elfennau o boblogaethau (e.e. gadael gofal, amddiffyn plant, cyfiawnder troseddol, pobl hŷn etc) • Grŵp sy'n heneiddio o ddefnyddwyr sylweddau sy'n dibynnu ar opiadau. • Cynnydd yn y defnydd o Sylweddau Seicoweithredol Newydd.	
Ffactorau allanol	• Gellir nodi nifer sylweddol o ffactorau allanol sy'n effeithio ar argaeledd, defnydd, deddfwriaeth, polisi a dulliau trin yn y llenyddiaeth. Mae'r rhain yn cynnwys: ○ Rhyngwladol; marchnadoedd cyflenwi cyffuriau cyfreithlon ac anghyfreithlon ○ Gweithgarwch arall llywodraeth	• Ahmad, M a Richardson, A (2016) Impact of the reduction in heroin supply between 2010 and 2011, Research Report 91. London, Home Office. • Prif Swyddog Meddygol Cymru. (2016) Adroddiad Blyneddol 2015-16 Adfer cydbwysedd i ofal iechyd Gweithio mewn partneriaeth i leihau annhegwch cymdeithasol. Caerdydd.

SYLFAEN DYSTIOLAETH		○ Cyni a ffyniant economaidd (anghyfiawnder cymdeithasol) ○ Trafodaeth Foesol a Gwleidyddol	
	Ansawdd Data Penodol i wledydd	• Prin iawn yw'r canfyddiadau am ddata o ymchwil sy'n benodol i Gymru mewn llenyddiaeth ryngwladol. • Amrywiaeth fawr o ddata ar gael gan Lywodraeth Cymru a data cysylltiedig eraill – er bod rhai'n nodi bod pryderon am ansawdd wedi'u mynegi.	• Gweler y wybodaeth am y fethodoleg chwilio yn Adran 6.5 isod. • Gweler Atodiad G – 'Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru' • Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru. (2015) Treatment data substance misuse services in Wales 2013-2014. Cardiff, Welsh Government.
	Data gwerthuso sy'n ymwneud yn benodol â'r Strategaeth	• Prin yw'r data sydd ar gael. Mae hyn yn ganlyniad i bennu mai Dadansoddi Cyfraniad oedd y dewis model gwerthuso ran o'r ffordd drwy gyfnod y Strategaeth. Mae tystiolaeth ar gael mewn ffaith o ganlyniad i werthuso parhaus drwy gyhoeddi cyfres o gynlluniau cyflawni ar gamddefnyddio sylweddau. Roedd y rhain yn diweddarau ac yn datblygu'r dull cychwynnol o weithredu'r Strategaeth gan ddarparu fframwaith ar gyfer gwerthuso parhaus.	• Amherthnasol

MAES

GWEITHREDU 1: Pobl ifanc
Atal

-
- Tystiolaeth o rywfaifaint o ostyngiad yn y defnydd cyffredinol gan bobl ifanc, tueddiadau posibl yn ôl cenedlaethau. Ar sail y dystiolaeth hon, mae rhai grwpiau'n defnyddio sylweddau mewn ffordd beryglus a niweidiol.
 - Tystiolaeth gryf am effaith yr amgylchedd teuluol ar ddysgu ac fel sefyllfa lle gellir rhoi pwysau i ddefnyddio sylweddau.
 - Tystiolaeth gyfyng/cymysg am raglenni grwpiau cymheiriaid a/neu addysg mewn ysgolion.
 - Trafodir materion sy'n ymwneud ag effeithiolrwydd a chosteffeithiolrwydd mabwysiadu ymyriadau teuluol ar alcohol ar gyfer iechyd cyhoeddus y boblogaeth gyfan.
 - Gweler **Atodiad G** – 'Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru'
 - Valentine, G; Jayne, M; Gould. M a Keenan, J. (2010) Family life alcohol and consumption: a study of the transmission of drinking practices. York, Joseph Rowntree Foundation.
 - Obuna B, Hayes, C a Fulton, J. (2016) Factors influencing levels of alcohol misuse in UK adolescents; a systematic literature review. International Journal of Current Research; Vol 8, Issue 10, tt. 39611-39617.
 - Segrott, J; Gillespie, D; Holliday, J; Humphreys, I; Murphy, S; Phillips, C; Reed, H; Rothwell, H; Foxcroft, D; Hood, K; Roberts, Z; Scourfield, J; Thomas, C a Moore, L. (2014) Preventing substance misuse; study protocol for a randomised control trial of the Strengthening Families Programme 10-14 UK (SFP10-14UK). BMC Public Health; 14:49
-

		http://www.biomedcentral.com/1471-2458
MAES GWEITHREDU 2: TRINIAETH	Lleihau niwed	• Mae'n ymddangos bod tystiolaeth gryf o blaid amrywiaeth o ymyriadau mewn perthynas ag alcohol, heroin a chyffuriau eraill. • Deunydd y Cochrane Database (gweler Adran 6.4 isod) • Gweler Atodiad G – 'Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru'
	Alcohol	• Mae ymchwil draddodiadol helaeth ac adolygiadau systematig yn dangos bod tystiolaeth gryf o blaid amrywiaeth o ymyriadau. • Nodir dulliau o ddarparu gwasanaethau drwy ymyriadau byr, presgripsiynu a modelau gofal fesul cam. • Yr Adran Iechyd. (2006) Models of Care for Alcohol Misusers https://www.alcohollearningcentre.org.uk/assets/BACKUP/DH_docs/ALC_Resource_MOCAM.pdf • Deunydd y Cochrane Database (gweler Adran 6.4 isod)
	Cyffuriau	• Mae ymchwil draddodiadol helaeth ac adolygiadau systematig yn dangos bod tystiolaeth gryf o blaid amrywiaeth o ymyriadau. • Nodir dadwenwyno, presgripsiynu cyfnewid a modelau gofal fesul cam. Mae nifer mawr o setiau cynhwysfawr o ganllawiau ar driniaeth ac arfarniadau technoleg. • Yr Adran Iechyd. (2006) Models of Care for Alcohol Misusers https://www.alcohollearningcentre.org.uk/assets/BACKUP/DH_docs/ALC_Resource_MOCAM.pdf • Y Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol. (2017) Drug misuse: Guidance various. https://www.nice.org.uk/resources/health-protection/drug-misuse

MAES GWEITHREDU 3: Teuluoedd	Atal Addysg	• Mae tystiolaeth yn awgrymu bod dylanwad cadarnhaol neu effaith negyddol o brofiadau'r blynyddoedd cynnar a'r amgylchedd teuluol. Mae'r dystiolaeth o blaid effeithiolrwydd ymyriadau ataliol yn gymysg.	• Deunydd y Cochrane Database (gweler Adran 6.4 isod) • Prif Swyddog Meddygol Cymru. (2016) Adroddiad Blynyddol 2015-16 Adfer cydbwysedd i ofal iechyd Gweithio mewn partneriaeth i leihau annhegwch cymdeithasol. Caerdydd. • Valentine, G; Jayne, M; Gould, M a Keenan, J. (2010) Family life alcohol and consumption: a study of the transmission of drinking practices. York, Joseph Rowntree Foundation. • Obuna B., Hayes, C a Fulton, J. (2016). Factors influencing levels of alcohol misuse in UK adolescents; a systematic literature review. International Journal of Current Research. 8(10): 39611-39617.
	Ymyriadau Teuluol	• Cafwyd gwerthuso helaeth o IFSS – awgrymiadau am ei werth a'i effaith, ond rhai canfyddiadau cymysg. • Mae tystiolaeth helaeth ar gael sy'n dangos effeithiolrwydd amrywiaeth o ymyriadau teuluol eraill.	• Copello, A; Orford, J; Hodgson, R a Tober, G. (2009) Social behaviour and network therapy for alcohol problems. London, Routledge. • Forrester, D; Holland, S; Williams A a Copello, A. (2016) Helping families

where parents misuse drugs or alcohol?
A mixed methods comparative
evaluation of an intensive family
preservation service. Child and Family
Social Work 21(1): 65–75.

- Forrester, D; Copello, A; Waissbein, C a Pokhrel, S. (2008) Evaluation of an intensive family preservation service for families affected by parental substance misuse. Child Abuse Review 17(6): 410-26.
- Forrester, D (2012) Motivational Interviewing for Working with Parental Substance Misuse: A Guide to Support the IFS Teams Luton, University of Bedfordshire
- Thom, G; Delahunty, L; Harvey, P ac Ardil, J. (2014) Evaluation of the Integrated Family Support Service Final Year 3 Report, Cardiff, Welsh Government.

<http://gov.wales/docs/caecd/research/2014/140328-evaluation-integrated-family->

		support-service-year-3-en.pdf	
MAES GWEITHREDU 4: Argaeledd a Gorfodi	Argaeledd	• Mae tueddiadau byd-eang yn dangos bod cyffuriau anghyfreithlon ar gael yn rhwydd, gyda rhai pwysau marchnad achlysurol a newidiadau mewn tueddiadau. • Mae nifer mawr o argymhellion seiliedig ar dystiolaeth (ar lefel y boblogaeth) ar Bris, Argaeledd a Marchnata. Mae hyn yn cynnwys tystiolaeth benodol o blaid Isafbris Uned am alcohol.	• Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE). (2010) Alcohol-use disorders prevention: Public health Guideline (PH24). London: NICE. • Holmes, J; Meng, Y; Meier, P.S; Brenan, A; Angus, C; Guo, Y; Hill-Mcmanus, D a Purshouse, R, C.. (2014) February 10). Effects of minimum unit pricing for alcohol on different income and socioeconomic groups: a modelling study. Lancet 383: 1655-64. • Meng, Y; Sadler, S; Gell, L; Holmes, J a Brennan A. (2014) Model-based appraisal of minimum unit pricing for alcohol in Wales. Cardiff, Welsh Government.
	Gorfodi	• Mae argymhellion ar gael ar yr arferion gorau mewn trwyddedu.	• Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal (NICE). (2010) Alcohol-use disorders prevention: Public health Guideline (PH24). London: NICE.

Maes Gweithredu Ymhlyg: Partneriaethau	Comisiynu	• Mae canllawiau cynhwysfawr ar gael sy'n argymhell yr arferion gorau o ran comisiynu, defnyddio adnoddau ac ymyriadau effeithiol.	• Llywodraeth Cymru: Camddefnyddio Sylweddau (comisiynu a Fframweithiau Trin) – gweler Atodiad G – ‘Ffynonellau tystiolaeth penodol i Gymru’). • Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE). (2010) Alcohol-use disorders prevention: Public health Guideline (PH24). London: NICE. • Raistrick, D; Heather, N a Godfrey, C (2006) Review of the effectiveness of treatment for alcohol problems London. National Treatment Agency for Substance Misuse.
ARALL	Effaith ehangach ar deuluoedd	• Mae tystiolaeth helaeth ar gael am yr effaith o ddefnydd problemus o alcohol a chyffuriau eraill ar y teulu ehangach ac am gyfraniad y teulu ehangach at brosesau cymorth ac ymadfer .	• Copello, A; Orford, J; Hodgson, R a Tober, G. (2009) Social behaviour and network therapy for alcohol problems. London, Routledge. • Copello, A; Templeton, L a Powell, J. (2009) Adult family members and carers of dependent drug users: prevalence, social cost, resource savings and treatment responses. London, UK Drug

			Policy Commission.
	Buddion ehangach o driniaeth	Mae dadansoddiadau economaidd yn dangos gwerth triniaeth ar gyfer alcohol a chyffuriau eraill i gymdeithas ehangach (costau/buddion nad ydynt yn cael eu cynnwys fel arfer mewn cyfrifiadau costeffeithiolrwydd).	Godfrey, C; Stewart, D a Gossop, M. (2004). Economic analysis of costs and consequences of the treatment of drug misuse: 2-year outcome data from the National Treatment Outcome Research Study (NTORS). <i>Addiction</i>, 99: 697–707. Cartwright, W. (2008). Economic costs of drug abuse: financial, cost of illness, and services. <i>Journal of Substance Abuse Treatment</i>, 34: 224–233.
YSTYRIAETHAU AR GYFER Y DYFODOL	Cynhyrchu gwaith ymchwil a data penodol i Gymru	- Datblygu partneriaethau ymchwil a gwerthuso. Gellid hwyluso hyn drwy: - Negodi gwahaniaethu priodol rhwng data am Gymru a Lloegr mewn protocolau a rhaglenni ymchwil presennol / hydredol (Y Swyddfa Ystadegau Gwladol etc.). - Comisiynu / cydgomisiynu ymchwil gyda gwledydd tebyg e.e. y DU i gymharu a gwrthgyferbynnu effeithiau datganoli cynyddol ar	

	strategaeth, polisi a chanlyniadau. 3. Datblygu a hyrwyddo partneriaethau rhyngwladol gyda a rhwng sefydliadau sy'n bartneriaid er mwyn ymchwilio a gwerthuso ymyriadau polisi a strategaeth gan gynnwys gwledydd y tu allan i'r DU os oes modd.
Cynllunio dulliau gwerthuso penodol i'r Strategaeth	• Drwy ddewis y fethodoleg / methodolegau gwerthuso a ffefrir wrth ddatblygu strategaeth newydd, ceir gwell dulliau o gasglu data o'r cychwyn. Cysyniadoli'r Strategaeth fel rhaglen ymchwil weithredu a dilyn yr arferion gorau wrth gynllunio ymchwil. Gall hyn gynnwys gwerthuso ar ôl cyfnod y strategaeth. • Mynd ati i ystyried sut i integreiddio'r rhesymu presennol mewn Fframweithiau ar gyfer Llesiant a Chenedlaethau'r Dyfodol.

5.2 Manylion llyfryddol llawn y ffynonellau allweddol a ffynonellau ychwanegol a sylwebaeth ychwanegol

Mae'r tabl canlynol yn darparu cyfeiriadau llawn a sylwebaeth ychwanegol mewn fframwaith thematig beirniadol.

Tabl A6.2: Crynodeb o'r prif ffynonellau tystiolaeth – yn ôl thema

Thema	Manylion y ffynhonnell	Sylwebaeth Ychwanegol
Polisi	- Fitzgerald, N. ac Angus, C. (2015) Four Nations: How evidence-based are alcohol policies and programmes across the UK? London, Alliance for Useful Evidence/Alcohol Health Alliance. - Alcohol and Public Policy Group. (2010) Alcohol: No ordinary commodity – a summary of the second edition. <i>Addiction</i> 105(5): 769–779. - Nutt, D.J; King, L.A a Phillips, L.D. (2010) Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. <i>Lancet</i> 376 (9752):1558–1565. - Llywodraeth y DU. (2012) The government's alcohol strategy. London, Home Office. - Lloyd, C a McKeganey, N. (2010) Drugs research: An overview of evidence and questions for policy. York, Joseph Rowntree Foundation. - Babor, T; Caetano, R; Casswell, S; Edwards, G; Giesbrecht, N; Graham, K; Grube, J; Hill, N; Holder, H; Homel, R. Livingston, M; Österberg, E; Rehm, J; Room R a Rossow I. (2010) Alcohol:	- Mae Fitzgerald ac Angus (2015) yn dadlau bod rhai elfennau mewn polisi ar alcohol yng Nghymru yn mabwysiadu sylfaen dystiolaeth dda a bod eraill nad ydynt yn gwneud hynny. Maent yn awgrymu bod Cymru ar ôl yr Alban ond ar y blaen i Loegr yn hyn o beth. - Mae Alcohol Public Policy Group (2010) yn ystyried y graddau y gellir ystyried alcohol yn gyffur neu'n rhywbeth gwahanol oherwydd ei gyd-destun diwylliannol, cyfreithiol a chymdeithasol. - Mae papur Nutt et al (2010) yn un beirniadol – yn nodi bod alcohol yn fwy niweidiol o lawer na nifer o gyffuriau anghyfreithlon. Roedd goblygiadau'r canfyddiadau i adolygiad o gyfraith alcohol a chyffuriau wedi'u gwrthod gan lywodraeth y DU. - Strategaeth Alcohol y DU – gwahaniaethau pendant rhwng y dulliau ar gyfer Lloegr (Llywodraeth y DU) a rhai Cymru (a'r Alban). - Yn negawd cyntaf yr 21ain ganrif gwelwyd treblu'r

No ordinary commodity. Research and public policy. 2nd edition. Oxford: Oxford Medical Publications, Oxford University Press.

- Erikson, C; Geidne, S; Larsson, M a Pettersson, C. (2011) A Research strategy case study of alcohol and drug prevention by non-governmental organizations in Sweden 2003-2009. Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy 2011 6:8

<http://www.substanceabusepolicy.com/content/6/1/8>

buddsoddi dan arweiniad llywodraeth mewn triniaethau cyffuriau (Lloyd a McKeganey, 2010). Roedd *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed* wedi'i hysgrifennu yn sgil y cynnydd mawr hwn.

- Mae strwythur polisi *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed* yn adlewyrchu rhai o'r elfennau yn un o'r adolygiadau allweddol o dystiolaeth ar gyfer ymyriadau polisi ar alcohol gan Babor et al (2010). Mae'r adolygiad hwn yn awgrymu pum maes tystiolaeth ar gyfer ymyriadau polisi: camau i reoleiddio prisiau, marchnata ac argaeledd alcohol, ymyriadau cynnar a thriniaeth; a dulliau o ostwng lefelau yfed a gyrru, amgylcheddau yfed mwy diogel a thriniaeth. Gellir gweld o hyn fod *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed* yn cynnwys dau faes ar driniaeth ac argaeledd sy'n cydberthyn yn uniongyrchol, a maes lleihau niwed sy'n cydberthyn yn agos. Gellir nodi hefyd, fodd bynnag, nad oes ymyriadau ar brisiau a marchnata.
 - Y casgliad mewn astudiaeth sylweddol o'r ddarpariaeth yn Sweden oedd ei bod yn cael ei hysgogi'n aml gan raglenni yn hytrach na thystiolaeth (Erikson, 2011). Mae'n awgrymu bod angen perthnasoedd mwy effeithiol rhwng ymchwilwyr ac ymarferwyr.
-

Patrymau
defnydd

-
- Centre for Social Justice. (2013) No quick fix - Exposing the depth of Britain's drug and alcohol problem. London, Centre for Social Justice.
 - Davies, C; English, L; Stewart, C; Edginton, M; McVeigh, J a Bellis, M,A (goln). (2012) United Kingdom drug situation: Annual report to the European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. London, Department of Health.
 - Lader, D. (2016) Drug Misuse: Findings from the 2015/16 Crime Survey for England and Wales Second edition. London, Home Office.
https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/564760/drug-misuse-1516.pdf
 - Niblett, P. (2015) Statistics on alcohol. London, Health and Social Care Information Centre.
<http://content.digital.nhs.uk/catalogue/PUB17712/alc-eng-2015-rep.pdf>
 - Robinson, S a Harris, H. (2011) Smoking and drinking among adults 2009: A Report on the 2009 General Lifestyle Survey. London, Office for National Statistics.
 - Wadd, S a Galvani, S. (2014) Working with older people with alcohol problems: Insight from specialist substance misuse professionals and
- Mae meintiau, patrymau a newidiadau o ran y defnydd o alcohol a chyffuriau eraill yn y boblogaeth gyffredinol yn hysbys (Davies et al, 2012; Robinson a Harris, 2011). Mae'r rhain yn dangos rhai gostyngiadau bach cyffredinol (canran fach) yn y defnydd gan y boblogaeth gyffredinol, ond bod rhai rhannau o'r boblogaeth yn parhau â defnydd peryglus a niweidiol (Niblett, 2015).
 - Mae data diweddar am ddefnyddio cyffuriau yn dangos bod 35% o bobl yn y boblogaeth gyffredinol rhwng 16 a 59 blwydd oed yn adrodd eu bod wedi cymryd sylwedd anghyfreithlon ar ryw bwynt, a bod 8% yn adrodd eu bod wedi gwneud hynny o fewn y flwyddyn ddiwethaf (Lader, 2016).
 - Gwelwyd rhywfaint o gynnydd mewn rhai poblogaethau; yn enwedig pobl hŷn (Wadd a Galvani, 2014).
 - Beth bynnag am y newidiadau mewn demograffeg a phatrymau defnydd, mae rhai'n dadlau bod y costau sy'n gysylltiedig â defnyddio sylweddau yn cynyddu (Centre for Social Justice, 2013). Yn y cyd-destun hwn, y rheini sy'n fwyaf agored i niwed sy'n ysgwyddo'r baich neu'r gost fwyaf.
 - Er ei bod yn bwysig datblygu amrywiaeth neu wahanol feysydd o weithgarwch, mae tystiolaeth
-

	their service users. <i>Social Work Education: The International Journal</i>, 33(5):656-69. • Fitzgerald, N. ac Angus, C. (2015). <i>Four nations: How evidence-based are alcohol policies and programmes across the UK?</i> London, Alliance for Useful Evidence/Alcohol Health Alliance. • Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru. (2015) <i>Treatment Data Substance Misuse Services in Wales 2013-2014</i>. Cardiff, Welsh Government.	hefyd yn awgrymu bod dulliau ar gyfer y boblogaeth gyfan a gostyngiadau yn y defnydd cyffredinol yn y boblogaeth yn effeithio ar niwed (Fitzgerald ac Angus, 2015). • Mae ffigurau am atgyfeiriadau yng Nghymru am driniaeth arbenigol yn dangos bod y rheini yng nghyswllt defnyddio alcohol (54%) yn uwch na'r rheini ar gyfer defnyddio cyffuriau (Heroin 9.4% a chyffuriau eraill 20.8%). O'r 30,039 o atgyfeiriadau a gafwyd, roedd 8,453 wedi'u cwblhau'n llwyddiannus, roedd 5,280 yn parhau i dderbyn triniaeth ac roedd mwy na hanner yr holl atgyfeiriadau wedi'u colli gan wasanaethau. Nodwyd pryder am y defnydd cynyddol o sylweddau seicoweithredol newydd a chyffuriau sy'n gwella perfformiad a delwedd (Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru, 2015).²⁴
Ffactorau allanol	• Prif Swyddog Meddygol Cymru. (2016) <i>Adroddiad Blynnyddol 2015-16 Adfer cydbwysedd i ofal iechyd Gweithio mewn partneriaeth i leihau annhegwch cymdeithasol</i>. Caerdydd. • Harhay, M.O; Bor, J.; Basu, S; McKee, M; Mindell, J.S; Shelton, N.,J a Stuckler, D. (2014)	• Mae Prif Swyddog Meddygol Cymru (2016) yn adrodd bod anghydraddoldebau yng nghanlyniadau iechyd y boblogaeth yng Nghymru yn gysylltiedig â statws economaidd-gymdeithasol unigolion. Mae awgrym bod tlodi (cost yn gyfran fwy o incwm) yn gallu lleihau defnydd.

²⁴ Ers cyflwyno fersiwn ddrafft yr adroddiad hwn, mae diweddariad o'r adroddiad wedi'i gyhoeddi sydd (fel y prif adroddiad) yn dangos bod patrymau defnydd wedi aros yn weddol gyson dros y blynnyddoedd adrodd diwethaf – a bod lefel y defnydd o alcohol yn uwch na lefel y defnydd o heroin a chyffuriau eraill. Mae'r diweddariad o'r adroddiad hwn ar gael yn: <http://gov.wales/docs/dhss/publications/171025misuseen.pdf>

Differential impact of the economic recession on alcohol use among white British adults, 2004–2010. *European Journal of Public Health* 24 (3): 410-415.

- Lloyd, C a McKeganey, N. (2010) Drugs research: An overview of evidence and questions for policy. York, Joseph Rowntree Foundation.
- Nutt, D.J; King, L.A a Phillips, L.D. (2010) Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. *Lancet* 376 (9752):1558–1565.
- Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2016) Gwneud gwahaniaeth: Buddsoddi mewn iechyd a llesiant cynaliadwy i bobl Cymru [Rhynggrwyd]. Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru; 2016 t.12. Ar gael yn: <http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Making%20A%20Difference%5FEvidence%28W%5Ffinal%5Fweb%29.pdf>
- Ross-Houle, K; Venturas, C; Bradbury, A a Porcellato, I. (2017) An exploration of the role of alcohol in relation to living situation and significant life events for the homeless population in Merseyside, UK. London, Alcohol Research UK.
- Edwards, C a Jeffray, C. (2014) On Tap -

- Mae defnydd anghyfreithlon o gyffuriau neu ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon yn bwnc dadleuol sy'n creu nifer o wahanol ddehongliadau sydd yn aml wedi'u seilio ar werthoedd. O ganlyniad i hyn, mae polisi, ac yn enwedig yr elfennau hynny mewn polisi cyffuriau sy'n ymddangos yn fwyaf dadleuol, yn aml yn cael eu ffurfio i raddau mawr ar sail y dadleuon moesol a gwleidyddol yn hytrach nag ar sail gwyddoniaeth neu ymchwil (Lloyd a McKeganey, 2010; Nutt et al, 2010).
 - Mae'r adroddiad Gwneud Gwahaniaeth a gyhoeddwyd yn ddiweddar gan Iechyd Cyhoeddus Cymru yn disgrifio 10 ffordd seiliedig ar dystiolaeth i wneud gwahaniaeth mewn lefelau afiechyd ac anghydraddoldebau.
 1. Sicrhau dechrau da mewn bywyd i bawb.
 2. Hybu llesiant meddwl ac atal afiechyd meddwl.
 3. Atal achosion o drais a cham-drin.
 4. Lleihau nifer yr unigolion sy'n ysmegu.
 5. Lleihau nifer yr unigolion sy'n camddefnyddio alcohol.
 6. Hyrwyddo gweithgarwch corfforol.
 7. Hyrwyddo deiet iach ac atal gordewdra.
 8. Diogelu rhag afiechyd a nodi afiechyd yn gynnar.
 9. Lleihau anghydraddoldebau economaidd a
-

Organised crime and the illicit trade in tobacco, alcohol and pharmaceuticals in the UK. London: The Royal United Services Institute for Defence and Security Studies.

- UK Drugs Policy Commission. (2012). Charting New Waters: Delivering drug policy at a time of radical reform and financial austerity. London: UK Drugs Policy Commission.
- UK Drugs Policy Commission. (2012). Domino Effects: The impact of localism and austerity on services for young people and on drug problems. London: UK Drugs Policy Commission.

chymdeithasol a lliniaru effeithiau cyni.

10. Sicrhau amgylcheddau naturiol ac adeiledig diogel sy'n hybu iechyd.

- Gwneir defnydd sylweddol o dystiolaeth am achosion digartrefedd a'i effeithiau ac felly credir ei fod yn risg fawr i iechyd ac yn benderfynydd cymdeithasol ymysg y digartref (Ross-Houle et al, 2017). Yn aml bydd y profiadau hyn yn adlewyrchu achosion lle nad oedd cyfalaf cymdeithasol gan unigolion yn ystod digwyddiadau bywyd pwysig a bydd arnynt angen cymorth wedyn i sicrhau hyn a/neu gyfalaf ymadfer er mwyn dianc rhag patrymau cylchol o ddefnyddio sylweddau a digartrefedd.
 - Un o'r meysydd anodd i Lywodraeth Cymru o ran arfer cyfrifoldeb drosto a dylanwadu arno yw'r dylanwad cynyddol sydd gan sefydliadau troseddu cyfundrefnol ar y fasnach anghyfreithlon mewn cyffuriau cyfreithlon a'r farchnad anghyfreithlon mewn cyffuriau eraill. Mae tystiolaeth dda sy'n awgrymu bod y dylanwad hwn yn cynyddu a'i fod yn sylweddol, a bod cymysgedd o rymoedd fel ymfudo, economeg, cyfle etc yn effeithio arno (Edwards a Jeffray, 2014). Er hynny, mae'n glir bod Llywodraeth Cymru yn gallu annog ei heddluoedd a gwasanaethau trwyddedu/safonau masnach llywodraeth leol i fod yn fwy ymwybodol o'r
-

		gweithgareddau hyn a chymryd rhan mewn gweithgarwch ar draws asiantaethau a ffiniau, yn cynnwys rhannu cudd-wybodaeth (gweler y sylwebaeth ychwanegol isod).
Data Gwerthuso	• Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru. (2015) Treatment data substance misuse services in Wales 2013-2014. Cardiff, Welsh Government. • Rychetnik L; Frommer, M; Hawe, P a Shiell, L (2002). Criteria for evaluation evidence in public health interventions. Journal of Epidemiological Community Health ;56(2): 119-127. • Sanson-Fisher, R. W; Bonevski, B; Green, L. W., a D'Este, C. (2007) Limitations of the randomized controlled trial in evaluating population-based health interventions. American Journal of Preventive Medicine. 33(2): 155-61.	• Mae Gwasanaeth Gwybodeg GIG Cymru yn nodi pryderon sy'n cynnwys: ○ ansawdd y cofnodi a'r codio; dim ond y prif sylwedd a ddefnyddiwyd y rhoddir blaenoriaeth i'w gofnodi; ○ data am methadon: nid yw'n glir a yw wedi'i roi ar bresgripsiwn neu wedi'i gael yn anghyfreithlon; ○ o'r 30,039 o atgyfeiriadau a wnaed, roedd 8,453 wedi'u cwblhau'n llwyddiannus a 5,280 wedi aros gyda gwasanaethau – nid yw'n hysbys pam yr oedd mwy na hanner yr atgyfeiriadau wedi'u colli gan wasanaethau (t.5); ○ hefyd, atgyfeiriwyd 13 o blant a oedd o dan 10 oed oherwydd defnydd o alcohol a chanabis: nid yw natur neu briodoldeb atgyfeirio o'r fath yn glir. • Mae'r prosesau ar gyfer arfarnu a dilysu ymyriadau iechyd cyhoeddus a gwirio tystiolaeth gwerthuso yn gymhleth (Rychetnik et al, 2002). Rhaid barnu a yw ymyriadau wedi'u seilio ar dystiolaeth ddigonol i'w rhoi ar waith, a ellir eu cymhwyso at unigolion a phoblogaethau, ac os felly a fydd canlyniadau'n cael

	eu hailadrodd. Er mai Hap-dreialau wedi'u Rheoli sy'n rhoi'r canlyniadau sydd â'r bias lleiaf, mae'n aml yn anymarferol eu cynnal oherwydd rhesymau sy'n ymwneud ag amser, 'heintio' y sampl, cost, ac ystyriaethau moesegol (Sanson-Fischer et al, 2007).
Atal: Pobl ifanc	• Prif Swyddog Meddygol Cymru. (2016) Adroddiad Blynnyddol 2015-16 Adfer cydbwysedd i ofal iechyd Gweithio mewn partneriaeth i leihau annhegwch cymdeithasol. Caerdydd. • Alcohol and Public Policy Group. (2010) Alcohol: No ordinary commodity – a summary of the second edition. Addiction 105(5): 769–779. • Lloyd, C a McKeganey, N. (2010) Drugs research: An overview of evidence and questions for policy. York, Joseph Rowntree Foundation. • Valentine, G; Jayne, M; Gould, M a Keenan, J. (2010) Family life alcohol and consumption: a study of the transmission of drinking practices. York, Joseph Rowntree Foundation. • Obuna B., Hayes, C a Fulton, J. (2016). Factors influencing levels of alcohol misuse in UK adolescents; a systematic literature review. International Journal of Current Research. 8(10): 39611-39617. • Bennett, T a Holloway, K. (2014) Drug misuse • Mae tystiolaeth gynyddol yn dangos pwysigrwydd gwasanaethau ymyrryd cynnar ar gyfer mamau beichiog/teuluoedd a phlant newydd-anedig (y 1,000 diwrnod cyntaf) o ran dylanwadu ar ganlyniadau hirdymor a gydol oes. Mae'n hysbys bod yfed gan rieni ac aelodau eraill o'r teulu, y defnydd o gyffuriau eraill ac ymddygiad cysylltiedig yn ffactor pwysig mewn profiadau niweidiol yn ystod plentyndod (Prif Swyddog Meddygol Cymru 2016). • Mae'r Alcohol and Public Policy Group (2010) yn awgrymu bod y dystiolaeth sy'n dangos effeithiolrwydd rhaglenni atal mewn perthynas â dylanwadu ar newidiadau parhaol hirdymor mewn ymddygiad yfed yn gyfyngedig a'u bod yn fwyaf effeithiol o bosibl o'u targedu ar grwpiau risg uchel yn hytrach na'r holl bobl ifanc, er enghraifft. Mae tystiolaeth gryf yn awgrymu mai targedu mesurau atal yn hytrach na dulliau atal ar gyfer y boblogaeth gyfan yw'r ffordd orau i ddefnyddio adnoddau yn ôl pob tebyg. Er enghraifft, mae pobl ifanc sydd wedi

	among university students in the UK; implications for prevention. <i>Journal of Substance Use and Misuse</i>; 49(4): 448-455. • Segrott, J; Gillespie, D; Holliday, J; Humphreys, I; Murphy, S; Phillips, C; Reed, H; Rothwell, H; Foxcroft, D; Hood, K; Roberts, Z; Scourfield, J; Thomas, C a Moore, L. (2014) Preventing substance Misuse; study protocol for a randomised control trial of the Strengthening Families Programme 10-14 UK (SFP10-14UK). <i>BMC Public Health</i>; 14:49 http://www.biomedcentral.com/1471-2458	bod mewn helynt yn y gorffennol yn debygol o ddefnyddio canabis yn helaeth ac mae hyn yn gwaethygu profiadau (Lloyd a McKeganey, 2010). • Mae astudiaeth benodol o'r defnydd o gyffuriau ymysg myfyrwyr ym Mhrifysgol De Cymru wedi canfod lefelau uchel o ddefnydd a chofnodion o niwed (Bennet a Holloway, 2014).
Lleihau niwed	• Aspinall E.J; Nambiar, D; Goldberg, D.J; Hickman, M; Weir A, Van Velzen, E; Palmateer, N; Doyle, J.S; Hellard, M.E a Hutchinson, S.J. (2014) Are needle and syringe programmes associated with a reduction in HIV transmission among people who inject drugs: a systematic review and meta-analysis. <i>International Journal of Epidemiology</i> (2014) 43 (1): 235-248 • Bennett, T a Holloway, K. (2011) Evaluation of the take home naloxone demonstration project. Merthyr Tydfil, Welsh Assembly Government. • Public Health England. (2016) Understanding and preventing drug-related deaths: The report of	• Mae rhaglenni cyfnewid nodwyddau a chwistrelli yn helpu i leihau nifer yr achosion o drosglwyddo HIV ymysg pobl sy'n chwistrellu cyffuriau (Aspinall et al 2014). • Mae 30% o'r holl adroddiadau am farwolaethau cysylltiedig â chyffuriau yn cyfeirio at alcohol neu effaith defnydd hirdymor o alcohol e.e. sirosis yr iau (t.8). Mewn dadansoddiad o'r cyfraddau hyn gan Public Health England (PHE), er na chafwyd bod perthynas uniongyrchol rhwng hynny a phwyslais y polisi ar ymadfer, nodwyd bod 'poorly-oriented practice' yn creu risg gynyddol a bod cydberthynas ymddangosiadol rhwng anghydraddoldebau

	a national expert working group to investigate drug-related deaths in England. London, Public Health England. • Parker H; Bury, C ac Eggington, R. (1998) New heroin outbreaks amongst young people in England and Wales: Crime Detection and Prevention Series, Paper 92. London: Home Office Police Research Group. • Degenhardt, L; Charlson, F; Stanaway, J; Larney, S; Alexander, L.T; Hickman, M; Cowie, B; Hall, W.D; Strang, J; Whiteford, H a Vos, T (2016). Estimating the burden of disease attributable to injecting drug use as a risk factor for HIV, hepatitis C and hepatitis B: findings from the Global Burden of Disease Study 2013. Lancet Infectious Diseases 16(2): 1385-98.	economaidd ac iechyd, amddifadedd a marwolaethau cysylltiedig â chyffuriau (Public Health England, 2016). Mae effaith o'r fath yn gyffredin iawn yn lleoliadau'r achosion gwreiddiol o ddefnyddio heroin yn y 1980au h.y. yng Ngogledd a Gogledd-ddwyrain Lloegr (Parker et al, 1998). Mae Public Health England yn argymhell alinio dulliau comisiynu a system gyfan ag anghenion cymhleth y bobl sy'n defnyddio cyffuriau.
Triniaeth: Cyffredinol	• Raistrick, D; Heather, N a Godfrey, C. (2006) Review of the effectiveness of treatment for alcohol problems. London, National Treatment Agency for Substance Misuse. • Orford, J. (2008) Asking the right questions in the right way: the need for a shift in research on psychological treatments for addiction. Addiction 103(6):875-85. • Lundahl, B. W; Kunz, C; Brownell, C; Tollefson, D	• Mae sylfaen dystiolaeth gadarn ar gyfer y defnydd o ymyriadau trin (yn enwedig rhai Haen 3 a Haen 4). Yn draddodiadol, rhoddwyd blaenoriaeth i dystiolaeth wedi'i seilio ar fethodolegau ymchwilio arbrofol a hap-dreialau wedi'u rheoli; ac ymyriadau gwybyddol a meddygol (Raistrick et al, 2006). Dangosir yn aml, wrth eu cynnwys mewn treialon mwy o lawer, fod ymyriadau yn gwneud gwahaniaeth, ond nad oes dystiolaeth bod un

	a Burke, B. L. (2010) A meta-analysis of motivational interviewing: twenty-five years of empirical studies Research on Social Work Practice, 20(2):137-60 • Smedslund G, Berg, R.C; Hammerstrøm, K.T; Steiro, A; Leiknes, K.A; Dahl, H.M a Karlsen, K (2011). Motivational interviewing for substance abuse. Oxford: Cochrane Collection Wiley. • Sweetman, J; Raistrick, D; Mdege, N.D a Crosby, H. (2013) A systematic review of substance misuse assessment packages. Drugs and Alcohol Review: 32(4). 347-355.	ymyriad yn gryfach o lawer na'i gilydd – e.e. Project MATCH, UKATT (Orford, 2008). Mae Llywodraeth Cymru wedi seilio nifer o'i hystyriaethau allweddol i driniaeth ar ddefnydd integredig o gyf-weld ysgogiadol, er enghraifft, ymyriadau byr ac IFSS. Mae'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer defnyddio cyf-weld ysgogiadol yn sylweddol a phroffedig (Lundahl et al, 2010; Smedslund et al, 2011).
Triniaeth: Alcohol	• Schmidt, C. S; Schulte, B; Seo, H.-N, Kuhn, S, O'Donnell, A; Kriston, L; Verthein, U a Reimer, J. (2016) Meta-analysis on the effectiveness of alcohol screening with brief interventions for patients in emergency care settings. Addiction, 111: 783–794. doi: 10.1111/add.13263. http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/add.13263/full • Newbury-Birch, D; McGovern, R; Birch, J; O'Neill, G; Kaner, H; Sondi, A a Lynch K. (2016), "A rapid systematic review of what we know about alcohol use disorders and brief interventions in the criminal justice system ", International Journal	• Mae'r dystiolaeth o blaid defnyddio ymyriadau byr mewn rhai lleoliadau yn gryf; mae hyn yn wir am ofal iechyd sylfaenol ac eilaidd, (Schmidt et al, 2015) ac mae amheuaeth yn eu cylch mewn perthynas â lleoliadau Cyfiawnder Troseddol (Newbury-Birch et al, 2016). • Ymyriadau presgripsiynu: yn ogystal â hwyluso dadwenwyno, mae tystiolaeth o blaid defnyddio meddyginiaethau i hybu ymwrthodedd ar ôl dadwenwyno ac i leihau maint yr alcohol a yfir (D.S. mae hyn yn gwbl gyson â NICE Clinical Guidance 115). • Mae methiant polisi iechyd yn y DU i roi sylw digonol

of Prisoner Health, Vol. 12 Issue 1 tt. 57 - 70

- Models of Care for treatment of adult drug misusers – update (DH HO 2006)
http://www.nta.nhs.uk/uploads/nta_modelsofcare_update_2006_moc3.pdf
- Williams, R; Ashton, K; Aspinall, R; Bellis, M.A; Bosanquet, J; Cramp, M.E; Day, N; Dhawan, A; Dillon, J; Dyson, J; Ferguson, J; Foster, G; Gilmore, I; Glynn, M; Guthrie, J.A; Hudson, M; Kelly, D; Langford, A; Newsome, P; O’Grady, J; Pryke, R; Ryder, S; Samyn, M; Sheron, N a Verne, J. (2015). Implementation of the Lancet Standing Commission on Liver Disease in the UK. Lancet :386, tt. 2098-111.
- Williams, R; Aspinall, R; Bellis, M; Camps-Walsh, G; Cramp, M; Dhawan, A; Ferguson, J; Forton, D; Foster, G; Gilmore I; Hickman, M; Hudson, M; Kelly, D; Langford, A; Lombard, M; Longworth, L; Martin, N; Moriarty, K; Newsome, P; O’Grady, J; Pryke’ R; Rutter, H; Ryder, S Sheron, N a Smith, T. (2014). Addressing liver disease in the UK: a blueprint for attaining excellence in health care

i anghenion y rheini sydd â chlefyd yr iau, sef yr achos marwolaeth trydydd mwyaf cyffredin yn y DU ar ôl clefyd isgemia'r galon a hunan-niweidio wedi'i ddangos gan y cynnydd o 400% mewn cyfraddau marwolaethau er 1970. Dylid rhoi sylw yn benodol i nifer yr achosion ymysg pobl o dan 65 oed, sydd wedi'u dangos mewn cyfraddau derbyn i ysbytai a chyfraddau marwolaethau. Mae hyn yn gyson â'r cynnydd yn y defnydd o alcohol ar lefel genedlaethol yn ystod y cyfnod hwnnw, a newidiadau mewn patrymau cymdeithasol ar gyfer defnyddio alcohol cryfach a rhatach yn fwy aml yn y cartref. Roedd yr adroddiad blynyddol cyntaf ar weithredu argymhellion Comisiwn Sefydlog Lancet ar Glefyd yr iau yn dangos bod GIG Cymru wedi cyflwyno 'Law yn Llaw at lechyd: Cynllun Cyflawni ar gyfer Clefyd yr Afu' a bod Llywodraeth Cymru yn ystyried cynigion drwy ymgynghoriad cenedlaethol yn 2015 ar gyfer isafbris uned o £0.50²⁵. Rhagwelir y bydd hyn yn lleihau nifer blynyddol y marwolaethau o ganlyniad i glefyd yr iau (o 21) a nifer y cleifion a dderbynnir i ysbyty (o 119). Yn ogystal â hyn, cyflwynwyd model systemau gan lechyd Cyhoeddus

²⁵ Ers ysgrifennu'r adroddiad hwn, cafwyd cynnydd sylweddol mewn perthynas â'r Isafbris Uned. Yn gyntaf, cyflwynwyd Bil lechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) ac mae'n mynd drwy broses craffu'r Cynulliad ar hyn o bryd; ac, yn ail, mae'r Isafbris Uned yn yr Alban bellach wedi trechu'r holl heriau cyfreithiol ac mae Llywodraeth yr Alban wedi cyhoeddi y bydd yn dod i rym ar 1 Mai 2018.

	and reducing premature mortality from lifestyle issues of excess consumption of alcohol, obesity and viral hepatitis. Lancet:384: 1953-1997. • Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn lechyd a Gofal. (2016). Alcohol use disorders overview. Manchester, NICE.	Cymru. (Williams 2014, 2015).
Triniaeth: Cyffuriau	• Yr Adran Iechyd (2006) Models of Care for Alcohol Misusers London, Department of Health. https://www.alcohollearningcentre.org.uk/assets/BACKUP/DH_docs/ALC_Resource_MOCAM.pdf • Werba, D; Kamarulzamanc, A; Meachamb, M.C; Raffulb, C; Fischerd, B; Strathdeeb, S.A a Wood C. (2015) The effectiveness of compulsory drug treatment: A systematic review International Journal of Drug Policy 28 tt. 1–9	• Mae'r llenyddiaeth wyddonol ar werthuso triniaeth orfodol ar gyfer cyffuriau yn gyfyngedig. At ei gilydd, nid yw'r dystiolaeth yn awgrymu bod canlyniadau gwell yn gysylltiedig â dulliau trin gorfodol, ac mae rhai astudiaethau'n awgrymu ei bod yn bosibl eu bod yn achosi niwed. (Werba et al, 2015)
Triniaeth: Poblogaethau Penodol	• Wadd, S. (2014) The Forgotten people: Drug problems in later life. Luton, University of Bedfordshire. • Y Panel Cyngchori ar Gamddefnyddio Sylweddau (2017) Substance misuse in an aging population. Cardiff, Welsh Government. • Holley-Moore G a Beech, B. (2016) Drink Wise Age Well: Alcohol use and the over 50s in the UK. London, International Longevity Centre. • Debell, F., Fear, N.T., Head, M.; Batt-Rawden, S;	• Mae cydberthyniad cryf rhwng Anhwylder Straen wedi Trawma a phroblemau alcohol sylweddol (Debell et al, 2014)

	Greenberg, N; Wessely, S a Goodwin, L. (2014) A systematic review of the comorbidity between PTSD and alcohol misuse, Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology 49 (9): 1401-1425.	
Triniaeth: Ymadfer (Cydgymorth)	• Best, D. (2016) Developing strengths based recovery systems through community connections Addiction (On Line access - DOI: 10.1111/add.13588) • Humphreys, K. (2004) Circles of recovery: Self-help organizations for addictions. Cambridge, Cambridge University Press. • Best, D; Rome, A; Kirstie A; Hanning, K.A; White, W; Gossop, M; Taylor, A a Perkins, A. (2010) A review of international evidence to support Scotland's national drugs strategy, The Road to Recovery. Edinburgh: Scottish Government Social Research. • Fischer, J; Jenkins, N. Bloor, M, Neale J a Berney, L (2007) Drug user involvement in treatment decisions. York, Joseph Rowntree Foundation https://www.jrf.org.uk/sites/default/files/jrf/migrate_d/files/2012-drug-user-treatment.pdf • Lancaster, K. (2016) Rethinking recovery. Addiction (On line access DOI:	• Yn ystod cyfnod y strategaeth hon, mae ymadfer a chysyniadau, ymyriadau a modelau wedi'u cynnwys fwyfwy mewn ystyriaethau am alcohol a chyffuriau yn y DU (Roth a Best, 2012). Mae nifer o erthyglau mewn rhifynnau o Addiction yn 2016 yn trafod ac yn crynhoi cysyniadau cyfredol (er enghraifft, Best, 2016; Lancaster, 2016; McKay, 2016). Mae'r ymyriadau ymadfer hyn wedi'u seilio ar gydnabyddiaeth i gryfderau pobl a'u gallu i newid (McCormack, 2007). Mae nifer o'r dulliau cymorth cymunedol a modelau ymadfer wedi'u seilio ar effeithiolrwydd cymorth gan gymheiriaid (Humphreys, 2004; Livingston et al, 2011; Roth et al, 2013). • Mae camau i gynnwys derbynwyr gwasanaethau cyffuriau mewn penderfyniadau ar driniaeth yn debygol o gadw mwy ohonynt mewn triniaeth a'u gwneud yn fwy bodlon ar y driniaeth (Fischer et al 2007).

	10.1111/add.13552). • Livingston, W; Baker, M; Atkins, B a Jobber, S. (2011) A tale of the spontaneous emergence of a recovery group and the characteristics that are making it thrive: exploring the politics and knowledge of recovery. The Journal of Groups in Addiction & Recovery, 6(1-2):176-96. • McCormack, J. (2007) Recovery and strengths based practice: Scottish Recovery Network Discussion Paper Series Paper 6. Glasgow, Scottish Recovery Network. • McKay, J.R. (2016) Making the hard work of recovery more attractive for those with substance use disorders. Addiction (On line access 10.1111/add.13502). • Roth, J a Best, D (goln) (2012) Addiction and recovery in the UK. London, Routledge. • Roth, J; White, W a Kelly, J. (2013) Broadening the base of addiction mutual support groups: Bringing theory and science to contemporary trends London, Routledge.	
Ymyriadau Teuluol	• Copello, A; Orford, J; Hodgson, R a Tober, G. (2009a) Social Behaviour and Network Therapy for alcohol problems. London, Routledge. • Copello, A; Templeton, L a Powell, J. (2009b)	• Mae tystiolaeth ar gael o blaid darparu cymorth i deuluoedd mewn tri chyd-destun 1. Ymyriadau teuluol – sylw i newid sy'n systemig ac yn delio â'r defnydd o alcohol a chyffuriau.

Adult family members and carers of dependent drug users: Prevalence, social cost, resource savings and treatment responses. London, UK Drug Policy Commission.

- Forrester, D; Holland, S; Williams A a Copello, A (2016) Helping families where parents misuse drugs or alcohol? A mixed methods comparative evaluation of an intensive family preservation service. *Child and Family Social Work* 21(1): 65–75.
- Forrester, D; Copello, A; Waissbein, C a Pokhrel, S. (2008) Evaluation of an intensive family preservation service for families affected by parental substance misuse *Child Abuse Review*, 17(6):410-26.
- Forrester, D. (2012) Motivational interviewing for working with parental substance misuse: A Guide to support the IFS teams. Luton, University of Bedfordshire
- Holland, S; Forrester, D; Williams, A a Copello, A. (2014) Parenting and substance misuse: Understanding accounts and realities in child protection contexts. *British Journal of Social Work* 44(6): 1491-1507.
- Templeton, L; Ford, A; McKell, J; Valentine, C;

2. Ymyriadau sylweddol eraill – gwasanaethau ar gyfer aelodau o'r teulu sy'n ceisio cael effaith ar y defnydd o alcohol a chyffuriau gan aelod arall o'r teulu.

3. Cymorth i deuluoedd – ymyriadau nad ydynt yn cyfeirio gweithgarwch at y defnydd o alcohol a chyffuriau, ond yn hytrach yn cwrdd ag anghenion eraill aelodau'r teulu.

- Mae ymyriadau teuluol yn rhoi'r gallu i weithio ar alcohol a chyffuriau mewn lleoliadau ymarfer cyfannol ehangach ac nid mewn asiantaethau camddefnyddio sylweddau arbenigol yn unig – er enghraifft, gwaith cymdeithasol (Copello et al, 2009a, 2009b; Forrester et al, 2008 Forrester et al 2016, Holland et al 2014). Mae'n amlwg bod hyn yn gyson â rhai o'r llwybrau sydd ymhlyg yn Neddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014.
 - Mae'r arfer o gynnwys cyf-weld ysgogiadol mewn model ar gyfer cymorth dwys i deuluoedd mewn perthynas ag amddiffyn plant a defnydd o alcohol neu gyffuriau wedi'i hen sefydlu bellach (Forrester, 2012; Forrester et al, 2008, 2016), a chafwyd tystiolaeth o hynny drwy sefydlu'r Gwasanaethau Integredig Cymorth i Deuluoedd (IFSS), un o flaenoriaethau a darpariaethau prif ffrwd
-

Walter, T; Velleman, R; Bauld, L; Hay, G. a Hollywood, J. (2016). Bereavement through substance use: findings from an interview study with adults in England and Scotland. *Addiction Research and Theory*, doi: 10.3109/16066359.2016.1153632

- Thom, G; Delahunty, L; Harvey, P ac Ardil, J. (2014) Evaluation of the Integrated Family Support Service Final Year 3 Report, Cardiff, Welsh Government.
<http://gov.wales/docs/caecd/research/2014/140328-evaluation-integrated-family-support-service-year-3-en.pdf>
- Valentine, C. a Walter, T. (2015) Creative responses to a drug- or alcohol-related death: A sociocultural analysis. *Illness, Crisis and Loss* 23(4):310–322.
- Llywodraeth Cymru (2012) Rheoliadau Timau Integredig Cymorth i Deuluoedd (Swyddogaethau Cymorth i Deuluoedd) (Cymru) 2012. Caerdydd, Llywodraeth Cymru.
- Llywodraeth Cynulliad Cymru. (2008) Stronger families: Supporting vulnerable children and families through a new approach to Integrated Family Support Services (ymgynghoriad).

Llywodraeth Cymru (Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014; Thom et al, 2014; Llywodraeth Cynulliad Cymru, 2008; Llywodraeth Cymru, 2012).

- Mae'r sylfaen dystiolaeth ar gyfer ymyriadau teuluol penodol gyda defnyddwyr alcohol a chyffuriau, fel therapi rhwydwaith ymddygiad cymdeithasol a'r model Pum Cam, wedi'i chydabod yn glir bellach. Yn aml bydd yr ymyriadau hyn yn mabwysiadu'r elfennau craidd mewn dulliau cydnabyddedig a phroffedig (h.y. therapi teuluol a therapi rhwydwaith) sy'n canolbwyntio ar gynnwys aelodau o'r teulu, eu cynorthwyo a chwrdd â'u hanghenion.
 - Un o'r prif ystyriaethau wrth gynnig cymorth i deuluoedd yw delio â marwolaeth – mae Templeton et al. (2016) yn dadlau bod marwolaethau sy'n gysylltiedig ag alcohol a/neu gyffuriau yn perthyn i ddosbarth y marwolaethau "arbennig". Maent yn awgrymu bod hyn yn wir am dri rheswm gwahanol. Yn gyntaf, mae'r marwolaethau hynny o natur drawmatig fel arfer; yn ail, maent yn aml yn peri i stigma gael gysylltu â'r galarwyr yn ogystal â'r ymadawedig; ac, yn olaf, gellir ystyried bod y galar a brofir gan y rhai sydd mewn profedigaeth wedi'i ddifreinio (Valentine a Walter, 2015).
-

	Caerdydd, Llywodraeth Cynulliad Cymru. Wright S; Gray P; McAteer L; Watts E; Haines K; Liddle M. (2011) Evaluation of the CRAFT pilot project. Cardiff, Welsh Government.
Argaeledd Gorfodi	- Leyshon, M a Misell, A. (2010) Counting the cost: Irresponsible alcohol promotions in the night-time economy in Wales. London, Alcohol Concern. - Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2016) Gwneud gwahaniaeth: Buddsoddi mewn iechyd a llesiant cynaliadwy i bobl Cymru. Ar gael yn: http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Making%20A%20Difference%5FEvidence%28W%5Ffinal%5Fweb%29.pdf - Thompson, K; Stockwell, T; Wettlaufer, A; Geisbrecht, N a Thomas, G. (2017) Minimum alcohol pricing policies in practice: A critical examination of implementation in Canada Journal of Public Health Policy 38(1): 39–57. - Anderson, Z; Whelan, G; Hughes, K a Bellis, M. A. (2009) Evaluation of the Lancashire polycarbonate glass pilot project. Liverpool, Centre for Public Health. http://www.cph.org.uk/wp-content/uploads/2012/08/evaluation-of-the-lancashire-polycarbonate-glass-pilot-project.pdf - Cafwyd galwadau am gyflwyno Isafbris Uned yng Nghymru (Leyshon a Misell, 2010; Iechyd Cyhoeddus Cymru, 2016). Mae'r gwerthusiad o bolisïau ar isafbris (yn hytrach nag isafbris uned llawn) yng Nghanada wedi dangos bod modd awgrymu bod prisiau uwch wedi lleihau'r defnydd o alcohol i raddau arwyddocaol. Er hynny, mae'r dull o weithredu yng Nghanada wedi arwain hefyd at nodi tri thestun pryder penodol: (1) peidio â chynnwys isafbrisiau mewn nifer o gategoriâu diodydd, (2) isafbrisiau sy'n is na'r isafbris a oedd wedi'i argymhell a (3) nad yw prisiau'n cael eu haddasu'n rheolaidd am chwyddiant neu gynnwys alcohol. (Thompson et al, 2017). - Ceisir hyrwyddo economïau'r nos er mwyn dod â manteision economaidd (cyflogaeth a refeniw) i gymunedau trefol yng Nghymru, ac mae hyn yn cael ei weld yn rhan annatod o ddarpariaeth wedi'i seilio ar dwristiaeth. Fodd bynnag, mae pris i'w dalu am hyn. Er bod llawer o ymchwil wedi'i gwneud sy'n awgrymu bod gweithgareddau'n cael eu cysylltu â

-
- Brands, J; van Alast, I a Schwanen, T. (2015) Safety, surveillance and policing in the night-time economy: (Re)turning to numbers. *Geoforum* 62: 24-27.
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S001671851500072X>
 - Fitzgerald, N. ac Angus, C. (2015). Four nations: How evidence-based are alcohol policies and programmes across the UK? London, Alliance for Useful Evidence/Alcohol Health Alliance.
 - McCambridge J, Hawkins B, a Holden C. (2014) Vested interests in addiction research and policy: The challenge corporate lobbying poses to reducing society's alcohol problems: Insights from UK evidence on minimum unit pricing. *Addiction*.109(2):199-205.
 - Livingston, W. (2017) Death, grief and bereavement; relationships with alcohol and other drug use, yn Thompson, N. a Cox, G. R. (goln) (2017) *Handbook of the sociology of death, grief and bereavement*. New York, Routledge.
 - Deacon, T. (2017) Huge amount of alcohol seized from underage people. Wales Online [Cyrchwyd 24/03/2017]
<http://www.walesonline.co.uk/news/wales->
-

lleihau niwed mewn dulliau llwyddiannus o reoli economïau'r nos (Anderson et al, 2009; Brandt et al, 2015), mae nifer o awduron yn dadlau bod y diwydiant alcohol yn dylanwadu'n ormodol ar y datblygiadau polisi hyn ac eraill sy'n debyg iddynt (Fitzgerald ac Angus, 2015; Thompson et al, 2017). Mae llywodraethau'n dibynnu'n aml ar hunanreoleiddio gwirfoddol gan y diwydiant alcohol; codwyd amheuan yn gyson ynghylch effeithiolrwydd trefniadau o'r fath (McCambridge et al 2014). Dadleuir bod y diwydiant alcohol yn parhau i hyrwyddo alcohol, mewn ffordd a all fod yn anghyfrifol ac yn niweidiol i iechyd, mewn mannau yfed sy'n rhan o economi'r nos (Leyshon a Misell 2010, Iechyd Cyhoeddus Cymru 2016).

- Mae Fitzgerald ac Angus (2015) yn cynnig tair elfen ar gyfer gweithredu yn y maes hwn: prasio, argaeledd (trwyddedu a gwerthu) a marchnata (hyrwyddo, cynnyrch a pheccynnu). Mae'n ymddangos bod Llywodraeth Cymru yn ymdrin yn gryfach ag argaeledd na'r ddau faes arall. Mae rhai'n dadlau nad yw dulliau rheoli digwyddiadol o'r fath fel arall yn ddim ond cost am gymodi â diwylliant o ymddygiad sy'n gysylltiedig â goryfed (yn cynnwys marwolaeth) sydd wedi dod yn bris derbyniol i ddiwydiannau ac awdurdodau lleol er

	news/huge-amount-alcohol-seized-underage-12775373 • Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) (2010) Alcohol-use disorders prevention: Public Health Guideline (PH24) London: NICE. • Holmes J., Meng, Y; Meier, P.S; Brenan, A; Angus, C; Guo, Y; Hill-Mcmanus, D a Purshouse, R, C. (2014). Effects of minimum unit pricing for alcohol on different income and socioeconomic groups: a modelling study. Lancet 383:1655-64. • Jones I. (2014). Public attitudes to minimum unit pricing of alcohol. Cardiff; Welsh Government. • Meng, Y; Sadler, S; Gell, L; Holmes J a Brennan A. (2014) Model-based appraisal of minimum unit pricing for alcohol in Wales. Cardiff, Welsh Government.	mwyn gwneud elw (Livingston, 2017). • Roedd Prosiect Ymgysylltu Ieuenctid Cwm Taf, dros gyfnod o 12 wythnos, wedi ymafael mewn meintiau 'anferth' o alcohol a oedd ym meddiant yfwyr dan oed, yn enwedig fodca, y rhan fwyaf ohono wedi'i brynu gan oedolion a'i roi i bobl iau (Deacon, 2017).
Comisiynu	• Drugscope. (2013) State of the Sector 2013 London, Drugscope. • Gosling, H. (2016) Payment by results: Challenges and conflicts for the therapeutic community. Criminology and Criminal Justice 16(5) 519– 533. • The Recovery Oriented Drug Treatment Expert Group. (2013) Medications in recovery: Best	• Gellir ystyried bod cylchoedd mynych (3-5 blynedd neu lai) o ailgomisiynu ac aildendro yn weithgarwch negyddol sy'n amharu ar y ddarpariaeth o wasanaethau. Roedd darparwyr gwasanaethau wedi canfod nad yw perthnasoedd rhwng ac oddi mewn i strwythurau newydd yn cael eu datblygu mewn ffordd gyson bob amser (Drugscope, 2013). Mae tystiolaeth sy'n dangos bod gwasanaethau

	practice in reviewing treatment: Supplementary Advice. London, Public Health England.	‘camddefnyddio sylweddau’ traddodiadol wedi datblygu partneriaethau newydd a chryfach yn y blynyddoedd diwethaf y tu allan i’w cylchoedd agos, yn enwedig: tai a chymorth tai; cleientiaid sydd ag anghenion cymhleth neu wedi profi nifer o fathau o allgáu cymdeithasol, a chyflogaeth a chymorth cyflogaeth (Drugscope, 2013). • Mae Gosling (2016) yn dadlau nad yw talu yn ôl canlyniadau yn gwneud nemor ddim i wella ansawdd y ddarpariaeth a’i fod yn hytrach yn achosi straen ychwanegol; “transforming individual progression into a financially driven bureaucratic process” (t519). • Mae datblygu darpariaeth sy’n canolbwyntio’n wirioneddol ar ymadfer yn parhau’n her i gomisiynwyr (Drugscope, 2013).
Effaith ehangach ar deuluoedd	• Copello, A; Templeton, L a Powell, J. (2009) Adult family members and carers of dependent drug users: prevalence, social cost, resource savings and treatment responses. London, UK Drug Policy Commission. • Cyfle. (2017) Cylchlythyr - Chwefror 2017. Llandudno, Cyfle/CAIS.	• Cofnodwyd bod 47% o’r 844 o’r unigolion a gofrestrwyd gyda Cyfle (Y Gwasanaeth Di-waith i Gymru; yn targedu defnyddwyr alcohol a chyffuriau) mewn cyfnod o chwe mis (Awst 2016-Ionawr 2017) yn ymadfer o “combination of substance misuse and mental health issues” (Cyfle 2017).
Buddion ehangach o	• Cartwright, W. (2008) Economic costs of drug abuse: financial, cost of illness, and services.	

driniaeth	Journal of Substance Abuse Treatment, 34: 224–233.	
	Godfrey, C; Stewart, D., Gossop, M. (2004) Economic analysis of costs and consequences of the treatment of drug misuse: 2-year outcome data from the National Treatment Outcome Research Study (NTORS). Addiction 99: 697–707.	
Ymchwil benodol i Gymru a chynhyrchu data	Orford, J. (2008) Asking the right questions in the right way: the need for a shift in research on psychological treatments for addiction. Addiction 103(6):875-85.	Dros gyfnod y strategaeth cafwyd mwy o gydnabyddiaeth i'r angen am fabwysiadu gwahanol gwestiynau a methodolegau ymchwil, gan roi sylw penodol i ddeall natur ryng-bersonol a) perthnasoedd helpu a b) y broses ymadfer. (Orford 2008)
Cynllunio dulliau gwerthuso penodol i Strategaethau yn y dyfodol	Prif Swyddog Meddygol Cymru. (2016) Adroddiad Blynyddol 2015-16 Adfer cydbwysedd i ofal iechyd Gweithio mewn partneriaeth i leihau annhegwch cymdeithasol. Caerdydd.	Llawer o gwestiynau am ffyrdd i integreiddio llesiant â pholisi. Tystiolaeth o ddulliau gweithredu mwy cyfannol gan Lywodraeth Cymru – felly dull gweithredu cyflawn a systemig h.y. dull Prif Swyddog Meddygol Cymru (2016).

Sylwebaeth Ychwanegol

Mae gwybodaeth ychwanegol yn y paragraffau sy'n dilyn am y cyd-destun i'r tablau uchod.

Deall Cyfraniad

Mae'r Ganolfan Monitro Ewropeaidd ar gyfer Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau²⁶ yn gwerthuso tair cydran mewn strategaethau cyffuriau cenedlaethol:

- Monitro'r sefyllfa leol, ymatebion ac ymyriadau o ran cyffuriau drwy gasglu data yn rheolaidd;
- Gwerthuso'r ymyriad polisi ar gyfer cyffuriau, y buddion o fentrau cysylltiedig a dyrannu adnoddau;
- Asesu effeithiolrwydd neu werthuso effaith lle mae'r 'canlyniadau' (effeithiau tymor byr), a'r effeithiau (effeithiau tymor hir), ar y ffenomen cyffuriau wedi'u hachosi (yn rhannol o leiaf) gan y strategaeth gyffuriau genedlaethol (t.75). Ymysg y cydrannau canolog a ystyrir y mae ymrwymiad ariannol a gwleidyddol, arweinyddiaeth, atebolrwydd, ac ymreolaeth ariannol gyda dangosyddion ymarferol (t.80).

Tueddiadau'r Farchnad ac Agosrwydd – Maint y Broblem

Mae rhai digwyddiadau byd-eang wedi cael mwy o effaith na holl effeithiau polisi'r DU. Y pwysicaf o'r rhain yw:

- Y prinder heroin a gofnodwyd yn 2010-2011²⁷. Pan oedd ar ei brinnaf ym mis Tachwedd 2011, roedd y prisiau cyfanwerthu wedi codi ond y prisiau ar y stryd wedi aros yn sefydlog. Roedd purdeb o 4% yn yr herion yr oedd yr heddlu wedi ymafael ynddo ac adroddwyd bod sylweddau eraill wedi'u hychwanegu at y defnydd rheolaidd, a'r rhai mwyaf cyffredin o'r rhain oedd alcohol a bensodiasepinau. Ar ôl adferiad yn y farchnad, cafwyd cynnydd o

²⁶ Y Ganolfan Monitro Ewropeaidd ar gyfer Cyffuriau a Chaethiwed i Gyffuriau (2015) *Perspective on Drugs: Opioid trafficking routes from Asia to Europe*, Lisbon, EMCDDA.

²⁷ Ahmad, M a Richardson, A (2016) *Impact of the reduction in heroin supply between 2010 and 2011*, Research Report 91. London, Home Office.

36% mewn purdeb erbyn 2014²⁸, a chynnydd o 67% yn nifer y marwolaethau cysylltiedig â chyffuriau o 579 yn 2012 i 952 yn 2014²⁹.

- Mae argaeledd wedi cynyddu dros y pum mlynedd diwethaf. Yn rhannol, mae hyn yn ganlyniad i globaleiddio cludiant, yn enwedig llwybrau arforol, sydd wedi disodli'r llwybr traddodiadol drwy'r Balcanau ar gyfer cludo heroin oherwydd diffyg capasiti ar gyfer gorfodi'r gyfraith³⁰.
- Mae system rhybudd cynnar yr UE wedi'i hysbysu am gynnydd ym maint y cynnyrch o 14 o opioidau synthetig er 2005, yn cynnwys cymysgeddau fferyllol o morffin, bwprenorffin, fffentanyll, methadon, a tramadol (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2015).
- Nodwyd yn Adroddiad Cyffuriau'r Byd (UNODC, 2016) fod y defnydd o ganabis a'r masnachu ynddo wedi aros yn weddol sefydlog, a bod cynnydd ym maint y cocên a sylweddau o fath amffetaminau (ATS) sy'n cael eu cynhyrchu. Mae'r adroddiad yn nodi hefyd:
 - Yn 2014, fod 234 o sylweddau'n cael eu rheoli, a bod y nifer hwn wedi codi i 244 erbyn Ionawr 2016, a bod llwybrau allweddol i farchnadoedd Ewropeaidd wedi'u sefydlu drwy'r Balcanau ar gyfer heroin a thrwy Affrica ac gyfer cocên a chyffuriau symbylu.
 - Cynnydd yn y nifer sy'n defnyddio amryw o gyffuriau opioid ac yn eu defnyddio at ddibenion anfeddygol a chynnydd newydd yn y marchnadoedd heroin yn Ewrop.
 - Cofnodwyd bod 66 o Sylweddau Seicoweithredol Newydd yn cael eu masnachu yn 2014, a rhoddwyd gwybod i UNODC am 75 o rai ychwanegol yn 2015 a oedd yn rhan o amrywiaeth fawr o gyffuriau nad oeddent yn perthyn i unrhyw ddsbarthiadau a gofnodwyd o'r blaen.

Isafbris Uned am Alcohol

Roedd yr astudiaeth yn Glasgow a Chaeredin ar brisio a phrynu alcohol a ddechreuodd yn 2011/12 yn dangos cysylltiadau rhwng lefelau uwch o

²⁸ <https://visual.ons.gov.uk/deaths-involving-heroin-up-by-two-thirds-in-two-years/>

²⁹ Y Swyddfa Ystadegau Gwladol (2015) Deaths involving heroin up by two thirds in two years: Deaths related to Drug Poisoning in England and Wales 2014 London ONS Digital.

³⁰ UNODC (2015) Global Maritime Crime Programme: Annual Report 2015 Vienna UNODC.

amddifadedd a chynnydd mewn mathau o niwed³¹. Er enghraifft, un strategaeth gan gyfranogwyr ar gyfer ymdopi â diffyg arian i brynu alcohol oedd prynu seidr gwyn rhatach am y pris rhatach o £0.17 yr uned. Y gyfradd marwolaethau ar gyfer cyfranogwyr yr astudiaeth oedd 16.4% (n=105) gydag oed canolrifol o 45.6 o flynyddoedd.

Roedd y canfyddiadau hyn yn adlewyrchu'r canlyniadau mewn astudiaethau eraill sy'n darparu tystiolaeth am 'effaith Glasgow' fel y rheini sy'n canolbwyntio ar ysmegu, sy'n dangos bod cysylltiad uniongyrchol rhwng tlodi a'r angen am bolisi cenedlaethol i ddelio â phatrymau cymdeithasol sy'n ymwneud â'r ymddygiad niweidiol hwn³².

Daeth Chick a Gill (2015)³³ i'r casgliad y byddai cyflwyno isafbris uned o £0.45 yn cael ei gysylltu â chynnydd mewn iechedd, ond y byddai hyn wedi'i ddosbarthu'n anghyfartal rhwng grwpiau. Byddai ei gyflwyno'n dod â'r budd mwyaf i yfwyr niweidiol yng nghyswllt cyfraddau afiachedd a marwolaeth oherwydd maint yr alcohol sy'n rhatach na £0.45 yr uned sy'n cael ei brynu a'i yfed ar hyn o bryd.

Casgliad Cochrane o Adolygiadau Systematig ar Alcohol a Chyffuriau

Yn rhan o'r arolwg llenyddiaeth cychwynnol, chwiliwyd cronfa ddata Cochrane am ffynonellau penodol. Mae crynodeb o'r ffynonellau hynny yn y tabl sy'n dilyn.

Y dull a ddefnyddiwyd i chwilio cronfa ddata Cochrane oedd dewis yn gyntaf yr holl adolygiadau a gyhoeddwyd yn Grŵp Cyffuriau ac Alcohol Cochrane. Mae hwn yn gasgliad adolygiadau ar wahân sy'n ymwneud ag ymyriadau ynghylch camddefnyddio sylweddau.

³¹ Chick, J a Gill, J (2015) Alcohol pricing and purchasing among heavy drinkers in Edinburgh and Glasgow: current trends and implications for pricing policies. London Alcohol Research UK.

³² Gray L a Leyland AH (2009) Is the "Glasgow Effect" of cigarette smoking explained by socio-economic status? A multilevel analysis. BMC Open Access July.

³³ Chick, J a Gill, J (2015) Alcohol pricing and purchasing among heavy drinkers in Edinburgh and Glasgow: current trends and implications for pricing policies. London Alcohol Research UK.

Tabl A6.3: Crynodeb o Adolygiadau Systematig ar Alcohol a Chyffuriau

Teitl yr Adolygiad	Nifer yr astudiaethau a adolygwyd	Nifer y Cyfranogwyr	A yw'n dangos budd/effeithiolrwydd
Amato, L; Minozzi, S; Vecchi, S a Davoli, M (2010) Benzodiazepines for acute alcohol withdrawal syndrome. Rome: Cochrane Collaboration Wiley. 17;(3):CD005063. doi: 10.1002/14651858.CD005063.pub3	64	4309	Ydy – ar ôl eu cymharu â phlasebo am reoli trawiad yn y syndrom diddyfnu o alcohol. Er hynny, mae nifer o'r canlyniadau'n debyg i'r rheini o ddefnyddio cyffuriau eraill e.e. Clordiasepocsid a oedd yn perfformio'n well mewn rhai achosion. Mae data am ddiogelwch yn brin.
Amato, L; Minozzi, S. Davoli, M a Vecchi, S (2011) Psychosocial combined with agonist maintenance treatments versus agonist maintenance treatments alone for treatment of opioid dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley. 5;(10):CD004147. doi: 10.1002/14651858.CD004147.pub4.	34	3777	Nac ydy – ni chafwyd eu bod yn fuddiol gan nad oedd yr astudiaethau'n ddigon sensitif i fesur canlyniadau seicogymdeithasol o ran llesiant neu'n ddigon hir i fesur yr effaith ar gyfraddau marwolaeth.
Amato, L; Minozzi, S; Davoli, M; Vecchi, S; Ferri M.M a Mayet, S (2011) Psychosocial and pharmacological treatments versus pharmacological treatments for opioid	11	1592	Ydy – cafwyd bod effeithiau ar ôl cwblhau'r driniaeth. Er hynny, roedd y dystiolaeth yn gyfyngedig am fod nifer y cyfranogwyr yn fach, am nad oedd canlyniadau'n ddigon manwl ac am

detoxification. Oxford: Cochrane Collection Wiley. 16;(3):CD005031. doi: 10.1002/14651858.CD005031.pub2			nad oedd yn bosibl cynnal dadansoddiad cronol.
Amato, L; Minozzi, S a Davoli, M (2011) Safety and efficacy of medicines for the treatment of alcohol withdrawal syndrome. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 6. Art. No.: CD008537. DOI: 10.1002/14651858.CD008537.pub2.	5 adolygiad 114 astudiaeth	7333	Nac ydy – Yr unig ganfyddiad ystadegol arwyddocaol oedd bod bensodiasepinau yn perfformio'n well na phlasebo ar gyfer rheoli trawiadau (3 astudiaeth/324 o gleifion, tystiolaeth o ansawdd gymedrol) a bod bensodiasepinau hefyd yn well na chyffuriau gwrthseicotig (4 astudiaeth/ 633 o gleifion, tystiolaeth o ansawdd da).
Amato, L; Davoli, M; Minozzi, S; Ferroni, E; Ali, R a Ferri, M (2013) Methadone at tapered doses for the management of opioid withdrawal. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 2. Art. No.: CD003409. DOI: 10.1002/14651858.CD003409.pub4.	23	2467	Ydy – roedd yr astudiaethau'n cadarnhau bod cyfnewid opioidau hir eu heffaith dros dro yn raddol ac yn araf yn gallu lleihau'r effeithiau difrifol o ddiddychu. Er hynny, roedd mwyafrif y cleifion a oedd yn cymryd heroin yn atglafychu. Roedd gwahaniaethau o ran meddyginiaeth a'r rheolaeth a fabwysiadwyd yn arwain at symptomau gwahanol mewn cyfranogwyr. Roedd rhai 15-34 blwydd oed yn profi risg fwy o farwolaeth.
Carney, T; Myers, B.J; Louw, J ac Okwundu, C.I (2016) Brief school-based interventions and behavioural outcomes for substance-using	6	1176	Tystiolaeth o ansawdd gwael neu wael iawn bod ymyriadau'n lleihau'r defnydd o ganabis ac alcohol, yn hytrach na defnydd o sylweddau ac

adolescents. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 1. Art. No.: CD008969. DOI: 10.1002/14651858.CD008969.pub3.			ymddygiad tramgwyddus yn gyffredinol. Dangoswyd bod yr effeithiau hyn yn parhau mewn astudiaeth ddilynol hirdymor. Mae angen cynnal rhagor o astudiaethau.
Castells, X; Cunill, R; Pérez-Mañá, C; Vidal, a Capellà, D (2016) Efficacy of psychostimulant drugs for cocaine dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 9. Art. No.: CD007380. DOI: 10.1002/14651858.CD007380.pub4.	26	2366	Nid yw'r effeithiolrwydd yn hollol glir ond mae'n ymddangos yn addawol ac yn teilyngu rhagor o ymchwil.
Darker, C. D; Sweeney, B.P; Barry, J.M; Farrell, M.F a Donnelly-Swift. E (2015) Psychosocial interventions for benzodiazepine harmful use, abuse or dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 5. Art. No.: CD009652. DOI: 10.1002/14651858.CD009652.pub2.	25	1666	Nac ydy – yn annigonol ar hyn o bryd. Mae tystiolaeth yn dangos bod effaith dymor byr o 3 mis ond nad yw'n parhau ar ôl 6 mis.
Faggiano, F; Minozzi, S; Versino,E a Buscemi, D (2014) Universal school-based prevention for illicit drug use. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 12. Art. No.: CD003020. DOI: 10.1002/14651858.CD003020.pub3.	51	127,146	Ydy – effeithiau bach ond arwyddocaol wedi'u seilio ar ymyriadau cymhwysedd cymdeithasol a dylanwad cymdeithasol ar gyfer strategaethau i atal y defnydd o gyffuriau. Dylid ei gynnwys mewn strategaethau cyffuriau cynhwysfawr er mwyn cael effaith ar lefel y boblogaeth.

Ferri, M; Minozzi, S; Bo, A ac Amato, L (2013) Slow -release oral morphine as maintenance therapy for opioid dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 6. Art. No.: CD009879. DOI: 10.1002/14651858.CD009879.pub2.	3	195	Nac ydy – astudiaethau annigonol, 2 yn awgrymu'r posibilrwydd o leihau'r defnydd o opioidau, un yn awgrymu bod morffin a gymerir drwy'r geg sy'n cael ei ryddhau'n araf yn lleihau symptomau iselder.
Ferri, M; Allara, E; Bo, A; Gasparrini, A a Faggiano, F (2013) Media campaigns for the prevention of illicit drug use in young people. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 6. Art. No.: CD009287. DOI: 10.1002/14651858.CD009287.pub2.	23	188,934	Nac ydy – nid yw'n gallu dod i gasgliadau ynghylch a yw ymgyrchoedd yn y cyfryngau'n effeithiol ar gyfer atal y defnydd o gyffuriau ymysg pobl ifanc.
Ferri, M; Davoli, M a Perucci, C.A (2014) Heroin maintenance for chronic heroin-dependent individuals. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 12. Art. No.: CD003410. DOI: 10.1002/14651858.CD003410.pub4.	8	2007	Ydy – ar gyfer y rheini sydd â hanes o fethiannau mewn therapi ymgynnal, darperir heroin i'w chwistrellu ar y safle 2-3 gwaith y dydd. Llai o ddefnydd anghyfreithlon o gyffuriau, troseddoldeb, a charcharu ac mae'n rhagdybio drwy gysylltiad y bydd llai o farwolaethau yn ystod triniaeth a llai'n cael eu cadw mewn triniaeth.
Foxcroft, D.R a Tsertsvadze, A (2011) Universal family-based prevention programs for alcohol misuse in young people. Oxford: Cochrane	12 hap-dreial wedi'i reoli	Nifer amhenodol o fyfyrwyr 18	Ydy – effaith fach ond cyson a pharhaus at ei gilydd mewn astudiaethau a oedd yn ymwneud â gwella sgiliau rhianta, sgiliau cymdeithasol a

Collaboration Wiley. Issue 9. Art. No.: CD009308. DOI: 10.1002/14651858.CD009308.			oed neu'n iau	sgiliau gwrthsefyll dylanwad cyfoedion.
Foxcroft, D.R a, Tsertsvadze, A (2011) Universal school-based prevention programs for alcohol misuse in young people. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 5. Art. No.: CD009113. DOI: 10.1002/14651858.CD009113.	53		Nifer amhenodol o fyfyrwyr 18 oed neu'n iau	Ydy – cafwyd yr effaith fwyaf cyffredin ar oryfed mewn pyliau a meddwdod. Mae rhai rhaglenni seicogymdeithasol a datblygiadol generig yn effeithiol a dylid eu hystyried mewn polisi 'Lifeskills, Unplugged and Good Behaviour Game'.
Foxcroft, D.R a, Tsertsvadze, A (2011) Universal multi-component prevention programs for alcohol misuse in young people. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 9. Art. No.: CD009307. DOI: 10.1002/14651858.CD009307.	20		Heb ei nodi	Nac ydy – roedd 12 o blith 20 o raglenni'n dangos rhywfaint o effaith o ymyriadau amlgyfran. Er hynny, nid oes nemor ddim tystiolaeth bod y rhain yn fwy llesol nag ymyriadau sengl.
Foxcroft, D. R; Moreira, M.T; Almeida Santimano, N.M.L a Smith, L.A (2015) Social norms information for alcohol mis-use in university and college students. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 12. Art. No.: CD006748. DOI: 10.1002/14651858.CD006748.pub4.	70	44,958		Nac ydy – roedd effaith yr ymyriad yn fach neu'n gymedrol gan na chafwyd buddion parhaus o ymyriadau normau cymdeithasol ar ôl 4-5 mis.
Foxcroft D.R; Coombes L; Wood S; Allen D;	84	22,872		Nac ydy – tystiolaeth fach neu ffiniol bod cyf-weld

Almeida Santimano N.M.L a Moreira M.T (2016) Motivational interviewing for the prevention of alcohol misuse in young adults. Cochrane Database of Systematic Reviews Issue 7. Art. No.: CD007025. DOI: 10.1002/14651858.CD007025.pub4.			ysgogiadol yn lleihau'r defnydd o alcohol, amllder defnyddio neu droseddau cysylltiedig ar ôl 4 mis ac mewn astudiaeth ddilynol ar ôl 12 mis o boblogaeth 15-24 oed.
Gates, P.J; Sabioni, P; Copeland, J; Le Foll, B a Gowing, L (2016) Psychosocial interventions for cannabis use disorder. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 5. Art. No.: CD005336. DOI: 10.1002/14651858.CD005336.pub4.	23	4045	Nac ydy – nid oedd y canlyniadau'n glir a phrin oedd y lle i'w cyffredinolli. Roedd y cyfraddau ymwrthod yn isel neu ansefydlog er bod ymyriadau seicogymdeithasol yn lleihau amllder a difrifoldeb y defnydd yn y tymor byr. Roedd y dystiolaeth gryfaf o blaid Therapi Gwella Ysgogiadol Dwys a Therapi Gwella Gwybyddol (4) gyda chymhellion wedi'u seilio ar ymwrthod.
Gates, S; Smith, L.A a Foxcroft, D (2008) Auricular acupuncture for cocaine dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 1. Art. No.: CD005192. DOI: 10.1002/14651858.CD005192.pub2.	7	1433	Dim tystiolaeth am fod yr astudiaeth o ansawdd gwael, yn defnyddio 3, 4 neu 5 o'r pwyntiau aciwbigo sydd wedi'u hargymell. Mae angen rhagor o ymchwil.
Gowing, L; Ali, R a White, J.M (2010) Opioid antagonists under heavy sedation of anaesthesia for opioid withdrawal. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 1. Art. No.:	9	1109	Nac ydy – mae'r risg o effeithiau niweidiol drwy dawelyddu cryf, y gost ariannol uchel, diffyg gwelyau gofal dwys a diffyg budd yn golygu na ddangoswyd bod gwerth mewn diddyfnu wedi'i

CD002022. DOI: 10.1002/14651858.CD002022.pub3.			ysgogi gan wrthweithydd.
Gowing, L; Farrell, M.F; Bornemann, R; Sullivan, L.E ac Ali,R (2011) Oral substitution treatment of injecting opioid users for prevention of HIV infection. Oxford: Cochrane Collection Wiley. Issue 8. Art. No.: CD004145. DOI: 10.1002/14651858.CD004145.pub4.	38	12,400	Ydy – mae’n gostwng cyfraddau trosglwyddo HIV gan ei fod yn lleihau’n sylweddol y defnydd o gyffuriau drwy chwistrellu, rhannu offer chwistrellu, nifer y partneriaid rhyw lluosog a nifer yr achosion o gyfnewid rhyw am gyffuriau neu arian. Nid yw’n cael effaith fawr ar y defnydd o gondomau. Er hynny, roedd yr astudiaethau wedi’u rheoli’n wael o ran bias.
Indave, B.I; Minozzi, S; Pani, P.P ac Amato, L (2016) Antipsychotic medications for cocaine dependence. Oxford: Cochrane Collection. Issue 3. Art. No.: CD006306. DOI: 10.1002/14651858.CD006306.pub3.	14	719	Cyfngiad mawr ar y data yw nifer y bobl a oedd wedi tynnu’n ôl o’r astudiaethau a’r adrodd.
Klimas, J; Tobin, H; Field, C.A; O’Gorman, C.S.M; Glynn, L,G; Keenan, E; Saunders, J; Bury, G; Dunne, C a Cullen, W (2014) Psychosocial interventions to reduce alcohol consumption in concurrent problem alcohol users and illicit drug users. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 12. Art. No.: CD009269. DOI:	4	594	Nac ydy – ni allai ateb y cwestiwn am na allai gyfuno canlyniadau o astudiaethau oherwydd ansawdd gwael y dystiolaeth. Mae o ddiddordeb am ei fod yn cynyddu’r risg o gynydd yn effaith y feirws Hepatitis C ac o orddosau o opiadau. Nid yw’n sicr a yw therapïau siarad yn cael effaith ar bobl sy’n derbyn triniaeth yn bennaf am yfed alcohol neu ddefnyddio cyffuriau. Mae angen

10.1002/14651858.CD009269.pub3.			rhagor o ymchwil.	
Leone, M.A; Vigna-Taglianti, F; Avanzi, G; Brambilla, R a Faggiano, F (2010) Gamma-hydroxybutyrate (GHB) for the treatment of alcohol withdrawal and prevention of relapse. Turin: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 2. Art. No.: CD006266. DOI: 10.1002/14651858.CD006266.pub2.	13	648	Nac ydy – nid oes digon o dystiolaeth i bennu a yw GHB yn fwy effeithiol na phlasebo neu feddyginiaeth arall. Y sgil-effeithiau a gofnodir amlaf yw cymryd dosau mwy, penysgafnder a'r bendro. Mae'r potensial am fynd yn gaeth iddo'n galw am oruchwyliaeth feddygol ofalus.	
Liu, L a Wang L.N (2015) Baclofen for alcohol withdrawal syndrome. Beijing: Cochrane Collaboration. Issue 4. Art. No.: CD008502. DOI: 10.1002/14651858.CD008502.pub4.	2	81	Nac ydy – tystiolaeth annigonol o ansawdd wael am ddefnyddioldeb Baclofen ar gyfer trin y syndrom diddyfnu o alcohol er bod un astudiaeth wedi cofnodi data am ddiogelwch ac wedi canfod nad oedd sgil-effeithiau o ddefnyddio Baclofen neu Diazepam. Mae angen rhagor o ymchwil.	
Marshall, K; Gowing, L; Ali, R a Le Foll, B (2014) Pharmacotherapies for cannabis dependence. Oxford: Cochrane Collaboration. Issue 12. Art. No.: CD008940. DOI: 10.1002/14651858.CD008940.pub2.	14	958	Nac ydy – roedd ansawdd y dystiolaeth wedi'i israddio a'i ddynodi'n wan. Nid oes fawr o werth yn y driniaeth bresennol sy'n defnyddio cyffuriau gwrthiselder, cyffuriau gwrthiselder annodweddiadol, cyffuriau lleihau gorbryder ac atalyddion ailamsugno norepineffrin. Dylid ystyried defnyddio tetrahydrocannabinol (THC) ond ychydig o dystiolaeth sydd ar gael ar hyn o bryd.	

McQueen; J; Howe, T,E; Allan, L; Mains, D a Hardy, V (2011).Brief interventions for heavy alcohol users admitted to hospital wards. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley. Issue 8. Art. No.: CD005191. DOI: 10.1002/14651858.CD005191.pub3.	14	4041	Ydy – buddion mewn perthynas â lleihau'r defnydd o alcohol a gostwng cyfraddau marwolaeth. Dynion gan mwyaf ac mae angen rhagor o ymchwil.
Minozzi, S; Amato, L; Vecchi, S a Davoli, M (2010) Anticonvulsants for alcohol withdrawal. Rome: Department of Epidemiology Rome. Cochrane Collaboration Wiley.	56	4076	Nac ydy – nid oes digon o dystiolaeth bod cyffuriau gwrthgonfysliwn yn llesol wrth drin y syndrom diddyfnu o alcohol. Fodd bynnag, mewn 3 astudiaeth (262 o gyfranogwyr) dangoswyd y gall carbemasipin fod yn fwy llesol na bensodiasepinau. Mae angen rhagor o ymchwil ac astudiaethau ar raddfa fawr.
Minozzi, S; Amato, L; Vecchi, S; Davoli, M; Kirchmayer, U a Verster, A (2011) Oral naltrexone as maintenance treatment to prevent relapse in opioid addicts who have undergone detoxification.	13	1158	Nac ydy – Nid yw cymryd naltrexon drwy'r geg yn well na chymryd plasebo neu gyfryngau eraill e.e. bensodiasepinau a bwprenorffin o ran atal ailgarcharu. Cyfraddau cadw gwael o 28% yn yr astudiaethau.
Minozzi, S; Amato, L; Bellisario, C; Ferri, M a Davoli, M (2013) Maintenance treatments for opiate-dependent pregnant women. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	4	271	Ychydig o wahaniaethau a gafwyd wrth gymharu bwprenorffin, methadon neu morffin sy'n cael ei ryddhau'n araf a roddwyd rhwng 23 wythnos ar ôl beichiogi ac esgor. Mae'n ymddangos bod defnyddio methadon yn cadw mwy mewn triniaeth

			tra bydd y defnydd o bwprenorffin yn arwain at lai o achosion o syndrom ymwrthod newyddenedigol. Dim digon o dystiolaeth.
Minozzi, S; Amato, L; Bellisario, C a Davoli, M (2014) Detoxification treatments for heroin dependent adolescents. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	2	190	Nac ydy – mae cynnydd yn y nifer o rai 13-18 mlwydd oed sy'n cymryd heroin. Mae'r canlyniadau'n gyfyngedig oherwydd nifer bach yr astudiaethau. Roedd un treial yn awgrymu tueddiadau a oedd yn ffafrio defnyddio bwprenorffin yn hytrach na clonidin er mwyn lleihau'r nifer sy'n gadael triniaeth cyn pryd ond nid oedd gwahaniaeth ym mharhad a difrifoldeb y symptomau diddyfnu.
Minozzi, S; Amato, L; Bellisario, C a Davoli, M (2014) Maintenance treatment for opioid dependent adolescents. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	2	187	Nac ydy – gan ei bod yn anodd cymharu wrth ystyried 2 dreial yn unig, a'r ystyriaethau moesegol o gynnwys pobl ifanc. Mae angen cynnal astudiaethau sy'n cymharu ymyriadau ymgynnal ag ymyriadau dadwenwyno neu rai seicogymdeithasol cyn cynnal unrhyw astudiaethau o ymyriadau fferyllol. Hefyd mae angen cynnal astudiaethau hydredol o ganlyniadau ar fyrder.
Minozzi S; Cinquini, M; Amato, L; Davoli, M; Farrell, M.F; Pani, P.P a Vecchi, S (2015)	20	2068	Dim tystiolaeth mewn data sydd o ansawdd cymedrol o ganlyniad i gofnodi gwael a bias wrth

Anticonvulsants for cocaine dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley.			ddewis. Mae angen rhagor o ymchwil.
Amato, L; Minozzi, S; Pani, P.P; Solimini, R; Vecchi, S; Zuccaro, P a Davoli, M (2015) Dopamine agonists for the treatment of people who misuse cocaine. Oxford: Cochrane Collection.	24	2147	Heb ei ategu felly mae hyn yn caniatáu ystyried effeithiau llesol dichonol ac effeithiau niweidiol dichonol neu efallai ei gyfuno ag ymyriad seicogymdeithasol.
Minozzi S; Saulle, R; De Crescenzo, F ac Amato, L (2016) Psychosocial interventions for psychostimulant misuse. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	52	6923	Tystiolaeth o ansawdd cymedrol sy'n dangos gwell cydymffurfio at ddiwedd ymyriadau, gostyngiad yn y nifer sy'n gadael yr ymyriad cyn pryd a'r cyfnod ymwrthod hiraf ond nid yn gyffredinol yng nghyd-destun atglafychu.
Muckle W; Muckle J; Welch, V a Tugwell, P (2012) Managed alcohol as a harm reduction intervention for alcohol addiction in populations at high risk of substance abuse. Ottawa: University of Ottawa, Cochrane Library Wiley.	0 (22 yn berthnasol ond heb eu hystyried)	0	Nac ydy – tystiolaeth annigonol. Mae'n anodd datblygu mesurau o lwyddiant, dangos effeithiolrwydd tymor hir a pherthnasoedd achosol. Diffyg adolygiadau. Mae angen gwneud rhagor o waith. Nid oes tystiolaeth ar ei gyfer eto mewn adolygiad systematig neu fath arall o adolygiad.
Nielsen S; Larance, B; Degenhardt, L; Gowing, L; Kehler, C a Lintzeris N (2016) Opioid agonist treatment for pharmaceutical opioid dependent people. Cochrane Collection Wiley.	6	607	Tystiolaeth o ansawdd gwael neu gymedrol. Mae methadon a bwprenorffin yr un mor effeithiol. Mae ymgynnal â bwprenorffin yn ymddangos yn fwy effeithiol na dadwenwyno neu driniaethau

			seicolegol.
Pani, P.P; Trogu, E; Vacca, R; Amato, L; Vecchi, S a Davoli M (2010). Disulfiram for the treatment of cocaine dependence. Oxford: Cochrane Collection.	7	492	Tueddiadau sy'n dangos bod llai yn gadael triniaeth cyn pryd ond nid yw'r canlyniad yn ystadegol arwyddocaol.
Pani, P.P; Trogu, E; Vacca, R; Amato, L; Vecchi, S a Davoli M Antidepressants for cocaine abuse and dependence. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	37	3551	Dim tystiolaeth dros y prif ganlyniadau neu'r defnydd ohonynt fel y brif elfen mewn triniaeth, er eu bod yn cael effeithiau disgwylidig ar hwyliau a chanlyniadau eilaidd cysylltiedig e.e. iselder.
Pani, P.P; Trogu, E; Pacini, M a Maremmanni, I (2014) Anticonvulsants for alcohol dependence. Pisa: University of Pisa, Cochrane Collection Wiley.	25	2641	Nac ydy – dim digon o dystiolaeth o blaid eu defnyddio oherwydd y nifer bach o gyfranogwyr. Roedd 17 o dreialon â phlasebo yn dangos bod triniaeth â chyffuriau gwrthgonfylsiwn yn fwy effeithiol mewn perthynas â nifer y diodydd ac yfed trwm. Er hynny, nid yw'n glir a ydynt yn hybu ymwrthod ac nid oes tystiolaeth am sgil-effeithiau hysbys a rhai a gofnodwyd.
Perez-Mana, C; Castells, X; Torrens, M; Capella, D a Farre, M (2013) Efficacy of psychostimulant drugs for amphetamine abuse or dependency. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley.	11	791	Nac ydy – defnyddiwyd 4 seicosymbylydd yn ogystal ag ymyriad seicogymdeithasol. Cafwyd nad oeddent yn lleihau ysfa nac yn cynyddu ymwrthodedd o'u cymharu â phlasebo. Mae angen cynnal rhagor o dreialon, yn hirach na 8-20 wythnos.

Perry, A.E; Neilson, M; Martyn-St James, M; Glanville, JM; Woodhouse, R; Godfrey, C a Hewitt C (2015) Interventions for drug-using offenders with co-occurring mental illness. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	8	2058	Nac ydy – diffyg cofnodi clir a gormod o amrywiadau, er bod 2 astudiaeth yn dangos rhywfaint o fudd mewn cymunedau therapiwtig ac ôl-ofal. Mae angen rhagor o astudiaethau.
Perry, A.E; Neilson, M; Martyn-St. James, M; Glanville, J.M; McCool, R a Duffy, S (2015) Interventions for female drug-using offenders. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	9	1792	Roedd 3 o blith 9 astudiaeth yn dangos tueddiadau cadarnhaol o ran lleihau cyfraddau ailgarcharu ond nid mewn cyfraddau ar gyfer defnyddio cyffuriau neu arestio. Mae angen cynnal astudiaethau sy'n disgrifio'r dulliau trin yn well ac yn nodi agweddau pwysig ar gyfer troseddwy'r benywaidd sy'n defnyddio cyffuriau.
Perry, A.E; Neilson M, Martyn-St James, M; Glanville, J.M; Woodhouse, R; Godfrey, C a Hewitt, C (2015) Pharmacological interventions for drug-using offenders. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	14	2647	Nifer bach o astudiaethau gyda lefelau uchel o fias. Canlyniadau cymysg gan nad ydynt yn lleihau'r defnydd o gyffuriau ond yn dangos effaith ar weithgarwch troseddol heb fod gwahaniaeth arwyddocaol rhwng defnyddio methadon, bwprenorffin, diamorffin, neu naltrecson.
Rosner, S; Hackl-Herrwerth, A; Leucht, S; Leher, P; Vecchi, S a Soyka, M (2010) Acamprosate for alcohol dependent patients. Munich: University of Munich Cochrane Library Wiley.	24	6915	Ydy – mewn 3 astudiaeth nid oedd gwahaniaeth o'i gymharu â Naltrexone ar gyfer ailddechrau yfed / yfed yn drwm neu hyd cronol yr ymwrthod. Yn ddiogel ac effeithiol ar gyfer hybu ymwrthod ag alcohol ar ôl dadwenwyno. Ceir mwy o fudd o'i

			ddefnyddio gydag ymyriad seicogymdeithasol, yn lleihau'r risg o aildechrau yfed.
Rosner, S; Hackl-Herrwerth, A; Leucht, S; Lehert, P; Vecchi, S; Srisurapanont, M a Soyka, M (2010). Opioid antagonists for alcohol dependence. Oxford: Cochrane Collaboration Wiley.	50	7793	Ydy – roedd cymryd Naltrexone dros gyfnod o dri mis yn helpu i leihau maint yr alcohol a oedd yn cael ei yfed. Mae'r data am Nalmefene yn rhy brin i wneud sylwadau amdanynt.
Sarai, M; Tejani, A.M; Chan, A.H; Kuo, I.F a Li, J (2013) Magnesium for alcohol withdrawal. Vancouver: University of British Columbia Cochrane Collection Wiley.	4	317	Nac ydy – dim digon o ddata/manylion/ gwybodaeth am y buddion neu'r niwed o gymryd atchwanegyn magnesiwm. Ceir lefelau magnesiwm isel mewn nifer mawr o'r rheini sy'n profi'r syndrom diddyfnu o alcohol a hynny'n arwain at yr awgrym bod hyn yn achosi 'gorgynhyrfeidd' a nifer o'r symptomau sy'n gysylltiedig â'r syndrom diddyfnu o alcohol.
Siegfried, N; Pienaar, D.C; Ataguba, J.E; Volmink, J; Kredo, T; Jere, M a Parry C.D.H (2014). Restricting or banning the advertising of alcohol to reduce alcohol consumption in adults and adolescents. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	4	80	Dim effaith glir, tystiolaeth o ansawdd gwael o 3 astudiaeth dros gyfnod o amser gyda bylchau a gynhaliwyd yng Nghanaada yn y 1970au/1980au. Hap-dreial wedi'i reoli yn yr Iseldiroedd.
Smedslund, G; Berg, R.C; Hammerstrøm, K.T; Steiro, A; Leiknes, K.A; Dahl, H.M a Karlsen, K	59	13,342	Ydy – roedd pobl a oedd yn derbyn cyfweliadau ysgogiadol yn lleihau eu defnydd o sylweddu yn

(2011) Motivational interviewing for substance abuse. Oxford: Cochrane Collection Wiley.			fwy na'r rheini a oedd heb eu derbyn. Er hynny, mae'n ymddangos bod cyf-weld ysgogiadol yr un mor effeithiol â thriniaeth weithredol, triniaeth yn ôl yr arfer neu adborth. Dim digon o ddata am gyf-weld ysgogiadol i adrodd arnynt.
Terplan, M; Ramanadhan, S; Locke, A; Longinaker, N a Lui S (2015) Psychosocial interventions for pregnant women in outpatient illicit drug treatment programs compared to other interventions. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	14	1298	Dim gwahaniaeth lle'r oedd cyfsweliadau ysgogiadol wedi'u cynnal yn rhan o ofal cynhwysfawr. Fodd bynnag, nid oedd unrhyw astudiaethau wedi gwerthuso canlyniadau obstetrig neu newyddenedigol fel ei bod yn anodd asesu'r canlyniadau i ymyriadau seicogymdeithasol. Mae angen rhagor o astudiaethau manwl.
Thomas RE, Thomas, R.E; Lorenzetti, D a Spragins, W (2011) Mentoring adolescents to prevent drug and alcohol use. Oxford: Cochrane Collection Wiley.	4	1194	Pobl ddifreintiedig a phobl leiafrifol yn cynnwys cohort y mae eu rhieni'n bobl sy'n byw gyda HIV. Mewn 2 astudiaeth, roedd mentora'n lleihau'r nifer a oedd yn dechrau yfed alcohol ac mewn un roedd yn lleihau'r nifer a oedd yn dechrau defnyddio cyffuriau. Mae'r awduron yn nodi bod yr astudiaethau wedi edrych ar raglenni ffurfiol er bod y rhan fwyaf o'r mentora yn anffurfiol ac felly heb ei gofnodi.

Methodoleg strwythuredig ar gyfer chwilio am lenyddiaeth

Yn y paragraffau sy'n dilyn, mae crynodeb o'r prosesau a ddilynwyd i lunio'r Atodiad hwn.

Dechreuwyd chwilio am lenyddiaeth drwy gynnal dadansoddiad strwythuredig o gronfeydd data. Nodwyd yr 11 cronfa ddata ganlynol fel y ffynonellau gwybodaeth a oedd yn fwyaf tebygol o gynnwys astudiaethau penodol, Hapdreialon wedi'u Rheoli neu adolygiadau systematig o ymyriadau: Campbell Collaboration, CRD (York) Reviews, Cochrane Collection Systematic Review Database, DARE, Drug and Alcohol Findings Effectiveness Bank, European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA), Health Technology Assessment (HTA), NHS Economic Evaluation Database (NHS-EED), National Institute for Health and Care Excellence (NICE), Prospero a Public Library of Science (PLOS).

Dechreuwyd chwilio drwy ddefnyddio'r termau cyfeirio allweddol 'Wales' neu 'Welsh' yn ogystal â rhai cysylltiedig â defnyddio sylweddau. Ond ni chafwyd canlyniadau penodol. Gwaetha'r modd, prin iawn oedd y dogfennau a gafwyd a oedd yn cyfeirio at Gymru yn unig. Y rheini y cyfeiriwyd atynt amlaf oedd dogfennau o'r DU a oedd yn ymwneud â'r Swyddfa Gartref; astudiaethau'n ymwneud â De Cymru Newydd yn Awstralia; neu'r cyfenw Welsh. O ganlyniad i hyn, addaswyd y strategaeth chwilio eto i ddod o hyd i adolygiadau systematig wedi'u seilio ar dystiolaeth dda.

Ar gyfer yr adolygiad hwn o gronfeydd data, cyfyngwyd y chwilio i'r cyfnod 2010-2016, er mwyn gorgyffwrdd â chwiliad y gwerthusiad blaenorol, a dod o hyd i weithgarwch yn y degawd 2010-2020.

Y termau chwilio a ddefnyddiwyd oedd: 'Wales, Welsh-Government, alcohol, substance-use, substance-misuse, illicit-drugs, illegal-drugs, heroin, cocaine, cannabis, tobacco, NPS, overdose, harm/s, injecting, risk, ethanol, mental health, children, community/communities, safety, blood-borne viruses, drug-education, health-improvement, drug-sentencing, drug-crime, drug-prisoners'. Lle gwelwyd bod y canlyniadau o ansawdd gwael ym mhob achos, symleiddiwyd y chwiliad i gynnwys y termau canlynol er mwyn dod o hyd i astudiaethau am Gymru'n unig: 'Wales+ Welsh+ substance +misuse+

strategy+ policy'. Roedd y canlyniadau a gafwyd wedyn hefyd yn amhenodol. Ailchwiliwyd wedyn heb gynnwys 'Wales' neu 'Welsh'.

Ychwanegwyd at y broses wedyn drwy ddefnyddio dull mwy newyddiadurol drwy un ai chwilio am dermau penodol mewn ffynonellau academiaidd ac ar y rhyngrwyd a/neu ddefnyddio deunydd yr oedd y tîm yn gwybod amdano eisoes o ganlyniad i weithgarwch perthnasol yn y gorffennol.

Yn fyr, gellir dweud bod yr elfen chwilio am lenyddiaeth yn y broses caffael data a thystiolaeth yn un gynhwysfawr neu strwythuredig ond nid yn un systematig. Mae hyn yn gyson â methodoleg gyffredinol yr adolygiad a gomisiynwyd a'r cyfyngiadau a oedd arno oherwydd ei faint.

6. Atodiad G – Bylchau mewn Data

Mae'r dull dadansoddi cyfraniad yn galw am roi prawf ar fodelau rhesymeg ar sail data, ac am dynnu sylw at unrhyw fylchau yn y dystiolaeth sydd ar gael. Rydym yn awgrymu mai'r prif feysydd canlynol yw'r rhai lle'r oedd yn anodd dod o hyd i dystiolaeth gadarn.

6.1 Ymchwil oddi mewn i Gymru sy'n ymddangos mewn cyfnodolion rhyngwladol ar 'ddefnyddio sylweddau'

Rydym wedi nodi yn **Atodiad F** mai prin iawn oedd y dystiolaeth o hyn yn ein chwiliad systematig am ddata cysylltiedig â threialon. Enghraifft arall o hyn oedd bod y chwiliad am y term 'Wales' yn yr holl grynodbau o erthyglau yn Addiction Journal rhwng 2007 a 2017 wedi dod o hyd i 33 o erthyglau perthnasol; roedd 17 yn cyfeirio at Dde Cymru Newydd yn Awstralia, 14 yn ymwneud ag ymchwil a setiau data ehangach yn y DU a dim ond 2 a oedd yn ymwneud yn benodol â Chymru. Roedd y ddau hyn yn ymwneud ag economi'r nos a rhoi'r gorau i ysmygu yn hytrach na'r boblogaeth sy'n ceisio triniaeth am ddefnydd niweidiol o sylweddau sy'n destun i'r Strategaeth. Er bod nifer o ffyrdd i sicrhau bod ymchwil yn cael effaith a bod modd dadlau bod ymarferwyr prysur yn ei chael yn anodd cadw'n wastad â'r deunydd a gyhoeddir mewn cyfnodolion academiaidd, mae'n ymddangos yn bwysig bod rhan helaeth o'r ymchwil i driniaethau yng Nghymru yn cael ei dilysu hefyd drwy'r broses adolygu gan gymheiriaid sy'n gysylltiedig â chyhoeddiadau o'r fath. Mae hyn yn awgrymu bod angen mwy o waith gan y rheini yng Nghymru sy'n gyfrifol am gefnogi'r agenda ar ymchwil i hybu'r gweithgarwch hwn.

6.2 Data am ganlyniadau yn hytrach nag allbynnau ar gyfer gweithgarwch atal

Nodwyd y diffyg darpariaeth ar gyfer mesur canlyniadau yn y Strategaeth yng ngwerthusiad Bennet et al (2013)³⁴ a chan Roberts (2016).³⁵

Roedd hyn yn brin iawn yn achos prosiectau cysylltiedig ag ysgolion yng Nghymru. Mae llawer o'r setiau data ac adroddiadau gwerthuso yn darparu data am y profiad o gymryd rhan mewn gweithgareddau neu ddata ar ddiwedd ymyriadau, yn hytrach na data sy'n dangos effaith ar ymddygiad defnyddio wedyn. Mae'n hollbwysig bod monitro a gwerthuso o'r fath yn cynnwys data dilynol hirdymor er mwyn gallu canfod unrhyw newidiadau mewn patrymau defnydd yn y dyfodol. Rydym eisoes wedi nodi yn **Atodiad F**, yn enwedig mewn perthynas â Foxcroft a Tsertsvadze (2012)³⁶, fod Cochrane yn adolygu rhywfaint o'r dystiolaeth amwys ac amhendant ar gyfer y dulliau hyn. Mae Champion et al (2013)³⁷ a Midford (2010)³⁸ yn tynnu sylw at gyfyngiadau'r dulliau hynny sy'n ymwneud â dylanwad cymdeithasol yn y boblogaeth gyfan o bobl ifanc, gan awgrymu bod eu graddau o lwyddiant yn amrywio. Mae'r astudiaethau hyn yn awgrymu y byddai'n fwy buddiol ymgymryd â gweithgareddau wedi'u targedu a gweithgareddau i leihau niwed, yn cynnwys dulliau wedi'u seilio ar gyfrifiaduron neu'r rhyngwrdd.

³⁴ Bennett, T. et al. (2013) Evaluation of the Implementation of the Substance Misuse Strategy for Wales. Welsh Government. Ar gael yn: <http://gov.wales/docs/caecd/research/130610-evaluation-implementation-substance-misuse-strategy-en.pdf>.

³⁵ Roberts, H. (2016) Camddefnyddio meddyginiaethau a geir ar bresgripsiwn a dros y cownter. Caerdydd, Cynulliad Cenedlaethol Cymru. <http://www.assembly.wales/research%20documents/16-039%2016-039%20-%20addiction%20to%20over%20the%20counter%20prescriptions/16-039-web-welsh.pdf>

³⁶ Foxcroft, D. R. a Tsertsvadze, A. (2012), Cochrane Review: Universal school-based prevention programs for alcohol misuse in young people. *Evidenced. -Based Child Health*, 7: 450–575.

³⁷ Champion K, E, Newton N,C, Barrett E, L, a Teesson M. (2013) A systematic review of school-based alcohol and other drug prevention programs facilitated by computers or the Internet. *Drug Alcohol Review* 32:115-123

³⁸ Midford, R. (2010), Drug prevention programmes for young people: where have we been and where should we be going? *Addiction*, 105: 1688–1695.

6.3 Data am ganlyniadau ar gyfer unigolion yn hytrach nag asiantaethau

Rydym eisoes wedi canmol y cynnydd ar gynhyrchu data cysylltiedig ag allbynnau a gweithgareddau asiantaethau. Mae mabwysiadu'r system Proffil Canlyniadau Triniaeth a data eraill am ganlyniadau yn gam ychwanegol i'r cyfeiriad iawn. Rydym yn croesawu newidiadau ychwanegol yng Nghronfa Ddata Genedlaethol Cymru ar Gamddefnyddio Sylweddau sy'n darparu ar gyfer cofnodi llwybrau unigol (ar sail dulliau o adnabod defnyddwyr unigol unigryw) drwy ymyriadau trin lluosog, gan nifer o ddarparwyr. Er hynny, nid oes dim eto sy'n cyfateb i'r llwybrau polisi a strategaeth hirdymor diweddaraf, sy'n rhan o'r drafodaeth sy'n datblygu, sydd wedi'i hadlewyrchu yn y rhifyn arbennig diweddar (2016) (7:3) o Canadian Journal of Addiction.³⁹

Mae astudiaethau o effeithiolrwydd y canlyniadau i driniaeth, mor bell yn ôl â'r astudiaeth wreiddiol o dan y Drugs Abuse Reporting Program (DARP)⁴⁰ yn UDA ym 1969, a'r Treatment Outcome Prospective Study a Drug Abuse Treatment Outcomes Studies a'i dilynodd, yn dangos yn glir bod triniaeth (ymyriadau dwys a chyson) yn gwneud gwahaniaeth. Rydym yn ymddiddori yma yn effeithiolrwydd y driniaeth neu weithgarwch gan asiantaeth ar sail mesurau allweddol sy'n ymwneud â defnyddio sylweddau (a throseddu). Ni ddylai'r prawf o effeithiolrwydd y canlyniadau hyn fod yn syndod – mae hyn wedi'i brofi eisoes drwy ymchwil adolygu gan gymheiriaid a threialon a arweiniodd at lunio triniaeth o'r fath, a dyma holl ddiben ymarfer seiliedig ar dystiolaeth. Yn wir, mae Franey ac Ashton (2002)⁴¹ yn rhoi crynodeb pwrpasol o'r hyn y gwyddom ei fod yn gweithio ac mae Orford (2008)⁴² wedi dangos cwrmpas a chyfyngiadau'r modelau hyn. Yn syml, rydym yn gwybod bod triniaeth yn gweithio.

Felly gellir dadlau bod y defnydd presennol o fesurau o ganlyniadau yn ymwneud yn fwy bellach ag atebolrwydd a monitro yn hytrach na chyfrannu at ddeall beth sy'n gwneud gwahaniaeth gwirioneddol hirdymor (canlyniad) ym

³⁹ <http://www.csam-smca.org/canadian-journal-of-addiction/>

⁴⁰ Simpson, D. D. a Sells, S. B. (goln.). (1990). Opioid addiction and treatment: A 12-year follow-up. Malabar, FL: Krieger

⁴¹ Franey, C ac Aston, M. (2002) The grand design lessons from DATOS. Findings Issue 7. <http://www.datos.org/DATOS-FINDINGS.pdf>

⁴² Orford, J. (2008) (op cit)

mywydau unigolion. Er bod y mesurau yn y system Proffil Canlyniadau Triniaeth yn disgrifio rhai gweithrediadau iechyd a chymdeithasol, maent yn parhau i'w dehongli ar sail yr hen ddiffiniadau cyfyng o driniaeth yn hytrach na chynnwys yr holl agweddau sy'n bwysig i'r unigolyn. Ar ben hynny, maent yn dangos gwelliannau mewn gweithrediadau'n unig, heb edrych ar y rhesymau amdanynt, gan gymryd, felly, fod cydberthyniad â'r driniaeth, hyd yn oed os ydynt wedi'u hachosi gan ddigwyddiad bywyd arall. Yn wir, ni chafwyd unrhyw ymchwil eto dan arweiniad cyfranogwyr i ganfod beth mae defnyddwyr sylweddau yn credu yw canlyniadau ymadfer ystyrlon hirdymor a beth yw'r ffordd orau i fesur y rhain.

Mewn gwirionedd, dim ond dros y tymor hir ac wedi i'r driniaeth ddod i ben y gellir mesur canlyniadau parhaus o ran ymadfer a ffordd o fyw. Felly rydym yn awgrymu bod angen eu mesur ar ôl deuddeg mis ar y cynharaf, os nad ar ôl dwy neu bum mlynedd (yn wir, roedd DARP yn eu mesur ar ôl 12 mlynedd) a bod angen mesur canlyniadau sy'n ymwneud â newidiadau parhaus yn ffordd o fyw unigolion yn ogystal â'r rheini ar gyfer mesur effeithiolrwydd asiantaethau. Felly dylid cynnwys data dilynol mwy cyffredinol, mewn ffordd sy'n fwy tebyg i ddull NTORS. Gan amlaf, mae canllawiau cyfredol yn ei gwneud yn ofynnol defnyddio prosesau fel y system Proffil Canlyniadau Triniaeth ar ddechrau triniaeth, wrth ei hadolygu ac wrth ei chwblhau, ond cynghorol yn hytrach na mandadol yw unrhyw awgrymiadau am eu defnyddio wedyn.

Hanfod y ddadl hon felly, a'r hyn sydd ymhlyg wrth fabwysiadu'r dull dadansoddi cyfraniad, yw mai po amlaf y defnyddiwn y canlyniadau ymadfer (adfer synhwyrâu, er enghraifft) neu lesiant (teimlo'ch bod yn cael eich parchu fel aelod o gymdeithas, er enghraifft), mwyaf anodd fydd dangos y cydberthyniad rhyngddynt ac unrhyw weithgarwch ymyrryd ar ddefnyddio sylweddau neu ganfod y cyfraniad at hyn gan ddiwylliant neu newid economaidd, er enghraifft (a/neu bolisi llywodraeth arall). Er gwaethaf y cyfyngiad amlwg hwn, mae'n ymddangos yn bwysig bod camau'n cael eu cymryd i gasglu set fwy manwl a chynhwysfawr o ddata hydredol a fydd yn edrych ar ffordd o fyw'r unigolyn dros gyfnod hirach yn ogystal â dangos

effeithiolrwydd ymyriadau, a gofyn i ddefnyddwyr sylweddau beth sydd wedi gwneud gwahaniaeth yn eu barn nhw.

6.4 Bylchau posibl eraill

Mae'r tri bwlch uchod yn ymwneud â'r ddau faes allweddol, sef lleihau niwed a thriniaeth, lle mae data sylweddol ar gael gan mwyaf am weithgareddau, allbynnau a chanlyniadau. Mwy anodd o lawer, mewn adolygiad sy'n ymdrin yn benodol â chamddefnyddio sylweddau, yw cynnig sylwadau cynhwysfawr am fesurau o ganlyniadau ehangach sy'n ymwneud â ffactorau iechyd, economaidd a chymdeithasol.

Yn y cyd-destun hwn, nid yw'r her o bennu mesurau effeithiol o ganlyniadau ar gyfer llesiant y boblogaeth gyfan yn rhywbeth ar gyfer llunwyr polisi a darparwyr gwasanaethau camddefnyddio sylweddau yn unig. Mae hyn yn awgrymu bod angen datblygu offer newydd ar gyfer mesur data hydredol yn hytrach na llenwi bylchau yn y dulliau casglu data sydd ar gael ar hyn o bryd.

7. Atodiad H – Trafodaeth Academiaidd ar Ddylanwadau Polisi

Fel y nodwyd yn **adran 8.4** o'r prif adroddiad, credir bod nifer mawr o ddylanwadau allanol sy'n effeithio ar ymatebion polisi. Nodwyd hefyd fod dadansoddiad cynhwysfawr o'r dylanwadau y tu allan i gwmpas yr adolygiad hwn, a rhoddwyd enghreifftiau o hyn. Mae nifer o'r ystyriaethau hyn wedi bod yn destun trafodaeth academiaidd hefyd, ac mae'r rhestr sy'n dilyn yn dangos rhywfaint o'r drafodaeth honno:

- Alcohol and Public Policy Group. (2010) Alcohol: No Ordinary Commodity – a summary of the second edition, *Addiction* 105(5): 769-779.
- Babor T, F a Robaina K. (2103) Public health, academic medicine, and the alcohol industry's corporate social responsibility activities. *American Journal of Public Health*. 103(2):206-214.
- Bakke O, ac Endal D. (2010) Vested interests in addiction research and policy alcohol policies out of context: Drinks industry supplanting government role in alcohol policies in sub-Saharan Africa. *Addiction*. 105(1):22-28.
- Jernigan D, H. (2012) Global alcohol producers, science, and policy: The case of the international center for alcohol policies. *American Journal of Public Health*. 102(1):80-89.
- Hawkins B, Holden C, a McCambridge J. (2012) Alcohol industry influence on UK alcohol policy: A new research agenda for public health. *Critical Public Health*. 22(3):297-305.
- Hawkins B, a Holden C. (2013) Framing the alcohol policy debate: Industry actors and the regulation of the UK beverage alcohol market. *Critical Policy Studies*. 7(1):53-71.
- McCambridge J, Hawkins B, a Holden C. (2014) Vested interests in addiction research and policy: The challenge corporate lobbying poses to reducing society's alcohol problems: Insights from UK evidence on minimum unit pricing. *Addiction*. 109(2):199-205.
- Stenius K, a Babor T, F. (2010) The alcohol industry and public interest science. *Addiction*. 105(2):191-198.