

Dadansoddi ar gyfer Polisi



Analysis for Policy



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

RHIF YMCHWIL CYMDEITHASOL:

45/2021

DYDDIAD CYHOEDDI:

08/07/2021

Asesu Effaith Isafbris am Alcohol ar Boblogaeth Ehangach o Yfwyr - Gwaelodlin

Asesu Effaith Isafbris am Alcohol ar Boblogaeth Ehangach o Yfwyr - Gwaelodlin

Marian Buhociu¹, Katy Holloway¹, Tom May², Wulf Livingston³, Andy Perkins⁴

¹ Prifysgol De Cymru

² Coleg Prifysgol Llundain

³ Prifysgol Glyndŵr (Wrecsam)

⁴ Figure 8 Consultancy Services Ltd (Dundee)



Adroddiad Ymchwil Llawn: Buhociu, Holloway, May, Livingston a Perkins (2021). Asesu Effaith Isafbris am Alcohol ar Boblogaeth Ehangach o Yfwyr - Gwaelodlin. Caerdydd: Llywodraeth Cymru, Ymchwil Gymdeithasol y Llywodraeth, rhif adroddiad 45/2021
Ar gael yn: <https://llyw.cymru/isafbris-am-alcohol-effaith-ar-boblogaeth-ehangach>

Nid barn yr ymchwilwyr a fynegir yn yr adroddiad hwn ac nid yw'r farn hon o reidrwydd yn cyd-fynd â barn Llywodraeth Cymru

Am ragor 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: Ymchwil.iechydagwasanaethaucymdeithasol@llyw.cymru

Tabl o gynnwys

Diolchiadau	5
Rhestr termau	6
1. Cyflwyniad.....	7
Nodau ac amcanion.....	7
Strwythur yr adroddiad.....	8
Iaith (labeli a disgrifwyr)	9
2. Cefndir a chyd-destun	10
Polisiâu isafbris am alcohol	10
Cyd-destun y DU o isafbrisio alcohol	10
Llinell amser digwyddiadau allweddol yn esblygiad MPA yng Nghymru	11
Gosod yr isafbris fesul uned	12
Gosod y rheoliadau	13
Gwerthusiad o Isafbrisio ar gyfer Alcohol yng Nghymru	14
3. Adolygiad o lenyddiaeth	15
Crynodeb o'r adolygiad gwreiddiol.....	15
Strategaeth chwilio ac astudiaethau dethol	15
Canlyniadau.....	16
Trosolwg o bob astudiaeth a gynhwysir.....	17
Crynodeb o'r adolygiad a ddiweddarwyd	19
Ymchwil berthnasol arall.....	20
Crynodeb	22
4. Dulliau	23
Nodau ac amcanion.....	23
Dyluniad a strategaeth yr ymchwil	23
Dulliau casglu data	25
Cyfweiliadau ansoddol mynych (h.y. yr Astudiaeth Cyfweiliad Hydredol)	25
Holiadur arolwg ar-lein (h.y. arolygon trawstoriadol mynych).....	29
Crynodeb	31
5. Samplau.....	32
Sampl y cyfweiliadau hydredol	32
Patrymau yfed	32
Nodweddion demograffig cyfweleion.....	34
Ansawdd bywyd	36
Gwariant y cartref.....	36

Crynodeb o'r cyfweleion	37
Sampl arolwg yr holiadur trawstoriadol	37
Nodweddion demograffig	38
Ardal ddaearyddol	39
Patrymau yfed	40
Defnyddio cyffuriau anghyfreithlon	41
Hanes triniaeth	41
Ansawdd bywyd	41
Gwariant y cartref	42
Crynodeb o'r ymatebion i'r arolwg	42
Crynodeb	42
6. Ymwybyddiaeth, dealltwriaeth ac agweddau tuag at MPA	44
Ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA	44
Agweddau tuag at MPA	46
Crynodeb	50
7. Paratoi a chynllunio ar gyfer MPA	51
Paratoi ar gyfer MPA	51
Crynodeb	54
8. Effaith bosibl ar batrymau yfed a defnyddio sylweddau	56
Effaith bosibl ar batrymau yfed	56
Effaith bosibl ar faint o alcohol sy'n cael ei yfed	57
Effaith bosibl ar y math o alcohol sy'n cael ei yfed	60
Effaith bosibl ar y defnydd o sylweddau eraill	62
Effaith bosibl ar ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon	63
Crynodeb	67
9. Goblygiadau cymdeithasol ac iechyd posibl	68
Tebygolrwydd o effaith gymdeithasol ac iechyd	68
Effaith gymdeithasol bosibl	69
Trosedd meddiannu	69
Mathau eraill o droseddau	71
Cyllid a llety	72
Perthnasoedd	75
Effaith bosibl ar iechyd	76
Crynodeb	78
10. Paratoi a chefnogi	80
Paratoi ar gyfer MPA	80
Cefnogi yfwyr	82

Crynodeb	86
11. Trafodaeth	87
Ymwybyddiaeth, dealltwriaeth ac agweddau	88
Paratoi a chynllunio ar gyfer MPA.....	88
Effaith bosibl ar batrymau yfed a defnydd o sylweddau eraill	89
Goblygiadau cymdeithasol ac iechyd.....	90
Paratoi a chefnogaeth.....	90
Sylwadau i gloi.....	91
Camau Nesaf.....	92
Cyfeirnodau.....	94
Atodiad	97
Atodiad 1 Arolwg Cenedlaethol Cymru.....	98
Atodiad 2 Amserlen y cyfweiliadau.....	99
Atodiad 3 Canllaw ar bynciau'r holiadur	102
Atodiad 4 Sampl y cyfweiliadau hydredol - tablau.....	103

Rhestr o dablau

Tabl 3.1	Nodweddion yr astudiaethau a gynhwysir	16
Tabl 4.1	Ffynonellau samplu	26
Tabl 5.1	Math o yfwr yn ôl ffynhonnell y cyfwelai.....	32
Tabl 6.1	I ba raddau ydych chi'n cytuno â'r cynllun i gyflwyno MPA yng Nghymru?	47
Tabl 8.1	Newidiadau a ragwelir mewn ymddygiad cysylltiedig ag yfed ar ôl MPA (ymatebwyr yr arolwg)	57
Tabl 8.2	Newidiadau a ragwelir yn y defnydd o sylweddau eraill ar ôl MPA	62
Tabl 9.1	Newidiadau a ragwelir mewn agweddau eraill ar eu bywydau ar ôl MPA	68
Tablau A1-A10	Nodweddion sampl y cyfweliadau hydredol	103

Diolchiadau

Mae llawer o bobl yr hoffem ddiolch iddynt am eu cymorth gyda'r prosiect hwn. Heb eu cefnogaeth ni fyddem wedi gallu casglu cymaint o ddata gwerthfawr. Yn bwysicaf oll, hoffem ddiolch i'r bobl hynny a ymunodd â'n hastudiaeth gyfweliad hydredol ac a gytunodd i gael eu cyfweld sawl gwaith dros yr ychydig flynyddoedd nesaf. Mae eu cyfranogiad yn bwysig i'r ymchwil hon gan y bydd yn ein galluogi i fonitro effaith Isafbris am Alcohol ar yfwyr dros amser. Rydym hefyd yn ddiolchgar iawn i'r bobl hynny a gwblhaodd yr arolwg ar-lein. Rydym yn ymwybodol bod yr holiadur yn faith ac rydym yn gwerthfawrogi'n fawr eu hymdrechion i ateb ein holl gwestiynau a hynny'n go fanwl. Hoffem hefyd fynegi ein diolch i Janine Hale am reoli'r prosiect mor ofalus a phroffesiynol, ac i'n Grŵp Cyngori Prosiect am eu sylwadau ar ddrafftiau o'n hoffer casglu data a'n hadroddiad yn ogystal ag am eu cefnogaeth barhaus gyda'r ymchwil.

Rhestr termau

Acronym/allweddair	Diffiniad
APB	Byrddau Cynllunio Ardal
APOSM	Panel Cyngori ar Gamddefnyddio Sylweddau
AUDIT	Y Prawf Adnabod Anhwylder Defnydd Alcohol
HMPPS	Gwasanaeth Carchardai a Phrawf. Ei Mawrhydi
MHH	Yfwyr Cymedrol, Peryglus a Niweidiol
MPA	Isafbris am Alcohol - defnyddir hwn i gyfeirio at y polisi o osod isafbris am alcohol
MUP	Isafbris Uned - y lefel a osodir fesul uned a ddefnyddir i gyfrifo'r isafbris am alcohol. Yn yr Alban, cyfeirir fel arfer at y polisi ei hun hefyd fel MUP.
GIG	Gwasanaeth Iechyd Gwladol
NPS	Sylweddau Seicoweithredol Newydd (gweler hefyd Spice)
PAG	Grŵp Cyngori Prosiect
OTC	Meddyginiaeth dros y cownter
REA	Asesiad Cyflym o'r Dystiolaeth
RTD	Diodydd 'barod-i'w-hyfed' seiliedig ar wirodydd
SARG	Grŵp Ymchwil Alcohol Sheffield
Spice	Enw cyffredin ar gyfer math/au penodol o NPS (h.y. cannabinoid synthetig).

Mae nifer o acronymau y defnyddir mewn un paragraff/adran - ond unman arall yn yr adroddiad. Mae ganddynt benodolrwydd i'r pwynt a wnaed ac nid ydynt yn gyffredinol i'r adroddiad cyfan. Nid yw'r rhain wedi'u rhestru yma ond fe roddir eu teitl llawn y tro cyntaf i ni eu defnyddio.

1. Cyflwyniad

Ym mis Mai 2018, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru fanyleb ar gyfer gwerthusiad a fyddai'n asesu proses ac effaith cyflwyno isafbris am alcohol (MPA) yng Nghymru. Rhannwyd y cytundeb yn bedair 'lot': (1) dadansoddiad cyfraniad, (2) gwaith gyda manwerthwyr, (3) gwaith ansoddol gyda gwasanaethau a defnyddwyr gwasanaethau, ac (4) asesiad o effaith isafbris am alcohol ar y boblogaeth ehangach o yfwyr.

Dyfarnwyd tri o'r cytundebau (Lot 1, 3 a 4) i gonsortwm o ymchwilwyr ym Mhrifysgol De Cymru, Prifysgol Glyndŵr Wrecsam a Figure 8 Consultancy¹. Dyfarnwyd Lot 2 i'r Ganolfan Genedlaethol Ymchwil Gymdeithasol. Mae'r adroddiad hwn yn canolbwyntio ar asesu'r effaith ar y boblogaeth ehangach o yfwyr ac yn cyflwyno canfyddiadau ymchwil a gynhaliwyd cyn cyflwyno MPA yng Nghymru. Mae'r canfyddiadau'n darparu gwaelodlin bwysig y gellir ei defnyddio i fonitro effaith MPA ar y boblogaeth ehangach o yfwyr yng Nghymru ar ôl rhoi'r ddeddfwriaeth ar waith.

Casglwyd data gwaelodlin sylfaenol ar yfed alcohol ac ymddygiadau cysylltiedig ag yfed, yn ogystal ag ar agweddau tuag at y ddeddfwriaeth, gan yfwyr ledled Cymru gan ddefnyddio arolwg holiadur ar-lein a thrwy gyfweiliadau ansoddol manwl.

Nodau ac amcanion

Nod y rhan hon o'r gwerthusiad yw asesu effaith deddfwriaeth isafbris am alcohol ar y boblogaeth ehangach o yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol² (yfwyr MHH o hyn ymlaen) dros gyfnod o bum mlynedd. Mae'r astudiaeth yn hydredol o ran dyluniad ac mae iddi dri phwynt adrodd allweddol: gwaelodlin/cyn cyflwyno, 18 mis ar ôl cyflwyno a 42 mis ar ôl cyflwyno³.

Y prif amcanion yw:

1. Asesu agweddau yfwyr MHH tuag at y ddeddfwriaeth
2. Asesu'r newidiadau y mae yfwyr MHH yn eu gwneud mewn ymateb i'r ddeddfwriaeth (e.e. newidiadau yn eu defnydd o alcohol a chyffuriau eraill, newidiadau mewn patrymau prynu, newidiadau yn eu ffordd o fyw)
3. Asesu effaith y ddeddfwriaeth ar fywydau yfwyr MHH (e.e. cyflogaeth, amgylchiadau ariannol, iechyd, perthnasoedd)
4. Cynnal dadansoddiad o batrymau gwariant cartrefi, i asesu dadleoliad posibl gwariant.

¹ Arweinir Lot 1 gan Brifysgol Glyndŵr, arweinir Lot 3 gan Figure 8 Consultancy ac arweinir Lot 4 gan Brifysgol De Cymru.

² Cyflwynir diffiniadau o'r termau hyn yn ddiweddarach yn y bennod hon.

³ Mewn ymateb i bandemig a chyfyngiadau symud COVID-19, cafodd y tîm gwerthuso ei gomisiynu gan Lywodraeth Cymru i gynnal ton ychwanegol o gyfweiliadau gyda sampl yr astudiaeth hydredol, 9 mis ar ôl ei roi ar waith, yn Hydref 2020.

Strwythur yr adroddiad

Dyma'r cyntaf o dri adroddiad a fydd yn cael eu cynhyrchu mewn perthynas â'r prosiect hwn⁴. Mae wedi'i rannu'n dair rhan allweddol. Mae'r cyntaf yn darparu gwybodaeth gyd-destunol yn ogystal ag adolygiad o'r llenyddiaeth a throsolwg o'r dulliau a ddefnyddir i gynnal yr ymchwil sylfaenol. Mae'r ail yn cyflwyno canlyniadau'r ymchwil gynradd ac mae wedi'i strwythuro o amgylch chwe thema allweddol. Mae'r trydydd yn crynhoi'r canlyniadau, yn trafod y canfyddiadau yng ngoleuni'r llenyddiaeth ac yn argymhell cyfres o gamau i arwain yr ymchwil yn ystod y cyfnod sy'n weddill yn yr astudiaeth.

Gellir crynhoi cynnwys y penodau unigol fel a ganlyn:

Mae Pennod 2 yn helpu i roi'r ymchwil yn ei gyd-destun trwy archwilio beth yw isafbrisio a pham y cafodd ei gyflwyno yng Nghymru. Mae'n darparu amserlen o ddigwyddiadau i ddangos sut esblygodd y polisi o drafodaethau cynnar hyd at ei roi ar waith ar 2 Mawrth 2020.

Mae Pennod 3 yn cyflwyno canlyniadau adolygiad o'r llenyddiaeth ar effaith polisiâu isafbrisio. Mae'r adolygiad yn diweddar adolygiad mwy cynhwysfawr (gweler Holloway et al, 2019) ac yn canolbwyntio ar effaith MPA ar y boblogaeth ehangach o yfwr yn hytrach nag ar is-set benodol o yfwr sy'n cael triniaeth.

Mae Pennod 4 yn disgrifio'r dulliau a ddefnyddir i gasglu'r data cynradd ac yn cynnwys esboniad o'r dewisiadau a wnaed a throsolwg o'r gweithdrefnau a gymerwyd i gasglu'r data.

Mae Pennod 5 yn rhoi crynodeb o nodweddion y samplau o yfwr a gwblhaodd yr arolwg ar-lein ac a gymerodd ran mewn cyfweiliad manwl.

Mae Penodau 6 i 8 yn cyflwyno canfyddiadau o'r ymchwil cynradd a wnaed gan y tîm ymchwil.

Mae Pennod 6 yn canolbwyntio ar ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA ymhlith yfwr. Mae hefyd yn adolygu agweddau yfwr tuag at gyflwyno MPA yng Nghymru ac yn archwilio'r rhesymau sy'n sail i'r safbwyntiau hyn.

Mae Pennod 7 yn symud ymlaen i ystyried a yw yfwr yn bwriadu paratoi ar gyfer MPA a sut. Mae'r bennod yn canolbwyntio ar weithgareddau cyn-cyflwyno ac yn gadael camau ôl-gyflwyno i'w hystyried ym Mhennod 8, sy'n canolbwyntio ar effaith MPA ar batrymau yfed pobl a'r defnydd o sylweddau eraill. Mae Pennod 9 yn ymchwilio i effaith bosibl MPA ar fywydau yfwr gan ganolbwyntio'n fwy cyffredinol ar faterion cymdeithasol ac iechyd.

Yng ngoleuni effaith bosibl MPA, mae Pennod 10 yn symud ymlaen i ymchwilio i'r math o gefnogaeth y gallai fod ei hangen ar yfwr i liniaru unrhyw ganlyniadau negyddol posibl.

⁴ Cynhyrchir adroddiadau hefyd 18 mis a 42 mis ar ôl rhoi'r ddeddfwriaeth ar waith.

Mae Pennod 11 yn crynhoi'r canfyddiadau ac yn myfyrio arnynt yng ngoleuni'r llenyddiaeth a adolygwyd ym Mhennod 3. Daw'r adroddiad i ben gyda rhai Sylwadau Terfynol ac yna adran fer lle rydym yn amlinellu ein Camau Nesaf ar gyfer gwerthuso effaith MPA ar y boblogaeth ehangach o yfwyr yng Nghymru.

Iaith (labeli a disgrifwyr)

Trwy gydol yr adroddiad hwn, defnyddir y term 'yfwyr' i ddynodi unrhyw un sydd wedi yfed alcohol yn y flwyddyn ddiwethaf, faint bynnag yfon nhw.

Mae'r iaith yn ymwneud â niweidiau alcohol yn gallu bod yn ddryslyd oherwydd nid yw bob tro'n glir beth mae'r termau'n eu golygu (Alcohol Change UK, dim dyddiad). Defnyddir labeli megis 'problem yfed', 'alcoholig', 'yfwr dibynnol' ac 'yfwyr a niweidir' yn gyffredin mewn llenyddiaeth er nid ydynt bob tro'n cael eu defnyddio mewn modd cyson.

Mae gwahanol ddulliau hefyd o fesur y lefelau risg sy'n gysylltiedig ag yfed (Alcohol Change UK, dim dyddiad). Mae rhai mesurau o risg yn gwbl seiliedig ar nifer yr unedau mae yfwyr yn eu hyfed bob wythnos tra bod mesurau eraill (e.e. Y Prawf Adnabod Anhwylder Defnydd Alcohol – AUDIT) yn asesu patrymau yfed a theimladau am yfed hefyd. Mae dryswch yn codi pan fydd y gwahanol ddulliau o fesur risg yn defnyddio iaith debyg er eu bod yn mesur gwahanol bethau.

Mae AUDIT yn mesur risg yfwyr o niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol yn seiliedig ar eu hatebion i 10 cwestiwn⁵. Mae AUDIT yn defnyddio'r termau risg is (0-7), risg gynyddol (8-15) a risg uwch (16+) i gategoreiddio yfwyr ar sail eu sgorau. Weithiau mae sgôr o 20+ ar AUDIT yn cael ei gategoreiddio ar wahân fel 'dibyniaeth bosibl'⁶.

Yn gyson ag ymchwiliwyr eraill, yn yr adroddiad hwn mae'r termau yfed cymedrol, peryglus a niweidiol yn cael eu diffinio ar sail sgoriau AUDIT⁷. Yfwyr cymedrol, felly, yw rhywun sy'n sgorio 0-7 ar AUDIT ac ystyrir ei fod â risg isel o niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol. Mae yfwyr peryglus yn cynnwys yfwyr sy'n sgorio rhwng 8 a 15 ar AUDIT ac y bernir eu bod mewn mwy o berygl o niwed. Mae yfwyr niweidiol yn cynnwys pobl sy'n sgorio 16 neu fwy ac yr aseswyd eu bod mewn risg uchel o niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol.

⁵ Rhoddir sgôr o 0 i 4 i bob cwestiwn. Y sgôr uchaf posib yw 40.

⁶ [Adnodd Sgrinio am Ddefnydd o Alcohol](#)

⁷ Cyfrifwyd sgorau AUDIT ar gyfer holl gyfranogwyr yr ymchwil gan gynnwys y sawl a atebodd yr arolwg a'r sawl y cyfwelwyd â hwy.

2. Cefndir a chyd-destun

Mae'r bennod hon yn gosod cyd-destun yr adroddiad trwy ddiffinio'n fyr isafbrisio alcohol ac amlinellu ble yn y byd, ac ar ba ffurf, mae polisïau isafbrisio yn gweithredu ar hyn o bryd⁸. Yna mae'r bennod yn symud ymlaen i ystyried cyd-destun MPA yn y DU ac i fapio hanes a datblygiad isafbrisio ar gyfer polisi a deddfwriaeth alcohol yng Nghymru. Daw'r bennod i ben gyda chrynodeb o ddarpariaethau'r ddeddfwriaeth newydd gan osod yr adroddiad hwn yn y cyd-destun hwnnw.

Polisïau isafbris am alcohol

Mae isafbris am alcohol yn golygu gosod isafbris na ellir gwerthu na chyflenwi alcohol yn gyfreithiol yn is na'r pris hwnnw. Mae polisïau isafbris am alcohol o ryw fath neu'i gilydd ar waith mewn rhai gwledydd ledled y byd, gan gynnwys:

- Canada (yn nhaleithiau British Columbia a Saskatchewan)
- Awstralia (yn Nhiriogaeth y Gogledd)
- UDA (yn Connecticut, Kansas ac Ohio)
- Rwsia
- Yr Alban
- Moldofa
- Belarus
- yr Wcráin, ac
- Uzbekistan

Yn gyffredin i bob polisi yw'r nod o leihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol. Fodd bynnag, nid yw pob polisi ar isafbris am alcohol yr un peth. Mae rhai gwledydd wedi mabwysiadu polisïau sy'n seiliedig ar isafbris fesul uned o bob math o alcohol (e.e. Canada, Awstralia, a'r Alban). Mae modelau eraill yn dra gwahanol. Mae Uzbekistan yn gwahardd gwerthu alcohol am bris sy'n llai na'r gost gynhyrchu⁹, tra bod gan Belarus, Rwsia, [yr Wcráin](#) a [Moldofa](#) wahanol lefelau o isafbrisio ar gyfer gwahanol fathau o alcohol (h.y. cwrw, gwin, a gwirodydd).

Cyd-destun y DU o isafbrisio alcohol

Mae gan alwadau am gyflwyno isafbrisio am alcohol hanes eithaf hir yn y DU. Yn 2008, argymhellodd Prif Swyddog Meddygol Lloegr y dylid gosod isafbris o 50c yr uned gan honni y byddai hyn yn targedu goryfed mewn pyllau ac yn gadael yfwyr cymedrol yn gymharol heb eu heffeithio¹⁰. Yn 2012, roedd Strategaeth Alcohol Llywodraeth y Glymblaid yn cynnwys ymrwymiad i gyflwyno isafbris a thrafodwyd lefelau o 40c i 50c yr uned. Fodd bynnag, tynnwyd yr ymrwymiad yn ôl yn dilyn

⁸ Cyflwynir gwybodaeth gyd-destunol fwy cynhwysfawr am Isafbris am Alcohol, gan gynnwys y cyd-destun rhyngwladol yn Holloway et al. (2019) *Research into the Potential for Substance Switching Following the Introduction of Minimum Pricing for Alcohol*. Cyrchwyd ar 19 Mehefin 2020 yn: [Holloway et al. \(2019\)](#)

⁹ Sefydliad Iechyd y Byd - [European status report on alcohol and health 2014](#) - polisïau prisio

¹⁰ [150 years of the annual report of the Chief Medical Officer](#)

ymgyngoriad ac yn lle hynny, cyflwynodd y llywodraeth waharddiad ar werthiannau islaw pris cost cynhyrchu ym mis Mai 2014 (Brennan, 2014; Woodhouse, 2020). Ym mis Mawrth 2020, nododd y Llywodraeth nad oedd 'unrhyw gynlluniau i gyflwyno MPA yn Lloegr' er y byddai'n parhau i fonitro cynnydd MPA yn yr Alban (Woodhouse, 2020) yn unol ag argymhelliad Pwyllgor Tŷ'r Arglwyddi yn 2017¹¹.

Yn yr Alban, mae trwyddedu alcohol yn fater datganoledig. Ar ôl achos cyfreithiol pum mlynedd gyda chynrychiolwyr y diwydiant, daeth isafbris unedau (ar lefel o 50c yr uned) i rym ar 1 Mai 2018 fel rhan o Ddeddf Alcohol (Isafbris) yr Alban 2012. Yng Nghymru, galluogodd Deddf Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) 2018 gyflwyno isafbris ar gyfer alcohol ar sail iechyd cyhoeddus, maes o fewn cymhwysedd deddfwriaethol¹² Cynulliad Cenedlaethol Cymru¹³.

Ar adeg ysgrifennu (Gorffennaf 2020), yr Alban a Chymru yw'r unig ddwy wlad yn y byd sydd â pholisïau cenedlaethol o isafbrisio unedau sy'n berthnasol i bob math o alcohol.

Llinell amser digwyddiadau allweddol yn esblygiad MPA yng Nghymru

Mae Llywodraeth Cymru wedi bod yn glir ers amser bod yn rhaid i ymyrraeth brisio fod yn rhan allweddol o unrhyw strategaeth sy'n ceisio lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol¹⁴. Lansiwyd yr ymgynghoriad cyhoeddus cyntaf ar y syniad yn 2014 fel rhan o Bapur Gwyn y Mesur Iechyd Cyhoeddus¹⁵. Cyflwynwyd y cynnig o gyflwyno isafbris uned o fewn y thema 'gwella iechyd dros gydol bywyd' ac roedd yn gysylltiedig â'r cysyniad o 'ofal iechyd darbodus':

...byddai cyflwyno Isafbris Uned am alcohol yn cyd-fynd yn llwyr ag egwyddorion gofal iechyd darbodus. Mae'n cynnwys cymryd camau cymesur ac ataliol i amddiffyn iechyd y cyhoedd er mwyn osgoi costau iechyd, cymdeithasol ac economaidd tymor hwy, gan fod tystiolaeth ddiamheuol bod pris alcohol yn dylanwadu ar yfed. (Llywodraeth Cymru, 2014: t. 31)

Yn 2014, comisiynodd Llywodraeth Cymru eu Panel Cynghori ar Gamddefnyddio Sylweddau (APOSM)¹⁶ a grŵp o ymchwilwyr o Grŵp Ymchwil Alcohol Prifysgol Sheffield (SARG) i archwilio effaith bosibl ystod o bolisïau prisio alcohol fel dull o leihau niwed cysylltiedig ag alcohol¹⁷. Daeth y ddau grŵp i'r casgliad y byddai cyflwyno polisi isafbrisio unedau ar gyfer alcohol yng Nghymru yn fecanwaith effeithiol i leihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol.

¹¹ [House of Lords Select Committee on the Licensing Act 2003, The Licensing Act 2003: post-legislative scrutiny, HL Paper 146, 4 Ebrill 2017, para 86](#)

¹² Ar 6 Mai 2020, newidiodd Cynulliad Cenedlaethol Cymru ei enw i Senedd Cymru.

¹³ [Briff Ymchwil Senedd y DU](#)

¹⁴ Llywodraeth Cymru [Ymgynghoriad - Crynodeb o ymatebion](#)

¹⁵ Llywodraeth Cymru [Ymgynghoriad cyhoeddus 2014](#)

¹⁶ Diddymwyd APoSM yn 2019.

¹⁷ Yn 2017, comisiynwyd SARG i gynnal dadansoddiad wedi'i ddiweddarau o effaith bosibl ystod o bolisïau prisio alcohol.

Yn dilyn hynny, cafodd Bil Iechyd Cyhoeddus (Isafbris Alcohol) (Cymru) ei ddrafftio ac roedd yn cynnwys darpariaethau i gyflwyno isafbris ar gyfer gwerthu a chyflenwi alcohol yng Nghymru a'i wneud yn drosedd i alcohol gael ei werthu neu ei gyflenwi yn is na'r pris hwnnw. Yn yr un modd â Deddf Iechyd y Cyhoedd (Cymru) 2017, ceisiodd y Bil adeiladu ar ymrwymadau yn Rhaglen Symud Cymru Ymlaen Llywodraeth Cymru ac ymateb i heriau iechyd cyhoeddus pwysig yng Nghymru. Roedd y dull a gymerwyd yn y Bil hefyd yn ategu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015¹⁸, sy'n ceisio gwella llesiant cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol Cymru.

Canfu ymgynghoriad ar y Bil drafft yn 2015 gefnogaeth sylweddol i gyflwyno MPA ac ar 23 Hydref 2017, cyflwynwyd y Bil i Gynulliad Cenedlaethol Cymru¹⁹ gan y Gweinidog Gwasanaethau Cymdeithasol ac Iechyd Cyhoeddus^{20,21}. Er bod cyflwyno MPA yn arwydd o 'ymrwymiad cadarn i wella ac amddiffyn iechyd poblogaeth Cymru gyfan' ymhellach, ei brif nod oedd 'amddiffyn iechyd yfwrwr niweidiol a pheryglus a oedd yn yfed symiau mwy o gynnyrch alcohol o gost isel ond â lefel uchel o alcohol'²². Ar ôl pasio trwy dri cham o ddadlau ac ystyried, cytunwyd ar y Bil gan y Cynulliad Cenedlaethol ar 19 Mehefin 2018 a derbyniodd Gydsyniad Brenhinol ar 9 Awst 2018.

Gosod yr isafbris fesul uned

Roedd y SARG wedi modelu nifer o isafbrisiau gwahanol fesul uned (o 35-70c) ond roedd wedi canolbwyntio ar 50c yr uned o ystyried ei le blaenllaw mewn trafodaethau ar y pryd a'i gyflwyniad dilynol yn yr Alban (Meng et al, 2014; Angus et al, 2018). Nododd y grŵp gydberthynas negyddol (neu berthynas wrthdro) rhwng y pris a'r galw am alcohol. Hynny yw, yr uchaf yw'r isafbris, yr isaf yw'r galw. Awgrymodd y modelu y byddai gostyngiadau mewn ystod o niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol yn dilyn unrhyw ostyngiad penodol yn y defnydd, gan gynnwys y canlynol:

- marwolaethau y gellir eu priodoli (gostyngiad o 8.5 y cant ar 50c);
- absenoldebau yn y gwaith (1.9 y cant ar 50c); a
- throedd (hyd at dri y cant ar 50c).

Yn seiliedig ar y dadansoddiad a wnaed gan SARG ac ar y sylfaen dystiolaeth ehangach (a nodwyd yn fanwl yn y Memorandwm Esboniadol), dewisodd Llywodraeth Cymru ddewis 50c yr uned fel y lefel a ffeirir ar gyfer isafbris uned. Nodwyd:

Gan gymryd amrywiaeth o ffactorau i ystyriaeth, mae Llywodraeth Cymru o'r farn y byddai isafbris uned o 50c yn ymateb cymesur i fynd i'r afael â'r risgiau iechyd yn sgil yfed gormod o alcohol. Rydym o'r farn y bydd y lefel hon yn

¹⁸ [Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol \(Cymru\) 2015](#)

¹⁹ Bellach gelwir y Cynulliad Cenedlaethol yn [Senedd](#) Cymru.

²⁰ [Senedd y DU](#)

²¹ Bryd hynny, y Gweinidog Gwasanaethau Cymdeithasol ac Iechyd Cyhoeddus oedd Rebecca Evans. Yn fuan ar ôl ei gyflwyno, trosglwyddwyd y cyfrifoldeb am y Bil i'r Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol

²² [Llywodraeth Cymru](#)

cynnig cydbwysedd rhesymol rhwng manteision ieched y cyhoedd a chymdeithasol a ragwelir ac ymyrraeth yn y farchnad. (Llywodraeth Cymru, 2018: t.8)²³

Cyn gosod y rheoliadau gerbron y Cynulliad Cenedlaethol, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru ymgynghoriad 12 wythnos (28 Medi i 21 Rhagfyr 2018) ar y lefel a ffeirir o 50c ar gyfer isafbris uned²⁴. Ar sail yr ymgynghoriad daeth Llywodraeth Cymru i'r casgliad y byddai isafbris uned 50c (£0.50) yn ymateb cymesur i fynd i'r afael â niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol. Yn dilyn hynny, cyhoeddodd y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol (Vaughan Gething) Ddatganiad Ysgrifenedig ynghylch y bwriad i osod rheoliadau drafft gerbron Cynulliad Cenedlaethol Cymru, gyda'r bwriad o gyflwyno isafbris ar gyfer alcohol yn ddiweddarach yn 2019²⁵.

Gosod y rheoliadau

Yn unol â Chyfarwydddeb Safonau a Rheoliadau Technegol 2015/1535/EU, cyfeiriodd Llywodraeth Cymru y rheoliadau drafft at Gomisiwn yr UE. Dilynwyd hyn gan gyfnod aros am dri mis, pan na allai Llywodraeth Cymru osod y rheoliadau drafft. Ar 22 Mai 2019, derbyniwyd hysbysiad bod Aelod-wladwriaeth o'r UE (Portiwgal) wedi cyflwyno barn fanwl mewn perthynas â'r rheoliadau drafft²⁶. Rhybuddiodd Portiwgal y byddai gan y cynlluniau oblygiadau uniongyrchol i reolau masnach rydd marchnad yr UE ac roedd yn poeni y byddai gwinoedd Portiwgaleg yn dod yn llai cystadleuol yn y farchnad:

Mae yna weithredwyr o Bortiwgal sy'n allforio gwinoedd i Gymru y mae eu pris defnyddiwr yn is na'r isafbris, felly mae cyflwyno isafbris uned yn golygu y bydd llawer o'r gwinoedd hyn yn dioddef cynnydd mewn pris, a fydd yn eu gwneud yn llai cystadleuol yn y farchnad honno. (BBC News, 2019)

Effaith gwrthwynebiad Portiwgal oedd bod yn rhaid ymestyn y cyfnod aros am dri mis ychwanegol i 21 Awst 2019.

Yn y pen draw, gosodwyd Rheoliadau Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Isafbris Uned) (Cymru) 2019 ar 15 Hydref 2019 a nodwyd isafbris o 50c yr uned. Cytunwyd ar y rhain gan Gynulliad Cenedlaethol Cymru ar 12 Tachwedd 2019.

Daeth Deddf Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) 2018 (y Ddeddf) i rym ar 2 Mawrth 2020. Mae'r Ddeddf yn rhoi effaith i benderfyniad Llywodraeth Cymru i ddarparu sylfaen ddeddfwriaethol ar gyfer mynd i'r afael â rhai o'r pryderon ieched hirsefydlog a phenodol ynghylch effeithiau goryfed alcohol yng Nghymru. Nod pennaf y Ddeddf yw mynd i'r afael â niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol, gan gynnwys derbyniadau i'r ysbyty sy'n gysylltiedig ag alcohol a marwolaethau sy'n gysylltiedig ag alcohol, trwy leihau'r defnydd ymhlith yfwr peryglus a niweidiol, sy'n tueddu i yfed mwy o gynnyrch cost isel ac alcohol uchel.

Mae'r Ddeddf yn cynnwys:

²³ [Ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar MPA](#)

²⁴ [Ymgynghoriad Llywodraeth Cymru ar MPA](#)

²⁵ [Datganiad Ysgrifenedig Llywodraeth Cymru ar MPA](#)

²⁶ [Datganiad Ysgrifenedig Llywodraeth Cymru ar MPA](#)

- Y fformiwla ar gyfer cyfrifo'r isafbris cymwys ar gyfer alcohol gan ddefnyddio cryfder canrannol yr alcohol, ei gyfaint a'r Isafbris Uned (MUP);
- Pwerau i Weinidogion Cymru wneud is-ddeddfwriaeth i nodi'r MUP;
- Sefydlu trefn orfodi a phwerau dan arweiniad awdurdod lleol i ddwyn erlyniadau;
- Pwerau mynediad i swyddogion awdurdodedig awdurdod lleol, trosedd o rwystro swyddog awdurdodedig a'r pŵer i gyhoeddi hysbysiadau cosb sefydlog;
- Gosod dyletswydd ar Weinidogion Cymru i osod gerbron y Cynulliad Cenedlaethol ac yna cyhoeddi adroddiad ar weithrediad ac effaith y ddeddfwriaeth ar ddiwedd cyfnod adolygu pum mlynedd; ac
- Y bydd yr isafbrisio yn cael ei ddirymu ar ddiwedd cyfnod o chwe blynedd, oni bai bod rheoliadau'n cael eu gwneud gan Weinidogion Cymru sy'n darparu ar gyfer ei barhad.

Gwerthusiad o Isafbrisio ar gyfer Alcohol yng Nghymru

Yn unol â'r Ddeddf, mae Llywodraeth Cymru wedi comisiynu gwerthusiad o weithrediad ac effaith y ddeddfwriaeth dros gyfnod o bum mlynedd. Mae'r adroddiad hwn yn rhan o'r gwerthusiad hwnnw ac yn darparu data gwaelodlin sy'n ymwneud ag yfed alcohol ac ymddygiadau cysylltiedig ymhlith yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol o fewn y boblogaeth gyffredinol o bobl sy'n byw yng Nghymru. Mae'r adroddiad yn seiliedig ar ddata a gasglwyd yn y misoedd cyn cyflwyno MPA ar 2 Mawrth 2020 pan oedd pandemig COVID-19 yn dechrau dod i'r amlwg yn y DU. Fodd bynnag, nid oedd unrhyw rai o fesurau sylweddol y cyfnod cloi wedi cael eu cyflwyno ar yr adeg honno sy'n golygu bod y data a gyflwynwyd yn adlewyrchu patrymau yfed a gwariant cyn-COVID a chyn-MPA.

3. Adolygiad o lenyddiaeth

Ers cyhoeddi ein hadroddiad yn ymchwilio i'r potensial ar gyfer newid sylweddau a chanlyniadau anfwriadol eraill o gyflwyno isafbris am alcohol yng Nghymru (Holloway et al., 2019)²⁷, mae sawl astudiaeth bwysig wedi dod i'r amlwg sy'n taflu goleuni pellach ar effaith debygol MPA. Yn y bennod hon rydym yn disgrifio'r dulliau a ddefnyddiwyd i nodi'r papurau newydd hyn ac yn darparu trosolwg o'u canfyddiadau. Nod y bennod yw diweddarau ein hadolygiad cynharach i ddangos y wybodaeth gyfredol am y pwnc. Dechreuwn gyda chrynodeb byr o'r adolygiad gwreiddiol cyn symud ymlaen i gyflwyno canlyniadau'r un wedi'i ddiweddarau.

Crynodeb o'r adolygiad gwreiddiol

Cynhaliodd Holloway et al. (2019) chwiliadau systematig o ddwy gronfa ddata lyfryddol²⁸ i ganfod cyhoeddiadau sy'n canolbwyntio ar y cysylltiad rhwng prisio alcohol a newid sylweddau²⁹. Roedd yr adolygiad yn ymwneud â newid o ran (a) newid o un math o alcohol i fath arall o alcohol, a (b) newid o alcohol i fath arall o sylwedd. O ystyried y nifer fach o astudiaethau cymwys a nodwyd, estynnwyd yr adolygiad i gynnwys ymddygiad newid sylweddau yn fwy cyffredinol yn hytrach nag yn benodol o ganlyniad i bolisïau prisio alcohol.

Dim ond ychydig bach o dystiolaeth betrus a ganfu'r adolygiad yn awgrymu y byddai newid i sylweddau mwy niweidiol (naill ai cyfreithlon neu anghyfreithlon) yn digwydd o ganlyniad i brisiau alcohol uwch. At hynny, roedd y rhan fwyaf o'r dystiolaeth a gasglwyd yn dod o astudiaethau a gynhaliwyd mewn lleoliadau cymdeithasol a diwylliannol gwahanol, gan ei gwneud hi'n anodd defnyddio casgliadau yng nghydestun Cymru.

Gan adleisio galwadau ymchwilwyr eraill, daeth yr adolygiad gwreiddiol i'r casgliad bod angen mwy o ymchwil i gryfhau'r sylfaen dystiolaeth a chadarnhau tebygolrwydd a natur newid sylweddau o ganlyniad i brisiau alcohol uwch (Vandenberg a Sharma, 2016; Araya a Paraje, 2018; Hobday et al, 2016; Sharma et al, 2017).

Strategaeth chwilio ac astudiaethau dethol

Gellir gweld trosolwg llawn o'r dull methodolegol gwreiddiol yn Holloway et al. (2019). Dilynodd yr adolygiad yn yr adroddiad hwn ddull tebyg, lle nodwyd ffynonellau llenyddiaeth trwy chwiliadau yn y gronfa ddata lyfryddol, Mynegai a Chrynodebau'r Gwyddorau Cymdeithasol Cymhwysol (ASSIA). Mae'n hysbys bod y gronfa ddata yn cynnwys astudiaethau ar alcohol ac ymyriadau - gan gynnwys polisïau prisio - a ddefnyddir i leihau yfed alcohol a niwed dilynol. Cynhaliwyd chwiliadau 'â llaw' gan

²⁷ Roedd y 'Switching Study' yn cynnwys adolygiad llawn o lenyddiaeth ar y pwnc hwn yn ymdrin ag astudiaethau hyd at a chan gynnwys 2018. [Holloway et al. \(2019\)](#).

²⁸ Mynegai a Chrynodebau'r Gwyddorau Cymdeithasol Cymhwysol (ASSIA) a The Web of Science.

²⁹ Roedd yr adolygiad yn rhan o brosiect ehangach a oedd yn ymchwilio i'r posibilrwydd o newid sylweddau o ganlyniad i gyflwyno isafbris am alcohol yng Nghymru. Mae'r adolygiad o lenyddiaeth yn Holloway et al. (2019) felly yn canolbwyntio ar y mater penodol hwnnw.

ddefnyddio Google a Google Scholar hefyd i nodi llenyddiaeth lwyd ac astudiaethau nad oeddent efallai wedi'u canfod trwy chwiliadau cronfa ddata. Cynhaliwyd chwiliad Boole gan ddefnyddio ystod o eiriau allweddol i nodi llenyddiaeth berthnasol. Roedd y meini prawf ar gyfer cynhwysiant yn gul yn bwrpasol ac yn cynnwys unrhyw astudiaethau gyda ffocws ar effaith polisïau prisio alcohol neu newidiadau mewn prisiau (cynnydd neu ostyngiad) ledled y byd. Rhaid bod astudiaethau wedi bod yn hygyrch i'r tîm ymchwil yn ystod y cyfnod casglu data a'u cyhoeddi yn Saesneg. Dim ond astudiaethau a gyhoeddwyd ar ôl 2017 a gafodd eu cynnwys oherwydd cyhoeddi adolygiad systematig cysylltiedig yn ddiweddar (Holloway et al., 2019).

Canlyniadau

Nododd chwiliad cychwynnol ASSIA 10 astudiaeth o berthnasedd posibl. Adolygwyd crynodebau'r astudiaethau hyn a chafwyd gafael ar y cyhoeddiadau hynny a oedd yn ymddangos i gyfateb i'r meini prawf cymhwysedd. Arweiniodd hyn at ddetholiad dros dro o bedair astudiaeth yr ystyriwyd y gallent fod yn addas. Daethpwyd o hyd i dair astudiaeth hefyd gan ddefnyddio Google/Google Scholar. Crynhoir nodweddion y saith astudiaeth a gynhwysir yn Nhabl 3.1.

Tabl 3.1 Nodweddion yr astudiaethau a gynhwysir

Awdur(on)	Gwlad	Dyluniad yr Astudiaeth	Ffocws
1. Jiang et al (2020)	Awstralia	Modelu	Effeithiau wedi'u modelu o amrediad o bolisïau prisio alcohol ar yfed alcohol mewn is-grwpiau o'r boblogaeth
2. Sherk et al (2018)	Canada	Dadansoddiad cyfres amser	Effaith isafbrisiau alcohol ar ymweliadau adrannau brys
3. O'Donnell et al (2019)	Yr Alban	Dadansoddiad cyfres amser gydag ymyriad	Effaith uniongyrchol MPA ar brynu alcohol yn y cartref
4. Stead et al (2020)	Yr Alban	Arsylwadol	Effaith MPA ar brofiadau manwerthwyr bach
5. GIG Yr Alban (2020)	Yr Alban	Trawstoriadol	Effaith MPA ar ymddygiad yfed plant a phobl ifanc
6. Ford et al (2020)	Yr Alban	Trawstoriadol	Barn ymarferwr ar effaith MPA ar ddiogelu plant a phobl ifanc rhag niwed gan rieni a gofalwyr
7. Coomber et al (2020)	Awstralia	Trawstoriadol	Effaith MPA wrth gyflawni amcanion, gan gynnwys gostyngiadau yn y defnydd o alcohol, canlyniadau negyddol sy'n gysylltiedig ag yfed, a'r effaith leiaf bosibl ar ddefnyddwyr cymedrol

Trosolwg o bob astudiaeth a gynhwysir

Bu astudiaeth ddiweddar gan Jiang et al. (2020) fodelu effeithiau gwahanol bolisïau prisio alcohol ar wahanol boblogaethau yn Awstralia, gan gynnwys: cymedrol, peryglus a niweidiol; iau, canol oed a hŷn; ac yfwyr incwm is, canolig ac uwch. Bu'r canfyddiadau ddarganfod, yn dilyn modelu effaith amrywiol bolisïau prisio alcohol, gan gynnwys MPA o \$1.00, \$1.20 a \$1.50 ASD, y byddai'r defnydd cyfartalog yn gostwng 5.8%, 10.7% a 14.9% yn y drefn honno ar draws yr holl yfwyr. Ar draws 'math' o yfwr (niweidiol, peryglus a chymedrol), canfu'r rhagamcanion modelu y byddai cyflwyno MPA o \$1.30 a \$1.50 ASD yn sicrhau gostyngiad o 10% mewn yfed (14.2% a 22.1% yn y drefn honno). Yn yr un modd, byddai'r un polisïau prisio yn lleihau'r defnydd 12.7% a 19% yn y drefn honno ymhlith cartrefi ag incwm is. Yn ddiddorol, roedd yfwyr iau (16-34) yn llai sensitif i MPA o \$1.00, \$1.30 a \$1.50 nag oedolion canol oed a hŷn. Roedd y canfyddiadau yn cyd-fynd yn fras ag astudiaethau modelu tebyg o'r DU (Holmes et al., 2014), gan arwain yr awduron i'r casgliad yn yr un modd bod cyflwyno MPA yn debygol o arwain at y gostyngiadau mwyaf sylweddol yn y defnydd o alcohol ymhlith yfwyr incwm isel a pheryglus a niweidiol.

Bu Sherk, Stockwell, and Callaghan (2018) ymchwilio i effaith isafbrisiau alcohol yn Saskatchewan, Canada, ar ymweliadau adrannau brys. Roedd hyn yn gysylltiedig â phedwar categori anafiadau cysylltiedig ag alcohol, gan gynnwys: mân wrthdrawiadau cerbydau; ymosodiadau; cwympiadau; a chyfanswm yr anafiadau sy'n gysylltiedig ag alcohol. Canfu'r astudiaeth effaith hwyr o'r ymyrraeth ar dderbyniadau cysylltiedig ag alcohol i adrannau brys, gan gynnwys gostyngiad o 40% mewn gwrthdrawiadau cerbydau modur 6 mis ar ôl cyflwyno MPA. Yn seiliedig ar y canfyddiadau hyn, daeth yr awduron i'r casgliad bod defnydd Saskatchewan o MPA yn gysylltiedig yn fras â gostyngiadau mewn derbyniadau adrannau brys. Mae hyn yn cyfateb ag ymchwil flaenorol a gynhaliwyd yn y wladwriaeth, a ganfu fod MPA yn gysylltiedig ag yfed llai o alcohol (Stockwell et al., 2012) a llai o droseddau cysylltiedig ag alcohol (Stockwell et al., 2017).

Ym mis Mai 2018, cyflwynodd yr Alban Isafbris Uned (MUP), wedi'i osod ar 50c yr uned o alcohol. Mae protocolau astudio ar gyfer cyfres o werthusiadau empirig wedi'u cynhyrchu ers hynny i asesu effaith y ddeddfwriaeth. Cyhoeddwyd y protocol ar gyfer arbrawf naturiol dull cymysg yn gynnar yn 2020 (Beeston et al, 2020) tra cyhoeddwyd protocol ar gyfer arbrawf naturiol yn gwerthuso canlyniadau bwriadedig ac anfwriadol posibl MUP y flwyddyn flaenorol (Katikireddi et al., 2019).

Fodd bynnag, adroddwyd ar ganfyddiadau cynnar effaith uniongyrchol cyflwyno MUP ar brynu alcohol cartref O'Donnell et al. (2019) mewn dadansoddiad cyfres amser o ddata o 2015-2018. Canfu data cartrefi fod cyflwyno deddfwriaeth wedi arwain at ostyngiad o 7.6% mewn prynu alcohol, sy'n cyfateb i ostyngiad o 41 uned yn y DU fesul oedolyn fesul cartref y flwyddyn. Nid yw hyn yn annhebyg i'r gostyngiad o 8.4% yng nghyfanswm y gwerthiannau alcohol pur yn Saskatchewan, Canada, a adroddwyd gan Stockwell et al. (2012). Arweiniodd y canfyddiadau at awduron astudiaeth yr Alban i ddod i'r casgliad ei bod yn ymddangos bod cyflwyno MUP yn yr Alban yn gynhyrchol o ran lleihau faint o alcohol a brynir gan aelwydydd ledled y wlad.

Mae astudiaethau pellach o'r Alban yn cynnwys gwerthusiad arsylwadol o effaith MUP ar fanwerthwyr bach (e.e. siopau bach, sengl sy'n eiddo i unigolyn neu deulu ac yn cael eu gweithredu ganddo, neu sy'n gysylltiedig â grŵp manwerthu mwy (e.e. Nisa, Premier)) (Stead et al., 2020). Ceisiodd yr astudiaeth asesu a deall profiadau manwerthwyr bach yn dilyn cyflwyno MUP, a'i effaith o ran prisio, ystod cynnyrch a defnydd. Roedd yr astudiaeth yn seiliedig ar ystod o ddulliau casglu data, gan gynnwys: data pwynt gwerthu electronig; prisio ar gyfer 2000 o gynhyrchion a werthwyd gan 200 o fanwerthwyr bach ledled yr Alban; cyfweiliadau ac arsylwadau ar draws 20 siop; a dadansoddiad o'r wasg masnach manwerthu i gasglu gwybodaeth am brisio, gweithgaredd hyrwyddo a phrofiadau MUP. Casglwyd y data rhwng Awst 2017 ac Ionawr 2019, gan gofnodi 9 mis cyn ac ar ôl gweithredu MUP. Yn gyffredinol, glynwyd wrth y polisi ar draws manwerthwyr bach, gyda chynhyrchion alcohol a werthwyd yn flaenorol o dan 50c bellach yn cynyddu i brisiau yn unol â'r ddeddfwriaeth. Ar ben hynny, bu data cyfweiliadau â manwerthwyr bach ddatgelu ystod o ganfyddiadau amrywiol ynghylch gwerthiannau. Yn wir, roedd ymatebion yn gymysg o ran a oedd gwerthiannau wedi cynyddu neu ostwng, er y teimlwyd bod patrymau prynu yn cael eu heffeithio, gyda chanfyddiad bod cwsmeriaid yn prynu cryfder is a chynhyrchion llai, neu'r rhai yr ystyrir eu bod o werth gwell nawr bod prisiau ar draws cynhyrchion wedi alinio.

At ei gilydd, cyflwynodd y canfyddiadau ddata i awgrymu bod cyflwyno MUP yn y sector manwerthu bach wedi'i weithredu fel y cynigiwyd, ac wedi arwain at effeithiau arfaethedig ar gynhyrchion alcohol a werthir o dan 50c yr uned mewn siopau manwerthu bach. Ni nodwyd unrhyw effeithiau andwyol ar fanwerthwyr bach, a stopiwyd gwerthu cynhyrchion a werthwyd yn flaenorol o dan 50c yr uned mewn siopau. Gwelwyd newidiadau hefyd mewn arferion prynu cwsmeriaid, gydag adroddiadau bod cwsmeriaid yn symud o gynhyrchion cryfder uwch i gryfder is neu i ddiodydd a werthwyd mewn cynwysyddion llai. Ar y cyfan, roedd manwerthwyr bach yn teimlo bod y ddeddfwriaeth wedi arwain at fwy o elw a gallu i gystadlu ag archfarchnadoedd o ran gwerthu alcohol.

Mae dwy astudiaeth arall o'r Alban wedi asesu effaith MUP ar amddiffyn plant a phobl ifanc (CYP) rhag niwed. Archwiliwyd hyn trwy astudiaethau sy'n ymchwilio i effaith MPA ar ymddygiad yfed CYP (13 - 17)(NHS Health Scotland, 2020), ac effaith MPA ar amddiffyn CYP rhag yfed alcohol niweidiol rhieni a gofalwyr, (Ford, Myers, Burns, & Beeston, 2020). O ran y cyntaf, edrychodd yr astudiaeth ar sut roedd MUP yn effeithio ar y defnydd o alcohol ac ymddygiad cysylltiedig CYP ei hun(NHS Health Scotland, 2020). Roedd yr astudiaeth yn seiliedig ar gyfweiliadau unigol, mewn parau a grwpiau bach gyda 50 CYP a oedd yn yfed alcohol cyn cyflwyno'r ddeddfwriaeth, ac a barhaodd i wneud hynny ar ôl cyflwyno MUP.

Canfu'r astudiaeth dystiolaeth i awgrymu bod llawer o'r cynhyrchion alcohol a ffafrir gan CYP eisoes yn uwch na'r trothwy 50c yr uned cyn cyflwyno MUP. O'r herwydd, prin oedd y newid yn y defnydd o alcohol ymysg CYP, ac ni welwyd unrhyw newidiadau mewn ymddygiadau cysylltiedig chwaith: parhaodd cyfranogwyr i brynu alcohol yn yr un modd (trwy ofyn i ddieithriaid, defnyddio ID ffug, neu gan rieni) ac nid oedd unrhyw sôn am laddrad mewn ymateb i alcohol anfforddiadwy. Er bod rhywfaint o sôn am newidiadau yn yr hyn a yfodd CYP, roedd y newidiadau hyn yn bennaf oherwydd ffactorau allanol, megis heneiddio, newidiadau mewn blas a goddefgarwch, a grwpiau cyfeillgarwch newydd. Yn olaf, ni soniwyd am unrhyw

niwed, ac nid oedd tystiolaeth i awgrymu bod MUP naill ai wedi cynyddu neu leihau amlygiad i unrhyw niwed. Yn dilyn hynny, daeth yr awduron i'r casgliad nad oedd MUP yn effeithio ar yfed alcohol cyfranogwyr nac ymddygiad cysylltiedig naill ai mewn modd cadarnhaol neu negyddol.

Awgrymodd yr ail astudiaeth - ymchwiliad i farn ymarferwyr ar effaith MUP ar amddiffyn CYP rhag niwed rhieni a gofalwyr - oherwydd cyfuniad o ffactorau gan gynnwys: (1) y cymhlethdod a'r caledi a brofwyd gan y bobl y mae ymarferwyr yn gweithio gyda nhw, (2) yr amser cyfyngedig yr oedd MUP wedi bod ar waith yn yr Alban am, ac (3) amharodrwydd ymhlith rhai CYP i ddatgelu unrhyw niwed y gallent fod yn ei brofi yn gartref, bod datgymalu effaith ac effeithiau penodol MUP ar yfed rhieni a gofalwyr a niwed dilynol yn anodd: yn wir, prin oedd yr enghreifftiau yn y set ddata o sut roedd MUP wedi effeithio ar yfed a niwed dilynol yn y teuluoedd hyn. Roedd yr astudiaeth yn seiliedig ar wyth grŵp ffocws ac un cyfweiliad â staff sy'n gweithio mewn gwasanaethau sy'n cefnogi plant ar ôl cyflwyno MUP. Er gwaethaf yr anhawster wrth adnabod niwed, canfu'r astudiaeth yr angen am gefnogaeth briodol i deuluoedd sy'n profi niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol. Roedd hyn yn cynnwys ymyriadau sy'n mynd i'r afael ag achosion sylfaenol yfed niweidiol, fel dulliau teulu cyfan.

Yn olaf, arweiniodd adroddiad cynhwysfawr yn ymchwilio i gyflwyno MPA o \$1.30ASD yn Nhiriogaeth y Gogledd (NT), Awstralia (Coomber et al., 2020) at ostyngiadau sylweddol yn: cyfanswm y cyflenwad cyfanwerthu alcohol y pen; troseddau ymosod yn gysylltiedig ag alcohol; cyfnodau amddiffynol yn y ddalfa; presenoldeb ambiwlans sy'n gysylltiedig ag alcohol; derbyniadau adrannau achosion brys cysylltiedig ag alcohol; derbyniadau llochesi 'Sobering Up'; damweiniau traffig ar y ffyrdd sy'n gysylltiedig ag alcohol (gan arwain at anaf neu farwolaeth); a nifer yr hysbysiadau amddiffyn plant, gorchmynion amddiffyn ac achosion gofal y tu allan i'r cartref. Ni nodwyd unrhyw newidiadau sylweddol mewn perthynas â nifer y twristiaid a'u gwariant, a nifer y trwyddedau gwirod ar draws y Dirioegaeth. Canfu'r adroddiad hefyd, er gwaethaf pryderon ynghylch newid sylweddau cyn gweithredu'r ddeddfwriaeth, nad oedd tystiolaeth ddibynadwy o amnewid, nac arwyddion o ddefnydd cynyddol o gyffuriau. Arweiniodd yr ystod eang o ganfyddiadau cadarnhaol a ddeilliodd o'r ddeddfwriaeth at yr awduron i awgrymu bod y data a oedd ar gael yn cyflwyno tystiolaeth gref o effaith fuddiol MPA.

Crynodeb o'r adolygiad a ddiweddarwyd

Mae'r saith astudiaeth ddiweddar sy'n ymchwilio i effaith polisiâu prisio, gan gynnwys MPA, yn darparu tystiolaeth bod cynyddu prisiau alcohol yn gyffredinol wedi arwain at ganlyniadau ffafriol, gan gynnwys gostyngiadau yn: ymweliadau adrannau brys (Sherk et al., 2018), yfed alcohol, ymosodiadau cysylltiedig ag alcohol, damweiniau traffig ar y ffyrdd sy'n gysylltiedig ag alcohol, a hysbysiadau amddiffyn plant (Coomber et al., 2020). At hynny, mae tystiolaeth ddiweddar o'r Alban i awgrymu bod MUP yn cael ei weithredu ar draws manwerthwyr bach fel y bwriadwyd (Stead et al., 2020) ac nad oedd yn cael unrhyw effaith niweidiol ar yfed alcohol CYP nac ymddygiad cysylltiedig (NHS Health Scotland, 2020). Roedd gwariant cartrefi ar alcohol hefyd wedi gostwng ar ôl ymyrraeth (O'Donnell et al., 2019). Fodd bynnag, roedd unrhyw effaith MUP ar amddiffyn CYP rhag niwed rhieni a gofalwyr yn betrus,

oherwydd cyfuniad o ffactorau methodolegol ac allanol a oedd yn ei gwneud yn anodd achredu unrhyw effeithiau ar gyflwyno MUP yn unig (Ford et al., 2020). Yn olaf, rhagwelodd astudiaeth fodelu o effeithiau polisïau prisio alcohol, gan gynnwys MPA, ar yfed alcohol mewn is-boblogaethau yn Awstralia y byddai cynyddu prisiau alcohol (naill ai o ganlyniad i drethi neu godiadau prisiau damcaniaethol) yn arwain at ostyngiadau yn y defnydd o alcohol yn y boblogaeth yn gyffredinol, yn enwedig ymhlith yfwyr incwm isel a pheryglus a niweidiol. Mae'r canfyddiad hwn yn gyffredinol gyson â chorff sefydledig o lenyddiaeth, gan gynnwys adolygiadau systematig a meta-ddadansoddiadau, sy'n tystio i effaith prisiau uwch ar ostyngiadau yn y defnydd o alcohol (Elder et al., 2010; Fogarty, 2010; Sharma, Sinha, & Vandenberg, 2017; Wagenaar, Salois, & Komro, 2009).

Yng ngoleuni'r dystiolaeth ddiweddar a adolygwyd, mae tystiolaeth arsylwadol a thrawsdoriadol i awgrymu bod cyflwyno MUP yn yr Alban yn cael ei weithredu yn ôl y bwriad, heb unrhyw effaith niweidiol ar fanwerthwyr bach (Stead et al., 2020) nac ar ymddygiadau yfed CYP(NHS Health Scotland, 2020). Yn yr un modd, mae tystiolaeth o Awstralia (Coomber et al., 2020) a Chanada (Sherk et al., 2018) yn cyflwyno canfyddiadau ffafriol o ran lleihau yfed alcohol a niwed cysylltiedig. Er gwaethaf y data sy'n dod i'r amlwg ac yn gyffredinol gadarnhaol sy'n datblygu, mae angen cynnal ymchwil bellach ar y pwnc hwn, yn enwedig yng Nghymru lle mae angen: (1) cymhwyso ac ail-brofi gwersi egwyddor o ymchwil a gynhaliwyd yn yr Alban (O'Donnell et al, 2019; Ford et al., 2020; Stead et al, 2020), ac (2) ychwanegu at y corff presennol o ymchwil ar MPA sydd wedi'i gynnal mewn lleoliadau cymdeithasol a diwylliannol gwahanol (Coomber et al., 2020; Jiang et al., 2020).

Ymchwil berthnasol arall

Nodwyd y llenyddiaeth a adolygwyd yn y bennod hon gan ddefnyddio meini prawf chwilio penodol i ganfod astudiaethau sy'n ymchwilio i effaith polisïau prisio alcohol ar batrymau yfed a phrynu yn y boblogaeth yn gyffredinol. O ystyried y meini prawf eithaf llym hyn, nid oedd y 'Switching Study' gan Holloway et al. (2019)³⁰, yr oedd yr adolygiad llenyddiaeth wreiddiol yn rhan ohono, yn gymwys i'w gynnwys. Roedd hyn yn rhannol oherwydd bod yr astudiaeth yn canolbwyntio ar ragfynegiadau o ymddygiad ar ôl cyflwyno MPA ac nid ymddygiad gwirioneddol yn dilyn newid mewn prisiau, ond hefyd oherwydd bod yr ymchwil yn seiliedig ar ddefnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaeth ac nid ar yfwyr a gafodd eu recriwtio o'r boblogaeth yn gyffredinol. Er gwaethaf y gwahaniaethau hyn, credwn fod yr astudiaeth yn un ddefnyddiol i wneud cymariaethau â'r canfyddiadau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn. Mae'r ddwy astudiaeth yn seiliedig ar samplau sy'n byw/gweithio yng Nghymru ac mae'r ddwy yn darparu mesurau sylfaenol o ymddygiadau cysylltiedig ag alcohol cyn cyflwyno MPA. Felly rydym wedi crynhoi'r canfyddiadau yn y paragraffau isod ac yn myfyrio'n rheolaidd arnynt trwy gydol yr adroddiad.

Casglodd y prosiect 9 mis feddyliau a chanfyddiadau darparwyr triniaeth camddefnyddio sylweddau yn ogystal ag yfwyr a oedd mewn cysylltiad â'r gwasanaethau triniaeth hyn gan ddefnyddio cyfweiliadau lled-strwythuredig ac arolygon holiaduron ar-lein.

³⁰ Yr un grŵp o ymchwilwyr sy'n cynnal yr agwedd hon ar y gwerthusiad.

Credwyd bod y potensial ar gyfer newid sylweddau yn ganlyniad annhebygol o gyflwyno MPA yng Nghymru. I'r mwyafrif o yfwyr, deallwyd bod alcohol yn gyffur clir o ddewis ac nid oedd croesi drosodd i gyffuriau ac yn enwedig tuag at ymylon gweithgaredd cyfreithiol/anghyfreithlon yn opsiwn. Rhagwelwyd felly mai'r ar gyfer y mwyafrif o yfwyr, yr unig newid fyddai newid neu newid defnydd yn gysylltiedig ag alcohol. Hynny yw, rhagwelwyd y gallai yfwyr newid y math o alcohol y maent yn ei yfed neu newid eu hymddygiad prynu.

Fodd bynnag, roedd awgrym y byddai newid rhwng sylweddau yn fwy tebygol ymhlith rhai grwpiau, yn enwedig yfwyr stryd a'r rhai sydd â phrofiad blaenorol o ddefnyddio cyffuriau. Pe bai newid i ffwrdd o alcohol yn digwydd, rhagwelwyd y byddai hyn yn fwyaf tebygol o fod yn feddyginiaethau a ragnodir fel bensodiasepinau sy'n dynwared effeithiau alcohol, ac yna canabis a chanabinoidau synthetig, gydag ond ychydig yn awgrymu newid i ddefnyddio cocên neu opiadau.

Yn gyffredinol, roedd darparwyr ac yfwyr yn bessimistaidd ynghylch y potensial i MPA leihau'r defnydd o alcohol. Ar gyfer yfwyr risg canolig isel, y teimlad oedd y byddai unrhyw gynnydd mewn gwariant yn cael ei amsugno i'r cyllidebau presennol ac na fyddai angen addasu nac newid ymddygiad yn sylweddol. Fodd bynnag, rhagwelwyd senario gwahanol ar gyfer yfwyr risg uchel, dibynnol, a rhagwelwyd ystod o fecanweithiau ymdopi posibl, yn aml estyniadau o ymddygiad presennol. Roedd y rhain yn cynnwys, nid mewn unrhyw drefn benodol:

- Newid i ffurfiau cryfach o alcohol, sy'n debygol o ddod yn debyg o ran pris ar ôl cyflwyno MPA (e.e. newid o seidr i wirodydd).
- Bragu alcohol (gan gynnwys gwirodydd) gartref
- Prynu alcohol ffug, yn yr un ffordd ag y mae sigarêts ffug yn cael eu prynu (e.e. o dan y cownter).
- Cyflawni troseddau caffael i gael alcohol yn uniongyrchol neu i gael arian i brynu alcohol.
- Ail-gyllidebu adnoddau cartref presennol i ryddhau arian i'w wario ar alcohol (h.y. gwario llai ar fwyd, dillad, rhent a biliau).
- Benthycu arian gan deulu a ffrindiau i brynu alcohol.
- Benthycu arian i brynu alcohol trwy 'tabiau' o dafarndai a siopau.
- Cael cyflenwadau o alcohol o Loegr (neu wledydd eraill nad ydyn nhw'n gweithredu polisïau isafbrisio ar hyn o bryd) naill ai ar y ffordd neu ar-lein.

Roedd pryder y byddai llawer o'r strategaethau ymdopi hyn yn arwain at ganlyniadau negyddol nid yn unig i'r yfwyr ond hefyd i'w teuluoedd, ffrindiau a'r cymunedau y maent yn byw ynddynt. Roedd y niwed posibl i blant yn deillio o newid yng ngwariant cartrefi i ffwrdd o gostau bwyd, dillad a thai i alcohol yn ofn arbennig, yn yr un modd â chanlyniadau personol a chymdeithasol a allai ddeillio o gynnydd mewn troseddau caffael.

Er mwyn helpu i baratoi ar gyfer cyflwyno MPA a lleihau'r problemau posibl hyn, credwyd ei bod yn bwysig bod negeseuon wedi'u geirio'n ofalus a'u hysbysebu'n eang, ar amrywiaeth o lwyfannau, yn cael eu cyhoeddi ledled Cymru. Credwyd bod lledaenu canfyddiadau yn hanfodol wrth helpu grwpiau rhanddeiliaid allweddol i baratoi ar gyfer cynnydd posibl yn y galw am eu gwasanaethau (e.e. Meddygon

Teulu, gwasanaethau camddefnyddio sylweddau, adrannau damweiniau ac achosion brys, yr heddlu).

Credwyd hefyd bod rhybudd cynnar o'r newid mewn prisiau yn hanfodol i yfwyr gan y byddai hyn yn rhoi cyfle iddynt ystyried, ac efallai rhoi strategaethau ymdopi tymor hir ar waith, megis torri i lawr neu fynd i mewn i driniaeth, cyn cyflwyno MPA.

Crynodeb

Mae'r bennod hon wedi cyflwyno canlyniadau adolygiad o'r llenyddiaeth ar effaith polisïau prisiau alcohol ar yfed. Mae'r adolygiad yn diweddar adolygiad cynharach, mwy manwl, a oedd yn rhan o'r 'Switching Study' a gynhaliwyd gan Holloway et al. (2019). Mae'r bennod yn cynnwys crynodeb o'r adolygiad gwreiddiol ac yna'n symud ymlaen i fanylu ar y strategaeth chwilio a ddefnyddiwyd yn yr adolygiad wedi'i ddiweddar (h.y. chwiliadau systematig o ddwy gronfa ddata lyfryddol) yn ogystal â chanlyniadau'r chwiliadau hynny. Nodwyd wyth astudiaeth gymwys a chrynowyd eu canlyniadau yn unigol ac yna gyda'i gilydd. Er bod casgliadau'r adolygiad wedi'i ddiweddar yn gadarnhaol ar y cyfan wrth ddarganfod y gall polisïau prisiau alcohol helpu i leihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol, nododd yr adolygiad yr angen am ymchwil bellach ar y pwnc, yn enwedig mewn ystod ehangach o leoliadau cymdeithasol a diwylliannol. O ystyried y ffocws ar Gymru ac ar gasglu data gwaelodlin cyn cyflwyno MPA, roedd y bennod hefyd yn cynnwys crynodeb o'r 'Switching Study'.

4. Dulliau

Yn y bennod hon disgrifir y dulliau a ddefnyddiwyd i gasglu'r data gwaelodlin sylfaenol cyn cyflwyno MPA. Yn gyntaf, mae'r nodau a'r amcanion yn cael eu hailnodi i helpu i ddarparu cyd-destun ac yna trafodir y dyluniad a'r strategaeth ymchwil sy'n sail i'r prosiect ymchwil hwn yn ei gyfanrwydd. Yn dilyn hyn, ystyrir y dulliau casglu data a darperir disgrifiad o sut yn ymarferol y casglwyd y data gwaelodlin, y mae'r adroddiad hwn yn seiliedig arno. Mae'r bennod yn gorffen gydag adran sy'n darparu gwybodaeth am y dulliau dadansoddi data a gynhaliwyd.

Nodau ac amcanion

Nododd y fanyleb ar gyfer y contract ar gyfer yr ymchwil mai prif nod yr astudiaeth oedd archwilio effaith y isafbrisiau ar gyfer deddfwriaeth alcohol ar y boblogaeth ehangach o yfwr yng Nghymru. Roedd y fanyleb hefyd yn rhestru pedwar amcan ymchwil:

1. Asesu agweddau yfwr MHH tuag at y ddeddfwriaeth
2. Asesu'r newidiadau y mae yfwr MHH yn eu gwneud mewn ymateb i'r ddeddfwriaeth (e.e. newidiadau yn eu defnydd o alcohol a chyffuriau eraill, newidiadau mewn patrymau prynu, newidiadau yn eu ffordd o fyw)
3. Asesu effaith y ddeddfwriaeth ar fywydau yfwr MHH (e.e. perthnasoedd, cyflogaeth, iechyd, amgylchiadau ariannol)
4. Cynnal dadansoddiad o batrymau gwariant cartrefi, i asesu dadleoliad posibl gwariant.

Roedd hefyd yn rhestru pum amcan mwy ymarferol a oedd yn ymwneud ag amseriad yr ymchwil a chynhyrchu adroddiadau cychwynnol, interim a therfynol.

1. Ymgymryd â gwaith cychwynnol cyn ei weithredu.
2. Cynhyrchu adroddiad i'w gyhoeddi ar ganfyddiadau'r gwaith cychwynnol.
3. Cynnal astudiaethau dilynol ar ôl 18 mis a 42 mis³¹.
4. Cynhyrchu adroddiad interim ar ôl dwy flynedd.
5. Cynhyrchu adroddiad terfynol.

Dyluniwyd y prosiect gan ystyried yr amcanion ymchwil ac ymarferol hyn.

Dyluniad a strategaeth yr ymchwil

Dyluniad yr ymchwil yw'r glasbrint neu'r uwchgynllun ar gyfer cynnal astudiaeth. Y strwythur neu'r ymagwedd sy'n disgrifio sut, pryd a ble y dylid casglu a dadansoddi data (Bryman, 2016). Yng ngoleuni'r amcanion ymchwil, y llinellau amser arfaethedig ar gyfer cwblhau prosiectau a chyflwyno deddfwriaeth, mae dwy gydran i'r

³¹ Er mwyn ymchwilio i effaith ddryslyd bosibl COVID-19 a'r cyfnod cloi ar batrymau yfed yn y cyfnod yn fuan ar ôl cyflwyno MPA, comisiynodd Llywodraeth Cymru'r tîm gwerthuso i gynnal ton ychwanegol o gyfweiliadau gyda'r sampl astudiaeth hydredol yn Hydref 2020 (9 mis ar ôl cyflwyno MPA).

astudiaeth, gyda'r ddwy ohonynt yn cynnwys casglu data ar fwy nag un cyfnod mewn amser: (1) astudiaeth gyfweiliad hydredol ac (2) ailadrodd arolygon trawstoriadol.

Bydd yr astudiaeth gyfweiliad hydredol yn cynnwys cyfweiliadau ansoddol ailadroddus gyda sampl o yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol ar dri phwynt mewn amser. Cynhaliwyd y don gyntaf o gyfweiliadau yn gynnar yn 2020 cyn cyflwyno MPA ar 2 Mawrth 2020. Bydd yr ail a'r drydedd don yn cael eu cynnal 18 mis a 42 mis ar ôl cyflwyno MPA³².

Mae dyluniad ymchwil hydredol yn arbennig o ddefnyddiol ar gyfer cipio newidiadau cymdeithasol a sifftiau yng nghyrsiau bywyd pobl ac yn eu meddyliau, eu teimladau a'u hymddygiadau (Bryman, 2016). Y brif anfantais, fodd bynnag, yw y gall fod yn anodd weithiau cadw cysylltiad ag aelodau sampl dros gyfnodau hir. O ystyried y posibilrwydd o athreuliad, rydym yn cynnig disodli unrhyw gyfranogwyr 'coll' gyda chyfranogwyr newydd o'r un ffynonellau samplu (h.y. Arolwg Cenedlaethol Cymru (NSW), prifysgolion, mudiadau trydydd sector neu'r arolwg ar-lein), i sicrhau bod y sampl yn parhau'n gyson o ran maint a chyfansoddiad dros gyfnod yr astudiaeth. Felly mae dyluniad yr astudiaeth hydredol yn gymysgedd o ddyluniad carfan a dyluniad panel.

Yn ogystal â'r astudiaeth gyfweiliad hydredol, mae'r prosiect hefyd yn cynnwys arolygon trawstoriadol ailadroddus gyda samplau o yfwyr MHH. Lansiodd yr arolwg cyntaf yn y cyfnod cyn cyflwyno MPA (h.y. cyn 2 Mawrth 2020) i ddarparu data gwaelodlin y gellir ei ddefnyddio i fesur newid dros amser³³. Bydd yr arolwg hwn yn cael ei ailadrodd ddwywaith (18 mis a 42 mis ar ôl ei gyflwyno). Nid yw dyluniadau trawstoriadol dro ar ôl tro yn gallu mynd i'r afael â chyfeiriad achos ac effaith oherwydd bod pob sampl yn un ffres a allai gynnwys ymatebwyr newydd. Fodd bynnag, maent yn ddefnyddiol yn eu gallu i gofnodi newidiadau ehangach dros amser ymhlith samplau mawr (Bryman, 2016).

Y *strategaeth ymchwil* yw'r cyfeiriadedd cyffredinol at gynnal ymchwil, hynny yw, a yw'r astudiaeth yn feintiol neu'n ansoddol ei ffocws (Bryman 2016). Er mwyn cyflawni'r amcanion, mabwysiadwyd strategaeth dulliau cymysg a fydd yn arwain y gwaith o gasglu data ansoddol a meintiol sy'n ymwneud ag effaith MPA. Mae ymagwedd dulliau cymysg yn werthfawr yn yr ystyr bod cryfderau un ymagwedd yn gallu gwrthbwysu cyfyngiadau'r llall. Er enghraifft, mae dull ansoddol yn arbennig o ddefnyddiol ar gyfer helpu ymchwilwyr i ddeall sut mae eraill yn dehongli'r byd ac ar gyfer gweld pethau trwy lygaid eraill (Wincup, 2017). Yn y cyfamser, mae ymchwil feintiol yn galluogi ymchwilwyr i gyfrif a mesur maint ffenomenau ac mae'n ddefnyddiol ar gyfer cael barn grwpiau mawr o bobl (Bryman, 2016).

Yn gyson â strategaethau a chanllawiau Llywodraeth Cymru (Llywodraeth Cymru, 2014), rydym yn gweithio'n agos gyda chyfranogwyr (defnyddwyr gwasanaeth yn benodol) i sicrhau bod ein cynlluniau ymchwil yn briodol, i wirio bod ein hoffer casglu data yn hawdd eu defnyddio, i helpu i gael mynediad i ymatebwyr perthnasol ac i lywio ein dehongliad o'r data a gasglwyd. Er mwyn cynorthwyo gyda'r broses hon,

³² Bydd y don ychwanegol o gyfweiliadau a gomisiynwyd gan Lywodraeth Cymru yn ystod pandemig COVID-19 yn cael ei chynnal 9 mis ar ôl cyflwyno MPA.

³³ Agorwyd yr arolwg ar 15 Hydref 2019 a daeth i ben ar 29 Chwefror 2020. Caewyd yr arolwg rhwng 23 Tachwedd 2019 a 13 Rhagfyr 2019 yn y cyfnod yn arwain at yr Etholiad Cyffredinol.

rydym yn gweithio gyda'r Grŵp Cyngori Prosiect (PAG) a gafodd ei greu i gefnogi ein gwaith yn ymchwilio i ganlyniadau anfwriadol posibl cyflwyno isafbris am alcohol yng Nghymru (Holloway et al, 2019)³⁴. Mae'r PAG yn cynnwys budd-ddeiliaid perthnasol, gan gynnwys defnyddwyr gwasanaeth, ac mae'n cwrdd/cyfathrebu yn rheolaidd i drafod materion sy'n ymwneud ag ymchwil yr MPA (e.e. offer casglu data drafft, recriwtio a chanfyddiadau rhagarweiniol).

Dulliau casglu data

Fel y nodwyd uchod, mae'r astudiaeth hon yn un hydredol, sy'n cynnwys casglu data gan ddefnyddio'r un dulliau ar dri chynnod mewn amser. Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno canfyddiadau o'r adeg gyntaf o gasglu data, cyn cyflwyno MPA. Bydd adroddiadau dilynol yn defnyddio'r data hwn fel gwaelodlin y gellir cymharu ymddygiadau a fesurir 9 mis, 18 mis a 42 mis ar ôl cyflwyno MPA³⁵.

Yn yr adrannau isod amlinellir y dulliau a'r gweithdrefnau a ddefnyddiwyd i gasglu data gwaelodlin ar gyfer yr astudiaeth hon. Yn gyntaf, trafodir yr astudiaeth gyfweiliad hydredol a'r defnydd o gyfweiliadau ansoddol i gasglu gwybodaeth fanwl gan sampl o yfwyr. Yna ystyrir yr astudiaeth drawstoriadol a'r defnydd o arolwg holiadur ar-lein a gwblhawyd gan yfwyr sy'n byw yng Nghymru.

Cyfweiliadau ansoddol mynych (h.y. yr Astudiaeth Cyfweiliad Hydredol)

Cynhaliwyd cyfweiliadau ansoddol gyda sampl o yfwyr a gytunodd i gyd gymryd rhan mewn dau gyfweiliad pellach ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth. Anogwyd cyfranogiad trwy ddefnyddio cymhellion (Boys et al, 2003). Rhoddwyd taleb Argos³⁶ gwerth £10 i'r cyfweleion am gymryd rhan yn y cyfweiliad cyntaf a dywedwyd wrthynt y byddent yn derbyn talebau £10 pellach am gymryd rhan yn y ddau gyfweiliad dilynol a bonws o £10 am gymryd rhan ym mhob un o'r tri.

Asesodd y cyfweiliadau ystod o faterion gan gynnwys: ymwybyddiaeth yfwyr o MPA ac agweddau tuag atynt, paratoi a chynllunio ar gyfer cyflwyno MPA, effaith bosibl MPA ar eu hyfed a'u defnydd o sylweddau eraill, yr effaith ehangach ar eu hiechyd a'u bywydau cymdeithasol, a gwariant cyfredol cartrefi a phatrymau gwariant.

Dyluniwyd yr amserlen gyfweled ar gyfer cyfweiliad lled-strwythuredig yn seiliedig ar themâu i'w trafod gyda'r cyfweilydd yn procio i annog llywio'r sgwrs. Roedd y cwestiynau cyfweiliad penodol yn deillio o'r amcanion ymchwil a nodwyd yn y fanyleb a'r sylfaen dystiolaeth ymchwil gyfredol (a'r bylchau ynddo). O bwysigrwydd arbennig ar y waelodlin oedd yr angen i ymchwilio gyda chyfranogwyr eu rhagfynegiadau o sut y byddai MPA yn effeithio ar eu patrymau yfed (e.e. a fyddent yn newid math neu frand neu hyd yn oed sylwedd) a'u bywydau yn fwy cyffredinol (e.e. perthnasoedd, iechyd, tai, cyllid, ac ati).

³⁴ Bu Holloway et al. (2019) [Ymchwil i'r potensial ar gyfer newid sylweddau ar ôl cyflwyno isafbris am alcohol yng Nghymru](#).

³⁵ Fel y nodwyd uchod, mewn ymateb i bandemig COVID-19, comisiynwyd y tîm gwerthuso i gynnal ton ychwanegol o gyfweiliadau oddeutu 9 mis ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth.

³⁶ Dewiswyd Argos gan na ellir prynu alcohol gan y manwerthwr hwn.

Yn ymarferol, roedd y cyfweiliadau yn 'hyblyg ond dan reolaeth' (Burgess, 1984) ac yn seiliedig ar strwythur agored yn hytrach nag un anhyblyg, a all yn aml reoleiddio, darostwng a strwythuro ymatebion cyfranogwyr (Bryman, 2016). Fe fabwysiadom ddull ailadroddol hefyd, lle roedd canlyniadau cyfweiliadau cynnar yn llywio strwythur a chynnwys rhai diweddarach.

Strategaeth samplu ar gyfer yr astudiaeth gyfweiliad hydredol

Defnyddiwyd pedwar dull i recriwtio cyfranogwyr yn yr astudiaeth gyfweiliad hydredol: (1) trwy Arolwg Cenedlaethol Cymru, (2) trwy fudiadau trydydd sector sy'n darparu cymorth tai yn ardal De Cymru, (3) hysbysebion mewn dwy brifysgol yng Nghymru, a'r (4) arolwg holiadur ar-lein. Nodir nifer y cyfweleion a recriwtiwyd ym mhob dull yn Nhabl 4.1. Disgrifir manylion pellach am sut y defnyddiwyd y dulliau hyn yn yr adrannau isod.

Tabl 4.1 Ffynonellau samplu

	N	%
Arolwg Cenedlaethol Cymru	21	51%
Mudiadau trydydd sector	10	24%
Prifysgolion	6	15%
Arolwg Cyn Cyflwyno MPA	4	10%
CYFANSWM	41	100%

1. Arolwg Cenedlaethol Cymru (NSW)

Cafodd y posibilrwydd o samplu o'r sampl ail-gyswllt yn Arolwg Cenedlaethol Cymru³⁷ ei gynnwys yn y fanyleb ar gyfer yr ymchwil. Gyda chymorth Llywodraeth Cymru, dilynwyd y dull hwn felly fel ffynhonnell yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol. Yn ymarferol, roedd recriwtio cyfweleion trwy'r NSW yn broses fesul cam. Yn gyntaf, cawsom restr o enwau a rhifau ffôn ar gyfer yr holl bobl hynny (a) a gymerodd ran yn yr NSW, (b) a oedd wedi cytuno y gellid ail-gysylltu â hwy at ddibenion ymchwil a (c) a oedd wedi nodi eu hunain fel yfwyr alcohol wrth gwblhau'r NSW. Yn ail, gwnaethom haenu'r sampl yn ôl y math o yfwr (gan ddefnyddio atebion i gwestiynau am yfed alcohol yn yr NSW) i sicrhau bod ein sampl o gyfweleion yn cynnwys niferoedd tebyg o yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol. Byddai hyn yn ein galluogi i archwilio effaith MPA ar wahanol fathau o yfwr. Yn drydydd, dewisom ar hap (gan ddefnyddio'r Pecyn Ystadegol ar gyfer y Gwyddorau Cymdeithasol (SPSS)) 10 o bobl o bob un o'r tri chategori hyn a'u gwahodd (dros y ffôn) i gymryd rhan yn ein hastudiaeth gyfweiliad hydredol.

Yn anffodus, nid oeddem yn gallu cysylltu â phob un o'r 30 o'r cyfranogwyr NSW a ddewiswyd ar hap. Ni atebodd rhai ein galwadau tra bod eraill yn anghymwys oherwydd nad oeddent yn yfed alcohol neu oherwydd eu bod yn byw y tu allan i Gymru. Er bod y rhan fwyaf o'r rhai y siaradwyd â hwy yn barod i gymryd rhan (ac yn awyddus iawn i wneud hynny mewn llawer o achosion), newidiodd rhai eu meddwl

³⁷ Mae mwy o fanylion am Arolwg Cenedlaethol Cymru i'w gweld yn yr Atodiad.

cyn y gellid gosod dyddiad cyfweiliad. Felly roedd angen cyfweleion newydd i'n helpu i gyrraedd ein targed o recriwtio 30 o yfwyr o sampl NSW.

Dewiswyd amnewidion trwy sgorlio â llaw trwy restrau NSW i nodi pobl â nodweddion tebyg i'r person yr oeddent yn ei ddisodli. Roedd hyn yn cynnwys dewis rhywun a oedd: yr un math o yfwr (h.y. cymedrol, peryglus neu niweidiol), yn byw yn yr un Ardal Awdurdod Lleol, yr un rhyw a'r un oedran (neu mor agos â phosibl mewn oedran) i'r person gwreiddiol a ddewiswyd ar hap.

Ceisiom gysylltu â 49 o gyfranogwyr NSW. Roedd hyn yn cynnwys 21 a gymerodd ran mewn cyfweiliad a 28 na wnaeth, am y rhesymau a restrir isod:

1. Ni atebon nhw ein galwadau nac ymateb i'n negeseuon (n = 14).
2. Newidion nhw eu meddwl cyn cwblhau'r cyfweiliad (n = 10).
3. Ni weithiodd eu rhif ffôn (n = 1)
4. Nid oeddent bellach yn yfwr alcohol (n = 1).
5. Nid oeddent yn byw yng Nghymru mwyach (n = 1).
6. Nid oeddent ar gael i gymryd rhan (n = 1)

2. Mudiadau trydydd sector

Recriwtiwyd hefyd trwy fudiadau trydydd sector sy'n darparu cefnogaeth a llety i bobl ddigartref yn ardal De Cymru. Roedd recriwtio o'r ffynonellau hyn yn seiliedig ar samplu cyfleustra gyda chymorth caredig staff sy'n gweithio yn y mudiadau hynny. Yn ymarferol, roedd hyn fel arfer yn golygu bod un aelod o'r tîm gwerthuso yn treulio amser mewn hostel brysur yng nghanol y ddinas yn aros i gyfweleion cymwys ddod i mewn. Recriwtiwyd saith cyfwelai yn y modd hwn. Trefnwyd tri chyfweiliad arall gan staff sy'n gweithio gyda phobl sy'n byw mewn llety â chymorth mewn dinas wahanol yn Ne Cymru. Cynhaliwyd dau o'r cyfweiliadau hyn wyneb yn wyneb ac un dros y ffôn.

3. Hysbysebion prifysgol

Dynodwyd myfyrwyr prifysgol fel grŵp o bobl y credwyd y byddai cyflwyno MPA yn effeithio arnynt yn fwy na'r mwyafrif. Felly fe geisiom recriwtio sampl o 10 myfyriwr i'w cynnwys yn yr astudiaeth hydredol. Gan nad yw campysau prifysgol yn cael eu cynnwys fel cartrefi yn yr NSW, cytunwyd y byddai angen dull samplu gwahanol. Yn ymarferol, gwnaed hyn trwy hysbysebion a chyhoeddiadau a roddwyd gan aelodau o'r tîm gwerthuso ar y fewnwyd yn eu priod sefydliadau (un yng Ngogledd Cymru ac un yn Ne Cymru). Roeddem yn gallu recriwtio tri myfyriwr yn y modd hwn, er y dylid nodi bod sawl un arall yn fodlon ond am wahanol resymau personol nid oeddent yn gallu cwblhau'r cyfweiliad cyn i'r cyfnod casglu data ddod i ben³⁸.

4. Ymatebwyr i'r arolwg ar-lein

Defnyddiwyd ymatebwyr ein harolwg cyn cyflwyno hefyd fel ffynhonnell cyfweleion. Ar ddiwedd yr arolwg ar-lein (gweler isod am fanylion pellach), gofynnwyd i'r holl

³⁸ Er mai dim ond tri myfyriwr y gwnaethom eu recriwtio yn y modd hwn, roedd ein sampl terfynol o gyfweleion mewn gwirionedd yn cynnwys wyth myfyriwr mewn addysg amser llawn, wrth i dri gael eu recriwtio trwy'r arolwg ar-lein a dau trwy ffrâm samplu NSW.

ymatebwyr a fyddent yn barod i gymryd rhan yn ein hastudiaeth hydredol. Mynegodd pedwar deg chwech o ymatebwyr ddiddordeb mewn cymryd rhan a dewiswyd sampl o 10 ar hap (gan ddefnyddio SPSS) ac anfonwyd e-bost yn rhoi gwybodaeth bellach iddynt am yr astudiaeth ac yn gofyn iddynt gysylltu â ni erbyn dyddiad penodol. Tybiwyd bod y rhai na wnaethant ymateb i'n e-bost wedi newid eu meddwl ac nad oeddent am gymryd rhan mwyach. Yn dilyn hynny cawsant eu disodli gan berson arall o'r rhestr. Recriwtiwyd pedwar cyfwelai trwy'r dull hwn. Roedd chwech arall wedi'u trefnu a/neu eu gwahodd i gymryd rhan ond daeth y cyfnod casglu data i ben cyn y gellid cynnal y cyfweiliadau.

Dull

Cynhaliwyd y rownd gyntaf o gyfweiliadau cychwynnol rhwng 10 Ionawr a 28 Chwefror 2020 ychydig cyn cyflwyno MPA ar 2 Mawrth 2020³⁹. Cyn y cyfweiliad, gofynnwyd i'r holl gyfweleion gwblhau arolwg byr, strwythuredig i ddarparu gwybodaeth am eu nodweddion demograffig, eu dewisiadau a'u patrymau yfed, a gwariant eu cartrefi. Roedd cwblhau'r arolwg cyn y cyfweiliad yn ddefnyddiol gan ei fod yn lleihau'r baich amser ar gyfweleion a hefyd yn rhoi cyfle iddynt feddwl yn ofalus am eu hatebion. I'r cyfweleion hynny a oedd yn byw mewn llety llai sefydlog, nid oedd cwblhau'r arolwg cyn y cyfweiliad yn opsiwn. Yn yr achosion hyn, cwblhawyd yr arolwg gan y cyfwelydd mewn cydweithrediad â'r cyfwelai ar ddechrau'r cyfweiliad.

Cynhaliwyd y cyfweiliadau yn Saesneg (ni ddewisodd unrhyw un gael eu cyfweld yn Gymraeg) a chynhaliwyd y mwyafrif dros y ffôn. Dim ond y cyfweiliadau hynny a oedd yn cynnwys pobl sy'n byw ar y stryd, mewn hosteli, neu mewn llety â chymorth a gynhaliwyd wyneb yn wyneb a chynhaliwyd y rhain i gyd yn adeilad sefydliadau'r trydydd sector gyda staff gerllaw. Mae nifer o fanteision i gyfweiliadau ffôn: maent yn llai dwys o ran adnoddau na chyfweld wyneb yn wyneb; mae ymatebwyr yn llai tebygol o orfod canslo ar y funud olaf, ac os gwnânt, nid yw'n aflonyddwch mor fawr ag y mae'n hawdd ei aildrefnu; gall cyfweiliadau ffôn hefyd alluogi'r ymatebydd i deimlo'n fwy cyfforddus ynglŷn â chynnal cyfrinachedd.

Fel y soniwyd uchod, roedd y cyfweiliadau yn hyblyg, ond eto dan reolaeth, yn sgysiol eu harddull, ac yn cael eu harwain gan strwythur penagored yn seiliedig ar gwestiynau a 'themâu' a gynhyrchwyd gan y tîm gwerthuso. Budd y dull hwn yw ei fod yn rhoi cyfrif mwy craff o ganfyddiadau a phrofiadau'r cyfwelai, ac yn caniatáu i ddata annisgwyl, yn aml yn 'anarferol' ddod i'r amlwg nad oedd efallai wedi ymddangos trwy dechnegau meintiol mwy strwythuredig.

Parhaodd y cyfweiliadau am 29 munud ar gyfartaledd, yn amrywio o 14 munud i 70 munud. Cofnodwyd pob cyfweiliad yn ddigidol gyda chaniatâd y 'cyfweleion' a'u trawsgrifio'n arbenigol ac yn ddiogel gan Transcriptum Limited⁴⁰.

Dadansoddi data

Lawrlwythwyd y trawsgrifiadau gwaelodlin o Transcriptum Limited a sefydlwyd cronfa ddata o'r holl drawsgrifiadau dienw gan ddefnyddio pecyn NVivo ar gyfer dadansoddi data ansoddol, sy'n galluogi dadansoddi data cyfweiliadau sy'n cynnwys sawl

³⁹ Bydd yr ail rownd o gyfweiliadau yn digwydd yn fras 18 mis ar ôl rhoi'r ddeddfwriaeth ar waith a bydd y drydedd rownd yn digwydd tua 24 mis yn ddiweddarach (h.y. 42 mis ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth).

⁴⁰ Transcriptum Limited oedd Avonlea Services yn flaenorol.

ymchwilydd. Cynhaliwyd dadansoddiad thematig, a datblygwyd fframwaith thematig wedi'i seilio ar y data (Glaser & Strauss, 1967; Braun & Clarke, 2006).

Sicrhawyd ansawdd y codio data a'r fframwaith gan ddau aelod gwahanol o'r tîm yn gwirio codio ei gilydd a/neu'n arwain ar godio ar wahân. Helpodd y broses hon i sicrhau nad dehongliad personol un aelod o'r tîm yn unig oedd y themâu terfynol a gofnodwyd, ond eu bod yn deillio o'r data.

Yn unol ag argymhelliad Neale a West (2014), mae'r tîm ymchwil wedi osgoi meintoli'r canfyddiadau ansoddol ac eithrio mewn nifer fach o achosion lle tybiwyd ei fod yn arbennig o bwysig gwneud hynny. Yn lle, mabwysiadwyd math o led-feintoli gan ddefnyddio termau fel 'ychydig', 'sawl', 'rhai', 'llawer' a 'mwyaf' er mwyn sicrhau'r tryloywder mwyaf posibl o ran nifer y bobl sy'n rhoi ymatebion penodol neu fathau penodol o ymateb (Neale et al, 2015).

Holiadur arolwg ar-lein (h.y. arolygon trawstoriadol mynych)

Er bod cyfweiliadau ansoddol yn hynod werthfawr ar gyfer casglu data manwl gan gyfranogwyr, maent yn gyfyngedig ar sawl cyfrif. Mae cyfweiliadau yn aml yn cymryd llawer o amser a gall fod yn ddrud trawsgrifio recordiadau hir. O ganlyniad, mae maint samplau yn aml yn fach, sy'n cyfyngu ar gyffredinedd canfyddiadau ymchwil. Er mwyn helpu i fynd i'r afael â'r cyfyngiadau allweddol hyn a'u goresgyn, mae'r prosiect hwn hefyd yn cynnwys arolygon holiaduron ar-lein⁴¹, a fydd yn cael eu hailadrodd tair gwaith (h.y. gwaelodlin/cyn-cyflwyno, a 18 mis a 42 mis ar ôl cyflwyno).

Er bod arolygon ar-lein yn ddefnyddiol, yn enwedig yn yr ystyr eu bod yn fodd rhad a chyfleus o gasglu data gan samplau mawr o ymatebwyr, nid ydynt heb eu cyfyngiadau. Fel y nodwyd gan Wright (2005), mewn unrhyw gymuned rhyngwyrdd ar-lein mae 'heb os, rhai unigolion sy'n fwy tebygol nag eraill o gwblhau arolwg ar-lein'. Mae gogwydd hunan-ddethol a recriwtio sampl anghynrychioliadol yn bygwth dilysrwydd allanol canfyddiadau trwy ei gwneud hi'n anodd cyffredinoli canfyddiadau'r astudiaeth i'r boblogaeth ehangach. Mae hon yn broblem benodol i ymchwilwyr sy'n cynnal ymchwil tebygolrwydd ond yn llai o bryder i'r rhai sy'n cynnal ymchwil nad yw'n debygolrwydd ac nad ydynt yn ceisio amcangyfrif paramedrau poblogaeth (Wright, 2005).

Strategaeth samplu

Defnyddiwyd samplu cyfleustra i recriwtio yfwyr sy'n byw yng Nghymru i gwblhau'r arolwg cychwynnol ar-lein. Yn ymarferol, roedd hyn yn cynnwys hysbysebu'r arolwg ar-lein mor eang â phosibl gan ddefnyddio ein rhwydweithiau o gysylltiadau (gweler y Dull isod am fanylion pellach). Y nod oedd recriwtio gwahanol fathau o yfwr (cymedrol, peryglus a niweidiol), 18 oed neu'n hŷn nad oeddent yn derbyn cefnogaeth broffesiynol ar gyfer problemau alcohol ar hyn o bryd⁴².

⁴¹ Cynhaliwyd yr holiadur ar-lein oherwydd cyfyngiadau cyllidebol a'r costau uchel sy'n gysylltiedig â chynnal holiaduron trwy'r post, ffôn neu wyneb yn wyneb.

⁴² Mae yfwyr MHH sy'n ymwneud â gwasanaethau yn cael eu targedu ar wahân mewn contract ar wahân.

Dylunio

Datblygwyd yr arolwg holiadur ar-lein mewn Online Surveys⁴³ ac roedd ar gael yn Gymraeg ac yn Saesneg. Roedd yr holiadur yn cynnwys cyfuniad o gwestiynau caeedig (e.e. ar ddefnydd cyfredol o alcohol a chyffuriau) a chwestiynau penagored (e.e. canfyddiadau a phrofiadau o MPA) er mwyn cipio data mwy penodo; ar faterion o ddiddordeb penodol.

Trefnwyd holiadur yr arolwg yn adrannau a oedd yn cyfateb i amcanion yr ymchwil. Roedd yn cynnwys adrannau ar: demograffeg, defnyddio alcohol, defnyddio cyffuriau, ymwybyddiaeth o MPA, agweddau at MPA, paratoi ar gyfer MPA, y canlyniadau a ragwelir ac effaith MPA ar eu bywydau (e.e. ar eu defnydd o gyffuriau ac alcohol, iechyd, perthnasoedd, gwariant cartref) a bywydau'r rheini o'u cwmpas⁴⁴.

Roedd cymryd rhan yn yr arolygon yn wirfoddol ac roedd yr arolygon yn ddienw (ni ofynnwyd am wybodaeth adnabod ac ni chofnodwyd cyfeiriadau IP). Dyluniwyd holiaduron yr arolwg fel bod ymatebwyr yn gallu hepgor cwestiynau nad oeddent am eu hateb a gadael yr arolwg ar unrhyw adeg os nad oeddent am gymryd rhan mwyach. Rhoddwyd gwybodaeth fanwl i'r ymatebwyr am y prosiect ar ddechrau'r arolwg a dywedwyd wrthynt y byddai cyflwyno eu hymatebion yn cael eu cymryd fel tystiolaeth eu bod wedi cydsynio i gymryd rhan. Fe'u cynghorwyd hefyd, ar ôl clicio 'gorffen' ar ddiwedd yr arolwg, y byddai eu hymatebion yn cael eu cyflwyno ac na fyddai'n bosibl tynnu'n ôl o'r astudiaeth mwyach.

Ar ôl clicio 'gorffen' ar ddiwedd yr arolwg, ailgyfeiriwyd cyfranogwyr i arolwg cwbl newydd ac annibynnol lle cawsant gyfle i fynegi diddordeb mewn cymryd rhan yn yr astudiaeth garfan hydredol a/neu gymryd rhan yn y raffl trwy roi eu manylion cyswllt i ni (h.y. cyfeiriad e-bost). Dywedwyd wrth y cyfranogwyr na fyddai unrhyw ffordd o gysylltu eu hymatebion arolwg MPA â'u manylion cyswllt.

Dull

Dosbarthwyd dolen i'r arolwg holiadur cychwynnol yn eang trwy ein rhwydweithiau o gysylltiadau⁴⁵, ar dudalennau gwe ein prifysgolion a thrwy dudalennau a chyfrifon cyfryngau cymdeithasol y tîm gwerthuso ei hun (h.y. Facebook a Twitter). Er mwyn annog cwblhau'r arolygon a chynyddu'r gyfradd ymateb i'r eithaf, cynigiwyd cyfle i'r cyfranogwyr gymryd rhan mewn raffl am ddim i ennill talebau siopa Argos. Aeth yr arolwg yn fyw ar 15 Hydref 2019 ond cafodd ei gau rhwng 23 Tachwedd 2019 a 13 Rhagfyr yn y cyfnod cyn yr Etholiad Cyffredinol. Cafodd ei ailagor eto ar ôl yr etholiad a chaeodd ar 1 Mawrth 2020 i sicrhau bod yr holl ymatebion yn ymwneud â gweithgareddau cyn cyflwyno MPA.

Dadansoddi data

Allforiwyd data'r arolwg cychwynnol o Online Surveys yn uniongyrchol i SPSS. Adolygwyd y set ddata yn ofalus a thynnwyd ymatebwyr anghymwys allan (h.y. ymatebwyr sy'n byw y tu allan i Gymru). Dadansoddwyd ymatebion yr arolwg gan ddefnyddio SPSS, Excel a Word i hwyluso'r dadansoddiad o'r swm helaeth o ddata a

⁴³ [Gwefan Online Surveys](#)

⁴⁴ Bydd yr arolygon cyn cyflwyno ac ôl-gyflwyno yr un fath yn fras o ran y meysydd pwnc yr ymdrinnir â hwy. Bydd yr olaf, fodd bynnag, yn wahanol yn yr ystyr y byddant yn archwilio newidiadau (a chymhellion dros unrhyw newidiadau) mewn yfed ac ymddygiadau cysylltiedig ar ôl cyflwyno MPA.

⁴⁵ Er enghraifft, fe drydarodd Alcohol Change Cymru ddolenni i'r arolwg ar ein rhan.

gasglwyd. Defnyddiwyd offeryn dadansoddi Online Surveys ei hun hefyd i gefnogi dadansoddi a chyflwyno canlyniadau.

Dadansoddwyd cwestiynau caeedig a gynhyrchodd ddata meintiol gan ddefnyddio SPSS ac Excel. Cyflwynir y canlyniadau hyn yn rhifiadol gan ddefnyddio canrannau ac amleddau. Dadansoddwyd data ansoddol a gynhyrchwyd o'r cwestiynau penagored gan ddefnyddio technegau ansoddol mwy traddodiadol (e.e. nodi themâu allweddol a chwilio am ddyfyniadau i'w hegluro) gan ddefnyddio'r swyddogaethau chwilio o fewn SPSS, Excel a Word. Yn yr un modd â data ansoddol y cyfweiliad, mae meintioli canlyniadau ansoddol yr arolwg wedi'i osgoi ac eithrio mewn ychydig o achosion lle tybiwyd ei bod yn arbennig o bwysig gwneud hynny (Neale et al, 2015).

Crynodeb

Er mwyn cyflawni'r amcanion ymchwil a amlinellir yn y fanyleb a dogfennaeth arall, dyluniwyd astudiaeth hydredol yn cynnwys dwy ran: (1) astudiaeth gyfweiliad carfan hydredol, ac (2) astudiaeth arolwg trawstoriadol mynych. Cynhaliwyd cyfweiliadau gwaelodlin gyda sampl o yfwyr a gafodd eu recriwtio gan ddefnyddio pedwar dull gan gynnwys Arolwg Cenedlaethol Cymru. Er mwyn darparu gwybodaeth o sampl fawr, dosbarthwyd arolwg holiadur ar-lein yn eang ledled Cymru gan ddefnyddio ein rhwydweithiau o gysylltiadau (gan gynnwys ein Grŵp Cynghori Prosiect) a thrwy gyfryngau cymdeithasol. Defnyddiwyd cymhellion ar ffurf talebau siopa Argos i helpu i gynyddu cyfraddau ymateb i'r arolwg ac i recriwtio cyfweileion ar gyfer yr astudiaeth hydredol. Dadansoddwyd y data cychwynnol gan ddefnyddio meddalwedd briodol, a oedd yn cynnwys SPSS ar gyfer data meintiol ac NVivo ar gyfer data ansoddol.

Mae'r canfyddiadau a gyflwynir yn y penodau canlynol yn seiliedig ar ddata a gasglwyd trwy gyfweiliadau a holiaduron a gwblhawyd cyn cyflwyno MPA ym mis Mawrth 2020. Felly mae'r astudiaeth yn darparu gwaelodlin ddefnyddiol ar gyfer monitro newidiadau ar ôl eu cyflwyno. Fodd bynnag, casglodd yr astudiaeth wybodaeth hefyd am agweddau pobl tuag at, a chanfyddiadau o, ddarn o ddeddfwriaeth nad oedd wedi'i rhoi ar waith eto. Gofynnodd hefyd i bobl wneud sylwadau ar effaith bosibl MPA ar eu patrymau yfed ac ar eu bywydau yn fwy cyffredinol. Y brif broblem gyda'r agwedd hon ar yr ymchwil, fel problem yr 'Switching Study' (gweler Holloway et al., 2019), yw mai dim ond rhagfynegiadau o'r hyn a **allai** ddigwydd yn hytrach na'r hyn a **fydd** yn digwydd yw'r safbwyntiau a fynegir. Mae'n bosibl na fydd ymddygiad gwirioneddol ar ôl cyflwyno yn cyd-fynd â'r rhagfynegiadau hyn. Er bod hyn yn amlwg yn gyfyngiad ar yr astudiaeth, mae'n bwysig cofio bod dyluniad hydredol y prosiect hwn, a'r ddau bwynt adrodd dilynol, yn golygu y byddwn yn gallu monitro a fydd y rhagfynegiadau hyn yn cael eu cadarnhau gan ddigwyddiadau go iawn.

5. Samplau

Mae'r bennod hon yn crynhoi nodweddion y samplau o yfwyr a gymerodd ran yn y cam cyntaf hwn o'r gwerthusiad o effaith MPA ar y boblogaeth ehangach o yfwyr (h.y. yr astudiaeth gychwynnol, cyn-cyflwyno). Mae dau nod eang i'r bennod. Yn gyntaf, ei nod yw rhoi digon o fanylion i'r darlennydd ddeall bod y sampl yn un amrywiol sy'n cynrychioli ystod o wahanol fathau o bobl o bob rhan o Gymru sy'n 18 oed neu'n hŷn ac sy'n yfed alcohol. Yn ail, mae'n cyflwyno data sy'n ymwneud â phatrymau yfed ac ymddygiadau cysylltiedig yn ogystal â gwariant cartrefi, y gellir eu defnyddio fel gwaelodlin ar gyfer mesur unrhyw newidiadau posibl ar ôl cyflwyno. Er eglurder, mae nodweddion y sampl cyfweliad hydredol a sampl yr arolwg trawstoriadol yn cael eu cyflwyno ar wahân isod.

Sampl y cyfweliadau hydredol

Cydsyniodd pedwar deg un o yfwyr, a gafodd eu recriwtio gan ddefnyddio pedwar dull, i gymryd rhan yn yr astudiaeth gyfweliad hydredol a chymryd rhan yn y cyfweliad gwaelodlin cyn cyflwyno MPA⁴⁶. Cyflwynir nodweddion cyfweleion ar ffurf testun isod. Gellir gweld tablau i gyd-fynd â hyn yn cynnwys amledau a chanrannau yn yr Atodiad.

Mae'r rhan gyntaf yn canolbwyntio ar y math o yfwyr sy'n cael eu cynnwys yn y sampl cyfweliad. Yn ystod gweddill y bennod, lle bo hynny'n berthnasol, bydd unrhyw wahaniaethau yn nodweddion y tri math o yfwr yn cael eu harchwilio.

Patrymau yfed

Sgôr AUDIT

Roedd y sampl wedi'i rannu'n weddol gyfartal o ran eu sgôr AUDIT gydag un rhan o dair o'r sampl yn sgorio risg isel, traean arall yn risg gynyddol a'r traean sy'n weddill fel naill ai yn risg uchel neu â dibyniaeth bosibl (gweler Tabl A6). Felly, roedd cynrychiolaeth gyfartal rhwng yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol yn yr astudiaeth gyfweliad. Er nad oedd y gwahaniaeth yn ystadegol arwyddocaol, oherwydd maint celloedd isel, roedd cyfweleion a recriwtiwyd trwy'r hostel a mudiadau cysylltiedig yn fwy tebygol na chyfweleion eraill i sgorio'n uchel ar yr AUDIT a chael eu categoreiddio fel yfwyr niweidiol (gweler Tabl 5.1)

Tabl 5.1 Math o yfwr yn ôl ffynhonnell y cyfwelai

Ffynhonnell	Cymedrol	Peryglus	Niweidiol	CYFANSWM
NSW	10	7	4	21
Arolwg	1	2	1	4
Hostel	-	-	7	7
Myfyrwyr	2	4	-	6
CYFANSWM	13	13	12	38

Nodiadau: Mewn tri achos nid oedd yn bosibl cyfrifo'r sgôr AUDIT a diffinio'r math o yfwr.

⁴⁶ Cyflwynir mwy o fanylion am y broses samplu ym Mhennod 4.

Nododd pob cyfwelai ond un eu bod yn yfed o leiaf rhywfaint o alcohol gartref a dywedodd mwy na hanner y sampl eu bod yn yfed y rhan fwyaf o'u alcohol gartref neu'r cyfan ohono (n = 20). Er bod y niferoedd yn fach a'r gwahaniaethau ddim yn sylweddol⁴⁷, roedd yfwyr cymedrol yn fwy tebygol nag yfwyr peryglus a niweidiol o yfed y rhan fwyaf o'u alcohol neu'r cyfan gartref (9 o 13] o'i gymharu â 5 o 13] a 5 o 11] yn y drefn honno).

O'r rhai a oedd yn yfed alcohol gartref, roedd y mwyafrif yn prynu eu halcohol yn bersonol o naill ai archfarchnad (n = 23) neu siopau trwyddedig neu siop gyfleustra (n = 11). Archfarchnadoedd oedd y ffynhonnell o ddewis ar gyfer pob un o'r tri math o yfwr. Fodd bynnag, roedd yfwyr niweidiol a pheryglus yn fwy tebygol nag yfwyr cymedrol o brynu alcohol o siop drwyddedig neu siop gyfleustra (4 o 12] a 3 o 13] o gymharu ag 1 o 13], yn y drefn honno).

Lleoliad yfed

Cynhaliwyd y cyfweiliadau yn ystod y misoedd cyn cyflwyno MPA ar 2 Mawrth 2020 (a chyn pandemig COVID-19). Felly roedd y cyfweleion yn gallu dweud wrthym ble roeddent wedi yfed alcohol yn ystod y mis diwethaf gan gynnwys lleoedd y tu allan i'w cartrefi⁴⁸ (gweler Tabl A7). Y lleoedd mwyafrif poblogaidd i yfed alcohol oedd gartref (n = 34), ac yna tafarndai (n = 22), bwytaï (n = 17) a chartrefi pobl eraill (n = 16). Dywedodd bron i chwarter (n = 10) y sampl eu bod yn yfed yn yr awyr agored mewn mannau cyhoeddus, gyda phob un ohonynt ond un yn y categori yfwr niweidiol ac yn rhan o'r sampl 'hostel'. Cymharol ychydig o bobl a nododd eu bod yn yfed mewn clybiau nos/bariau (n = 6) neu mewn digwyddiadau (n = 4). Nododd ychydig o gyfweleion (n = 7) eu bod yn yfed mewn lleoliadau 'eraill', a oedd yn cynnwys hosteli a chlybiau cymdeithasol.

Amllder yfed alcohol

Holwyd cyfweleion ynghylch pa mor aml yr oeddent yn yfed gwahanol fathau o alcohol (gweler Tabl A8). Dywedodd pob un ond un cyfwelai ei fod yn yfed cwrw/seidr/lager⁴⁹. Roedd gwin a gwirodydd/licars hefyd yn gyffredin (n = 33). Roedd diodydd alcoholig eraill yn llai poblogaidd, er bod bron i chwarter (n = 10) yn nodi eu bod yn yfed sieri/martini. Anaml y byddai cyfweleion yn yfed alcopau a diodydd alcohol isel (n = 5).

O ran amllder yr yfed, roedd mwy na hanner (n = 24) y cyfweleion yn yfed cwrw/seidr/lager yn wythnosol o leiaf (gan gynnwys 11 a oedd yn ei yfed bob dydd neu bron bob dydd). Nododd 13 a 10 o gyfweleion eu bod yn yfed gwirodydd/licars a gwin yn aml (gweler Tabl A8).

Fel y gellid disgwyl, roedd yr yfwyr niweidiol yn sampl y cyfweiliad yn fwy tebygol na'r yfwyr peryglus a chymedrol o yfed cwrw, gwin a gwirodydd yn ddyddiol neu bron bob dydd.

⁴⁷ Hyd yn oed pan rannwyd y mathau o leoliadau yn ddau grŵp (yn yfed 50% neu lai o'u halcohol yn y cartref o'i gymharu ag yfed >50% o'u halcohol gartref).

⁴⁸ Yn ystod cyfnod cloi COVID-19, roedd lleoliadau cyhoeddus â thrwyddedau (e.e. tafarndai, clybiau a bwytaï) i gyd ar gau yng Nghymru am sawl mis.

⁴⁹ Roedd hyn yn cynnwys mathau 'cryf' o gwrw/seidr/lager yn ogystal â mathau 'cryfder arferol'. Cyfunwyd y ddau gategori gan fod atebion yr ymatebwyr yn cynnwys cwrw/seidr/lager cryfder cryf ac arferol yn eu hatebion.

Nodweddion demograffig cyfweleion

Rhyw, oedran, grŵp ethnig, statws priodasol

Roedd sampl y cyfweleiad yn cynnwys 24 o ddynion ac 17 o ferched⁵⁰ (gweler Tabl A2). Ni nodwyd unrhyw wahaniaethau rhyw arwyddocaol ymhlith y gwahanol fathau o yfwr, er bod cyfran ychydig yn uwch o fenywod yn y categori niweidiol (n = 6/12) nag yn y categorïau peryglus a chymedrol (n = 5/13 ar gyfer y ddau grŵp).

Roedd y sampl yn amrywiol o ran grŵp oedran gyda thua hanner y sampl yn 45 oed neu'n hŷn a hanner o dan 45 oed. Unwaith eto, ni ddarganfuwyd unrhyw wahaniaethau oedran arwyddocaol ymhlith y gwahanol fathau o yfwyr, er bod yfwyr cymedrol ychydig yn fwy tebygol o fod yn hŷn na'r yfwyr peryglus a niweidiol (n = 8/13 o gymharu â n = 6/13 ac n = 5/12, yn y drefn honno).

Yn debyg i boblogaeth gyffredinol Cymru⁵¹, nid oedd y sampl yn amrywiol o gwbl o ran grŵp ethnig gan fod bron pob un (n = 38) o'r rhai a gyfwelwyd yn disgrifio'u hunain fel 'Gwyn - Saesneg, Cymraeg, Albanaidd, Gogledd Iwerddon, Prydeinig', tra bod y gweddill (n = 3) yn disgrifio eu hunain fel 'Gwyn - Arall'.

Roedd tair rhan o bump o'r sampl (n = 25) mewn rhyw fath o berthynas ar adeg y cyfweleiad cychwynnol tra bod bron i chwarter (n = 11) yn sengl. Roedd y gweddill naill ai wedi'u gwahanu, wedi ysgaru neu'n weddw (n = 5 gyda'i gilydd). Er nad oedd y gwahaniaeth yn ddibynadwy yn ystadegol oherwydd maint celloedd bach, roedd yfwyr cymedrol a pheryglus lawer mwy tebygol nag yfwyr niweidiol o fod mewn perthynas ar adeg y cyfweleiad (11/13, 10/13 a 4/12, yn y drefn honno).

Roedd mwyafrif y cyfweleion yn byw mewn cartrefi heb blant. Fodd bynnag, roedd chwarter y cyfweleion yn byw ar aelwyd gydag o leiaf un plentyn o dan 18 oed (n = 10), gan gynnwys un cyfwelai yn byw gyda thri o blant a phedwar cyfwelai yn byw gyda dau o blant. Nododd niferoedd cyfartal o yfwyr cymedrol a pheryglus (n = 5) eu bod yn byw mewn cartrefi â phlant o dan 18 oed. Fodd bynnag, nid dyna oedd y sefyllfa gydag unrhyw un o'r yfwyr niweidiol.

Addysg, cyflogaeth a hyfforddiant

Roedd y sampl o gyfweleion yn cynnwys pobl â chymysgedd o wahanol fathau o gyrhaeddiad addysgol yn amrywio o bobl heb unrhyw gymwysterau (n = 2) i bobl â chymwysterau Lefel 7 (ôl-raddedig) (n = 4) (gweler Tabl A3). Roedd gan hanner y sampl gymwysterau ar Lefel 3 neu'n is tra bod gan yr hanner arall gymwysterau ar Lefel 4 neu'n uwch. Roedd yfwyr cymedrol yn amrywiol o ran eu cyrhaeddiad addysgol ac yn cynnwys pobl â chymwysterau lefel mynediad hyd at bobl â graddau ôl-raddedig Lefel 7. Nododd pob yfwr peryglus gymwysterau Lefel 3 o leiaf, gyda'r mwyafrif â Lefel 6 neu'n uwch (n = 7). Nododd ychydig o yfwyr niweidiol gymwysterau Lefel 6 (n = 3), ond nododd y mwyafrif Lefel 3 neu'n is (n = 8).

⁵⁰ Roedd dynion yn fwy tebygol na menywod o gael eu recriwtio trwy'r NSW (14 o'i gymharu â 7) a thrwy sefydliadau'r trydydd sector (7 o'i gymharu â 3). Er bod y niferoedd yn fach, recriwtiwyd mwy o fenywod na dynion trwy'r arolwg ar-lein (3 o'i gymharu ag 1) a thrwy'r ddwy brifysgol (4 o'i gymharu â 2).

⁵¹ Yn ôl [StatsCymru](https://www.statscymru.gov.uk/), mae 6% o boblogaeth Cymru yn cael eu categorio fel Ethnigrwydd Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd.

O ran statws cyflogaeth, roedd y sampl yn cynnwys cymysgedd o wahanol fathau o bobl yn amrywio o bobl a oedd yn ddi-waith ac nad oeddent yn chwilio am waith (n = 7) i fyfyrwyr amser llawn (n = 8), pobl yn gweithio'n llawn amser (n = 9) a phobl a oedd wedi ymddeol o'u gwaith (n = 7) (gweler Tabl A3). Roedd yfwyr cymedrol a pheryglus lawer mwy tebygol nag yfwyr niweidiol o nodi eu bod mewn cyflogaeth amser llawn neu ran-amser (54% a 38% o gymharu â 17%). Roedd hanner yr holl yfwyr niweidiol yn ddi-waith ac nid oeddent yn chwilio am waith (n = 6).

Statws ariannol

Roedd statws ariannol cyfweleion hefyd yn amrywiol ac yn cynnwys pobl yn ennill llai na £5,200⁵² hyd at bobl sy'n ennill mwy na £52,000 y flwyddyn (gweler Tabl A4). Roedd ychydig dros chwarter y cyfweleion (n = 10) ar fudd-daliadau adeg y cyfweiliad gan gynnwys chwech yn derbyn Credyd Cynhwysol a phedwar yn derbyn Lwfans Cyflogaeth a Chymorth⁵³. Roedd yfwyr niweidiol yn fwy tebygol nag yfwyr cymedrol a pheryglus o nodi eu bod yn derbyn budd-daliadau adeg y cyfweiliad (6/12 o gymharu â 0/13 ac 1/13, yn y drefn honno)⁵⁴. Mewn gwirionedd, ni nododd unrhyw yfwyr cymedrol⁵⁵ a dim ond un yfwr peryglus eu bod yn derbyn budd-daliadau ar hyn o bryd.

Pan ofynnwyd iddynt pa mor dda yr oeddent yn ymdopi yn nhermau ariannol, dywedodd ychydig dros hanner eu bod yn ymdopi naill ai'n eithaf da neu'n dda iawn tra nododd ychydig dros chwarter nad oeddent yn ymdopi'n dda. Roedd pawb a nododd nad oeddent yn ymdopi o gwbl yn yfwyr niweidiol ac roedd pob un o'r rhai nad oeddent yn ymdopi'n dda naill ai'n yfwyr peryglus neu'n niweidiol.

Ardal ddaearyddol

Recriwtiwyd y sampl o ystod eang o ardaloedd Awdurdodau Lleol ledled Cymru ac roedd yn cynnwys pobl sy'n byw mewn chwech o saith ardal Bwrdd Iechyd Cymru⁵⁶ (gweler Tabl A5). Cynrychiolwyd rhai ardaloedd Awdurdod Lleol yn fwy nag eraill. Er enghraifft, roedd tua chwarter (n = 11) y sampl yn byw yng Nghaerdydd tra mai dim ond un cyfwelai oedd yn byw ym mhob un o ardaloedd Torfaen, Caerffili, Sir y Fflint a Chonwy. Esbonnir gorgynrychiolaeth Caerdydd i raddau helaeth trwy gynnwys saith unigolyn a gafodd eu recriwtio o hostel yng nghanol y ddinas. Heb y saith cyfwelai hyn, mae'r ardaloedd yn cael eu cynrychioli'n fwy cyfartal.

Rhannwyd y sampl yn weddol gyfartal o ran cyfran y cyfweleion sy'n byw mewn ardaloedd trefol a gwledig (n = 16 o gymharu â n = 17) (gweler Tabl A5). Disgrifiodd yr wyth cyfwelai arall eu hardal leol fel maestrefol. Roedd yfwyr niweidiol lawer mwy tebygol nag yfwyr cymedrol a pheryglus o fod yn byw mewn ardaloedd trefol ar adeg y cyfweiliad (9/12 o gymharu â 3/13 ac 1/13, yn y drefn honno). Roedd yfwyr cymedrol, mewn cyferbyniad, lawer mwy tebygol nag yfwyr peryglus a niweidiol o fod yn byw mewn ardaloedd gwledig (9/13 o gymharu â 5/13 a 3/12, yn y drefn honno).

⁵² Roedd y rhai a gyfwelwyd sy'n ennill llai na £5,200 oll yn ddigartref ac wedi'u recriwtio trwy hostel canol y ddinas.

⁵³ Mewn ymateb i'r cwestiwn hwn ar fudd-daliadau, nododd tri chyfwelai arall, pob un yn y grŵp oedran 65-74, eu bod yn derbyn pensiwn y wladwriaeth.

⁵⁴ Cafodd tri yfwr eu heithrio o'r dadansoddiad hwn oherwydd diffyg data AUDIT.

⁵⁵ Dylid nodi bod 2 yfwr cymedrol wedi ticio'r ateb 'mae'n well gen i beidio â dweud' i'r cwestiwn hwn.

⁵⁶ Yr unig ardal na chynrychiolir yn yr astudiaeth yw Bwrdd Iechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg.

Roedd sampl y cyfweleion yn cynnwys pobl sy'n byw mewn ystod o wahanol fathau o lety gan gynnwys: perchnogion tai â morgeisi (n = 10), perchnogion tai heb forgeisiau (n = 9), rhentwyr preifat (n = 8), pobl sy'n byw gyda theulu a ffrindiau (n = 4), pobl sy'n byw mewn hosteli neu lety â chymorth (n = 8), rhentwyr cymdeithasol/cyngor (n = 1), ac un person a oedd yn ddigartref ar y stryd. Roedd pawb a oedd yn ddigartref ar y stryd neu'n byw mewn hostel neu lety arall â chymorth ar adeg y cyfweliad yn y categori yfwyr niweidiol. Roedd yfwyr cymedrol a pheryglus yn fwy tebygol o fod yn berchnogion tai naill ai gyda morgais neu hebddo (8/13 a 7/13, yn y drefn honno).

Mae ymchwil flaenorol wedi rhagweld bod pobl sy'n byw mewn hosteli ac ar y stryd yn fwy tebygol nag yfwyr eraill o gael eu heffeithio'n andwyol gan MPA (Holloway et al, 2019). Felly mae cynnwys pobl sy'n byw mewn amgylchiadau mor ansicr yn bwysig i unrhyw werthusiad o MPA.

Ansawdd bywyd

Cafodd pedwar cwestiwn yn cofnodi gwahanol agweddau ar ansawdd bywyd eu cynnwys yn yr arolwg cyn cyfweliad⁵⁷. Mynegodd mwyafrif y cyfweleion lefelau uchel o foddhad â'u bywydau (n = 29) ac roedd yr un nifer yn teimlo bod y pethau yr oeddent yn eu gwneud mewn bywyd yn werth chweil (n = 29) (gweler Tabl A9). Pan ofynnwyd iddynt pa mor hapus oeddent ddoe, mynegodd bron i ddwy ran o dair (n = 26) sgoriau uchel a nododd tua hanner (n = 19) fod ganddynt lefelau isel o bryder ddoe. Fodd bynnag, er ei bod yn ymddangos bod gan lawer o'r cyfweleion ansawdd bywyd da (yn seiliedig ar y pedwar mesur hyn), roedd lleiafrif sylweddol yn llawer llai ffodus. Yn wir, nododd pum cyfwelai lefelau isel o foddhad, ac nid oedd saith o'r farn bod y pethau yr oeddent yn eu gwneud yn werth chweil. Ar ben hynny, nododd pedwar cyfwelai nad oeddent yn hapus ddoe a disgrifiodd tua hanner fod ganddynt bryderon canolog (n = 8) neu uchel (n = 12) ddoe.

Dangosodd dadansoddiad o amrywiadau yn ôl math o yfwr, ar gyfer pob mesur ansawdd bywyd, bod yfwyr niweidiol yn fwy tebygol nag yfwyr cymedrol a pheryglus o sgorio'n wael. Roedd y gwahaniaethau yn arbennig o amlwg o ran y cwestiwn yn gofyn iddyn nhw a oeddent nhw'n teimlo bod y pethau maen nhw'n eu gwneud mewn bywyd yn werth chweil. Nododd mwy na hanner yr (7/12) yfwyr niweidiol lefelau isel o gytundeb â'r datganiad hwn o'i gymharu â dim yfwyr cymedrol na pheryglus. Canfuwyd patrwm tebyg o ran boddhad bywyd gyda 5 allan o 12 o'r yfwyr niweidiol yn nodi lefelau isel o foddhad o gymharu â dim un o'r ddau grŵp arall.

Gwariant y cartref

Rhan bwysig o'r rhan hon o'r gwerthusiad isafbrisio yw archwilio effaith MPA ar gyllidebau cartrefi ac archwilio a yw yfwyr yn newid eu patrymau gwariant o ganlyniad i brisiau uwch alcohol. Felly gofynnwyd i'r cyfweleion ddarparu manylion faint o arian, ar gyfartaledd, roeddent yn ei wario ar wahanol gostau cartref bob wythnos cyn cyflwyno MPA (gweler Tabl A10). Mae'r wybodaeth hon yn darparu

⁵⁷ Roedd y mesurau ansawdd bywyd yn seiliedig ar y rhai a ddefnyddiwyd yn y [Rhaglen Mesur Lies Genedlaethol - Ansawdd Bywyd yn y DU 2018](#).

gwaelodlin ddefnyddiol i gymharu gwariant â hi yn y blynyddoedd ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth.

Nid yw'n syndod efallai, y nododd y rhai a gyfwelwyd eu bod yn gwario'r rhan fwyaf o arian ar lety bob wythnos (£120.69 ar gyfartaledd, yn amrywio o £5- £500, gwriad safonol o £109.08). Dilynwyd hyn gan filiau cartref (£81.41) a bwyd o siopau (£57.38). Roedd gwariant ar alcohol o siopau, ar gyfartaledd, yn £36.55 yr wythnos, a oedd yn ail yn unig i lety o ran yr ystod eang o amrywiad ymhlith y cyfweleion (£1 i £359 yr wythnos).

Ni ddaeth unrhyw wahaniaethau arwyddocaol i'r amlwg rhwng y tri math o yfwr (MHH) o ran cyfanswm gwariant wythnosol, er bod yfwyr niweidiol wedi nodi costau cryn dipyn yn is nag yfwyr peryglus a niweidiol (£254 o'i gymharu â £409 a £422, yn y drefn honno). Nid yw'n syndod, efallai, bod yfwyr niweidiol yn gwario llawer mwy⁵⁸ o arian nag yfwyr peryglus a chymedrol ar alcohol bob wythnos (£73 o'i gymharu â £13 a £10, yn y drefn honno).

Crynodeb o'r cyfweleion

Yn yr adran hon cyflwynir nodweddion y sampl cyfweliad hydredol. Y nod oedd rhoi syniad i ddarllenwyr o'r math o bobl a fydd yn cael eu holrhain yn ystod y cyfnod gwerthuso. Yn ddefnyddiol, mae'r sampl yn cynnwys ystod eang o wahanol fathau o bobl gan gynnwys: dynion a menywod, hen ac ifanc, digartref ar y stryd a pherchnogion tai, enillwyr incwm uchel ac enillwyr incwm isel yn ogystal â niferoedd tebyg o yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol. Mantis cael sampl mor amrywiol yw ei fod yn rhoi cyfle i archwilio effaith MPA ar wahanol fathau o bobl⁵⁹.

Nododd dadansoddiad pellach o'r sampl amrywiadau pwysig ymhlith y tri math gwahanol o yfwr a gafodd eu categoreiddio fel cymedrol, peryglus neu niweidiol ar sail eu sgorau AUDIT. Er bod cyfrannau tebyg o ddynion a menywod ym mhob categori o yfwr, roedd gwahaniaethau allweddol o ran nodweddion allweddol gan gynnwys: cyflogaeth, cyrhaeddiad addysgol, incwm cartref, gwariant cartref, statws priodasol, statws tai ac ansawdd bywyd. Roedd yfwyr niweidiol yn fwy tebygol nag yfwyr eraill o: bod yn ddi-waith, wedi cyflawni cymwysterau lefel is, ennill llai o arian, gwario mwy o arian bob wythnos ar alcohol, bod yn sengl, byw mewn llety ansefydlog, a chael ansawdd bywyd isel.

Sampl arolwg yr holiadur trawstoriadol

Cwblhaodd cant saith deg naw o yfwyr yr arolwg holiadur trawstoriadol cychwynnol. Fel y nodwyd ym Mhennod 4, recriwtiwyd ymatebwyr yr arolwg trwy ein rhwydweithiau o gysylltiadau a thrwy gyfryngau cymdeithasol. Er na chyrhaeddwyd y

⁵⁸ Prawf ANOVA, $f=4.343$, $df = 2$, $p=0.22$.

⁵⁹ Oherwydd absenoldeb unrhyw grwpiau lleiafrifol ethnig yn y sampl, ni fydd yn bosibl archwilio amrywiad yn ôl grŵp ethnig. Mae hwn yn gyfyngiad pwysig nad oeddem yn gallu mynd i'r afael ag ef oherwydd nad oedd gwybodaeth am grŵp ethnig ar gael i ni ei defnyddio yn y ffrâm samplu.

nod 250 o ymatebwyr (hyd yn oed trwy ddefnyddio cymhellion)⁶⁰, mae'n bosibl y byddai'r sampl sy'n deillio o hyn yn cael ei ystyried yn sampl fawr ar gyfer holiadur hir a oedd yn ceisio gwybodaeth ansoddol fanwl am yr hyn a allai, i rai, fod yn fater sensitif. Yn wir, nododd un ymatebydd i'r arolwg:

'Mae hon yn astudiaeth eithaf manwl - gallai fod yn gofyn llawer i gael pobl i'w llenwi (o ystyried rhychwantu sylw cyfredol ac ati)' (Ymatebydd yr arolwg, 163. Gwryw, risg isel, hunangyflogedig)

Cyflwynir nodweddion ymatebwyr yr arolwg ar ffurf testun isod. Gellir gweld tablau i gyd-fynd â hyn yn yr Atodiad.

Nodweddion demograffig

Rhyw, oedran, grŵp ethnig, statws priodasol

Roedd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg yn fenywod (75%) ac roedd chwarter yn ddynion (24%) (gweler Tabl A11). Disgrifiodd un ymatebydd ei hun fel 'arall'. Mae gor-gynrychiolaeth menywod yn sampl yr arolwg yn bwysig ac mae angen ei cadw hyn mewn cof wrth ddod i gasgliadau ar sail y canfyddiadau.

Fel sampl y cyfweiliad, roedd sampl yr arolwg yn amrywiol o ran oedran gyda mwy nag un rhan o bump (23%) o'r ymatebwyr 45 oed neu'n hŷn, un rhan o bump (20%) rhwng 35 a 44 oed, mwy na chwarter (28%) rhwng 25 a 34 oed, a bron i draean (31%) rhwng 18 a 24 oed (gweler Tabl A11).

Yn wahanol i sampl y cyfweiliad, roedd sampl yr arolwg yn cynnwys ymatebwyr o ystod o grwpiau ethnig (gweler Tabl A11). Fodd bynnag, ni ellir ystyried bod y sampl yn arbennig o amrywiol yn nhermau grwpiau ethnig gan fod y mwyafrif (88%) wedi diffinio eu hunain fel Gwyn - Saesneg, Albanaidd, Cymraeg, Gogledd Iwerddon, Prydeinig. Serch hynny, roedd y sampl yn cynnwys nifer fach o ymatebwyr o grwpiau lleiafrifoedd ethnig gan gynnwys: Gwyn - Gwyddelig, Gwyn - Sipsiwn neu Deithiwr Gwyddelig, Gwyn - Arall, Cymysg - Caribïaidd Gwyn a Du, Cymysg - Gwyn a Du Affricanaidd a Du Affricanaidd.

Roedd dwy ran o dair o'r sampl (67%) mewn rhyw fath o berthynas ar adeg cwblhau'r arolwg cychwynnol tra bod mwy na chwarter (29%) yn sengl (gweler Tabl A11). Roedd y gweddill naill ai wedi gwahanu, wedi ysgaru, yn weddw (5%) neu'n well ganddynt beidio â datgelu eu statws priodasol (1%). Roedd tua thair rhan o bump o ymatebwyr yr arolwg yn byw mewn cartref heb unrhyw blant (61%) tra bod y 39 y cant arall yn byw mewn cartrefi ag naill ai un neu ddau o blant gan gynnwys wyth y cant a oedd yn byw mewn cartrefi ag o leiaf dri o blant (gweler Tabl A11).

Addysg, cyflogaeth a hyfforddiant

Roedd sampl yr arolwg yn cynnwys pobl â chymysgedd o wahanol fathau o gyrhaeddiad addysgol. Roedd hyn yn amrywio o bobl â chymwysterau lefel mynediad (3%) i bobl â chymwysterau Lefel 8 (lefel doethuriaeth) (3%) (gweler Tabl A12). Roedd gan bron i hanner y sampl gymwysterau Lefel 4 neu is (47%), a oedd

⁶⁰ Mae'n bwysig nodi hefyd y bu cyfnod o ymyrraeth yn ystod cam gwaith maes yr ymchwiliad pan fu'n rhaid cau'r arolwg yn y cyfnod cyn yr etholiad cyffredinol.

yn cynnwys 32 y cant â chymwysterau Lefel 3. Roedd gan bron i un rhan o bump (19%) o'r sampl gymwysterau lefel graddedig ar Lefel 7 neu'n uwch.

O ran statws cyflogaeth, unwaith eto, roedd y sampl yn gymysg ac yn cynnwys pobl a oedd mewn gwaith â thâl amser llawn (29%) yn ogystal â phobl a oedd wedi ymddeol (2%), yn ddi-waith ac nad oeddent yn chwilio am waith (2%) a phobl a oedd yn gofalu am y cartref a'r teulu (1%). Er bod y sampl yn amrywiol o ran statws cyflogaeth mae'n bwysig nodi bod y sampl wedi'i phwysoli'n drwm o blaid myfyrwyr a phobl mewn addysg amser llawn (49%). Gall y gor-bwysoli hwn o fyfyrwyr fod yn ganlyniad i hysbysebu'r arolwg yn llwyddiannus yn ein sefydliadau academiaidd a thrwy ein rhwydweithiau academiaidd ar gyfryngau cymdeithasol. Yn yr un modd â gor-gynrychiolaeth menywod, mae'r nifer fawr o fyfyrwyr yn y sampl yn golygu bod yn rhaid bod yn ofalus wrth gyffredinolï canfyddiadau'r arolwg⁶¹.

Statws ariannol

Roedd statws ariannol ymatebwyr ein harolwg yn amrywio ac yn cynnwys pobl sy'n ennill llai na £5,199 y flwyddyn (11%) yn ogystal â phobl yn ennill dros £52,000 (13%) (gweler Tabl A13). Nid yw'n syndod efallai, bod pobl ddi-waith yn fwy tebygol na'r rheini mewn categorïau 'cyflogaeth' eraill o nodi eu bod yn ennill y lefelau incwm isaf. Fodd bynnag, nododd myfyrwyr mewn addysg amser llawn a gweithwyr rhan-amser lefelau incwm llawer is na'r rheini mewn cyflogaeth amser llawn a hunangyflogaeth.

Nid oedd y mwyafrif o bobl yn derbyn budd-daliadau ar adeg cwblhau'r arolwg er bod 17 y cant yn derbyn budd-daliadau gan gynnwys chwech y cant a oedd yn derbyn Credyd Cynhwysol. Pan ofynnwyd iddynt pa mor dda yr oeddent yn ymdopi'n ariannol, nododd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn ymdopi'n eithaf da (50%) neu'n dda iawn (10%). Mynegodd ychydig dros un rhan o bump ateb niwtral tra nododd 12 y cant nad oeddent yn ymdopi'n dda a chwech y cant ddim yn ymdopi o gwbl.

Ardal ddaearyddol

Roedd ymatebwyr yr arolwg yn byw mewn ystod o leoliadau ledled Cymru ar adeg cwblhau'r arolwg cychwynnol (gweler Tabl A14). Cynrychiolwyd un deg naw o'r 22 ardal Awdurdod Lleol yng Nghymru yn yr arolwg gyda'r cyfrannau mwyaf yn preswylïo yn Wrecsam (29%), Rhondda Cynon Taf (RCT) (14%) a Chaerdydd (13%). Mae'r dosbarthiad hwn yn adlewyrchu'r ffaith bod bron i hanner yr ymatebwyr yn fyfyrwyr a gafodd eu recriwtio trwy ddwy brifysgol (un wedi'i lleoli yn Wrecsam ac un yn RCT gyda champws ychwanegol yng Nghaerdydd). Er na chynrychiolwyd pob ardal Awdurdod Lleol, roedd pob un o saith ardal y Bwrdd Iechyd wedi'u cynrychioli yn yr astudiaeth.

Rhannwyd y sampl yn weddol gyfartal o ran y math o ardal yr oeddent yn byw ynddi (gweler Tabl A14). Roedd bron i hanner yr ymatebwyr yn byw mewn ardaloedd gwledig (47%) tra bod y gweddill yn byw naill ai mewn ardaloedd trefol (27%) neu faestrefol (26%). O ran statws tai, roedd y sampl o ymatebwyr yn gymysg ac yn

⁶¹ Trafodir goblygiadau (a'n cynllun ar gyfer ymateb i) or-gynrychiolaeth menywod a myfyrwyr yn sampl yr arolwg ar gyfer y gwerthusiad ym Mhennod 12.

cynnwys pobl yn byw yn eu cartrefi eu hunain heb forgeisiau (7%), pobl yn byw mewn hosteli neu lety â chymorth (6%) ac un person a oedd yn ddigartref ar y stryd. Y statws a nodwyd amlaf oedd 'perchennog cartref - gyda morgais' (28%) ac yna 'rhentu - preifat' (23%) a 'rhentu - cymdeithasol/cyngor' (16%).

Patrymau yfed

Sgôr AUDIT

Yn wahanol i'r sampl o gyfweleion a oedd â dosbarthiad cyfartal o fath yfwr, roedd yfwyr cymedrol yn cael eu cynrychioli mwy ymhlith ymatebwyr yr arolwg. Ar sail eu sgoriau AUDIT, roedd tua hanner y sampl (52%) yn y categori 'risg is' a gellid eu hystyried yn yfwyr 'cymedrol' (Tabl A15). Mesurwyd bod mwy na thraean (36%) mewn 'risg gynyddol' neu'n 'yfwyr peryglus', ac roedd y gweddill (12%) yn y categori 'risg uwch' ac yn cael eu hystyried yn yfwyr 'niweidiol'.

Yfed gartref

Oherwydd bod yr arolwg wedi'i gwblhau cyn cyfnod cloi COVID-19, roedd ymatebwyr yn gallu myfyrio ar y gwahanol leoliadau lle roeddent fel arfer yn yfed alcohol. Pan ofynnwyd yn fras faint o gyfanswm eu halcohol yr oeddent yn ei yfed gartref, roedd yr ymatebion yn gymysg. Ychydig o ymatebwyr oedd yn yfed eu *holl* alcohol gartref (6%) ac ychydig oedd yn yfed *ddim* o'u alcohol gartref (14%). Roedd mwyafrif yr ymatebwyr naill ai'b yfed y rhan fwyaf ohono (32%) neu rywffaint ohono gartref (32%).

Gofynnwyd i'r rhai a oedd yn yfed o leiaf rhywfaint o alcohol gartref ble roeddent fel arfer yn prynu eu halcohol. Dywedodd tri chwarter eu bod wedi prynu eu halcohol yn bersonol o archfarchnad. Y ffynhonnell nesaf fwyaf cyffredin oedd siop drwyddedig neu siop gyfleustra (15%) ac yna archfarchnadoedd ar-lein (6%). Ychydig o ymatebwyr a brynodd eu halcohol dramor/di-doll, o orsaf betrol, gwasanaeth cludo neu drwy ffynonellau ar-lein eraill (e.e. Amazon).

Lleoliad yfed

Fel y nodwyd uchod, cwblhawyd holiaduron yr arolwg cyn cyflwyno MPA a chyn i bandemig COVID-19 arwain at y cyfnod cloi. Felly, pan ofynnwyd iddynt am y lleoliadau lle roeddent wedi yfed alcohol yn ystod y mis diwethaf, roedd atebion yr ymatebwyr yn cynnwys lleoliadau y tu allan i'w cartrefi (gweler Tabl A16). Y lleoliad a adroddwyd amlaf oedd 'gartref', a adroddwyd gan 62 y cant o'r ymatebwyr. Dilynwyd hyn gan 'mewn tafarndai' (55%), 'mewn bwytaï' (43%), 'yng nghartrefi pobl eraill' (36%), 'mewn clybiau nos/bariau' (30%) ac 'mewn digwyddiadau' (22 %). Dim ond nifer fach o bobl a nododd eu bod yn yfed y tu allan mewn man cyhoeddus (5%).

Amllder yfed alcohol

Holwyd cyfweleion ynghylch pa mor aml yr oeddent yn yfed gwahanol fathau o alcohol (gweler Tabl A17a). Y math mwyaf cyffredin o alcohol oedd cwrw/seidr/lager⁶² ac yna gwin a gwirodydd (fodca yn amlaf ond hefyd gin, whisgi, rym, a bwrbon), a oedd yn cael eu hyfed gan oddeutu 80 y cant o'r ymatebwyr. Roedd gwin hefyd yn boblogaidd ymhlith ymatebwyr yr arolwg (73%). Roedd mathau

⁶² Roedd hyn yn cynnwys ffurfiau 'cryf' o gwrw/seidr/lager yn ogystal â ffurflenni 'cryfder arferol'. Cyfunwyd y ddau gategori gan fod atebion yr ymatebwyr yn cynnwys cwrw/seidr/lager cryfder cryf ac arferol yn eu hatebion.

eraill o alcohol yn llawer llai poblogaidd ac yn cael eu hyfed gan lai na chwarter y sampl.

O ran amllder yfed, dim ond cyfran fach o'r ymatebwyr a nododd eu bod yn yfed unrhyw fath o alcohol bob dydd neu bron bob dydd. Roedd yfed afreolaidd (h.y. llai nag unwaith y mis) yn fwy cyffredin nag yfed bob mis, wythnos neu ddiwrnod/bron bob dydd ar gyfer pob math o ddiod (gweler Tabl A17b). Y rhai sy'n yfed gwin (34%) a chwrw/seidr/lager (32%) oedd yn sôn amlaf am yfed bob wythnos neu'n fwy rheolaidd.

Defnyddio cyffuriau anghyfreithlon

Er mwyn creu gwaelodlin i archwilio unrhyw newid mawr posibl ar ôl cyflwyno MPA, cafodd cwestiynau ar ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon eu cynnwys yn yr arolwg cyn cyflwyno. Cyflwynir y canlyniadau cychwynnol yn Nhabl A18.

Er nad oedd y defnydd cyfredol o gyffuriau anghyfreithlon yn gyffredin ymhlith ymatebwyr yr arolwg, roedd y sampl yn cynnwys llawer o bobl â hanes o ddefnyddio ystod o wahanol fathau o gyffuriau. Yn wir, nododd ychydig dan hanner yr holl ymatebwyr i'r arolwg hanes o ddefnyddio canabis (46%). Yn y rhan fwyaf o achosion, roedd hyn wedi bod fwy na blwyddyn yn ôl (27%) yn hytrach nag yn fwy diweddar. Roedd gan ychydig dros un rhan o bump o'r ymatebwyr hanes o ddefnyddio powdr cocên (22%) tra bod ychydig llai nag un rhan o bump o'r ymatebwyr (17%) wedi nodi eu bod yn defnyddio ecstasi ac amffetaminau. Roedd cetamin, ocsid nitraidd, madarch hud a LSD wedi cael ei ddefnyddio gan ychydig dros 10 y cant o'r ymatebwyr. Prin oedd y defnydd o sylweddau anghyfreithlon eraill gyda llai nag un rhan o ddeg o ymatebwyr yr arolwg yn nodi hyn.

Hanes triniaeth

Er bod y prosiect hwn yn canolbwyntio ar y boblogaeth ehangach o yfwyr yng Nghymru, roedd ein dulliau recriwtio yn golygu ei bod yn dal yn bosibl i yfwyr sy'n cael triniaeth ar hyn o bryd gwblhau'r arolwg ar-lein. Pan ofynnwyd iddynt am eu hanes triniaeth, nododd tri ymatebydd eu bod yn derbyn triniaeth ar gyfer problemau alcohol ar hyn o bryd (gweler Tabl A19). Ni nododd yr un ohonynt hanes o driniaeth cyffuriau, er bod saith wedi derbyn triniaeth cyffuriau ar ryw adeg yn y gorffennol.

Ansawdd bywyd

Cafodd pedwar cwestiwn yn cofnodi gwahanol agweddau ar ansawdd bywyd⁶³ eu cynnwys yn yr arolwg (gweler Tabl A20). Mynegodd mwyafrif y cyfweleion lefelau uchel o foddhad â'u bywydau ac roedd cyfran debyg yn teimlo bod y pethau yr oeddent yn gwneud mewn bywyd yn werth chweil. Pan ofynnwyd iddynt pa mor hapus oeddent ddoe, mynegodd bron i ddwy ran o dair sgoriau uchel a nododd tua hanner eu bod wedi teimlo'n bryderus ddoe. Fodd bynnag, er ei bod yn ymddangos bod gan lawer o'r cyfweleion ansawdd bywyd da (yn seiliedig ar y pedwar mesur hyn), roedd lleiafrif sylweddol yn llawer llai ffodus. Yn wir, roedd gan 12 y cant lefelau

⁶³ Defnyddiwyd yr un mesurau ar gyfer asesu ansawdd bywyd ymhlith y rhai a gyfwelwyd ac roeddent yn seiliedig ar y Rhaglen Mesur Lles Cenedlaethol.

isel o foddhad, ac nid oedd cyfran debyg (11%) yn credu bod y pethau yr oeddent yn eu gwneud yn werth chweil. Ar ben hynny, nododd un rhan o bump o'r ymatebwyr nad oeddent yn hapus ddoe a dywedodd dros hanner fod ganddynt lefelau pryder canolig (28%) neu uchel (33%) ddoe.

Gwariant y cartref

Rhan bwysig o'r gwerthusiad yw archwilio effaith MPA ar gyllidebau cartrefi. Felly gofynnwyd i ymatebwyr yr arolwg ddarparu manylion ar faint o arian roeddent yn ei wario ar wahanol gostau cartref bob wythnos cyn cyflwyno MPA (gweler Tabl A21a ac A21b). Mae'r wybodaeth hon yn darparu gwaelodlin i gymharu gwariant â hi yn y blynyddoedd ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth⁶⁴. Yn ddealladwy efallai, nododd y rhai a gyfwelwyd eu bod yn gwario'r rhan fwyaf o arian ar lety bob wythnos (cymedr o £112.40, yn amrywio o £0- £ 1000, gwyriad safonol £147.51). Yn dilyn hyn, roedd gwariant ar filiau cartrefi (£70.93) a bwyd (£53.92). Ymhlith y rhai a oedd yn gwario arian ar alcohol, roedd y gwariant wythnosol yn amrywio, ar gyfartaledd, o £1 i £200 (gwyriad safonol o £10.67).

Crynodeb o'r ymatebion i'r arolwg

Yn yr adran hon cyflwynir nodweddion y sampl arolwg trawstoriadol. Y nod oedd cynhyrchu gwybodaeth sylfaenol am batrymau yfed, ymddygiadau cysylltiedig ag alcohol a gwariant cartrefi y gellir eu defnyddio i fesur newid ar ôl cyflwyno MPA. Yn ddefnyddiol, mae'r sampl yn cynnwys ystod eang o wahanol fathau o yfwyr o bob rhan o Ardaloedd Bwrdd Iechyd Cymru. Er y gellid ystyried bod y sampl yn amrywiol mewn nifer o ffyrdd (e.e. statws priodasol, statws cyflogaeth, cyrhaeddiad addysgol ac incwm cartref), rhaid nodi nad oedd dosbarthiad yr ymatebwyr ar draws y categorïau bob amser yn gyfartal. Er enghraifft, roedd menywod a myfyrwyr yn cael eu cynrychioli'n fwy na'u cymheiriaid gan eu bod hefyd yn yfwyr cymedrol (risg is). Mae gor-gynrychiolaeth y grwpiau hyn yn golygu bod yn rhaid bod yn ofalus wrth gyffredinolï ar sail canfyddiadau'r arolwg. Yn bwysig, mae'r sampl yn cynnwys pobl sydd â hanes o ddefnyddio cyffuriau yn anghyfreithlon, er bod y mwyafrif o'r rhain yn ddefnyddwyr canabis yn hytrach na defnyddwyr sylweddau anghyfreithlon eraill.

Crynodeb

Yn y bennod hon, darparwyd gwybodaeth fanwl am nodweddion y sampl cyfweld hydredol a'r sampl arolwg trawstoriadol. Y pwyntiau allweddol i'w cymryd o'r bennod hon yw bod y ddau sampl yn cynnwys yfwyr o bob rhan o Gymru sy'n amrywio o ran eu nodweddion cymdeithasol-ddemograffig, patrymau yfed, ansawdd bywyd canfyddiedig, defnydd anghyfreithlon o gyffuriau, ac incwm a gwariant cartrefi. Y prif gyfyngiadau, fodd bynnag, yw nad yw grwpiau lleiafrifoedd ethnig yn cael eu cynrychioli'n dda yn y naill sampl na'r llall a bod rhai grwpiau'n cael eu cynrychioli'n fwy yn sampl yr arolwg nag eraill. Er bod y bennod hon wedi canolbwyntio ar y data

⁶⁴ O ystyried natur drawstoriadol yr arolygon ailadroddus, rhaid bod yn ofalus wrth drin unrhyw gymhariaeth o wariant a dim ond arwydd o lefelau gwariant ymhlith y boblogaeth gyffredinol o yfwyr yng Nghymru.

meintiol a ddarparwyd gan y cyfweleion ac ymatebwyr yr arolwg, mae'r ychydig benodau nesaf yn canolbwyntio ar y data ansoddol a ddarperir gan y ddau sampl. Yn anochel, cynhyrchodd y cyfweiliadau ddata manylach na'r arolygon ond mae'r penodau canlyniadau'n tynnu ar y ddwy ffynhonnell lle bynnag y bo modd.

Trwy gydol y penodau canlyniadau, mae pob dyfyniad wedi'i labelu i helpu darllenwyr i ddeall o ble y daeth y dystiolaeth (h.y. cyfweiliad neu arolwg) a'r math o berson a ddarparodd y wybodaeth. Ar gyfer y cyfweleion, rydym wedi cofnodi eu cod ID unigryw ynghyd â'u rhyw a'u lefel risg yn seiliedig ar eu sgoriau AUDIT. Cymerwyd ymagwedd debyg ar gyfer ymatebwyr yr arolwg er i ni hefyd gofnodi eu statws cyflogaeth i helpu i wahaniaethu rhwng ymatebion myfyrwyr (sy'n ffurfio hanner sampl yr arolwg) a phobl mewn mathau eraill o gyflogaeth. Mae cynnwys y math hwn o wybodaeth yn arfer da ym maes ymchwil ansoddol gan ei fod yn helpu i greu cysylltiad rhwng y dystiolaeth a'r ffynhonnell (Mack et al. 2011).

6. Ymwybyddiaeth, dealltwriaeth ac agweddau tuag at MPA

Yn y bennod hon tynnir ar ddata'r cyfweiliad a'r arolwg i archwilio ymwybyddiaeth a dealltwriaeth yfwr o'r cynllun i gyflwyno MPA yng Nghymru. Mae'r bennod hefyd yn ystyried agweddau yfwr tuag at y ddeddfwriaeth ac yn archwilio'r rhesymau sylfaenol a roddir dros eu barn benodol.

Er bod y materion pwysig hyn eisoes wedi cael eu hymchwilio ymhlith yfwr yng Nghymru mewn astudiaeth flaenorol (gweler Holloway et al., 2019), mae'r deunydd a gyflwynir yn yr adroddiad hwn yn wahanol mewn dau ffordd bwysig. Yn gyntaf, mae'n seiliedig ar farn sampl o yfwr a gafodd eu recriwtio o fewn y boblogaeth gyffredinol yng Nghymru yn hytrach nag ar farn sampl 'triniaeth' neu sampl o weithwyr proffesiynol sy'n gweithio yn y maes, a allai fod yn dra gwahanol. Yn ail, mae'n tynnu ar wybodaeth a gasglwyd yn ystod y misoedd ychydig cyn cyflwyno MPA. Felly mae'n dogfennu lefelau ymwybyddiaeth, dealltwriaeth ac agweddau tuag at MPA ar adeg sy'n llawer agosach at y dyddiad gweithredu (pan allai rhywun dybio yn rhesymol y byddai ymwybyddiaeth o MPA yn fwy) na'r astudiaeth flaenorol, a gynhaliwyd fwy na blwyddyn cyn hynny (pan ganfuwyd bod lefelau ymwybyddiaeth yn gyfyngedig).

Ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA

Daeth ystod o ymatebion i'r amlwg mewn ymateb i ymwybyddiaeth a dealltwriaeth cyfweleion ac ymatebwyr yr arolwg o MPA.

Rhannwyd ymatebwyr yr arolwg yn weddol gyfartal o ran lefel ymwybyddiaeth gydag ychydig dros hanner (52%, n = 93) yn nodi eu bod yn ymwybodol o MPA ac ychydig llai na hanner yn dweud nad oeddent (48%, n = 86). Mewn cyferbyniad, roedd ymwybyddiaeth o MPA yn gymharol uchel ymhlith sampl y cyfweiliad gyda'r mwyafrif yn nodi eu bod yn gwybod am ei fodolaeth.

Ar gyfer cyfweleion ac ymatebwyr yr arolwg, cafwyd ymwybyddiaeth i raddau helaeth trwy hysbysebion a sioeau ar y teledu a'r radio.

'Rwy'n credu ei fod ar y radio neu'r teledu' (Cyfwelai 001, gwryw, risg is)

'Roedd jyst yno ... rwy'n gwrando ar Radio 4 felly mae'n ffeithiol iawn ac roeddent yn sôn am ei gyflwyno yn yr Alban ac y byddai'n dod i Gymru; Rwy'n credu ei fod ym mis Mawrth neu rywbeth?' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Soniodd ymatebwyr yr arolwg hefyd am ffynonellau eraill gan gynnwys: ar-lein (17%), newyddion/papurau newydd (10%), yn y brifysgol ac mewn darlithoedd (10%), trwy ffrindiau (8%), a chyfryngau cymdeithasol (5%).

Er bod **ymwybyddiaeth** yn weddol uchel ar y cyfan, ychydig iawn o **ddealltwriaeth** fanwl oedd gan fwyafrif ymatebwyr yr arolwg a'r cyfweleion o'r ddeddfwriaeth a oedd ar ddod. Pan ofynnwyd iddynt ddisgrifio'r hyn yr oeddent yn ei wybod, roedd eu

hatebion yn aml yn amwys heb fawr o dystiolaeth o unrhyw ddealltwriaeth fanwl o'r hyn y byddai'r ddeddfwriaeth newydd yn ei olygu yn ymarferol.

'Felly allwn i ddim ailadrodd unrhyw ffigurau neu unrhyw beth felly ond rwy'n deall ei fod yn dilyn ymlaen o rywbeth tebyg i'r Alban lle gyflwynon nhw isafbris ar gyfer unedau alcohol' (Cyfwelai 003, benyw, risg uwch)

'Felly, roeddwn i'n gwybod ei fod wedi digwydd yn yr Alban, ac roeddwn i'n ymwybodol i ryw raddau yng Nghymru, ond yn amlwg mae siarad â chi wedi fy ngwneud yn fwy ymwybodol o'r sefyllfa honno' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

Roedd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg a oedd wedi clywed am y bwriad yn ymwybodol y byddai'n golygu cynnydd ym mhris alcohol. Nid oedd rhai yn gwybod fawr mwy na hyn gan gyfaddef yn agored nad oeddent yn gwybod y manylion penodol (e.e. 'dim ond y syniad'; 'dim byd penodol'; 'dim ond o'i fodolaeth'; 'dim llawer - mae Llywodraeth Cymru eisiau cyflwyno isafbris'). Roedd nifer fach o ymatebwyr yn ymwybodol bod yr isafbris wedi'i osod ar 50c (13%, n = 12) ac roedd cyfran debyg yn credu bod y cynllun yn gysylltiedig ag MUP yn yr Alban (18%, n = 17).

Er bod llawer o ymatebwyr yr arolwg ond yn gallu disgrifio'r cynllun mewn termau cyffredinol iawn (e.e. 'cynllunio cyflwyno isafswm cost fesul uned'; 'isafbrisio am alcohol') dangosodd cyfran fach (9%, n = 8) ddealltwriaeth o'r effaith bosibl ar ddiodydd penodol (e.e. 'mae potel o seidr yn mynd i fod tua thair gwaith y pris'; 'i atal goryfed mewn diodydd sy'n cynnwys alcohol uchel'; 'i dorri lawr ar yfed diodydd rhad mewn sypiau mawr'). Roedd yn fwy cyffredin (17%, n = 16) i ymatebwyr wneud sylwadau ar nod MPA (e.e. '... mynd i'r afael â chamddefnyddio a dibyniaeth gynyddol ar alcohol'; 'lleihau effeithiau iechyd sy'n gysylltiedig ag alcohol'). At ei gilydd, roedd ymwybyddiaeth o MPA yn rhannol ac roedd dealltwriaeth o fanylion MPA yn gymysg.

Dywedodd llawer mai'r cyfweiliad oedd y tro cyntaf iddynt glywed am y ddeddfwriaeth, gan ymateb gyda'r hyn a oedd yn ymddangos fel syndod yn ystod y cyfweiliad, pan roddwyd y manylion iddynt:

'C: Felly ers hynny ydych chi wedi edrych arno o gwbl; ydych chi'n gwybod unrhyw beth amdano?'

Y: Na, dwi heb wneud hynny a bod yn onest.

C: Felly dylwn i esbonio'n sydyn beth sy'n mynd i ddigwydd?

Y: Ie, plis. (Cyfwelai 004, benyw, dibyniaeth bosibl)

'Ddim yng Nghymru. Ro'n i wedi clywed am y cynlluniau yn yr Alban, ond daeth yn dipyn o sioc yr oeddem yn mynd i'w gael yng Nghymru hefyd.' (Cyfwelai 019, gwryw, risg gynyddol)

'C: ... Cyn cymryd rhan yn y cyfweiliad hwn, a oeddech chi'n ymwybodol o'r cynllun i gyflwyno isafbrisio yng Nghymru?'

Y: Nac oeddwn.

C: Felly dydych chi heb glywed unrhyw beth amdano yn unman?'

Y: *Nac ydw.*' (Cyfwelai 013, gwryw, risg gynyddol)

Ymhlith y rhai a gyfwelwyd, roedd y rhai a oedd ag unrhyw ddealltwriaeth fanylach o MPA yn tueddu i gyfeirio at y mathau o ddiod a fyddai'n cael eu heffeithio ac at ei nod canfyddiedig o leihau gwahanol fathau o niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol.

'Felly, o'r hyn y gallaf ei gasglu yw, bydd pris penodol i bob uned. Wyddoch chi, eich seidr rhad a beth bynnag, o ran y pris fesul uned, mae hynny'n mynd i wneud y math hwnnw o alcohol yn ddrytach, felly mae'n cael ei ddefnyddio fel math o ataliad, efallai ar gyfer pobl iau neu bobl sydd â phroblem yfed. Dyna fy syniad cyffredinol ohono, ie.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'Yn amlwg, cyflwyno isafbris am alcohol. Rwy'n credu ei fod yn 50c yr uned, felly mae hynny'n golygu yn amlwg, megis potel o fodca, y bydd pris hwnnw'n codi yn amlwg i stopio a brwydro... Rwy'n credu iddo ddweud, yn amlwg, trosedd sy'n ymwneud ag alcohol a'r troseddwyr mynych, ac amseroedd aros y GIG. Rwy'n credu mai dyna beth ddywedodd.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

'Yn bennaf yr hyn rwy'n gwybod amdano yw'r cryfaf yr alcohol, y mwyaf drud y bydd, ac rwy'n eithaf sicr y bydd isafbris safonol yn cael ei osod ar gyfer yr holl alcohol, felly ni fyddwch yn gallu cael y poteli mawr o seidr rhad...' (Cyfwelai 046, benyw, risg gynyddol)

Yn gyffredinol, roedd ymwybyddiaeth o MPA yn uwch ymhlith y rhai a gyfwelwyd nag ymatebwyr yr arolwg. Gall hyn fod yn fater methodolegol ac yn gysylltiedig â'r ffaiith bod cyfweleion, am resymau moesegol, wedi derbyn gwybodaeth am MPA cyn cymryd rhan yn y cyfweliad. Ar draws y ddau sampl, dim ond nifer fach o yfwyr a nododd unrhyw ddealltwriaeth fanwl, ac roedd mwyafrif y disgrifiadau yn amwys.

Agweddau tuag at MPA

Ar ôl cwestiynau yn ymwneud ag ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA, gofynnwyd i'r cyfweleion ac ymatebwyr yr arolwg fynegi eu hagweddau cyffredinol tuag at gyflwyno MPA a'r rhesymau y tu ôl i'w barn.

Gofynnwyd i ymatebwyr yr arolwg nodi ar raddfa o un i bump, pa mor gryf yr oeddent yn cytuno â'r cynllun i gyflwyno MPA yng Nghymru (gweler Tabl 6.1). Cymysg oedd yr ymatebion. Roedd tua hanner yn cytuno â'r cynllun gyda 30 y cant yn mynegi cytundeb cymedrol ac 20 y cant yn mynegi cytundeb cryf. Rhoddodd ychydig dros un rhan o bump ateb niwtral (21%) tra bod yr ymatebwyr eraill yn anghytuno â'r cynllun naill ai'n gymedrol (15%) neu'n gryf (15%).

Tabl 6.1 I ba raddau ydych chi'n cytuno â'r cynllun i gyflwyno MPA yng Nghymru?

	N	%
Cytuno'n gryf	35	20%
Cytuno i ryw raddau	53	30%
Ddim yn cytuno nac yn anghytuno	38	21%
Anghytuno i ryw raddau	27	15%
Anghytuno'n gryf	26	15%
CYFANSWM	179	100%

Yn gyffredinol, roedd y cyfweleion yn fwy cadarnhaol am MPA nag ymatebwyr yr arolwg. Dim ond ychydig o'r cyfweleion nad oedd yn gallu disgrifio unrhyw fuddion posibl neu effeithiau cadarnhaol. Yn bwysig, roedd yr ychydig gyfweleion hynny a fynegodd farn negyddol yn gyffredinol tuag at y ddeddfwriaeth yn yfwyr 'niweidiol' a 'pheryglus' yn bennaf a oedd yn teimlo y byddent yn cael eu heffeithio'n anghymesur gan y ddeddfwriaeth. Roedd rhai o'r yfwyr mwy dibynnol hyn yn ystyried bod MPA yn 'dreth' (nid yw'n dreth) a fyddai'n effeithio'n annheg arnynt yn ariannol:

C: Felly beth ydych chi'n ei feddwl am hynny fel syniad?

Y: Dydw i ddim yn ei hoffi.

C: Pam nad ydych chi'n ei hoffi?

Y: Oherwydd ei fod yn mynd i gostio mwy i mi yn dydy?' (Cyfwelai 004, benyw, dibyniaeth bosibl)

Roedd rhai cyfweleion ac ymatebwyr i'r arolwg yn gwrthwynebu'r ddeddfwriaeth oherwydd eu bod yn teimlo y byddai'n arwain at gynnydd mewn troseddu, yn enwedig lladrad mewn ymateb i alcohol anfforddiadwy.

'Bydd lladradau'n cynyddu. Ymosodiadau. Lladradau stryd. Bydd pobl bob amser yn dod o hyd i ffordd o fwydo'r arfer hwnnw.' (Cyfwelai 025. Gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Ddim yn syniad da iawn oherwydd bydd pobl yn mynd i fynd allan yn lladrata mwy. A mae ond yn effeithio ar bobl dlawd ac nid yn effeithio ar y rhai cyfoethog. Nid yw hyn yn deg!' (Ymatebydd yr arolwg, 171. Gwryw, dibyniaeth bosibl, wedi ymddeol)

Mynegwyd barn negyddol hefyd gan yfwyr a oedd yn annhebygol o gael eu heffeithio gan y ddeddfwriaeth. Roedd yr yfwyr hyn yn poeni y byddai'r ddeddfwriaeth yn cael effaith anghymesur ar boblogaethau sy'n agored i niwed.

'Ydw, rydw i'n ceisio meddwl, dim ond oherwydd fy mod i bob amser yn casáu pan fydd pobl llai ffodus cymdeithas neu'r dosbarth gweithiol yn cael eu trethu am yr hyn maen nhw'n ei wneud, a wyddoch chi mae'n ... fe wnes i lawer o gymdeithaseg a seicoleg a phethau a mae ... wyddoch chi, mae'n greulon dwi'n meddwl; mae'n greulon.' (Cyfwelai 044, benyw, risg gynyddol).

'Mae'n mynd i wneud pobl dlawd yn dlotach.' (Ymatebydd yr arolwg, 172. Gwryw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)
'Os yw pobl eisiau yfed byddant yn ei wneud beth bynnag fo'r gost. Y cyfan y mae'r cynllun hwn yn ei wneud yw cosbi'r rhai sy'n gallu ei fforddio leiaf.' (Ymatebydd yr arolwg, 117. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

Yn ogystal, roedd rhwystredigaeth ag ymyrraeth ganfyddedig y wladwriaeth ac anfodlonrwydd cael gwybod beth y gallant ac na allant ei wneud mewn perthynas â defnyddio alcohol yn sail i rai safbwyntiau negyddol.

'Gwladwriaeth faldodus. Yn effeithio'n andwyol ar bobl dlotach.' (Ymatebydd yr arolwg, 139. Gwryw, risg gynyddol, yn gyflogedig amser llawn)

'O safbwynt cwbl ryddfrydol, ni ddylai'r llywodraeth fod yn arddweud wrth bobl a allant newid eu meddyliau trwy ddulliau cemegol ai peidio. Byddwn hefyd yn ychwanegu, i bobl ar neu o dan y llinell dlodi sy'n dymuno cael diod, eu bod yn cael eu prisio allan o allu cael diod dda os ydynt yn dewis.' (Ymatebydd yr arolwg, 56. Gwryw, risg gynyddol, hunangyflogedig)

Yn gyffredinol, mynegodd yr ymatebwyr hynny a fynegodd farn niwtral ar MPA un o ddwy farn: (1) nid oeddent yn credu y byddai'n effeithio arnynt, neu (2) nid oeddent yn credu y byddai'n gwneud gwahaniaeth i arferion yfed pobl:

'Methu ei weld yn gwneud gwahaniaeth. Bydd pobl yn yfed beth bynnag. Mae angen gwneud mwy o ymdrech gydag addysg ar effeithiau alcohol, sut i fyw bywyd iach cytbwys.' (Ymatebydd yr arolwg, 90. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

'Nid wyf yn yfed alcohol rhad iawn felly nid wyf yn gweld sut y byddai'n effeithio arnaf. Byddwn yn siomedig pe bai'n codi pris fy hoff ddiodydd.' (Ymatebydd yr arolwg, 5. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

Roedd y cyfweleion hynny ac ymatebwyr yr arolwg a gefnogodd gyflwyno MPA yn cytuno'n gyffredinol y byddai'r ddeddfwriaeth yn lleihau yfed ac felly'n lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol, gan gynnwys troseddau cysylltiedig ag alcohol:

'Rwy'n credu ei fod yn syniad gwych yn bersonol, oherwydd yn amlwg yn byw ym Mhontypridd, rydych yn gweld llawer o ymddygiad gwrthgymdeithasol a throsedd yn digwydd gyda phobl sy'n alcoholigion. Gyda fy siop, sydd yng nghanol Pontypridd, ac rydyn ni'n cael llawer o bobl sydd wedi meddwi yn dod i mewn i'r siop i gyflawni troseddau a dwyn.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

Roedd rhai yn cydnabod ei fod wedi gweithio yn rhywle arall ac yn obeithiol y byddai'r un canlyniadau cadarnhaol yn cael eu gweld yng Nghymru.

'Ymddengys ei fod wedi lleihau nifer y bobl sy'n prynu alcohol yn yr Alban.' (Ymatebydd yr arolwg, 67. Benyw, risg isel, yn gyflogedig yn rhan-amser)

Roedd eraill yn optimistaidd y byddai MPA yn arbennig o ddefnyddiol yn lleihau defnydd ymysg pobl ifanc.

'Mae angen iddo fod yn ddrytach fel na all pobl ifanc fforddio prynu cymaint ac yna efallai y gallaf fynd i gysgu heb sŵn cyson pobl yn gweiddi y tu allan.'
(Ymatebydd yr arolwg, 81. Benyw, risg isel, myfyriwr)

'Gallai rhoi isafbris am alcohol o bosibl atal plant o dan 18 oed rhag gallu cael gafael arno oherwydd efallai na fyddant yn gallu ei fforddio fel hyn. Fe allai o bosib arbed llawer o bobl rhag cam-drin alcohol neu yfed yn ormodol.'
(Ymatebydd yr arolwg, 147. Benyw, risg gynyddol, yn gyflogedig yn rhan-amser)

'Y pris yw £3.59 am dri litr, sef alcohol saith a hanner y cant. Felly, o dan y ddeddfwriaeth newydd, yr isafbris am hynny fyddai £11.25, neu rywbeth felly. Felly, mae hynny'n gynnydd sylweddol iawn... Rwy'n credu bod y syniad y bydd merch 12 oed yn yfed tri litr o seidr saith a hanner y cant... rwy'n credu y baswn yn cael traferth delio â hynny. Felly, rwy'n credu bod plentyn sy'n yfed yn mynd i fod yn baralytig. Nid yw hynny'n iach. Bydd y ddeddfwriaeth newydd hon yn atal hynny, heb os. Hynny yw, nid wyf yn dweud na fydd plant yn parhau i yfed alcohol. Rwy'n siŵr y gwnânt, ond ni fyddant yn gallu yfed cymaint. Mae hynny'n sicr o gael effaith gadarnhaol iawn.' (Cyfwelai 027, gwryw, risg is)

'Mae'n debyg y gallai fod yn ataliad i bobl nad oes ganddyn nhw ddibyniaeth eisoes os yw'n anoddach iddyn nhw brynu alcohol yn rhad. Ac yn enwedig wrth feddwl am bobl ifanc yn eu harddegau am wn i.' (Cyfwelai 030, benyw, risg is)

Cydnabu nifer fach o yfwyr yr arbedion cost posibl i gymdeithas trwy lai o bwysau ar y GIG.

'Oherwydd dylai prynu diod fod yn drîd nid yn arfer. Dylai hyn wedyn leihau'r pwysau ar y GIG a chwmnïau trydydd parti' (Ymatebydd yr arolwg, 2. Benyw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

'Gellir ei ystyried yn syniad da. Mae'n mynd i arbed arian i'r GIG. Gellir defnyddio'r arian hwnnw yn ei dro ar bethau eraill.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'Felly, rydym yn gwybod pe bai'r isafbris yn 70c fesul uned, er enghraifft, efallai eich bod yn edrych, yn y garfan darged, ar rywbeth fel gostyngiad o 30 y cant yn y defnydd. Felly, mae'n ymddangos bod y buddion ieuchyd cyhoeddus yno, ac mae lle pan wneir yr adolygiad i gynyddu hynny yn nes ymlaen.' (Cyfwelai 027, gwryw, risg is)

'Felly, ie, bydd yn cael effaith fawr arnyn nhw. Yn amlwg, amseroedd aros y GIG, oherwydd bod pobl yn cael eu derbyn i'r ysbyty am wenwyn alcohol a phethau felly [...] Yn ôl pob tebyg, yn amlwg, bydd llai o straen ar wasanaethau adsefydlu, oherwydd yn amlwg os bydd yn gweithio, bydd llai o bobl yn mynd i adsefydlu ar gyfer materion yn ymwneud ag alcohol. Felly, efallai y bydd mwy o arian i'w ariannu mewn man arall i'r GIG neu'r heddlu, neu bethau felly.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

'Ie. Hynny yw, rydych chi'n gweld llawer, yn amlwg, p'un a yw'n broblemau cysylltiedig ag yfed gydag adrannau damweiniau ac achosion brys ysbytai, ac allan mewn trefi yn gyffredinol gyda phobl yn cael eu hanafu'n cwmpo drosodd, neu'n drais, beth bynnag ydyw, ac mae'n ymddangos bod llawer o hynny yn gysylltiedig ag alcohol. Rwy'n gwerthfawrogi ei fod yn wahanol yn ôl pob tebyg mewn clybiau nos, lle mae pobl yn talu mwy beth bynnag, ond yn sicr am siopau a phethau rwy'n credu ei fod yn syniad da.' (Cyfwelai 033, gwryw, risg is)

Er bod rhai o'r rhai a fynegodd farn gadarnhaol wedi'u dylanwadu gan y buddion posibl i gymdeithas, roedd yn ymddangos bod llawer o yfwyr yn cefnogi MPA oherwydd na fyddai'r cynnydd yn y pris yn effeithio'n bersonol arnynt. Roedd hyn fel arfer naill ai oherwydd eu bod yn gallu amsugno'r cynnydd mewn prisiau yn eu cyllidebau cartrefi presennol neu oherwydd nad oeddent yn yfed digon iddo effeithio arnynt. Roedd ymateb un cyfwelai yn nodweddiadol o'r rhai na fyddai unrhyw newidiadau pris yn effeithio ar eu defnydd:

'Pe bai'n rhaid i mi dalu cwpl o bunnoedd yn ychwanegol, efallai y byddai'n fy helpu i yfed ychydig bach yn llai, am wn i. Felly, ie, nid yw'n bryder enfawr i mi, oherwydd nid wyf yn yfed digon neu'n dibynnu ar alcohol yn ddigonol i boeni amdano. Os bydd yn rhaid i mi dalu ychydig bach mwy, dyna ni.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

Crynodeb

Ar y cyfan, roedd mwyafrif y cyfweleion a thua hanner ymatebwyr yr arolwg yn gefnogol i'r ddeddfwriaeth, yn bennaf oherwydd ei fuddion cymdeithasol ac iechyd posibl. Tynnodd sawl ymatebydd sylw at ei botensial i leihau goryfed mewn pyliau ymhlith pobl ifanc. Roedd cefnogaeth i'r ddeddfwriaeth yn llai tebygol ymhlith yfwyr dibynnol, ac roedd llawer ohonynt yn teimlo y byddai'r ddeddfwriaeth yn effeithio'n anghymesur arnynt. Roedd rhai o'r yfwyr mwy cymedrol, risg is hefyd yn cydnabod yr annhegwch a'r effaith negyddol bosibl ar boblogaethau sy'n agored i niwed ac yn mynegi agweddau llai cadarnhaol tuag at y ddeddfwriaeth o ganlyniad. Roedd barn negyddol ymysg yfwyr hefyd yn gysylltiedig â'r cynnydd posibl mewn troseddau a allai ddigwydd os na all yfwyr fforddio talu am eu halcohol mwyach. Mae'r patrwm eang o ganfyddiadau a gyflwynir yn y bennod hon yn debyg i'r hyn a adroddwyd gan Holloway et al. (2019). Yn wir, mynegodd defnyddwyr a darparwyr gwasanaeth bryderon tebyg am effaith bosibl MPA ar grwpiau agored i niwed, ac nid oedd lefelau ymwybyddiaeth o MPA yn uwch ymhlith y rhai a gafodd eu cyfweld ychydig cyn i'r ddeddfwriaeth gael ei chyflwyno nag ymhlith y rhai a gafodd eu cyfweld dros flwyddyn cyn hynny.

7. Paratoi a chynllunio ar gyfer MPA

Mae'r bennod hon yn archwilio'r hyn yr oedd yfwyr yn bwriadu ei wneud wrth baratoi ar gyfer cyflwyno MPA ym mis Mawrth 2020. Mae'r bennod yn tynnu ar ddata'r cyfweiliadau a'r arolwg i ymchwilio i'r materion. Mae'r ffocws yma ar gamau a gweithgareddau yr oedd yr yfwyr yn bwriadu eu cyflawni cyn cyflwyno MPA. Archwilir gweithredoedd yr oeddent yn rhagweld eu cymryd ar ôl cyflwyno (h.y. ymatebion i MPA) yn ddiweddarach yn yr adroddiad yn y bennod sy'n canolbwyntio ar effaith bosibl MPA ar fywydau yfwyr. O ystyried bod ymwybyddiaeth yn dameidiog a bod dealltwriaeth o'r ddeddfwriaeth yn gyfyngedig, yn gyffredinol nid oedd gan gyfranogwyr yr ymchwil lawer i'w ddweud am baratoi a chynllunio.

Paratoi ar gyfer MPA

Pan ofynnwyd a oeddent yn bwriadu cymryd unrhyw fesurau i baratoi ar gyfer cyflwyno MPA yng Nghymru, nododd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg (84%) na fyddent. Lleiafrif bach yn unig (16%) a ddywedodd y byddent ac fel rheol roedd hyn yn golygu pentyrru cyflenwadau rhad cyn cyflwyno'r ddeddfwriaeth.

Yn yr un modd ag ymatebwyr yr arolwg, nododd y rhan fwyaf o'r cyfweleion (ar draws pob math o yfwr) na fyddent yn gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer cyflwyno MPA yng Nghymru. Roedd hyn yn aml oherwydd eu bod ond wedi dysgu am oblygiadau posibl y polisi o ganlyniad i gymryd rhan yn y cyfweiliad⁶⁵, a gynhaliwyd ychydig cyn dyddiad cyflwyno MPA. I'r unigolion hyn yn llythrennol nid oedd digon o amser ar ôl i wneud unrhyw waith paratoi. Mynegodd y cyfwelai isod, yfwr dibynnol, ei sioc o glywed pa mor gyflym y byddai'r polisi'n cael ei gyflwyno:

'C: Felly, a ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer isafbrisio nawr gan wybod ei fod yn dod i mewn wythnos nesaf, ar yr 2il [o Fawrth]?

Y: Dwi methu credu hynny; mae mor sydyn!

C: Dwi'n gwybod, a doeddech chi ddim yn gwybod amdano?

*Y: Na, dywedais ddoe wrth [weithiwr allweddol]: 'Dwi'n methu ff**cin coelio hynny.'*

C: Ydych chi'n credu bod angen cael rhagor o wybodaeth?

*Y: Ie, gallen nhw fod wedi ff**cin dweud wrthym lawer cynharach; yn sydyn reit - bang mae'n cynyddu!' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)*

Dywedodd yfwyr eraill (eto, ar draws pob math o yfwr) na fyddent yn gwneud unrhyw baratoad personol oherwydd nad oeddent yn credu y byddai MPA yn effeithio arnynt. Roedd hyn naill ai oherwydd:

(a) nid oeddent yn yfed digon iddo effeithio arnynt:

⁶⁵ Anfonodd Llywodraeth Cymru ohebiaeth uniongyrchol at fanwerthwyr ym mis Tachwedd a mis Rhagfyr 2019, ac yna'r wasg fasnach a gweithio gyda chyrrff masnach i sicrhau bod pob un ohonynt yn cael gwybod cyn y dyddiad cyflwyno ym mis Mawrth. Ar 17 Chwefror 2020 lansiodd Llywodraeth Cymru ymgyrch gyfathrebu genedlaethol i wneud y cyhoedd a'r rhai yr oedd y newid yn effeithio arnynt yn ymwybodol o'r ddeddfwriaeth newydd. Roedd yr ymgyrch yn cynnwys hysbysebion ar gyfryngau cymdeithasol, radio ac ar-lein.

'Dydw i ddim yn yfed digon i ystyried y goblygiadau cost.' (Ymatebydd yr arolwg, 8. Dyn, risg gynyddol, yn gyflogedig amser llawn)
'Mae'n rhywbeth rydw i wedi clywed amdano, ond nid yw'n rhywbeth rydw i wedi meddwl llawer amdano, oherwydd nid fydd wir yn cael cymaint o effaith arnaf, am wn i. Pe byddem yn siarad am bris petrol yn mynd i fyny 30c y litr, rwy'n gweithio ym Mhort Talbot ac yn byw yn y Barri, mae hynny'n rhywbeth a fyddai'n peri pryder imi, wyddoch chi, oherwydd mae hynny'n berthnasol i mi.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'C: Ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer isafbrisiau?
Y: Na, mae hynny'n annhebygol. Rwy'n credu pe bawn i'n un o'r rhai hyn a oedd yn yfed yn rheolaidd, mae'n debyg y byddwn yn pentyrru ychydig, ond nid wyf am fynd allan nawr a meddwl, 'lawr. Well i mi bentyrru cyn y dyddiad ar fy hoff gin.' Na, ddim o gwbl.' (Cyfwelai 008, benyw, risg is)

(b) gallent fforddio talu am y cynnydd yn y pris ac nid oeddent yn poeni am y costau ychwanegol:

'Byddaf yn dod o hyd i arian os hoffwn brynu rhywfaint o alcohol'
 (Ymatebydd yr arolwg, 7. Benyw, risg isel, myfyriwr)

'Byddaf yn parhau i brynu alcohol fel y dymunaf ac mae'n debyg na fydd yr isafbris newydd yn newid unrhyw beth i mi. Hefyd, rydw i fel arfer yn prynu fy alcohol pan fyddaf yn ymweld â ffrindiau yn Lloegr beth bynnag.'
 (Ymatebydd yr arolwg, 66. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

'C: Felly, a ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer yr isafbris sy'n dod i mewn?
Y: Na, dydw i ddim yn credu byddai'n gwneud unrhyw beth. Rwy'n credu mai dim ond pan fyddaf yn siopa nesaf yn yr archfarchnad neu yn y siop y byddaf yn sylwi bod pethau'n costio mwy ond nid wyf yn meddwl nawr 'lawr, mae angen i mi gynilo arian ychwanegol neu unrhyw beth i baratoi fy hun ar ei gyfer..' (Cyfwelai 003, benyw, risg uwch)

'C: Ond os yw hynny'n 50c yr uned, a yw hynny'n mynd i effeithio arnoch chi?
Y: Wel, os yw hi 50c yn fyw, ydy.
C: Ond 50c yr uned...
Y: Rwy'n gwybod fy mod yn gallu fforddio talu hynny.' (Cyfwelai 042, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Neu (c) mae eu dewis ddiod(ydd) eisoes yn costio mwy na 50c yr uned:

'Rwy'n dewis alcohol sydd eisoes wedi'i brisio dros yr isafbris tebygol, ac nid wyf yn prynu gormodedd' (Ymatebydd yr arolwg, 148. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

'Dydw i ddim yn yfed alcohol rhad cryf' (Ymatebydd yr arolwg, 90. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig amser llawn)

Ymhlith y rhai a ddywedodd y byddent yn cymryd camau i baratoi ar gyfer MPA, y mesur mwyaf cyffredin a ddisgrifiwyd oedd datrysiaid tymor byr a oedd yn cynnwys pentyrru alcohol rhad cyn cyflwyno MPA. Soniwyd am yr ateb hwn gan ddwy ran o bump o'r ymatebwyr hynny i'r arolwg a oedd yn bwriadu gweithredu (41%). Roedd y sylwadau ar bentyrru yn cynnwys: 'prynu stoc nawr tra bod yr alcohol yn rhatach' ac 'efallai byddaf yn pentyrru gwirodydd tra eu bod yn rhatach'.

Yn yr un modd, awgrymodd lleiafrif bach o'r cyfweleion, yr oedd pob un ohonynt yn yfwyr dibynnol, y byddent bellach, ar ôl clywed am y bwriad i gyflwyno MPA a'i ddeall, y byddent yn pentyrru rhai diodydd a allai ddod yn ddrytach wedyn.

*'A: Ie, gallen nhw fod wedi ff**cin dweud wrthym lawer cynharach; yn sydyn reit - bang mae'n cynyddu!'*

C: Felly os byddech chi wedi gwybod amdano ynghynt, beth allech chi fod wedi'i wneud?

Y: Pentyrru; dwi ddim yn gwybod, pentyrru.' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Amwn i os ydych yn yfed fodca sy'n arbennig o rhad, a mae'n bosib eich bod yn yfed llawer ohono, yna efallai y byddai'n werth prynu cryn dipyn cyn y dyddiad hwnnw' (Cyfwelai 020, benyw, risg is)

Yn ddiddorol, gwrthododd cwpl o yfwyr risg uchel y syniad o bentyrru diodydd oherwydd eu bod yn credu y byddent yn yfed popeth y maent wedi'i brynu yn gyflym iawn.

'C: Ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer isafbrisio gan wybod ei fod bellach yn digwydd ar 2 Mawrth?

Y: Na. Beth ydych chi'n ei olygu, cael llwyth o boteli i mewn? Na, ddim o gwbl. Nid wyf yn gwneud hynny, oherwydd mae'n bosib y caf fy nhemtio i'w hyfed. Na, byddwn i ddim yn gwneud hynny.' (Cyfwelai 017, gwryw, risg uwch)

'C: Felly o wybod bod y pris yn mynd i fod yn codi ar gyfer rhai pethau gyda'r isafbris yn dod i mewn, a wnewch chi unrhyw beth i baratoi ar ei gyfer?

Y: Wel, ni fyddaf yn mynd allan i brynu llwyth ohono.

C: Na?

Y: Na, wel baswn i mwy na thebyg yn yfed y cyfan a lladd fy hun mewn wythnos.

C: Iawn felly rydych chi'n amddiffyn eich hun trwy beidio â gwneud hynny?

Y: Ydw oherwydd bod pobl yn prynu diod dros y Nadolig ac nid oes unrhyw ffordd y gallwn i wneud hynny. Rwy'n ceisio cadw fy hun i ffwrdd ohono.' (Cyfwelai 011, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Roedd y camau paratoi eraill a grybwyllwyd gan rai o ymatebwyr yr arolwg yn cynnwys arbed arian (e.e. 'arbed arian') a newid yr hyn maen nhw'n ei yfed (e.e. 'efallai y byddaf yn newid yr hyn rwy'n ei yfed i baratoi ar gyfer y newid'). Dywedodd un cyfwelai (yfwyr dibynnol a oedd yn yfed sawl potel o fodca bob dydd) y byddai hi

nawr yn gorfforol i Loegr, lle gallai barhau i brynu diodydd alcoholig am yr un faint o arian ag yr oedd hi'n ei wneud nawr:

A: *Ond dwi'n mynd i Fryste.*

C: *Rydych chi'n mynd i le?*

A: *Bryste.*

C: *Bryste. Iawn. Beth sydd yno?*

A: *Oherwydd... Dydyn nhw ddim yn ei newid [pris alcohol] yno.'* (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

Dim ond nifer fach o yfwyr a ddisgrifiodd atebion tymor hwy, a allai fod yn iachach fel torri i lawr neu roi'r gorau i yfed yn gyfan gwbl.

'Byddaf yn ceisio torri i lawr fel nad yw'n gymaint o sioc i'r system'

(Ymatebydd yr arolwg 169. Benyw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

'C: Felly, dydych chi ddim yn credu ei fod yn syniad da. A oes unrhyw bethau da amdano?

A: Mae'n gwneud i mi fod eisiau torri i lawr cyn iddo ddigwydd, rhag ofn.

C: Wir? Ie? Felly, a wnewch chi siarad â rhywun am hynny?

A: Rydw i wedi siarad â XXX amdano, do.' (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

Mewn ymateb i gwestiwn yr arolwg ar baratoi ar gyfer MPA, nododd un ymatebydd arolwg arall ei fod yn mynd i geisio rhoi'r gorau i yfed yn gyfan gwbl. Fodd bynnag, honnodd yr yfwr hwn nad oedd stopio yfed yn ymwneud ag MPA yn benodol ond oherwydd ei fod wedi cael digon o fod yn gaeth. Efallai yn yr achos hwn, MPA oedd y ffactor procio ychwanegol yr oedd ei angen i sbarduno newid cadarnhaol.

'Rwy'n mynd i geisio rhoi'r gorau i yfed. Nid yw'n ymwneud ag MPA. Rydw i wedi cael llond bol ar fod yn gaeth i alcohol.' (Ymatebydd yr arolwg, 172.

Gwryw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

Crynodeb

Gan siarad yn gyffredinol, ychydig o yfwyr oedd yn bwriadu cymryd unrhyw gamau i baratoi ar gyfer cyflwyno MPA. I lawer, nid oedd amser i wneud unrhyw beth oherwydd eu bod newydd ddysgu am neu ddeall beth fyddai'r newid mewn polisi yn ei olygu iddyn nhw. I eraill, ni chynlluniwyd unrhyw gamau oherwydd nad oeddent yn yfed digon o alcohol i'r cynnydd yn y pris effeithio arnynt neu oherwydd eu bod yn gallu fforddio'r cynnydd mewn prisiau. Roedd rhai yfwyr eisoes yn gwario mwy na 50c yr uned ar eu diod o ddewis gan olygu na fyddai angen gweithredu. Pan gynlluniwyd camau paratoi roedd hwn fel arfer yn ymateb tymor byr a fyddai'n golygu pentyrru alcohol ar brisiau cyn cyflwyno. Wedi dweud hynny, roedd rhai yfwyr dibynnol yn ofni'r datrysiad penodol hwn gan eu bod yn rhagweld cael eu temtio i oryfed mewn pyliau yn gyflym iawn. Anaml y soniodd yfwyr am atebion tymor hwy, er bod un cyfwelai yn bwriadu symud i Loegr i osgoi MPA a pharhau i yfed am brisiau isel. Anaml y byddai cyfweleion neu ymatebwyr yr arolwg yn sôn am atebion tymor

hwy, a allai fod yn iachach megis torri i lawr neu roi'r gorau iddi. Roedd rhywfaint o awgrym, fodd bynnag, y gallai MPA sbarduno newid cadarnhaol ymhlith yfwyr a oedd yn ystyried rhoi'r gorau i yfed.

8. Effaith bosibl ar batrymau yfed a defnyddio sylweddau

Nod allweddol yr agwedd hon ar y gwerthusiad yw archwilio effaith MPA ar batrymau yfed pobl yn ogystal ag ar eu bywydau yn fwy cyffredinol. Ffocws y bennod hon yw'r gyntaf o'r ddwy thema hon ac edrychir ar yr hyn y credai yfwyr a fyddai'n digwydd iddynt ar ôl cyflwyno MPA. Mae'r bennod wedi'i rhannu'n ddwy brif ran. Mae'n dechrau gyda ffocws ar yr effaith bosibl ar batrymau ac ymddygiadau yfed ac yna mae'n symud ymlaen i ystyried yr effaith bosibl ar ddefnyddio sylweddau eraill gan gynnwys cyffuriau anghyfreithlon.

Yn anochel, o gofio bod yr ymchwil wedi'i chynnal cyn cyflwyno MPA, mae'r bennod yn seiliedig ar ragfynegiadau o ymddygiad yn y dyfodol a'r camau a ragwelir. Bydd cyfweiliadau dilynol ac arolygon ailadroddus 18 mis a 42 mis ar ôl cyflwyno yn galluogi archwilio cywirdeb, ac wedi hynny hirhoedledd, y rhagfynegiadau a wnaed⁶⁶.

Mae'n bwysig nodi, er bod yfwyr yn cael eu hannog i ganolbwyntio ar effaith bersonol MPA ar eu bywydau eu hunain, roedd tueddiad i rai fyfyrwyr ar yr effaith bosibl ar yfwyr eraill hefyd. Mae'r bennod hon yn tynnu ar yr holl ddata hwn ac yn ceisio gwahaniaethu'n glir rhwng sylwadau sy'n ymwneud ag effaith bersonol ganfyddiedig ac effaith bosibl MPA ar yfwyr eraill.

Effaith bosibl ar batrymau yfed

Rhan bwysig o'r arolwg a'r cyfweiliadau oedd ymchwilio i weld a oedd yfwyr o'r farn y byddai MPA yn cael effaith ar eu hyfed ac ymddygiadau cysylltiedig. Ar y cyfan, roedd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg (tua dwy ran o dair) o'r farn ei bod yn annhebygol neu'n annhebygol iawn y byddai MPA yn effeithio ar eu hyfed o ran: maint, math, brand, trefniadau cyllido, lleoliad prynu a lleoliad yfed (gweler Tabl 8.1). Roedd yr esboniadau a roddwyd am hyn yn gysylltiedig i raddau helaeth â'r ffaith nad oedd ymatebwyr (a) yn yfed digon iddo effeithio arnynt, (b) nad oeddent yn yfed y diodydd a oedd fwyaf tebygol o gael eu heffeithio gan MPA neu (c) oherwydd eu bod yn gallu fforddio unrhyw gynnydd mewn prisiau. Mae dyfyniadau sy'n egluro'r pwyntiau hyn wedi'u hymgorffori yn y drafodaeth isod.

Er bod y gwahaniaethau'n weddol fach, yr ymddygiad y credir ei fod yn fwyaf tebygol o gael ei effeithio gan MPA oedd y lleoliad lle byddent yn prynu alcohol (23%) a'r lleiaf tebygol oedd y lleoliad lle byddent yn yfed alcohol (11%). Yn anffodus, ychydig o ymatebwyr yn unig a esboniodd eu hatebion i'r cwestiynau hyn. Fodd bynnag, mewn perthynas â lleoliad, nododd un y byddent yn 'fwy tebygol o feddwi gartref cyn mynd allan' ac awgrymodd un arall y byddent yn prynu alcohol o 'archfarchnad yn hytrach na siop drwyddedig'.

⁶⁶ Mewn ymateb i bandemig COVID-19, comisiynwyd ton ychwanegol o gyfweiliadau gyda'r sampl astudiaeth hydredol, 9 mis ar ôl cyflwyno MPA, gan Lywodraeth Cymru.

Tabl 8.1 Newidiadau a ragwelir mewn ymddygiad cysylltiedig ag yfed ar ôl MPA (ymatebwyr yr arolwg)

	Tebygol iawn	Tebygol	Naill neu'r llall	Annhebygol	Annhebygol iawn	CYFANSWM
Y swm rydych yn ei yfed	10% (7)	8% (14)	13% (23)	36% (64)	34% (61)	179 (100%)
Math o ddiod	7% (13)	12% (21)	17% (30)	28% (50)	36% (65)	179 (100%)
Y brand rydych yn ei yfed	10% (17)	11% (19)	13% (24)	30% (53)	37% (66)	179 (100%)
Sut rydych chi talu	6% (11)	7% (13)	14% (25)	30% (54)	43% (76)	179 (100%)
Ble rydych chi'n prynu	7% (12)	16% (29)	12% (22)	28% (49)	37% (66)	178 (100%)
Ble rydych chi'n yfed	3% (6)	8% (14)	13% (23)	28% (49)	48% (86)	178 (100%)

Nodiadau: Rhai achosion coll.

Effaith bosibl ar faint o alcohol sy'n cael ei yfed

Nododd llawer o'r cyfweleion hefyd na fyddai cyflwyno MPA yng Nghymru yn cael llawer o effaith, os o gwbl, ar eu hymddygiad yfed eu hunain nac unigolion eraill. Fodd bynnag, roedd rhai gwahaniaethau sylweddol o ran y rhesymau pam roeddent yn meddwl hynny. Cafwyd ymatebion tebyg gan rai o ymatebwyr yr arolwg ac mae'r rhain wedi'u hymgorffori, lle bo hynny'n berthnasol, yn y drafodaeth isod.

Yn gyntaf, roedd consensws eang yn bodoli ymhlith yfwyr (o bob math) na fyddai cyflwyno MPA yn cael unrhyw effaith sylweddol ar ymddygiad yfed y rhai a oedd yn ddibynol ar alcohol. O lawer, credai'r cyfweleion y byddai'r unigolion hyn yn parhau i yfed waeth beth fo unrhyw newidiadau mewn prisiau sy'n deillio o'r ddeddfwriaeth newydd. Disgrifiodd rhai cyfweleion ac ymatebwyr yr arolwg hyn o'u persbectif personol eu hunain:

'C: Yn eich sefyllfa bresennol beth ydych chi'n mynd i'w wneud?

Y: Rydw i'n mynd i ddal i yfed.

C: Iawn. Nid yw'r isafbrisio i chi yn mynd i newid unrhyw beth.

Y: Mae'n annhebygol. Fe feddyliaf am ryw beth.

C: Nid yw'n mynd i wneud ichi feddwl, 'O, rhaid i mi stopio nawr'?

Y: Nid yw'n mynd i rwystro neb.' (Cyfwelai 025, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Wel, mae'n effeithio ar eich cyllideb wrth reswm ond rwy'n golygu pe na bawn i'n yfed yn amlwg byddwn yn gweld yr arian yno, beth sy'n weddill felly ond mae jyst rhaid i mi yfed bob dydd.' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Myfyriodd eraill ar yr hyn yr oeddent yn meddwl y byddai yfwyr eraill yn ei wneud:

'Wel, rwy'n credu, fel y byddwch yn gwybod, y targed ar gyfer hyn... oherwydd ein bod yn siarad am alcohol cryfder uchel, cost isel, rydym yn

gwybod bod y niweidiol a'r peryglus... Wel, mae yfwyr peryglus yn benodol yn yfed cyfran uwch o alcohol cost is nag alcohol drutach, a gwyddom fod y garfan honno sy'n byw mewn tlodi ac mewn amddifadedd yn fwy tebygol o fod yn cyrchu'r alcohol hwnnw, oherwydd bod eu hincwm yn is. Yna, y siawns yw y bydd eu defnydd yn dibynnu mwy ar bris. Yr unig anhawster, rydw i'n meddwl, o ran hynny yw os ydyn nhw'n ddibynol ar alcohol. Byddant naill ai'n anfodlon neu'n methu â lleihau eu defnydd, a'r hyn y byddant yn ei wneud wedyn yw parhau i yfed yr hyn yr oeddent yn ei yfed o'r blaen.' (Cyfwelai 027, gwryw, risg is)

'Fel y dywedais, yn amlwg gyda'r pris yn codi, bydd hynny'n ataliaeth i rai pobl, ond mae rhai pobl yn gaeth i alcohol a byddant yn ei brynu beth bynnag.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'... Ac os ydych yn yfwr beth bynnag, yn yfwr trwm, mae ... nid yw'r pris hwnnw'n mynd i atal pobl rhag yfed. Mae mor syml â hynny.' (Cyfwelai 045, benyw, dibyniaeth bosibl)

Yn ail, nododd y rhan fwyaf o'r yfwyr risg cymedrol, canolig isel na fyddai eu hymddygiad yfed yn newid o ganlyniad i ddeddfwriaeth MPA oherwydd bod pris y diodydd yr oeddent yn eu hyfed eisoes yn uwch na 50c/uned:

'C: Ond ydych chi'n meddwl y bydd yn effeithio ar eich yfed?

Y: Na, ddim o gwbl. Baswn yn dweud fy mod yn... Mae'n wir fy mod yn yfed gormod. Rwy'n cyfaddef hynny. Ond rydw i'n yfwr cymdeithasol.

C: Iawn. Felly, byddwch chi jyst yn cario ymlaen, a gallwch chi... Ni fydd y pris yn effeithio arnoch chi.

Y: Na. Dim ond yn y clwb dwi'n yfed. Rwy'n talu £3 am fy mheint o Stella. Beth yw Stella, sawl uned sydd mewn Stella? Mae yna dri, felly byddai hynny'n £1.50, felly nid yw'n mynd i effeithio arnaf o gwbl.' (Cyfwelai 026, gwryw, risg gynyddol)

'Na, bydd yn is na hynny. Rydw i hyd yn oed yn meddwl nawr, weithiau mae gen i gan o... Rhyw fath o lager sydd ddim ond tua un uned, ond mae hynny tua £1.50, £1.60, felly go brin y bydd yn effeithio ar hynny ar y gwerthoedd isaf. Mae'n debyg mai'r mathau o wisgi a fodca rwy'n eu hyfed yw'r hyn y byddech chi'n ei alw'n silff uchaf, pethau fel Żubrówka.' (Cyfwelai 019, gwryw, risg gynyddol)

'Rwy'n eithaf sicr na fydd yn cael effaith arnaf i fod yn onest, dim ond oherwydd fy mod i'n gwneud yn bennaf... os ydw i'n cael diod mae allan mewn bwyty gyda phryd o fwyd neu beth fyddwn i'n ei brynu beth bynnag... wyddoch chi, fel y dywedoch chi yn gynharach, mae'n debyg ei fod yn uwch na'r isafbris beth bynnag. Dydw i ddim yn tueddu i brynu pethau fel gwirodydd rhad neu, wyddoch chi, dwi ddim yn yfed pethau felly.' (Cyfwelai 036, benyw, risg is)

'Nid yr alcoholau y sonioch chi amdanynt yn bethau yr wyf yn ei yfed' (ymatebydd yr arolwg, 124. Benyw, risg isel, yn ddi-waith ond yn chwilio am waith)

'Nid wyf yn yfed lagers/seidr/stowt brand siopau eu hunain ac rwy'n hoffi gwin coch da sydd fel arfer dros £7-8 y botel' (Ymatebydd yr arolwg, 56. Gwryw, risg gynyddol, hunangyflogedig)

Yn drydydd, nododd rhai yfwyr (ar draws pob math o yfwyr) y byddent yn gallu fforddio unrhyw gynnydd mewn prisiau a ddaw yn sgil yr MPA yng Nghymru. Roedd hyn oherwydd nad oeddent yn yfed digon i gael effaith ar eu cyllideb a/neu eu bod yn ennill digon o arian i ymdopi ag unrhyw gynnydd yn y pris:

'Felly, ie, nid yw'n bryder enfawr i mi, oherwydd nid wyf yn yfed digon neu'n dibynnu ar alcohol yn ddigonol i boeni amdano. Os bydd yn rhaid i mi dalu ychydig bach mwy, dyna ni.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'Ie oherwydd fy mod ond yn ei brynu bob pythefnos, nid wyf yn credu ei fod yn gynnydd gormodol a fyddai'n fy atal.' (Cyfwelai 004, benyw, dibyniaeth bosibl)

'Ni fyddwn wedi meddwl hynny oherwydd nid wyf yn yfed llawer iawn, ond am wn i ... baswn i'n dweud na i mi yn bersonol.' (Cyfwelai 005, gwryw, risg is)

'Unwaith eto, dydw i ddim yn yfed symiau mawr felly dwi'n hoffi prynu ansawdd dros faint' (Ymatebydd yr arolwg, 126. Benyw, risg gynyddol, myfyriwr)

'Na, dydw i ddim yn cael fy ngyrru gan bris wrth brynu cwrw' (Ymatebydd yr arolwg, 110. Dyn, risg gynyddol, yn gyflogedig amser llawn)

Yn olaf, roedd rhai yfwyr yn rhagweld y byddai prisiau uwch alcohol o ganlyniad i MPA yn eu hannog i leihau eu hyfed ar ôl i'r ddeddfwriaeth ddod i rym. Yn hynny o beth, byddai MPA yn gweithredu fel 'sbardun' ar gyfer lleihau defnydd:

'Dywedwch, er enghraifft, fel y dywedoch chi, mae pedair can yn costio £4 a'u bod wedi mynd i fyny i £8, mae'n debyg na fyddwn yn talu hynny, felly mae'n debyg na fyddwn yn yfed alcohol oni bai ei fod yn achlysur arbennig fel pen-blwydd rhywun, neu Nadolig, neu rywbeth felly.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

'Rwy'n credu i ni, mae'n debyg y bydd yn aros yr un fath, er os bydd y gin a'r tonics yn mynd yn rhy ddrud yna byddwn yn meddwl ddwywaith am ei brynu, ac yn meddwl, 'Na, ni fyddaf yn prynu cymaint', a jyst yn prynu llai, baswn i'n dychmygu.' (Cyfwelai 033, gwryw, risg is)

'Ie. Gallai gael mwy o effaith ar... Dydw i ddim yn gwybod, ie ... os ydych chi yn y sefyllfa honno ac nad oes gennych chi'r arian, mae'n debyg mai'r ymateb fyddai 'Wel, ni fyddai'n ei brynu te'. Neu 'Byddaf yn yfed llai'. (Cyfwelai 034, gwryw, risg gynyddol)

Soniwyd hefyd am y potensial i leihau defnydd gan bobl a oedd yn yfed alcohol ar lefelau niweidiol (a allai fod yn ddibynnol):

'C: Na, iawn. Beth amdanoch chi? Beth mae'n mynd i'w wneud i'ch yfed? A fydd y newid isafbris yn effeithio ar eich ymddygiad?

Y: Byddaf yn dal i gael diod ond bydd jyst rhaid i mi yfed llai. Fy hun, ni fyddaf yn troi at gyffuriau.

C: Na, ond a fydddech chi ... ydych chi'n meddwl y bydd yn lleihau eich yfed te? Ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n...?

Y: Ie, mae'n debyg y bydd yn lleihau fy yfed.' (Cyfwelai 045, benyw, dibyniaeth bosibl)

'C: Beth fydd yn digwydd i'ch yfed?

Y: Wel efallai y bydd fy yfed yn lleihau ychydig ond dim ond oherwydd na allaf dalu amdano' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Effaith bosibl ar y math o alcohol sy'n cael ei yfed

Yn ogystal ag ymchwilio i effaith MPA ar y symiau a yfir, gofynnwyd i yfwyr hefyd am y potensial i MPA sbarduno newid yn y math o alcohol a yfir (e.e. o seidr i wisgi). Gofynnwyd i ymatebwyr yr arolwg wneud sylwadau ar y tebygolrwydd y byddent yn newid math a brand (gweler Tabl 8.1) a nododd y mwyafrif fod hyn yn annhebygol neu'n annhebygol iawn. O'r gyfran fach a oedd yn rhagweld newid (7% ar gyfer math a 10% ar gyfer brand), roedd y disgrifiadau'n amrywiol. Nododd rhai y byddent yn newid i wirodydd tra nododd eraill y byddent yn symud i ffwrdd o wirodydd a diodydd alcoholig cryf i fathau rhatach eraill a brandiau alcohol 'o ansawdd is'.

'Bydd gwirodydd yn dod yn debyg o ran pris i seidr. Byddaf yn newid i wirodydd.' (Ymatebydd yr arolwg, 172. Gwryw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

'Rwy'n tueddu i brynu gwirodydd dim ond pan fydd yna gynnig arbennig, ac os yw'n annhebygol y bydd y pris o dan 20 punt rwy'n llai tebygol o'u prynu/byddaf yn prynu'n llai aml.

Ni fydd hyn yn effeithio arnaf ar gyfer lager/seidr ond bydd yn bendant yn effeithio ar fy mhenderfyniadau prynu gyda gwirodydd/gwin/diodydd gwerth uwch' (Ymatebydd yr arolwg, 123. Benyw, risg gynyddol, yn gyflogedig amser llawn)

'Byddaf yn debygol o grwydro i ffwrdd o eitemau ABV uwch oherwydd cost' (Ymatebydd yr arolwg, 132. Benyw, risg gynyddol, myfyriwr)

'Unwaith eto, prynu cynnyrch o ansawdd is' (Ymatebydd yr arolwg, 126. Benyw, risg gynyddol, myfyriwr)

'Ddim Seidr Gwyn' (Ymatebydd yr arolwg 169. Benyw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

Roedd llawer o'r yfwyr cymedrol y gwnaethom eu cyf weld yn rhagweld y gallai yfwyr niweidiol a pheryglus newid i ddiodydd alcoholig eraill pe bai pris diodydd alcoholig

rhad yn cyd-fynd â phris diodydd cryfach eraill ar ôl eu cyflwyno. Roedd y rhagfynegiad hwn yn seiliedig ar y sefyllfa yn yr Alban, lle deellir bod pris diodydd cryf, traddodiadol rhad fel seidr gwyn wedi disgyn i gyd-fynd â phris gwinoedd cadarn. O'r herwydd, adroddwyd bod gwerthiant [gwin cadarn] wedi cynyddu'n sylweddol ar ôl ei gyflwyno⁶⁷. Roedd nifer o yfwyr cymedrol yn rhagweld y gallai rhywbeth tebyg ddigwydd yng Nghymru:

'Gyda fodca hefyd oherwydd fy mod i wedi bod yn darllen am isafbrisio'r Alban a'r peth sydd wir wedi effeithio arnynt yn yr Alban oedd pethau fel [Brand o seidr] sef y seidr cryf iawn a phethau felly. Ond roeddwn i'n siarad â phobl o'r Alban a dywedon nhw eu bod nhw'n yfed [gwin cadarn] nawr felly y cyfan maen nhw wedi'i wneud yw newid i [gwin cadarn] nawr sy'n bymtheg y cant.' (Cyfwelai 013, gwryw, risg gynyddol)

Er bod llawer o'r cyfweleion wedi nodi bod newid diodydd alcoholig yn debygol o ddigwydd, roedd mwyafrif y disgrifiadau o hyn yn digwydd mewn perthynas ag yfwyr eraill (dibynnol) yn hytrach nag â hwy eu hunain. Ac eto, roedd rhywfaint o dystiolaeth ansoddol ymhlith yfwyr dibynnol i awgrymu y gallai hyn ddigwydd. Yn wir, y math hwn o newid oedd y dull a nodwyd amlaf pan siaradodd cyfranogwyr am newid eu hymddygiad eu hunain yn y dyfodol:

C: Felly efallai na fydddech chi'n newid i wirodydd eto?

Y: Na, dwi ddim eisiau gwneud hynny mewn gwirionedd, ond os yw'n rhatach yna does gen i ddim dewis.' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Y: Efallai y byddaf yn newid i wirodydd os ydyn nhw'r un pris â seidr.' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Awgrymodd rhai yfwyr cymedrol y gallent hefyd fod yn fwy tueddol o newid brandiau neu fath o ddiod mewn ymateb i isafbris am alcohol. Fodd bynnag, roedd yr yfwyr hyn yn tueddu i wahaniaethu rhyngddynt hwy a'r rhai sy'n ddibynnol ar alcohol, gan awgrymu na fyddai unrhyw newid a allai ddigwydd o reidrwydd yn niweidiol.

'C: A fydddech chi'n parhau i yfed?

Y: Baswn. Mwy na thebyg.

C: Ni fydddech yn dweud 'lawn, nid wyf yn yfed heno oherwydd ei fod wedi cynyddu'.

Y: O Duw na. Ni fyddwn yn prynu hynny, ni fyddwn yn prynu'r fodca pe bai'n £14; Yn lle hynny efallai y byddwn yn prynu potel dda o win.

C: Felly bydddech chi'n edrych am y dewis arall rhataf nesaf? A yw hynny'n gywir?

Y: Ie.

C: Felly ni fyddai'n effeithio ar eich yfed. Ond efallai y byddwch chi'n edrych am rywbeth arall?

Y: Ie, yn union.' (Cyfwelai 032, benyw, risg gynyddol)

Roedd myfyrwyr hefyd yn rhagweld y byddai MPA yn effeithio ar eu dewis o ddiod gan y byddent yn ceisio cael y 'fargen orau am eu harian':

⁶⁷ [Scottish Sun - Buckfast sales increase after MUP](#)

'A: [Os] bydd yn costio cymaint mwy, yna byddai'n well gen i beidio â chael hynny a baswn i'n newid.

C: I beth fydddech chi'n meddwl?

Y: Yn ôl i gin mae'n debyg, gin a thonig oherwydd ei fod yn fwy cost-effeithiol yn fy meddwl i, rydych chi'n gwybod nad yw'n neidio i fyny llawer mwy nag y mae nawr. Felly ie, mae'n debyg mai dyna y byddwn yn ei wneud.' (Cyfwelai 044, benyw, risg gynyddol)

'Mae'n debyg y byddaf yn ceisio mynd am y swm uchaf o alcohol am y pris rhataf.' (Cyfwelai 032, benyw, risg gynyddol).

Effaith bosibl ar y defnydd o sylweddau eraill

Gofynnodd holiadur yr arolwg i ymatebwyr nodi pa mor debygol yr oeddent yn credu y byddai MPA yn arwain at newidiadau i'w defnydd o gyffuriau anghyfreithlon, cyffuriau presgripsiwn, meddyginiaeth dros y cownter, diodydd meddal, bwyd, alcohol nad sydd ar ffurf diod (e.e. glanweithyddion dwylo) ac unrhyw sylweddau eraill (gweler Tabl 8.2). Ar y cyfan, ychydig iawn o ymatebwyr a ragwelodd y byddai MPA yn eu harwain i newid sylwedd. Ar gyfer yr holl sylweddau, nododd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg eu bod naill ai'n annhebygol neu'n annhebygol iawn o newid eu patrymau defnyddio ar ôl cyflwyno MPA. Prin oedd yr esboniadau a roddwyd ar gyfer eu hatebion arolwg ond lle bo modd, tynnwyd arnynt yn y drafodaeth isod.

Tabl 8.2 Newidiadau a ragwelir yn y defnydd o sylweddau eraill ar ôl MPA

	Tebygol iawn	Tebygol	Naill neu'r llall	Annhebygol	Annhebygol iawn	CYFANSWM
Cyffuriau anghyfreithlon	7% (11)	4% (7)	11% (18)	7% (12)	72% (122)	100% (170)
Cyffuriau a ragnodwyd i chi	2% (3)	3% (5)	10% (17)	9% (16)	76% (132)	100% (173)
Cyffuriau a ragnodwyd i bobl eraill	2% (3)	2% (4)	11% (18)	9% (16)	76% (131)	100% (172)
Cyffuriau dros y cownter	1% (2)	3% (6)	9% (16)	12% (20)	75% (130)	100% (174)
Diodydd meddal	2% (3)	6% (10)	12% (20)	12% (20)	70% (121)	100% (174)
Bwyd	4% (6)	6% (11)	10% (18)	10% (18)	69% (120)	100% (173)
Alcohol nad sydd ar ffurf diod	2% (3)	3% (5)	11% (19)	12% (20)	73% (127)	100% (174)
Unrhyw sylweddau eraill	1% (1)	2% (3)	12% (21)	9% (15)	77% (131)	100% (171)

Nodiadau: Rhai achosion coll.

Effaith bosibl ar ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon

Nododd y rhan fwyaf o yfwyr eu bod yn annhebygol o newid i gyffuriau anghyfreithlon ar ôl cyflwyno MPA. Roedd hyn yn aml oherwydd nad oedd ganddyn nhw hanes o'u defnyddio ac nid oedd ganddyn nhw unrhyw fwriad i ddechrau gwneud hynny ar ôl cyflwyno isafbris ar gyfer alcohol.

'Nid wyf byth yn mynd i gymryd unrhyw gyffur anghyfreithlon' (Ymatebydd yr arolwg, 25. Benyw, risg isel, yn gofalu am y cartref a/neu'r teulu)

'Dydw i ddim yn defnyddio cyffuriau anghyfreithlon' (Ymatebydd yr arolwg, 35. Benyw, risg isel, myfyriwr)

'Felly pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd isafbrisiau yn cael ar eich defnydd o gyffuriau anghyfreithlon?'

Y: Dim o gwbl.

C: Oherwydd?

Y: Dydw i ddim yn eu defnyddio.

C: Dydych chi ddim yn credu y byddwch yn cychwyn eu defnyddio nhw?

Y: Rwy'n credu fy mod lawer rhy hen nawr.

C: Felly os bydd pris alcohol yn codi ac yn ei wneud yn ddrytach na chyffuriau ni allwch weld eich hun yn dechrau defnyddio cyffuriau?

Y: Na.' (Cyfwelai 002, benyw, risg is)

'C: Ydych chi'n defnyddio unrhyw sylweddau anghyfreithlon fel canabis neu unrhyw beth ar hyn o bryd?'

Y: Na dwi erioed wedi.

C: Rwy'n gwybod nad ydych chi'n defnyddio unrhyw gyffuriau anghyfreithlon ond a allech chi ragweld y posibilrwydd o newid o alcohol i gyffuriau anghyfreithlon i gael teimlad penodol?

Y: Na.

C: Ddim o ystyried beth ddywedoch chi nawr.

Y: Na, ni wnaeth erioed apelio na chael ei gynnig i mi chwaith a bod yn gwbl onest, rhywbeth nad yw fy mam yn ei gredu; Mewn gwirionedd nid wyf erioed wedi cael cynnig unrhyw gyffuriau, ni fyddwn hyd yn oed yn gwybod ble i gael gafael arnyn nhw.' (Cyfwelai 003, benyw, risg uwch)

Er nad oedd mwyafrif y cyfweleion yn rhagweld newid eu hunain, awgrymodd rhai y gallai'r sawl a oedd yn ddibynnol ar alcohol ddewis newid sylweddau ar ôl cyflwyno MPA.

'Dydw i ddim yn ysmygu nac yn cymryd cyffuriau, yna ni fyddai o reidrwydd yn fy mhoeni ond yn amlwg i rai pobl os oes gennych bersonoliaeth gaethiwus, efallai y byddai' (Cyfwelai 020, benyw, risg is)

Roedd gan yr yfwyr dibynnol y gwnaethom eu cyfweld farn gymysg ynghylch sut y byddai MPA yn dylanwadu ar eu defnydd o gyffuriau anghyfreithlon. Roedd consensws clir yn bodoli ymhlith y rhai heb hanes blaenorol o ddefnyddio cyffuriau na fyddent yn newid i gyffuriau o ganlyniad i gynnydd ym mhris alcohol:

'C: Felly dydw i ddim yn credu bydd y pris yn newid llawer iawn i chi, felly ydych chi'n meddwl y byddai'n effeithio ar eich defnydd o sylweddau eraill, cyffuriau anghyfreithlon eraill?

Y: Na fyddai.' (Cyfwelai 011, benyw, dibyniaeth bosibl)

'C: Iawn. Ydych chi'n meddwl y byddai'n cael unrhyw effaith ar eich defnydd o gyffuriau anghyfreithlon er enghraifft? Rwy'n gwybod nad ydych chi'n eu defnyddio ar hyn o bryd ond a allech chi ystyried eu defnyddio os bydd alcohol yn dod yn ddrytach?

Y: Dwi ddim yn meddwl hynny oherwydd fy mod i'n eithaf gwrth-gyffuriau beth bynnag felly gan fy mod wedi bod yn y brifysgol am dair blynedd, pe bawn i'n mynd i wneud hynny, yna byddwn i wedi gwneud cyn hynny.' (Cyfwelai 004, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Fodd bynnag, ymhlith yr yfwyr dibynnol hynny a oedd â hanes o ddefnyddio cyffuriau yn anghyfreithlon, roedd y farn ynghylch newid i gyffuriau o ganlyniad i MPA yn gymysg. Dywedodd y mwyafrif ohonynt nad oedd ganddynt unrhyw fwriad i newid o alcohol i gyffuriau:

'C: Felly beth os bydd pris alcohol yn codi a fydddech chi'n dechrau meddwl am ddefnyddio cyffuriau eto?

Y: Na, na, dwi ddim eisiau nhw yn fy mywyd dim mwy.

C: Na?

Y: Na.' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Felly, dydych chi ddim yn credu y bydd yn newid eich yfed, a fydd yn newid eich defnydd o gyffuriau eraill?

Y: Dydw i ddim yn cyffwrdd .. nid wyf yn un sy'n hoff iawn o gyffuriau mewn gwirionedd.

C: Felly nid yw pris alcohol yn mynd i fyny yn mynd i wneud ichi chwilio am ryw beth arall?

Y: Dwi ddim yn meddwl y bydda i'n troi at unrhyw beth arall, na.' (Cyfwelai 042, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'C: Beth amdanoch chi? Beth fydd yn ei wneud i'ch yfed? A fydd yr isafbrisio yn newid yr hyn a wnewch?

Y: Byddai'n dal i gael diod ond bydd yn rhaid i mi ei dorri i lawr. Ni fyddaf yn troi at gyffuriau fy hun.' (Cyfwelai 045, benyw, dibyniaeth bosibl)

A: Dwi ddim yn meddwl y bydda i'n troi at unrhyw beth arall, na. Fyddai ddim yn troi at grac cocên neu gôc; mae'n rhy ddrud (Cyfwelai 042, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Dywedodd yfwr dibynnol arall sydd â hanes o ddefnyddio cyffuriau nad oedd hi'n glir beth y byddai'n ei wneud o ran ei defnydd o gyffuriau ar ôl cyflwyno MPA:

'C: Pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd yn ei chael arnoch chi wrth ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon? Felly, rydych chi'n yfed seidr ac ychydig o fodca ar hyn o bryd ac rydych chi'n gwneud ychydig o grac, a ydych chi'n

mynd i symud eich arian o gwmpas ychydig i brynu mwy o grac? Neu lai o grac, neu fwy o alcohol?

Y: Na, gydag yfed llai, bydd yn arbed mwy o arian imi yn barod ac mae'n debyg y bydd yn fy helpu i roi'r gorau i yfed.

C: A wnewch chi wario hynny ar gyffuriau?

Y: Efallai, gallaf ddweud 'ie' ac ni allaf ddweud 'na.'

C: Rhaid aros i weld.

Y: Felly, efallai.' (Cyfwelai 023, benyw, dibyniaeth bosibl)

Dywedodd sawl un arall y byddent yn wir yn ystyried newid i gyffuriau anghyfreithlon. Pan ofynnwyd iddynt pa sylwedd yr oeddent fwyaf tebygol o amnewid alcohol ag ef, esboniodd y cyfranogwyr y byddai eu dewis yn seiliedig ar gyfuniad rhwng y pris a'r effeithiau a ddymunir (yn ddelfrydol yn debyg i alcohol):

'C: Beth am ddefnyddio cyffuriau? A fydd hynny'n newid eich defnydd o gyffuriau? A fydddech chi'n defnyddio mwy o ...?

Y: Nid wyf yn gaeth i gyffuriau. Rwy'n cymryd cyffuriau nawr ac yn y man.

C: Ond a fydddech chi'n newid o alcohol i gyffuriau pe bai'n rhatach?

Y: Ie, wrth gwrs byddwn i, ie pe bai'n rhatach. Ie, wrth gwrs byddwn i.

C: Felly, beth fydddech chi'n newid iddo, pe bai ...?

*Y: Spice. Dyna'r peth rhataf. Ond mae spice yn ff**io gyda chi.' (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)*

'C: Beth allech chi newid iddo?

Y: Beth bynnag sy'n cael ei gynnig.

C: Unwaith eto, mae'n dibynnu beth sydd rhataf?

Y: Ie.

C: Ydych chi'n chwilio am fath penodol o effaith?

Y: I fy ymlacio.

C: Iawn. Felly, nid cocên fyddai hynny, er enghraifft?

Y: Gallai fod yn unrhyw beth.

C: Gallai fod yn unrhyw beth. Dim ond rhywbeth i newid...

Y: Cyflwr fy mhen.

C: Cyflwr eich pen. Gallai fod yn unrhyw beth o gwbl. Pe bai'n rhaid i chi ddweud beth allai fod, pa gyffur fasech chi'n dweud sydd fwyaf tebygol?

Y: Mariwana i gychwyn, mae'n debyg.' (Cyfwelai 025, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'C: A fydd yn cael unrhyw effaith ar eich defnydd o gyffuriau anghyfreithlon?

Y: O bosib; efallai y byddaf yn dechrau defnyddio rhai o'r cyffuriau oherwydd byddan nhw'n rhatach.

C: Unrhyw fathau penodol?

Y: Dydw i ddim yn gwybod; canabis neu efallai y byddaf hyd yn oed yn troi at heroin; Dydw i ddim yn gwybod.' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Yn olaf, nododd un yfwr dibynnol a oedd hefyd yn defnyddio canabis na fyddai MPA yn cael unrhyw effaith ar ei ddefnydd o unrhyw un o'r sylweddau hyn. Dywedodd y byddai'n parhau i ddefnyddio alcohol a chanabis yn yr un modd â chyn y newid mewn prisiau:

'C: A fyddai'n effeithio ar eich defnydd o gyffuriau anghyfreithlon? Felly, a fydddech chi'n amnewid alcohol am rywbeth arall?

Y: Rwy'n hoffi ysmegu canabis a chael diod, ie.

*C: Ond pe bai alcohol yn mynd yn rhy ddrud, a fydddech chi'n stopio hynny a dechrau defnyddio heroin neu grac, neu fwy o ganabis? Na?*⁶⁸

Y: Na. I fod yn onest â chi, na.

C: Pam na fydddech chi'n gwneud hynny?

Y: Rwy'n cadw cydbwysedd rhwng y ddau.

C: Pam ydych chi'n gwneud hynny?

Y: Gan fy mod i'n hoffi'r ddau ohonyn nhw.' (Cyfwelai 037, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Soniodd rhai o ymatebwyr yr arolwg hefyd am y potensial i newid i ganabis. Ar gyfer un, roedd hyn yn gysylltiedig â chynyddu'r defnydd cyfredol ond ar gyfer y llall roedd yn gysylltiedig â chychwyn defnyddio canabis.

'Mae'n bosib y byddaf yn dechrau defnyddio canabis oherwydd nad oes isafbris arno' (Ymatebydd yr arolwg, 172. Gwryw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

'Efallai byddaf yn defnyddio mwy o ganabis' (Ymatebydd yr arolwg, 122. Benyw, risg gynyddol, wedi ymddeol)

Ar y cyfan, fodd bynnag, gyda nifer fach yn unig o eithriadau (e.e. un ymatebydd i'r arolwg a awgrymodd 'Efallai y byddaf yn defnyddio mwy o grac cocên' ac un cyfwelai a ddywedodd y gallai 'droi at heroin'), roedd y mwyafrif o yfwyr yn annhebygol o newid i sylweddau 'caletach' fel crac neu heroin ac yn gyffredinol roedd yn well ganddynt alcohol. Roedd hyn er i lawer o yfwyr nad oeddent yn niweidiol ragweld y byddai rhai yfwyr yn gwneud hynny. Pe bai newid yn digwydd, roedd yn fwyaf tebygol ymhlith y rhai â hanes o ddefnyddio cyffuriau ac mewn perthynas â chyffuriau a oedd yn rhatach ac a oedd yn cael effeithiau tebyg i alcohol.

Effaith bosibl ar ddefnyddio sylweddau eraill

Holwyd yn benodol i ymatebwyr yr arolwg wneud sylwadau ar yr effaith bosibl ar eu defnydd o ystod o sylweddau eraill gan gynnwys cyffuriau a ragnodwyd gan feddyg a chyffuriau a ragnodwyd i rywun arall gan feddyg. Fel y dangosir yn Nhabl 8.2, ychydig o ymatebwyr yn unig a ragwelodd y byddai MPA yn newid eu defnydd o'r sylweddau hyn.

Dim ond ychydig o ymatebwyr a esboniodd eu rhagfynegiadau, ond pan wnaethant, y prif reswm a roddwyd oedd oherwydd nad oeddent yn defnyddio meddyginiaeth pobl eraill ac nad oeddent yn rhagweld cychwyn o ganlyniad i MPA. Yn ddiddorol, gwnaeth dau ymatebydd sylwadau annelwig ar pam eu bod yn credu y byddai eu defnydd o feddyginiaeth pobl eraill yn cynyddu. Cyfeiriodd un at ddefnyddio meddyginiaeth a ddargyfeiriwyd oddi wrth aelodau'r teulu heb esbonio pam. Nododd y llall y gallai fod yn rhaid iddynt 'brynu mwy o valium stryd'.

⁶⁸ Yn gynharach yn y cyfweiliad, disgrifiodd yr ymatebydd hwn defnyddio pob math o sylweddau yn flaenorol gan gynnwys heroin a chrac, a dyna'r rheswm dros ofyn am ddefnyddio'r sylweddau hyn yma.

Soniwyd hefyd am y potensial i newid i Valium gan un cyfwelai a ddisgrifiodd sut y byddai Valium yn ei helpu i ymdopi wrth roi'r gorau i alcohol:

'Os ydych chi'n gaeth i alcohol does dim ots pa sylweddau eraill rydych chi'n eu cymryd, rydych chi'n dal i roi'r gorau i alcohol felly oni bai eich bod chi'n cymryd Valium neu diazepam yna mae dal yn rhaid i chi roi'r gorau i alcohol. Mae'n debyg mai'r peth mwyaf synhwyrol i'w wneud fyddai troi at Valium oherwydd bydd hynny'n fy atal rhag bod yn gaeth i alcohol.

C: Felly Valium stryd neu wedi'i ragnodi?

Y: Wel, dim ond os ydych chi mewn cyfleuster dadwenwyno y bydden nhw'n rhagnodi Valium i chi felly byddai rhaid iddo fod yn Valium stryd ie.' (Cyfwelai 025, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Ar gyfer cyffuriau a ragnodwyd yn gyfreithlon gan feddyg, y prif resymau a roddwyd gan ymatebwyr yr arolwg dros beidio â newid eu patrwm defnydd oedd naill ai oherwydd nad oeddent yn credu y byddai MPA yn effeithio ar eu presgripsiynau (e.e. 'mae presgripsiynau am ddim', 'ni fydd cyflwyno'r isafbrisio am alcohol yn effeithio arnaf, 'bydd angen inswlin arnaf o hyd') neu oherwydd nad oeddent yn cae unrhyw feddyginiaeth bresgripsiwn (e.e. 'dydw i ddim yn cymryd unrhyw feddyginiaeth bresgripsiwn') ac nid oeddent yn rhagweld cychwyn o ganlyniad i MPA.

Ar gyfer y sylweddau sy'n weddill, ychydig iawn o esboniadau a roddwyd gan ymatebwyr yr arolwg. Pan gredwyd bod newid mewn ymddygiad yn debygol neu'n debygol iawn, rhoddwyd ychydig o ymatebion diddorol. Ar gyfer meddyginiaeth dros y cownter (e.e. 'cyffuriau lleddfu poen efallai'), ar gyfer diodydd meddal (e.e. 'yfed llawer o ddioddydd meddal pan na allaf gael gafeol ar alcohol'), ar gyfer bwyd (e.e. 'bwyta mwy pan fyddaf yn yfed llai'), ac ar gyfer alcohol nad sydd ar ffurf diod (e.e. 'bydd pobl na allant fforddio alcohol mwyach yn defnyddio pethau o'r fath yn ei le').

Crynodeb

Cyflwynwyd isafbris am alcohol yng Nghymru er mwyn helpu i amddiffyn iechyd yfwyr peryglus a niweidiol sy'n yfed llawer iawn o alcohol cryf, rhad. Archwiliodd y bennod hon yr hyn yr oedd yfwyr (gan gynnwys yfwyr peryglus a niweidiol) yn rhagweld y byddai'n digwydd i'w patrymau yfed ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth. Roedd y bennod hefyd yn ystyried beth fyddai'n digwydd i ddefnydd yfwyr o sylweddau eraill gan gynnwys cyffuriau anghyfreithlon. Fel y canfuwyd hefyd gan Holloway et al. (2019), ystyriwyd bod newid cyffuriau yn annhebygol ymhlith yr yfwyr yn yr astudiaeth hon. Yn unol ag ymchwil flaenorol, roedd newid i gyffuriau anghyfreithlon (canabis fel arfer a chyffuriau caletach yn anaml) ond yn bosiblwydd i'r rheini â hanes o'u defnyddio eisoes. Roedd y rhan fwyaf o yfwyr o'r farn ei bod yn annhebygol y byddai eu patrymau yfed yn newid o ganlyniad i MPA. I yfwyr dibynnol, ysgogwyd y diffyg newid gan yr angen corfforol i ddal ati i yfed er mwyn osgoi rhoi'r gorau, ffitiau ac o bosibl marwolaeth. I yfwyr eraill roedd hyn oherwydd eu bod yn gallu fforddio'r costau ychwanegol neu am nad oeddent yn yfed digon iddo effeithio arnynt. Er bod y rhagfynegiadau yn negyddol ar y cyfan yn yr ystyr o ragolygon cyfyngedig ar gyfer newid, roedd nifer fach o yfwyr (gan gynnwys yfwyr dibynnol) o'r farn y gallai MPA sbarduno gostyngiad yn eu hyfed.

9. Goblygiadau cymdeithasol ac iechyd posibl

Gan symud ymlaen o effaith bosibl MPA ar batrymau yfed a defnyddio sylweddau, mae'r bennod hon yn archwilio goblygiadau cymdeithasol ac iechyd posibl cyflwyno isafbris am alcohol yng Nghymru. Rhennir y bennod yn ddwy brif ran. Mae'r cyntaf yn canolbwyntio ar effaith gymdeithasol bosibl MPA ar yfwyr gan gynnwys effeithiau posibl ar: troseddu, cyllid, perthnasoedd, cyflogaeth a thai. Mae ail ran y bennod yn archwilio effaith bosibl MPA ar iechyd corfforol a meddyliol yfwyr.

Yn yr un modd â'r bennod flaenorol, mae'r bennod hon yn seiliedig ar ragfynegiadau yfwyr o'r hyn y maent yn credu a fydd yn digwydd unwaith y bydd MPA yn cael ei gyflwyno yn hytrach nag ar ddigwyddiadau go iawn. Ar ben hynny, mae'r bennod yn archwilio'r hyn y mae yfwyr yn rhagweld y bydd yn digwydd iddyn nhw eu hunain yn bersonol yn ogystal ag i yfwyr eraill.

Tebygolrwydd o effaith gymdeithasol ac iechyd

Er mwyn ymchwilio i effaith gymdeithasol ac iechyd bosibl MPA ar fywydau yfwyr, gofynnwyd i ymatebwyr yr arolwg nodi pa mor debygol oeddent yn credu y byddai MPA yn effeithio arnynt yn bersonol ar ystod o faterion iechyd a chymdeithasol. Mae'r ffigurau yn Nhabl 9.1 yn dangos yn glir bod y rhan fwyaf o yfwyr o'r farn ei bod yn annhebygol **iawn** y byddai MPA yn arwain at unrhyw newid ar gyfer pob mater. Ar gyfer y mwyafrif o faterion, roedd llai na 10 y cant o'r ymatebwyr o'r farn y byddai'r MPA yn effeithio arnynt. Fodd bynnag, ar gyfer Cyllid, roedd y ffigur ychydig yn uwch ar 15 y cant.

Tabl 9.1 Newidiadau a ragwelir mewn agweddau eraill ar eu bywydau ar ôl MPA

	Tebygol iawn	Tebygol	Naill neu'r llall	Annhebygol	Annhebygol iawn	CYFANSWM
Aelodau o'r teulu	2% (4)	3% (6)	11% (20)	9% (16)	74% (132)	100% (178)
Ffrindiau	1% (2)	7% (13)	12% (21)	7% (13)	73% (129)	100% (178)
Iechyd corfforol	3% (6)	5% (8)	8% (14)	9% (16)	75% (132)	100% (176)
Iechyd meddwl	4% (7)	4% (7)	11% (19)	10% (18)	71% (127)	100% (178)
Cyflogaeth	1% (1)	1% (1)	10% (18)	10% (17)	79% (141)	100% (178)
Cyllid	5% (9)	10% (17)	10% (18)	9% (15)	67% (118)	100% (177)
Llety/byw	1% (2)	-	14% (24)	9% (16)	76% (136)	100% (178)
Troseddu	2% (4)	2% (3)	11% (20)	9% (15)	76% (135)	100% (177)

Nodiadau: Rhai achosion coll.

Anaml y darperir esboniadau pam roedd ymatebwyr o'r farn y byddai MPA yn newid eu bywydau ond roeddent yn cynnwys rhai pwyntiau diddorol. Tynnir ar y sylwadau hyn lle bo hynny'n briodol yn yr adrannau isod.

Er nad oedd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg yn rhagweld y byddai MPA yn cael unrhyw fath o effaith (cadarnhaol neu negyddol) ar eu bywydau, roedd gan y cyfweleion farn wahanol. Mewn gwirionedd, roedd mwyafrif y cyfweleion yn teimlo y byddai'r ddeddfwriaeth yn arwain at effeithiau iechyd a chymdeithasol negyddol i yfwyr, yn enwedig yfwyr dibynnol.

Effaith gymdeithasol bosibl

Er bod cyfranogwyr ymchwil yn cydnabod ystod o ganlyniadau cymdeithasol posibl MPA, roedd un o'r rhai a grybwyllir amlaf yn ymwneud â throeddau ac ymddygiad troseddol. Ar y cyfan, trafodwyd y mater hwn mewn termau eithaf negyddol gyda'r mwyafrif yn disgrifio cynnydd posibl mewn troseddu.

Trosedd meddiannu

Nid oedd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg yn rhagweld newid yn eu hymddygiad troseddol o ganlyniad i MPA. Fodd bynnag, roedd cyfran fach o'r farn bod newid yn debygol ac yn yr achosion hynny lle darparwyd esboniadau, nid oedd y newid a ragwelwyd er gwell.

'Llai o arian i dalu am fwy felly gan ddefnyddio mwy o gamau anghyfreithlon i gael yr arian amdano' (Ymatebydd yr arolwg, 119. Gwryw, risg isel, myfyriwr)

'Efallai y bydd angen i mi fynd allan i ladrata i ariannu fy yfed' (Ymatebydd yr arolwg, 170. Benyw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

Yn yr un modd, roedd cyfweleion (yn cynnwys pob math o yfwyr) yn rhagweld yn llethol mai un o effeithiau cymdeithasol mwyaf tebygol MPA oedd cynnydd mewn troseddau a gyflawnwyd gan yfwyr dibynnol, a fyddai o ganlyniad i'r newidiadau mewn prisiau angen dod o hyd i ffyrdd newydd o gaffael arian.

Cododd y mwyafrif o yfwyr risg canolig isel (nad oeddent yn yfwyr dibynnol eu hunain) bryderon clir y byddai'r codiadau mewn prisiau a gyflwynwyd gan bolisi'r MPA yn arwain y rhai sy'n gaeth i alcohol i gyflawni troseddau meddiannu mwy megis dwyn o siopau, lladrad, byrgleriaethau, ond hefyd, mewn ychydig o achosion, trais. Roedd eraill yn rhagweld cynnydd cyffredinol mewn troseddau, heb nodi pa fathau o droseddau yn benodol a fyddai'n gweld cynnydd:

'Rwy'n golygu cyfradd troseddu rwy'n meddwl hefyd. Os na all pobl fforddio talu am eu diodydd neu gyffuriau, mewn rhai agweddau fel gyda heroin, oherwydd bod hynny'n beth mor ddrud, mae pobl yn tueddu i chwilio am ffyrdd eraill o gael arian yn hytrach na'r hyn y gallant ei gael mewn

cyflogaeth. Felly rwy'n credu bod hynny'n bryder.' (Cyfwelai 044, benyw, risg gynyddol)

'Am wn i y byddai'r un peth â chyffuriau a beth bynnag mae pobl eisiau ei wneud. Os ydyn nhw mor gaeth i rywbeth a bod y pris yna'n treblu wedyn efallai y byddan nhw'n mynd i archfarchnad a'i ddwyn beth bynnag. Felly efallai y bydd mwy o ladradau neu fyrgheriaethau tŷ, wyddoch chi beth bynnag mae pobl yn ei wneud i gael gwefr mewn gwirionedd?' (Cyfwelai 020, benywaidd, risg is)

'Nid wyf yn ddibynnol ar alcohol, felly nid wyf yn siŵr. Ond rwy'n meddwl y dylai dwyn alcohol o siopau ac yna'r effaith bosibl ar siopwyr, fwy o drais efallai, y dylid ystyried y pethau hyn.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'Os yw rhywun eisiau prynu rhywbeth, byddant yn dod o hyd i ffordd. Fel y dywedais, gallai gynyddu troseddau oherwydd gallai pobl fod yn dwyn mwy oherwydd bod pris alcohol wedi codi.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

Dywedodd cyfranogwyr a oedd ei hun yn ddibynnol ar alcohol na fyddai cynnydd yn y pris oherwydd cyflwyno MPA yng Nghymru yn ei atal rhag yfed. Yn hytrach, oherwydd cryfder eu dibyniaeth, a oedd yn aml yn cael ei chymharu â dibyniaeth ar heroin, fe gyfaddefon nhw y byddent yn cyflawni troseddau meddiannu i'w helpu i ymdopi â'r newid mewn pris:

'C: Ydych chi'n meddwl y bydd yn atal pobl rhag yfed?

*Y: Wrth gwrs ddim, oherwydd byddan nhw'n ff**** dwyn pethau... byddan nhw jyst yn ei gymryd o'r siop. ... Jyst yn mynd i gymryd poteli o ASDA. Mynd i gymryd y siop o ASDA. Pan fyddwch chi ei eisiau, fe gewch chi'r hyn rydych chi ei eisiau.*

C: Felly, bydd pobl sydd ei angen jyst yn ei gymryd?

Y: Ie. Rydych chi'n dwyn, oherwydd... Mae heroin, wel basech chi'n dwyn o'ch mamgu ar bethau fel yna. Basech chi'n dwyn o'ch teulu, ffrindiau, dydych chi ddim yn poeni. Mae alcohol yn gyffur tebyg. Pan fydd ei angen arnoch chi, rydych chi'n mynd i'r graddau hynny i'w gael... Wel, maen nhw'n mynd i ladrata, nid dim ond dwyn oddi ar y silffoedd; byddan nhw'n lladrata tai a phethau fel 'na. Fe gewch chi'r sefyllfa honno, oherwydd mae'n dal i fod yn gyffur fel unrhyw un o'r lleill. Mae'n dal i fod yn gyffur caethiwus.' (Cyfwelai 037, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'C: Beth fydd yn digwydd i'ch yfed?

Y: [...] Bydd yn golygu y byddaf yn dechrau dwyn alcohol a phethau felly' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'A: Rwy'n credu y byddwch yn gweld cynnydd mewn dwyn o siopau.

C: Felly, bydd pobl yn ei dwyn?

Y: Dyna beth dwi'n credu bydd yn digwydd. Maen nhw'n mynd i fynd allan i yfed oherwydd eu bod nhw'n alcoholigion, ac yna byddan nhw'n dwyn o'r siopau.

C: A fydddech chi'n ei dwyn? A fydddech chi'n dwyn alcohol?

Y: *Dwi wedi gwneud yn y gorffennol a baswn i'n gwneud eto, ie.* (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

Mathau eraill o droseddau

Ar wahân i gynnydd mewn troseddau meddiannu, roedd rhai cyfranogwyr hefyd yn rhagweld cynnydd mewn gwerthiant alcohol o dan y cownter am bris is na'r terfyn cyfreithiol, rhywbeth a ddigwyddodd o'r blaen gyda gwerthu tybaco, ar ôl ei gynnydd mewn pris. Myfyriodd rhai yfwyr ar eu profiad eu hunain o hyn yn y gorffennol:

'Y: Byddai jyst yn mynd i'r siop wystlo te.

C: Ond bydd rhaid iddo werthu'r eiddo yno.

A: Na, fydd e ddim; mae e'n iawn. ...mae'n gwerthu caniau am 99c ac rwy'n rhoi punt y can iddo bob tro...' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Myfyriodd eraill ar yr hyn yr oeddent yn meddwl fyddai'n digwydd yn seiliedig ar yr hyn a oedd yn swnio fel dealltwriaeth fwy anuniongyrchol o sut roedd pethau wedi gweithio yn y gorffennol.

'Rydych yn ei glywed, rydych yn ei weld yn y newyddion, am y farchnad ddu hon mewn sigarêts a phethau felly, lle gallai alcohol fod ar gael yn fwy mewn modd cyfrinachol, fel petai, felly gellir ei brynu yn y modd hwnnw.' (Cyfwelai 033, gwryw, risg is)

'C: Felly, ydych chi'n meddwl bod hyn yn beth da, felly? Eu bod nhw'n cynyddu'r pris?

*A: Mae'n ff**in... Dwi ddim yn gwybod. Dwi ddim yn gwybod, oherwydd os ydych chi'n cynyddu'r alcohol, maen nhw'n mynd i'w werthu o dan y cownter.'* (Cyfwelai 038, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Pwysleisiodd ychydig o gyfranogwyr eraill (yn enwedig yfwyr dibynnol) y gallai gwerthiant alcohol ffug dyfu, eto yn yr un modd ag y digwyddodd gyda sigarêts, pan godwyd eu pris. Dywedodd yr yfwyr hyn y gallent ddod o hyd i'r math hwn o alcohol yn hawdd pe bai angen:

'Rwy'n gwybod pa siop i fynd iddi, dim ond ei bod yn gyflymach y siop wystlo lle dwi'n mynd, felly byddaf yn cerdded ychydig ymhellach a gallaf ei chael yno; mae yna ddiod yno ac maen nhw'n cadw'r cyfan i fyny'r grisau felly pob lwc iddyn nhw' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Mewn gwirionedd, roedd un ohonynt eisoes yn gwneud hynny:

*'Rwy'n credu eu bod yn mynd i ddechrau eu gwerthu nhw fel... Mae fel sigarêts, pan ddechreuon nhw werthu sigarêts o dan y til. Bydd rhai ohonyn nhw'n dechrau gwerthu alcohol o dan y til. Felly, ie, byddwn i'n ei brynu, ie... Maen nhw eisoes yn gwerthu sigarêts ffug i chi, felly rydw i jyst... o dan y cownter, yn gwerthu'r alcohol ffug, fel maen nhw eisoes yn ei wneud yn siop *** yn Grangetown, ac mae'n ff***in wenwynig. Ond maen nhw'n ei werthu. Fe wnes i ei yfed y diwrnod o'r blaen.* (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

Roedd yfwyr eraill yn ymwybodol bod yr arfer hwn wedi digwydd gyda thybaco ac yn rhagweld y byddai hefyd yn digwydd gydag alcohol.

'Byddaf yn onest â chi, maen nhw wedi codi'r prisiau nawr; mae cwpl o bethau wedi codi. Yn un peth, mae pobl yn mynd i ddechrau fel maen nhw'n ei wneud gyda thybaco, maen nhw'n mynd i fod rownd y corneli yn gwerthu diodydd rhad, iawn? Sydd ddim yn beth da oherwydd cwpl o flynyddoedd yn ôl gyda fodca roedd yn gwneud iddyn nhw i gyd fynd yn ddall, ond os ydyn nhw eisiau yfed fe fyddan nhw'n mynd rownd y gornel ac yn ei brynu.' (Cyfwelai 045, benyw, dibyniaeth bosibl)

'Rwy'n credu y bydd pobl bob amser yn dod o hyd i ffordd i brynu alcohol os bydd ei angen arnynt, byddwch yn wylidwrs o'r farchnad ddu, cynnyrch ffug sy'n dod yn fwy cyffredin.' (Ymatebydd yr arolwg, 91. Benyw, risg isel, cyflogedig)

Ar nodyn mwy cadarnhaol, roedd un ymatebydd i'r arolwg yn rhagweld pe bai MPA yn arwain at ostyngiad yn y defnydd o alcohol yna gallai hyn arwain at ostyngiad mewn rhai mathau o droseddau cysylltiedig ag alcohol, sef troseddau treisgar.

'Os oes llai o yfed alcohol gall atal troseddau a achosir gan alcohol fel GBH' (Ymatebydd yr arolwg, 134. Benyw, risg gynyddol, myfyriwr)

Cyllid a llety

Effaith gymdeithasol allweddol arall a ystyriwyd yn yr arolwg a'r cyfweiliadau oedd effaith bosibl MPA ar gyllid yfwyr. Fel y nodwyd uchod, nododd ymatebwyr yr arolwg fod cyllid yn fwy tebygol na materion eraill o gael eu heffeithio gan MPA (gweler Tabl 8.3). Ychydig o esboniadau a roddwyd, ond nododd rhai y byddai'r cynnydd yn y pris yn arwain at straen ar eu cyllid tra nododd eraill y gallai eu helpu i arbed arian, yn ôl pob tebyg oherwydd nad oeddent yn prynu cymaint o alcohol.

'Byddaf yn trafferthu mwy oherwydd bydd alcohol yn costio mwy a bydd angen i mi yfed o hyd' (Ymatebydd yr arolwg, 170. Benyw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

'Byddaf mwy na thebyg yn arbed ychydig geiniogau' (Ymatebydd yr arolwg, 160. Benyw, risg gynyddol, myfyriwr).

Ymhlith y rhai a gyfwelwyd roedd consensws cyffredinol y gall yfwyr dibynol ar alcohol ail-gyllidebu adnoddau presennol (e.e. biliau bwyd, nwy/trydan, rhent) i ymdopi â phrisiau alcohol uwch:

'Yr unig anhawster, rwy'n meddwl, o ran hynny yw os ydyn nhw'n ddibynol ar alcohol. Byddant naill ai'n anfodlon neu'n methu â lleihau eu defnydd, a'r hyn y byddant yn ei wneud wedyn yw parhau i yfed yr hyn yr oeddent yn ei yfed o'r blaen, ond bydd ganddynt wedyn lai o arian ar ôl i fwydo eu hunain, dilladu eu hunain, cynhesu eu cartrefi. Ond fe allai'r effaith ar y bobl eraill yn

eu teulu, yn enwedig plant sy'n agored i niwed, fod yn anodd.' (Cyfwelai 034, gwryw, risg gynyddol)

'Unwaith eto, gyda rhywfaint o'r swydd rwy'n ei gwneud, rwy'n gwybod gyda Chredyd Cynhwysol fod yr arian bellach yn mynd yn uniongyrchol i'r cleient, ac yna nhw sy'n gyfrifol am dalu eu rhent, ac ati. Ond rwy'n credu yn y pen draw, os na allwch ei fforddio, yna mae'n debyg y bydd yn fuddiol o ran tai. Rwy'n credu y bydd pobl yn talu eu rhent yn fwy ar amser. Mae'n dibynnu. Os ydych chi wir eisiau yfed, yna os yw'n £11 a fydd hynny'n ataliaeth? Efallai ddim. Felly, gallai weithio dwy ffordd. Gallai fod naill ai, 'Ni allaf ei fforddio, felly bydd gennyf mwy o arian yn y pen draw,' neu, 'mae gwir angen diod arnaf, mae'n £11, ni fyddaf yn talu fy rhent.' Felly, gallai weithio ddwy ffordd, am wn i.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

'I mi, yn fy sefyllfa i, yn bersonol na. O bosib i rai pobl, yna os ydyn nhw'n ddibynnol iawn ar alcohol yna efallai y bydd yn rhaid iddyn nhw feddwl yn galed am ble mae eu harian yn mynd, p'un a ydyn nhw'n gwario mwy o arian ar alcohol, sy'n cael effaith negyddol ar eu bwyd, neu biliau misol, y math yna o beth.' (Cyfwelai 033, gwryw, risg is)

'Rwy'n credu mai'r unig bethau negatif mewn gwirionedd yw'r math o bobl sy'n wirioneddol gaeth i alcohol na fyddent, wyddoch chi, yn prynu bwyd neu ddim yn talu biliau neu beth bynnag er mwyn talu'r pris uwch.' (Cyfwelai 036, benyw, risg is)

Gwnaeth dau yfwr dibynnol hefyd sylwadau ar y goblygiadau ariannol o safbwynt mwy personol. Roedd y ddau yn rhagweld y byddai'r cynnydd ym mhris alcohol yn effeithio ar eu gallu i dalu am eu llety ac yn arwain at gael eu troi allan a digartrefedd:

'A: Bydd yn golygu fy mod i'n gwario dwywaith cymaint o arian ar alcohol na'r hyn ydw i nawr ac rydw i eisoes yn gwario fy holl arian ar alcohol felly dwi ddim yn gweld sut y gallaf wario dwywaith cymaint ar alcohol.

C: Felly, byddwch chi'n gwario llai ar bethau eraill?

Y: Ie.

C: Felly byddwch chi'n gwario llai ar fwyd a phethau eraill? Rwy'n credu ichi ddweud cyn na fyddwch yn gallu talu eich ffi tâl gwasanaeth neu ystafell?

Y: Ar gyfer fy llety, ie.

C: A beth allai ddigwydd yn sgil hynny?

Y: Bydda'i cael fy nhroi allan.'

(Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Byddaf yn mynd i ddyled ac ni fyddaf yn talu fy rhent ac yna byddaf yn cael fy nhroi allan ac yn byw ar y strydoedd felly ie, mae'n beth negyddol iawn i mi.' (Cyfwelai 011, benyw, dibyniaeth bosibl)

Teimlai rhai cyfweleion y gallai diystyru hanfodion arwain at nifer o oblygiadau o ran gofal plant a phoblogaethau bregus, yn enwedig ymhlith poblogaethau incwm isel. Un goblygiad oedd dargyfeirio arian o fwyd i fynd tuag at alcohol llai fforddiadwy. Nodwyd hyn fel gweithdrefn gyffredin ymhlith yfwyr yn y gorffennol pan oedd alcohol wedi dod yn anodd ei fforddio, ac fel strategaeth ymdopi bosibl yn y dyfodol mewn

ymateb i MPA. Roedd cyfranogwyr yn pryderu y byddai hepgor yr hanfodion hyn yn arwain at bryderon iechyd cynyddol (os yw bwyd yn cael ei esgeuluso) a chanlyniadau cymdeithasol ehangach (ar gyfer gofal plant). Soniodd rhai am hyn mewn perthynas ag yfwyr eraill.

'... Rwy'n credu, yn ymwneud â hynny yw os ydyn nhw'n ddibynnol ar alcohol. Byddant naill ai'n anfodlon neu'n methu â lleihau eu defnydd, a'r hyn y byddant yn ei wneud wedyn yw parhau i yfed yr hyn yr oeddent yn ei yfed o'r blaen, ond bydd ganddynt wedyn lai o arian ar ôl i fwydo eu hunain, dilladu eu hunain, cynhesu eu cartrefi. Ond fe allai'r effaith ar y bobl eraill yn eu teulu, yn enwedig plant sy'n agored i niwed, fod yn anodd.' (Cyfwelai 027, gwryw, risg is)

'Ie, wel os oes gennych chi broblem dibyniaeth a'ch bod chi wedi eich gorfodi i wneud y dewis hwnnw, rwy'n credu llawer o'r amser y gallai'r ddibyniaeth ennill. Os yw'n deulu incwm isel sydd ag alcoholig yn byw ynddo sy'n gyfrifol am y budd-daliadau, neu'n gyfrifol am yr arian sy'n dod i mewn, yna gellir gwneud dewisiadau sy'n cael effaith negyddol ar aelodau'r teulu hwnnw, p'un ai yw hynny'n golygu peidio â stocio bwyd, talu'r biliau, wyddoch chi beth rwy'n ei olygu?' (Cyfwelai 034, gwryw, risg gynyddol)

Trafododd un cyfwelai y mater o'i brofiad personol a'i bersbectif ei hun:

'Wel rwy'n credu ei fod yn mynd i dynnu bwyd allan o geg plant oherwydd os ydych yn alcoholig mae angen y ddiod arnoch a thrwy gynyddu'r pris nid yw'n mynd i rwystro chi rhag ei brynu. Mae'n mynd i olygu nad ydych chi'n mynd i wario'r arian ar bethau angenrheidiol eraill fel dillad eich plant a bwyd plant a'ch bwyd eich hun a'ch dillad a'ch pethau eich hun. Rydych chi'n dal i fynd i brynu'r alcohol; nid ydych yn mynd i brynu'r pethau eraill yr ydych fel arfer yn eu prynu.' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Roedd consensws cyffredinol ymhlith y rhai a gyfwelwyd, er gwaethaf y buddion posibl sy'n deillio o MPA, y gallai'r rheini o boblogaethau incwm isel neu fregus brofi a bod yn destun y niwed a'r goblygiadau mwyaf arwyddocaol sy'n deillio o MPA.

'Rwy'n credu mai'r unig negatiffau mewn gwirionedd yw'r bobl hynny sy'n wirioneddol gaeth i alcohol na fyddent, wyddoch chi, yn prynu bwyd neu ddim yn talu biliau neu beth bynnag er mwyn talu'r pris uwch.' (Cyfwelai 018, gwryw, risg is)

'Wel, rwy'n credu y bydd yn gwneud i bobl feddwl am yr hyn y maen nhw'n ei dalu mewn gwirionedd cyn iddynt wario eu harian, ond mae'n dibynnu ar yr unigolyn, fel yr oeddem yn trafod am bobl sydd o bosib ar incwm isel iawn, neu'n ddigartref. Bydd nifer fawr o bobl yn cael eu heffeithio ganddo, ond bydd mwy fyth na fydd yn cael ei effeithio ganddo' (Cyfwelai 008, benyw, risg is)

'Ydy dwi'n meddwl; ni yw'n rhywbeth rwyf wedi meddwl am o'r blaen ond wrth gwrs mae nifer o bobl ddigartref yn symud o ddinas i ddinas, yn enwedig os yw un ddinas yn sydyn yn penderfynu mynd yn galed ar y

digartref ac yn dechrau eu clirio allan o ddrysau a phethau, yna maen nhw'n symud ymlaen. Nid yw Bryste mor bell i ffwrdd.' (Cyfwelai 021, gwryw, risg gynyddol)

Er bod ychydig o gyfweleion wedi nodi'r potensial ar gyfer troi allan a digartrefedd, ychydig o ymatebwyr yr arolwg a oedd o'r farn y byddai MPA yn cael effaith ar eu trefniadau byw. Yn anffodus, methodd y rhai a oedd yn credu y byddai, â rhoi esboniad o sut a/neu pam eu bod yn credu y byddai hyn yn digwydd.

Perthnasoedd

Awgrymodd ymchwil flaenorol gyda defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaeth y gallai effaith negyddol ar berthnasoedd gyda theulu a ffrindiau, o bosib o ganlyniad i straen ariannol cynyddol, fod yn un o ganlyniadau anfwriadol posibl MPA (Holloway et al, 2019). Felly cafodd cwestiynau eu cynnwys yn yr arolwg a'r cyfweiliadau i archwilio barn yfwyr o fewn y boblogaeth ehangach o bobl yng Nghymru.

Er nad oedd mwyafrif ymatebwyr yr arolwg yn rhagweld unrhyw effaith ar eu perthnasoedd, roedd nifer fach yn rhagweld hynny. Ymhlith yr ychydig a roddodd esboniadau, roedd pryder ynghylch cynnydd mewn dadleuon (e.e. 'dadlau'n aml') a gwnaeth un ymatebydd ragfynegiad pryderus ynghylch dyfodol ei pherthynas â'i chariad:

'Bydd fy nghariad yn fy ngadael am fenyw a all ddarparu alcohol iddo. Mae angen pedair can o gwrw arno bob yn ail ddiwrnod, ac ni fydd hynny'n newid yn dilyn cynnydd ym mhris alcohol.' (Ymatebydd yr arolwg, 43. Benyw, risg gynyddol, myfyriwr)

Cyfaddefodd ychydig o yfwyr dibynnol yn ystod eu cyfweiliadau y byddai cyflwyno MPA a'r cynnydd dilynol ym mhris alcohol yn rhoi straen ychwanegol ar eu perthnasoedd personol, gyda llawer ohonynt eisoes wedi dirywio oherwydd eu dibyniaeth ar alcohol:

'C: Beth am effaith isafbrisio ar berthnasoedd ag eraill?

Y: Bydd hynny'n cael effaith ar fy mherthynas, bydd.

C: Allwch chi esbonio?

Y: Mae fy mhartner yn yfed hefyd.

C: Beth ydych chi'n credu allai ddigwydd yno?

Y: Jyst y byddwn yn dadlau mwy am arian.' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'rwy'n credu y bydd chwalfa perthynas yn digwydd hefyd, oherwydd mae pobl yn mynd i fod dan fwy o straen a phan maen nhw dan straen mae perthnasoedd yn mynd o chwith.' (Cyfwelai 004, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Y: Wel, nid yw mam yn hoffi i mi yfed ... Pan fyddaf yn yfed, nid ydynt yn hapus â hynny ac yna pan nad wyf yn yfed, nid ydynt yn hapus â hynny oherwydd fy mod yn cael ffitiau, ac mae'n eu dychryn.' (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

Er bod y mwyafrif yn canolbwyntio ar effaith MPA ar berthnasoedd teuluol, bu rai ystyried y goblygiadau cymdeithasol ehangach. Bu un ymatebydd i'r arolwg dynnu sylw at yr effaith negyddol bosibl ar berthnasoedd gyda ffrindiau, gan nodi y byddent yn 'llai cymdeithasol' o ganlyniad ac y byddent yn gweld llai o'u ffrindiau 'oherwydd bod ein perthnasoedd yn seiliedig ar alcohol'.

Fodd bynnag, nid oedd y cyfan yn anobeithiol. Bu un ymatebydd i'r arolwg nodi y gallai MPA gael effaith gadarnhaol ar aelodau'r teulu a allai fod yn 'fwy presennol heb ddefnyddio alcohol'. Serch hynny, roedd y rhagolwg cadarnhaol hwn yn brin ac yn awgrymu bod yfwyr yn ei chael hi'n anodd nodi buddion posibl MPA o ran perthnasoedd.

Effaith bosibl ar ieched

Yn ogystal â goblygiadau cymdeithasol sylweddol, cyfeiriodd y cyfweleion hefyd at nifer o oblygiadau ieched a allai godi yn sgil cyflwyno'r ddeddfwriaeth. Teimlai rhai, pe bai yfwyr dibynnol yn newid o lager neu seidr i wirodydd a allai fod yn fwy niweidiol, y byddai hyn yn arwain at oblygiadau ieched negyddol sylweddol.

Dyweddodd un cyfranogwr y gallai o bosibl newid i wirodydd ac awgrymodd y gallai symud fod yn beryglus i'r rhai nad oeddent wedi arfer ag yfed mathau cryfach o alcohol:

'A: Wel os ydw i eisiau diod, baswn i jyst yn newid i siorts oherwydd mae hynny'n fy nghael i feddw yn gyflymach. Rwy'n golygu pymtheg punt y botel o fodca, a fydd yn cael llawer mwy o effaith arnaf nag ychydig dros bedwar peint yn fy nhafarn leol. Ond o bosib, rwy'n meddwl pe bai pobl yn mynd ar siorts yn hytrach na chwrrw y bydd yn gwneud llawer mwy o ddifrod iddynt rwy'n meddwl...' (Cyfwelai 013, gwryw, risg gynyddol)

Rhagwelodd un yfwr dibynnol y byddai'n rhaid iddo newid i wirodydd oherwydd y cynnydd yn y pris. Fodd bynnag, roedd yn amharod i wneud hynny oherwydd y goblygiadau ieched negyddol yr oedd wedi'u cael yn y gorffennol.

'C: Felly os bydd pris alcohol yn codi, os bydd eich seidr yn codi ac yn ei wneud yn debyg o ran pris i wirodydd, a fydddech chi'n newid i wirodydd?

A: Mwy na thebyg, ie; mwy na thebyg.

C: Oherwydd?

A: Oherwydd mae'n gryfach.

C: Rydych chi eisiau diodydd cryfach?

A: Ydw ond dwi ddim eisiau mynd yn ôl i ble roeddwn i'n arfer bod, yn ysgwyd bob bore ac rydw i wedi gwneud yn dda ond mae wedi bod yn anodd, coeliwch chi fi mae wedi bod yn anodd.

C: Felly efallai na fydddech chi'n newid i wirodydd eto?

A: Na, dwi ddim eisiau gwneud hynny mewn gwirionedd, ond os yw'n rhatach yna does gen i ddim dewis.' (Cyfwelai 040, gwryw, dibyniaeth bosibl)

Ar ben hynny, roedd pryder ymhlith rhai yfwyr y gallai newid i alcohol 'ffug' ddigwydd hefyd, ac arwain at niwed corfforol i yfwyr. Defnyddiodd un cyfwelai enghraifft o Rwsia i atgyfnerthu'r pwynt hwn:

'Ie. Yr unig beth arall a ddaeth i'r meddwl a allai fod yn bryder yw, mae gennych chi... Efallai ddim cymaint yn y wlad hon, ond mae gennych chi fragwyr anghyfreithlon sydd... Rwy'n credu ei fod yn beth eithaf mawr yn Rwsia. Rwy'n credu fy mod wedi darllen yn rhywle o'r blaen am fodca anghyfreithlon yn cael ei wneud, a'i fod wedi gwneud tua 30 o bobl yn ddifrifol ar ôl iddynt ei yfed. Gyda gangiau troseddol, maen nhw'n gweld cyfle i wneud arian ac os ydyn nhw'n gallu gwerthu fodca am hanner y pris y gallwch chi ei brynu yn yr archfarchnad yna mae yna botensial y bydd hynny o ddiddordeb i rywun o hyd.' (Cyfwelai 018, gwryw, risg is)

Ar gyfer yfwyr nad oeddent yn gallu cwtogi neu roi'r gorau i yfed yn dilyn cyflwyno MPA, roedd pryder arbennig y byddai cynnydd yn y symptomau rhoi'r gorau, gan gynnwys ffitiau, pe bai unigolyn sy'n ddibynnol ar alcohol yn methu â fforddio, a chael, alcohol.

'C: Beth ydych chi'n meddwl allai ddigwydd felly i bobl na allant fforddio...? Y: Wel, dwi'n meddwl bod pethau fel, wyddoch chi, mae'n debyg y bydd lladrad yn mynd i fyny neu y bydd pobl yn y pen draw yn cael problemau'n rhoi'r gorau a pheidio â chael... wyddoch chi, ffordd i ddelio ag ef, yn enwedig os yw'n... Dwi ddim yn gwybod, fel pobl ddigartref neu...' (Cyfwelai 036, benyw, risg is)

Y: Wel, nid yw mam yn hoffi i mi yfed, ond yna nid yw hi'n hoffi i mi gael ffit yn y gornel. Byddaf yno, yn cael ffit yn ei fan. Felly, mae'n debyg, ni allaf ennill. Dwi naill ai'n yfed neu dwi ddim. Pan fyddaf yn yfed, nid ydynt yn hapus â hynny ac yna pan na fyddaf yn yfed, nid ydynt yn hapus â hynny oherwydd fy mod yn cael ffitiau, ac mae'n eu dychryn.' (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

'Byddaf yn dioddef symptomau rhoi'r gorau' (Ymatebydd yr arolwg, 170. Benyw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

Roedd consensws ymhlith pob math o yfwr ar y pwnc hwn a phryder y gallai arwain at faich uniongyrchol ar wasanaethau meddygol ar ôl cyflwyno MPA:

'Ond dwi'n credu, yn yr hir dymor, ie, mae'n debyg y bydd yn dda i bawb - gan gynnwys yfwyr dibynnol, ond yn y tymor byr dwi jyst ... nawr rydych chi wedi dweud wrtha i amdano, mae gen i rai pryderon ynghylch sut, wyddoch chi, mae rhai pobl yn mynd i ymdopi â hynny, ac fel roeddem ni'n dweud, yr effeithiau canlyniadol ar y GIG a phobl sydd angen cefnogaeth ychwanegol.' (Cyfwelai 036, benyw, risg is)

*'Mae pobl yn mynd i ddefnyddio mwy o gyffuriau os ydych chi'n yfed llai, yn cyflawni mwy o droseddu er mwyn... Rydych chi'n defnyddio mwy o gyffuriau, yn cyflawni mwy o droseddu, yn costio mwy o arian i'r GIG, rydych chi'n ff**d i gyd.'* (Cyfwelai 038, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Rwy'n credu bod y llywodraeth yn gwneud camgymeriad wrth wneud hyn oherwydd eu bod yn credu ei bod yn mynd i ddatrys llawer o broblemau, ond mae'n mynd i greu dwsin arall. Yn enwedig gyda'r niferoedd is yn yr heddlu, y gwasanaeth ambiwlans. Aeth ffrind i mi i'r ysbyty ddoe. Roedd yr ambiwlans ymhell dros awr oherwydd ei fod wedi codi chwe pherson a oedd wedi cymryd spice. Dau ohonyn nhw roeddwn i'n eu hadnabod, ac maen nhw'n mynd i ladrata am eu pethau. Felly peidiwch â dweud wrthyf ei fod yn mynd i weithio, oherwydd nid ydyw.' (Cyfwelai 025, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Rwy'n gwybod gan y GIG y byddai'n anodd iawn. Fel y gwyddom, mae cyllid wedi gostwng i bawb. Y diwrnodau hyn, nid yw llawer o gyrff gwirfoddol wedi'u hariannu cystal ag yr oeddent yn y gorffennol, ac a fyddant yn gallu ymdopi â'r galw ychwanegol hwnnw? Dwi ddim yn gwybod. Mae'n dibynnu os oes cyllid ychwanegol i'w roi i wrthbwyso'r costau ychwanegol, ac mae'n bosib y gallai hynny fod yn ddefnydd da o'r 50c ychwanegol.' (Cyfwelai 019, gwryw, risg gynyddol)

Roedd rhai cyfweleion yn cydnabod difrifoldeb posibl rhoi'r gorau i alcohol, ac yn meddwl y gallai'r ddeddfwriaeth gynyddu nifer yr unigolion sy'n dioddef niwed sylweddol, gan gynnwys marwolaeth. Disgrifiodd un cyfwelai hyn mewn termau personol, cryf iawn:

'Ie, ond rwy'n gwybod ei bod yn beryglus iawn i alcoholig os yw'n cael gwared ar yr alcohol. Pe bai hynny'n digwydd byddai yna lawer o bobl yn marw am eu bod yn methu â'i fforddio a dyna pam rwy'n awyddus i wybod a fyddai dwyn o siopau yn cynyddu i'r grwpiau hyn.' (Cyfwelai 046, benyw, risg gynyddol)

'Ie, fe allen nhw farw o beidio ag yfed.' (Cyfwelai 037, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'Os na fyddaf yn yfed byddaf yn cael ffit ac yn marw' (Ymatebydd yr arolwg, 172. Gwryw, dibyniaeth bosibl, yn ddi-waith ond ddim yn chwilio am waith)

Er bod y mwyafrif o sylwadau am iechyd yn canolbwyntio ar iechyd corfforol, cydnabuwyd yr effaith bosibl ar iechyd meddwl hefyd. Nododd un ymatebydd i'r arolwg 'Byddaf yn fwy isel fy ysbyrd', tra nododd un arall y byddent 'ychydig yn ofidus' pe na baent yn gallu cael eu gwydraid rheolaidd o win 'ar ôl wythnos galed'. Wedi dweud hynny, nodwyd y potensial am oblygiadau cadarnhaol hefyd (e.e. 'helpu i golli pwysau os ydych yn yfed llai')

Crynodeb

Yn y bennod hon, tynnwyd ar ddata'r cyfweiliad a'r arolwg i archwilio effaith iechyd a chymdeithasol bosibl MPA ar yfwyr. Roedd consensws eang ymhlith ymatebwyr yr arolwg a'r cyfweleion mai yfwyr niweidiol neu ddibynnol oedd fwyaf tebygol o gael eu heffeithio gan MPA o ran eu problemau iechyd a chymdeithasol. Un pryder penodol oedd y potensial am gynydd mewn troseddau meddiannu ymhlith yr yfwyr hynny nad oeddent yn gallu fforddio talu am eu cyflenwadau arferol. Nodwyd hefyd y

potensial i ail-gyllidebu cyllid cartref i ryddhau arian i dalu am alcohol fel dull o gynhyrchu arian ar gyfer alcohol. Roedd hwn yn destun pryder o ystyried y goblygiadau posibl i blant bregus. Mewn achosion eithafol rhagwelwyd y posibilrwydd o droi allan a digartrefedd ymhlith yfwyr a fyddai'n gorfod dewis prynu alcohol yn hytrach na thalu rhent.

Cydnabuwyd yr effaith bosibl ar berthnasoedd hefyd gan yfwyr, gyda rhai ohonynt yn rhagweld y byddai dadleuon a chwalfa perthnasoedd yn sgil y straen cynyddol a ddaw gyda MPA, yn enwedig ar yfwyr dibynnol. Wedi dweud hynny, cydnabuwyd hefyd y potensial i MPA ddod â phobl ynghyd a gwneud yfwyr yn 'fwy presennol'. Ar y cyfan, roedd y goblygiadau posibl ar iechyd yn cael eu hystyried yn negyddol i raddau helaeth. Roedd sylwadau ar y mater pwysig hwn, unwaith eto, yn ymwneud yn bennaf ag yfwyr dibynnol⁶⁹ y rhagwelwyd y byddai'n profi niwed corfforol naill ai o ganlyniad i roi'r gorau i alcohol neu o ddefnyddio alcohol ffug fel dewis amgen rhatach.

⁶⁹ Fel y nodwyd yn gynharach yn yr adroddiad, mae yfwyr dibynnol yn cyfri am gyfran fach o'r boblogaeth yfed yn unig ac nid nhw yw'r prif grŵp targed ar gyfer y ddeddfwriaeth.

10. Paratoi a chefnogi

Mae'r canlyniadau a gyflwynwyd yn yr adroddiad hwn hyd yma wedi canolbwyntio ar yr hyn yr oedd yfwyr yn meddwl fyddai'n digwydd iddyn nhw (ac yfwyr eraill) ar ôl cyflwyno MPA yng Nghymru. Yn y bennod hon, rhoddir sylw ar y gefnogaeth yr oedd yfwyr yn credu y byddai'n angenrheidiol i helpu pobl i baratoi ar gyfer goblygiadau cyflwyno MPA yng Nghymru ac ymdopi â hwy. Mae'r ffocws yn y bennod hon ar ddata'r cyfweiliad gan nad oedd cwestiynau ar 'cymorth' yn benodol yn gynwysedig yn yr arolwg⁷⁰. Mae'r bennod yn dechrau gydag adran sy'n archwilio materion yn ymwneud â 'paratoi' ac yna'n symud ymlaen i ystyried materion yn ymwneud â 'chefnogaeth'.

Paratoi ar gyfer MPA

Roedd consensws eang ymhlith y rhai a gyfwelwyd (ar draws pob math o yfwyr) bod angen gwneud mwy i godi ymwybyddiaeth ynghylch yr hyn y byddai cyflwyno MPA yn ei olygu yn ymarferol. O bwysigrwydd arbennig oedd yr angen am eglurder ynghylch faint fyddai diodydd yn ei gostio o dan y system newydd a chyhoedduswyd ehangach ynghylch y dyddiad cyflwyno.

'Rwy'n credu y gallai fod yn ddefnyddiol mae'n debyg pe bai siopau'n gosod rhai posteri yn dweud y bydd pris alcohol yn codi swm x a bydd hyn yn effeithio ar y diodydd hyn, jyst fel bod pobl yn ymwybodol ohono pan fydd yn cychwyn mis nesaf ond heblaw hynny does dim llawer y gallan nhw ei wneud oherwydd yn amlwg bydd yna awydd ymhlith pobl o hyd. Yn amlwg, mae pobl yn dal i fynd i brynu alcohol a gwario swm x o arian arno beth bynnag, ond rwy'n credu y gallai fod yn fuddiol dweud wrth bobl sut mae'r prisiau'n mynd i newid. Efallai eu bod wedi bod yn gwneud hynny; fe allwn i fod newydd ei golli, ond rydw i wedi bod allan o gwmpas yn ddiweddar ac nid wyf wedi gweld unrhyw beth amdano eto.' (Cyfwelai 014, gwryw, risg gynyddol)

Roedd rhai o'r yfwyr mwy o risg uchel yn feirniadol o'r ffaith na chawsant eu hysbysu'n gynharach am fanylion polisi, a allai o bosibl gael effaith sylweddol ar eu bywydau. Roeddent yn dadlau bod angen mwy o amser i'w helpu i addasu i'r rheoliadau newydd:

'C: Felly, rydych chi'n meddwl bod angen amser ar bobl i addasu, ac i feddlw am yr hyn maen nhw'n mynd i'w wneud?

Y: Yn bendant. Felly, rydym yn lansio cynnyrch newydd yn fy nghwmni, iawn? Rydyn ni'n rhoi digon o rybudd i bobl am yr hyn sydd i ddod, beth ydyn ni'n mynd i'w wneud. Rydyn ni'n eu paratoi ac yna bang, a dyna sut rydyn ni'n ei wneud, iawn? Gwneuthurwr ydw i, iawn? Cwbl wahanol i beth rydych chi'n ei wneud heddiw, iawn? Ond dyw pobl ddim yn hoffi newid. Mae angen i chi eu gwneud nhw'n ymwybodol.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

⁷⁰ Fodd bynnag, roedd yr arolwg yn cynnwys cwestiwn ar y diwedd yn gwahodd ymatebwyr i ddefnyddio blwch testun rhydd i ddweud wrthym am unrhyw faterion eraill a oedd, yn eu barn hwy, yn bwysig am MPA.

Pwysleisiodd y rhai a gyfwelwyd y dylid codi ymwybyddiaeth trwy lu o sianeli, yn enwedig y cyfryngau (h.y. teledu, radio, papurau newydd a'r cyfryngau cymdeithasol):

'Am wn i y dylid defnyddio pob agwedd ar y cyfryngau fel y cam nesaf.'
(Cyfwelai 005, gwryw, risg is)

Daw hyn oherwydd diffyg gwybodaeth a adroddwyd yn eang am bolisi'r MPA, hyd yn oed ymhlith cyfweleion a honnodd eu bod yn cael y newyddion diweddaraf o Gymru:

'Mae gen i gryn ddiddordeb mewn cyfryngau cymdeithasol newyddion, iawn? Felly, mewn geiriau eraill, rwy'n darllen llawer o gyfryngau cymdeithasol. Mae gen i ddiddordeb mawr yn y newyddion, boed yn Newyddion y BBC, boed yn newyddion ar y ffôn, iawn? Iawn? Felly, rydw i'n gwybod y newyddion diweddaraf, digwyddiadau cyfredol, Cymro balch iawn. Felly, rwy'n ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd yng ngwleidyddiaeth Cymru, ym mywyd Cymru, ym myd chwaraeon Cymru, iawn? Os nad wyf yn ymwybodol o hyn yn cychwyn ar 2 Mawrth, yna nid yw'n cael ei hysbysebu'n ddigonol.'
(Cyfwelai 026, gwryw, risg gynyddol)

Fodd bynnag, roedd rhai cyfweleion risg is yn wylidwrus ynghylch buddion posibl ymgyrchoedd yn y cyfryngau (rhai ar y rhyngwrdd yn benodol) wrth godi ymwybyddiaeth o MPA. Eu prif bryder oedd bod gan rai yfwyr dibynnol llai o bresenoldeb ar-lein ac felly ni fyddent yn gweld unrhyw ymgyrchoedd ar y rhyngwrdd:

'Am wn i bod cyfryngau cymdeithasol bob tro'n opsiwn hefyd; mae llawer o bobl yn cael eu gwybodaeth trwy hynny y dyddiau hyn, onid ydyn nhw? Yna eto os oes gan rywun gwir ddibyniaeth ar alcohol, nid wyf yn gwybod faint y byddent ar-lein.' (Cyfwelai 030, benyw, risg is)

[Dylai fod] 'llawer mwy o hysbysebu amdano, oherwydd pan welais i gyntaf, roedd fel, 'O ie, dilynwyd y ddolen hon,' ac nid oes gan bawb fynediad i'r rhyngwrdd a chyfrifiaduron, felly efallai na fyddan nhw gallu gweld beth mae'n ei olygu. Dylent ddweud, 'Dyma beth sy'n digwydd,' yn y papurau ac ar hysbysfyrddau, fel bod pobl yn gwybod beth sy'n digwydd mewn gwirionedd, oherwydd yn aml, fel y dywedais, nid oes gan bobl fynediad at y math hwn o beth felly nid ydyn nhw'n gwybod nes iddo ddigwydd go iawn, ac yna mae'r rhwystredigaeth yn cael ei chymryd allan ar berchnogion siopau a'r bobl sy'n gweithio mewn siopau.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

Awgrymodd sawl cyfwelai y dylid targedu gweithredoedd sy'n anelu at godi ymwybyddiaeth ynghylch cyflwyno MPA at leoliadau lle mae'r unigolion sydd fwyaf tebygol o gael eu heffeithio ganddo yn mynd yn rheolaidd, fel ysbytai, meddygfeydd a'r eiliau diodydd mewn archfarchnadoedd a siopau:

'Am wn i bod meddygfeydd bob tro'n lle da ac ysbytai a phethau oherwydd mae'n bosib y byddwch chi'n cael pobl yno os oes ganddyn nhw ddibyniaeth alcohol difrifol iawn; Rwy'n dychmygu y gallai fod ganddyn nhw broblemau

meddygol hefyd felly gallai hynny fod yn un ffordd... Jyst gyda'r wybodaeth, efallai y byddai'n werth cael pethau fel taflen ffeithiau neu rywbeth i fyny mewn archfarchnadoedd, yn yr eil alcohol ond dwi ddim yn gwybod pa mor hapus fyddai archfarchnadoedd am hynny ond yn amlwg mae hynny wedyn yn targedu'r bobl sy'n prynu'r alcohol fel y byddent yn gallu cael y wybodaeth yn y modd hwnnw.' (Cyfwelai 030, benyw, risg is)

Mae'r consensws barn bod angen gwneud mwy o waith i godi ymwybyddiaeth o gyflwyno MPA ymhlith yfwyr, yn adlewyrchu barn defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaeth a adroddwyd gan Holloway et al. (2019). Roedd hyn er gwaethaf y ffaith bod y cyfweiliadau hyn i gyd wedi'u cynnal yn ystod y ddau fis cyn cyflwyno'r ddeddfwriaeth (rhwng 10 Ionawr 2020 a 28 Chwefror 2020) cyfnod pan oedd (a) erthyglau cyfryngau a phostiadau cyfryngau cymdeithasol am MPA yn dechrau dod i'r amlwg⁷¹, a (b) lansiodd Llywodraeth Cymru ei hymgyrch ei hun yn y cyfryngau a ddyluniwyd i godi ymwybyddiaeth am MPA ymhlith y boblogaeth yn gyffredinol⁷².

Cefnogi yfwyr

Roedd y cyfweleion yn cytuno'n eang y byddai angen cefnogaeth (ynghyd â chyllid ychwanegol ar gyfer gwasanaethau) i helpu yfwyr i baratoi ar gyfer cyflwyniad MPA ac ymdopi ag ef. Credwyd y byddai angen cefnogaeth yn benodol ar yfwyr dibynnol o ystyried mai nhw oedd fwyaf tebygol o gael eu heffeithio gan y ddeddfwriaeth.

Er bod consensws yn yr alwad am fwy o gefnogaeth, roedd y rhai a gyfwelwyd yn llai cyson o ran y math penodol o gefnogaeth y credent y dylid ei darparu. Awgrymodd sawl cyfwelai y dylid cynnig rhywfaint o gefnogaeth gyffredinol neu generig, heb fynd i fwy o fanylion am yr hyn y dylai hynny ei olygu:

'C: Felly, a ydych chi'n meddwl bod angen unrhyw gefnogaeth arnyn nhw, neu a ydych chi'n meddwl nad oes angen cefnogaeth arnyn nhw?

Y: Rwy'n credu y bydd angen cefnogaeth arnyn nhw, bydd.

C: Yn eich barn chi, sut olwg ddylai fod ar hynny?

Y: Dwi ddim yn gwybod. Chi yw'r arbenigwr, nid fi,' (Cyfwelai 026, gwryw, risg gynyddol)

'Rwy'n teimlo y gallai rhai materion godi ohono ac yn aml nad yw gwasanaethau mewn gwirionedd... ddim yn delio'n dda â phethau fel hyn jyst oherwydd, diffyg ariannu ddigonol a phethau felly. Felly, rwy'n teimlo bod angen edrych ar hynny yn ôl pob tebyg ac mae angen rhoi rhywbeth ar waith ar gyfer y bobl fwyaf agored i niwed a fydd yn cael eu heffeithio ganddo.' (Cyfwelai 032, benyw, risg gynyddol)

Awgrymodd cyfweleion eraill feysydd cefnogaeth penodol, gan gynnwys:

⁷¹ Un o'r postiadau cyfryngau cymdeithasol cyntaf ar bwnc MPA oedd trydariat gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan ar 18 Ionawr 2020, a oedd yn canolbwyntio ar effaith MPA ar gostau gwahanol fathau o alcohol. [Postiad Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan ar Twitter](#).

⁷² [BBC News 17 Chwefror 2020](#) – Welsh Minimum Alcohol Pricing Campaign Starts

(a) mwy o staff ar gyfer gwasanaethau dadwenwyno alcohol a lleihad mewn amseroedd aros ar gyfer y gwasanaethau hyn:

'Mae angen gwell mynediad at gefnogaeth; mae'n eithaf anodd cael cefnogaeth felly efallai y gallant ddefnyddio peth o'r arian o'r pris uwch i dalu am fwy o weithwyr cymorth fel bod mwy o gefnogaeth a chyfleusterau i ddadwenwyno pobl yn hytrach na sut y mae nawr. Mae rhestr aros o ryw ddau neu dri mis i fynd i gyfleuster dadwenwyno meddygol nad yw'n beth da.' (Cyfwelai 010, gwryw, dibyniaeth bosibl)

'A: Rwyf eisiau cwtogi, ond rwy'n credu ei fod i gyd ychydig yn sydyn. Nid oes unrhyw gynllun y tu ôl iddo. Mae fel, 'O, mae'n rhaid i chi gwtogi, oherwydd rydyn ni'n mynd i godi mwy am yr alcohol.' Does dim pwynt pan dwi wedi marw.

C: Felly, rydych chi'n meddwl bod angen mwy o gefnogaeth yn ei le i gael pobl i gael triniaeth yn gyflym?

Y: Ydw, oherwydd mae'n cymryd blynyddoedd. Mae pawb yn gwybod. Blynyddoedd i fynd i gyfleuster adsefydlu. Maen nhw'n disgwyl i ni roi'r gorau i yfed yn sydyn. Nid yw'n gweithio felly.' (Cyfwelai 039, benyw, dibyniaeth bosibl)

(a) gwella'r cyfeirio at y gefnogaeth sydd ar gael:

'os yw pobl yn ymwybodol o'r rhai sy'n ddibynnol arno, yna ceisio cynnig a rhoi gwybod iddynt am yr help sydd allan yna, fel nad ydyn nhw'n teimlo mor fregus ac ar eu pennau eu hunain. Ie, rwy'n credu bod llawer ohono'n ddim mwy na rhoi cyngor iddynt a dangos iddynt ble y gallant fynd i gael y gefnogaeth sydd ei hangen arnynt i allu newid, yn enwedig os ydynt ar incwm isel ac yn ddibynnol ar ddiod ac yna gallent ddod yn ddigartref yn y pen draw, math o beth ' (Cyfwelai 046, benyw, risg gynyddol)

'Maen nhw'n gwerthu alcohol i bobl, ond rydw i'n teimlo pe bai ganddyn nhw gwpl o bosteri gyda llinell gymorth neu rywle lle y gallech chi just siarad â phobl. Rwy'n credu bod pobl... wyddoch chi, byddai rhai pobl yn ei ddefnyddio.' (Cyfwelai 032, benyw, risg gynyddol)

'Ond ie, felly rwy'n credu bod angen i ni godi ymwybyddiaeth o'r help sydd allan yna ar eu cyfer, gan gynnwys seico, cymdeithasol a dadwenwyno. Nid yw alcoholigion jyst yn gallu stopio, mae angen iddynt ddiddychu eu hunain; nid yw'n rhywbeth y mae pawb yn ymwybodol ohono, a dyna pam y gall rhai pobl farw jyst o roi'r gorau i yfed. Wyddoch chi, os ydym ni'n mynd i gosbi'r bobl hyn gyda'r dreth rydyn ni'n ei gyflwyno, dylen ni fod yn cynnig rhywbeth arall. Rwy'n golygu yn gyffredinol, rwy'n gwybod po fwyaf o arian rydyn ni'n ei roi i gamddefnyddio sylweddau a dibyniaeth ar alcohol, y mwyaf o arian rydyn ni'n ei arbed mewn meysydd eraill. Felly ie, rwy'n credu y dylent gael popeth ar gael iddynt.' (Cyfwelai 044, benyw, risg gynyddol)

(b) lleihau'r amser aros am apwyntiadau meddyg:

'Rwy'n credu y bydd angen cynyddu pa mor gyflym y byddwch yn gweld eich meddyg, y cyflymder y cewch eich cyfeirio at y sefydliadau cymorth. Mae gen i ffrindiau sydd wedi bod yn alcoholigion, neu sy'n alcoholigion, ac mae'r gefnogaeth maen nhw wedi'i gael wedi bod yn amhrisiadwy, wyddoch chi? Mae gen i ffrindiau sydd wedi yfed uffern o lawer, a dywedodd y meddygon yn y bôn na ddylen nhw stopio'n llwyr o dan unrhyw amgylchiadau. O ran mynd stopio'n llwyr ar unwaith, mae'n beryglus iawn. Felly, rydw i ddim ond yn meddwl pa mor gyflym y mae meddygon yn gweld pobl, bydd angen cynyddu cyflymder yr atgyfeiriadau.' (Cyfwelai 029, gwryw, risg gynyddol)

(c) cynnig help gyda datblygu sgiliau cyllidebu:

'Gellid cyflwyno pethau megis dosbarthiadau y gallent fynd iddynt, i'w helpu i gyllidebu eu harian yn fwy, eu helpu i'w flaenoriaethu. Yn lle talu £12 am botel o fodca neu beth bynnag, gallen nhw ddefnyddio'r arian hwnnw i gynilo wedyn ar gyfer morgais, wyddoch chi? Ond yna, dywedwch er enghraifft eu bod nhw'n rhoi £200 mewn cynilion, mae hynny'n gadael £50 iddyn nhw ei ddefnyddio ar alcohol os mai dyna maen nhw eisiau ei wneud. Rwy'n credu y gallai dosbarthiadau helpu pobl i reoli eu harian yn well.' (Cyfwelai 031, gwryw, risg is)

'Rhai mathau o alcohol, mae rhai pobl o bosibl yn mynd i gael eu prisio allan o alcohol, a methu â fforddio hynny, a dweud y gwir. O bosib, rhywfaint o ganllawiau ariannol yn ogystal â sut i gyllidebu'n well o ran fforddio alcohol.' (Cyfwelai 033, gwryw, risg is)

'Rwy'n credu y dylent gael, mae angen help ar lawer ohonynt gyda budd-daliadau a phethau felly, cymorth ariannol o bosibl; rwy'n meddwl am bobl sydd mewn cartrefi preswyl o bosibl.' (Cyfwelai 044, benyw, risg gynyddol)

(d) cynyddu cefnogaeth allgymorth:

'A: Ie, gallai fod mwy o help yno i bobl, am wn i, os ydyn nhw ei angen.

C: A sut olwg fyddai ar yr help hwnnw?

Y: Dwi ddim yn gwybod. Rhywun i ddweud wrthyn nhw, wn i ddim, y math yna o help. Os ydych chi wedi gweld rhywun sy'n agored i niwed neu sy'n edrych fel ei fod yn dechrau colli rheolaeth, ceisio eu helpu, am wn i.

C: Felly, allgymorth, mynd allan...

Y: Ie, rhywbeth felly.' (Cyfwelai 037, gwryw, dibyniaeth bosibl)

(e) cynyddu nifer staff ambiwlans a staff ysbytai:

'Rwy'n golygu os yw pobl yn mynd i symud i Skunk neu ryw fath o ganabinoidau synthetig yna efallai y bydd angen mwy o ambiwlansys a mwy o staff hyfforddedig arnoch ond heb wybod bod hynny'n mynd i ddigwydd, byddai'n anodd iawn rhoi'r mathau hyn o bethau yn eu lle.' (Cyfwelai 021, gwryw, risg gynyddol)

(f) Yn olaf, roedd rhai o blaid math cyfannol, cynhwysol o gefnogaeth, sy'n mynd i'r afael â lluo o agweddau y mae angen rhoi sylw iddynt ar yr un pryd:

'Pe bai gofal cynhwysol i gyd-fynd â'r rhaglen yr oeddech hefyd yn rhoi mwy o arian iddi... wn i ddim, canolfannau derbyn alcohol a chyffuriau ledled Cymru a mwy o lochesi, neu fwy o arian i'r elusennau sy'n gweithio gydag alcoholiaeth, rwy'n credu, fel cynllun, y byddai'n debygol o weithio'n dda oherwydd os ydych chi'n cefnogi'r bobl sydd eisoes dan anfantais ac sydd eisoes yn cael trafferth gydag alcoholiaeth, yna byddai cyflwyno mesur ataliol ar gyfer y genhedlaeth nesaf sy'n dod drwyddo yn ymddangos yn synhwyrol. Hyd yn oed os mai jyst ymateb sydyn yn dweud 'Wel, mae yna bobl yn yfed gormod, gadewch i ni wneud yfed yn ddrytach' ydyw, rwy'n credu y byddwch chi fwy na thebyg jyst yn gweld elfennau negyddol hynny.' (Cyfwelai 034, gwryw, risg gynyddol)

'Tai. Dydw i ddim yn gwybod, nawdd cymdeithasol. Ie, ac yna mwy o ymyriadau therapiwtig a jyst cefnogaeth ddigonol. Ie, ac nid dim ond o dyma chi. Gallwch chi gysgu yn yr hostel neu'r llety hanner ffordd hwn neu rywbeth. Mae wir angen help ar bobl. Mae jyst angen iddyn nhw fynd yn ôl ar y trywydd cywir.' (Cyfwelai 007, benyw, risg gynyddol)

'Y sefyllfa ddelfrydol wrth gwrs yw'r hyn a ddywedais yn gynharach sef mynd i'r afael â phroblem wraidd yr yfwyr ac edrych arni o safbwynt cymdeithas ac edrych ar y digartref, edrych ar bobl a allai fod â tho uwch eu pen ond sy'n yfed i ormodedd yn rheolaidd oherwydd nad ydyn nhw'n gallu gweld unrhyw ddyfodol ac os gallwch chi fynd i'r afael â'r math yma o broblemau cymdeithasol yna ie, fe allech chi roi rhywbeth yn ei le.' (Cyfwelai 021, gwryw, risg gynyddol)

Nid oedd pob cyfwelai yn cytuno y dylid rhoi cymorth penodol ar waith i baratoi yfwyr ar gyfer cyflwyno MPA. Ymhlith lleiafrif bach o yfwyr risg is roedd canfyddiad bod cefnogaeth i unigolion â phroblemau cysylltiedig ag alcohol eisoes ar gael ac yn hawdd cael gafeael arni. Yn ôl y cyfranogwyr hyn, y cyfan yr oedd angen ei wneud oedd i'r yfwyr dibynnol sydd angen y gefnogaeth honno penderfynu i'w geisio:

'Wel, rwy'n credu bod yna lawer o gefnogaeth allan yna eisoes. Mae angen i bobl fod eisiau'r gefnogaeth honno, a cheisio cael yr help ar ei chyfer. Fel dwi'n dweud, dwi ddim yn meddwl bod mwyafrif... Nid fi yn bersonol. Rwy'n credu y bydd hyn yn effeithio ar yr alcoholigion, sydd eto, mae yna lwyth o gefnogaeth eisoes ar gael, ond mae angen i'r bobl ei eisiau. Fel dw i'n dweud, rwy'n credu bod yna ddigon o help allan yna, ond fel dw i'n dweud, mae'n ceisio cael pobl i fod eisiau'r help, a'u hannog i fynd am help.' (Cyfwelai 001, gwryw, risg is)

'[Dwi] ddim wir yn meddwl bod yna lawer y gallen nhw ei wneud, a dweud y gwir. Y rhai sy'n yfed, os ydyn nhw'n yfed llawer iawn, mae yna ddigon o gefnogaeth yno beth bynnag, jyst a yw'r person hwnnw'n dewis ceisio'r gefnogaeth honno sydd ar gael ai peidio.' (Cyfwelai 018, gwryw, risg is)

Crynodeb

Yn y bennod hon symudwyd sylw oddi wrth effaith bosibl MPA a chanolbwyntio ar yr hyn yr oedd yfwyr yn meddwl y byddai ei angen i helpu yfwyr i baratoi ac ymdopi â'r ddeddfwriaeth. Ymhlith ein cyfweleion, y consensws barn oedd bod angen mwy o gefnogaeth (a chyllid) i helpu yfwyr, yn enwedig yfwyr dibynnol, i ymdopi â'r cynnydd mewn prisiau. O bwysigrwydd penodol oedd yr angen i godi ymwybyddiaeth o'r ddeddfwriaeth sydd ar ddod i ddarparu eglurder ynghylch yr hyn y byddai'n ei olygu yn ymarferol a gwybodaeth ehangach ynghylch pryd y byddai'n cael ei chyflwyno. O ran cefnogaeth, nododd y cyfweleion nifer o fentrau penodol yr oeddent yn credu a allai fod o gymorth gan gynnwys yr angen i leihau amseroedd aros am driniaeth, yr angen am fwy o staff, gwella systemau cyfeirio a chefnogaeth gyda chyllidebu. Fodd bynnag, roedd rhai yfwyr yn cydnabod bod cefnogaeth eisoes yn bodoli mewn rhai rhannau o Gymru ac mai'r prif fater oedd cael yfwyr dibynnol i ddefnyddio'r gefnogaeth honno.

11. Trafodaeth

Mae'r adroddiad hwn wedi cyflwyno canfyddiadau o'r cyntaf o dair ton o ymchwil sy'n cael ei gynnal fel rhan o werthusiad 5 mlynedd o effaith MPA ar y boblogaeth ehangach o yfwyr yng Nghymru. Mae'r adroddiad yn canolbwyntio ar ddata a gasglwyd trwy gyfweiliadau lled-strwythuredig gyda sampl o 41 o yfwyr ac arolwg holiadur ar-lein a gwblhawyd gan 179 o yfwyr o bob rhan o Gymru ychydig cyn i'r ddeddfwriaeth gael ei rhoi ar waith ar 2 Mawrth 2020. Mae'r adroddiad yn cyflwyno gwybodaeth sylfaenol bwysig y gellir ei defnyddio i fonitro newid 18 mis a 42 mis ar ôl ei gyflwyno (tonnau 2 a 3, yn y drefn honno)⁷³.

I raddau helaeth, canolbwyntiodd yr ymchwil cyn y cyflwyniad a gyflwynir yn yr adroddiad hwn ar gipio mesurau gwaelodlin o yfed alcohol ac ymddygiadau cysylltiedig. Fodd bynnag, bu'r astudiaeth hefyd archwilio ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA yn ogystal ag agweddau tuag ato. Ymchwiliwyd hefyd i farn yfwyr ar sut y gallent baratoi ar gyfer y cynnydd mewn prisiau a'r math o gefnogaeth y gallai fod ei hangen.

Yn y bennod olaf hon rydym yn crynhoi'r canfyddiadau ac yn myfyrio arnynt yng ngoleuni'r llenyddiaeth a adolygwyd ym Mhennod 3, sy'n adeiladu ar ac yn ymestyn ein hadolygiad systematig cynharach (gweler Holloway et al. 2019).

Cyn gwneud hyn, mae'n bwysig nodi bod y data a gyflwynwyd yn yr adroddiad hwn wedi'i gasglu cyn cyflwyno MPA ac yn cynnwys rhagfynegiadau o'r hyn y mae yfwyr yn credu a fydd yn digwydd ar ôl eu cyflwyno yn hytrach na senarios gwirioneddol yn y dyfodol. Mantais cynnal astudiaeth hydredol (gydag ail a thrydedd don casglu data ar ôl eu cyflwyno) yw ei fod yn rhoi cyfle i asesu dilysrwydd a hirhoedledd y rhagfynegiadau hyn ar ôl gorfodi'r ddeddfwriaeth.

Mae'n bwysig nodi hefyd, er yr ymchwiliwyd i faterion tebyg mewn astudiaeth gynharach (gweler Holloway et al. 2019), mae'r ymchwil hon yn wahanol o ran (a) ei phoblogaeth darged (h.y. y boblogaeth gyffredinol yn hytrach na defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaeth) a (b) ei agosrwydd at y cyflwyniad (h.y. casglwyd data ychydig cyn ei gyflwyno yn hytrach na blwyddyn ymlaen llaw). Felly mae'r adroddiad yn darparu adeg arsylwi ychwanegol i archwilio ymwybyddiaeth ac agweddau tuag at MPA, ynghyd â'i effaith bosibl.

Yn olaf, er bod y sampl o gyfweleion ac ymatebwyr arolwg yn amrywiol ar lawer ystyr (gan gynnwys patrymau yfed, y defnydd o gyffuriau anghyfreithlon, statws cyflogaeth, incwm cartref, lleoliad daearyddol ac ansawdd bywyd), rhaid nodi nad oedd lawer o gynrychiolaeth gan grwpiau lleiafrifoedd ethnig naill ai yn y cyfweiliadau neu'r arolwg, ac roedd myfyrwyr prifysgol a menywod wedi'u gor-gynrychioli yn yr arolwg trawstoriadol. Felly rhaid bod yn ofalus wrth gyffredinololi'r canlyniadau y tu hwnt i'r rhai a gynrychiolir yn yr ymchwil.

⁷³ Comisiynwyd ton ychwanegol o gyfweiliadau gan Lywodraeth Cymru mewn ymateb i bandemig COVID-19. Bydd canfyddiadau'r cyfweiliadau hyn yn rhoi'r cyfle cyntaf i archwilio newidiadau mewn patrymau yfed ac ymddygiadau cysylltiedig ar ôl cyflwyno MPA.

Ymwybyddiaeth, dealltwriaeth ac agweddau

Cymysg oedd lefelau ymwybyddiaeth a dealltwriaeth o MPA gyda chyfweleion yn dangos llawer mwy o ymwybyddiaeth nag ymatebwyr yr arolwg (efallai o ganlyniad i baratoi cyn y cyfweiliad). A siarad yn gyffredinol, fodd bynnag, ychydig o gyfranogwyr oedd ag unrhyw ddealltwriaeth fanwl ac roedd mwyafrif y disgrifiadau a ddarparwyd yn amwys. Nid oedd y diffyg ymwybyddiaeth hwn yn syndod mawr o ystyried y lefelau ymwybyddiaeth isel a adroddwyd cyn cyflwyno polisïau isafbrisio mewn astudiaethau blaenorol yng Nghymru a'r Alban (Holloway et al., 2019, O'May et al., 2016). Fodd bynnag, o gofio bod yr ymchwil hon wedi'i chynnal fisoedd (ac mewn rhai achosion wythnosau a dyddiau) cyn bod disgwyl i'r ddeddfwriaeth gael ei chyflwyno, ar adeg pan oedd adroddiadau cyfryngau am MPA yn dod i'r amlwg ac adeg pan lansiodd Llywodraeth Cymru ei hymgyrch ei hun yn y cyfryngau, gellid dod i'r casgliad nad oedd y negeseuon yn cael eu clywed.

O ran cytuno ag egwyddor MPA, rhannwyd ymatebwyr yr arolwg yn eu barn gyda thua hanner yn ei gefnogi, chwarter yn gwrthwynebu a'r gweddill 'ar y ffens'. Roedd y rhai a gyfwelwyd yn fwy cadarnhaol nag ymatebwyr yr arolwg, gyda'r mwyafrif yn cydnabod y buddion iechyd a chymdeithasol posibl yn ogystal ag arbedion cost i gymdeithas yn fwy cyffredinol. Tynnodd sawl ymatebydd sylw at ei botensial i leihau goryfed mewn pyliau ymhlith pobl ifanc.

Yn unol ag ymchwil flaenorol, roedd cytundeb eang ymhlith yfwyr (gan gynnwys yfwyr niweidiol a pheryglus eu hunain) o ganfyddiad y byddai MPA yn cael effaith anghymesur ar yfwyr dibynnol sy'n yfed alcohol rhad, cryf (O'May et al., Holloway et al. 2019). Pryder penodol oedd y potensial am gynnydd mewn troseddau meddiannu ymhlith y rhai ag adnoddau cyfyngedig i ariannu eu defnydd parhaus o alcohol.

Paratoi a chynllunio ar gyfer MPA

Ychydig o yfwyr oedd yn bwriadu gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer cyflwyno MPA. I rai, roedd hyn oherwydd eu bod newydd ddysgu amdano ac nid oedd digon o amser i wneud unrhyw waith paratoi oherwydd bod y ddeddfwriaeth ar fin cael ei chyflwyno. I eraill, roedd hyn oherwydd nad oeddent yn teimlo unrhyw angen i baratoi oherwydd nad oeddent yn credu y byddai'n effeithio arnynt.

Ymhlith yr ychydig a oedd yn bwriadu gweithredu, roedd y mwyafrif yn dewis datrysiad tymor byr a oedd yn cynnwys pentyrru cyflenwadau. Fodd bynnag, roedd rhai yn ofni hyn rhag ofn y byddent yn yfed y cyflenwadau a bentyrrwyd mewn un cyfnod goryfed mawr. Ychydig o fesurau eraill a grybwyllwyd ond cyfeiriwyd at arbed arian, newid eu diod o ddewis wrth baratoi ar gyfer y cynnydd mewn pris a disgrifiodd un yfwr dibynnol fesur eithafol a fyddai'n golygu iddi symud i Loegr er mwyn osgoi'r cynnydd mewn pris. Anaml y soniwyd am gynlluniau mwy iach, er bod rhai o'r farn y gallai MPA fod yn ffactor sbardun i'r rhai sy'n ystyried newid.

Bu Holloway et al. (2019) ddarganfod fod paratoi a chynllunio hefyd yn isel ar yr agenda ymhlith yfwyr a oedd yn derbyn cefnogaeth broffesiynol ar gyfer problemau cysylltiedig ag alcohol. Yn ddiddorol, roedd yfwyr yn ffafrio datrysiadau tymor byr

megis pentyrru alcohol rhad hyd yn oed pan oedd llawer mwy o amser i ddatblygu cynlluniau tymor hwy, iachach ar gyfer torri i lawr neu stopio (Holloway et al., 2019).

Effaith bosibl ar batrymau yfed a defnydd o sylweddau eraill

Ym Mhennod 8 archwiliom effaith bosibl MPA ar batrymau yfed a'r defnydd o sylweddau eraill gan gynnwys cyffuriau anghyfreithlon. O ystyried mai'r prif nod o gyflwyno isafbris ar gyfer alcohol yng Nghymru yw helpu i amddiffyn iechyd yfwyr peryglus a niweidiol a lleihau niwed sy'n gysylltiedig ag alcohol, mae'r canfyddiadau'n arbennig o bwysig ar gyfer unrhyw werthusiad o effaith MPA.

Yn unol ag ymchwil flaenorol, roedd y rhan fwyaf o yfwyr o'r farn ei bod yn annhebygol y byddai eu patrymau yfed yn newid o ganlyniad i MPA (Holloway et al., 2019). I yfwyr dibynnol, ysgogwyd y diffyg newid gan yr angen corfforol i ddal ati i yfed er mwyn osgoi rhoi'r gorau, cael ffitiau ac o bosibl marwolaeth. I yfwyr eraill roedd hyn oherwydd eu bod yn gallu fforddio'r costau ychwanegol neu am nad oeddent yn yfed digon iddo effeithio arnynt.

Er bod y rhagfynegiadau yn negyddol ar y cyfan yn yr ystyr o ragolygon cyfyngedig ar gyfer newid, roedd nifer fach o yfwyr (gan gynnwys yfwyr dibynnol) o'r farn y gallai MPA sbarduno gostyngiad yn eu hyfed. Awgryma ymchwil o wledydd eraill y gallai'r rhagfynegiadau mwy cadarnhaol hyn o ostyngiadau mewn defnydd fod yn realistig. Yn yr Alban, lle cyflwynwyd MUP ym mis Mai 2018, nododd ymchwilwyr ostyngiad o 7.4 y cant mewn pryniannau (O'Donnell et al., 2019) tra gostyngodd nifer y gwerthiannau alcohol pur mewn talaith yng Nghanaada 8.4 y cant ar ôl cyflwyno isafbris am alcohol (Stockwell et al., 2012).

Ychydig o yfwyr a ragwelodd newid math neu frand alcohol, er bod rhai yn rhagweld newid i wirodydd. Credwyd mai yfwyr dibynnol oedd y mwyaf tebygol o newid i ffurfiau cryfach o alcohol a chytunodd rhai o'r yfwyr dibynnol yn ein samplau y gallai hyn fod yn rhywbeth y byddent yn ystyried ei wneud. Roedd rhai yfwyr cymedrol hefyd yn rhagweld newid math o alcohol, gan gynnwys myfyrwyr a ddisgrifiodd bwysigrwydd cael y gwerth gorau am arian. Awgryma ymchwil mewn gwledydd eraill y gallai digwyddiadau gadarnhau'r potensial i newid math o alcohol. Bu Muller et al. (2010), er enghraifft, ddarganfod yn yr Almaen bod cynnydd ym mhpris alcopops yn gysylltiedig â chynnydd yn y defnydd o wirodydd a newid i ddiodydd sy'n cyd-fynd yn fwy â phatrymau yfed mwy peryglus.

Ychydig o yfwyr a oedd o'r farn y byddai newidiadau yn eu defnydd o sylweddau eraill. Ystyriwyd bod newid cyffuriau yn annhebygol ymhlith yr yfwyr yn yr astudiaeth hon. Yn unol ag ymchwil flaenorol, roedd newid i gyffuriau anghyfreithlon ond yn cael ei ystyried yn bosiblwydd i'r rhai sydd â hanes o'u defnyddio (canabis fel arfer a chyffuriau caletach yn anaml) (Miller a Droste, 2013; Peters a Hughes 2010, Holloway et al. 2019).

Yn ddiddorol, hyd yn oed ymhlith y rhai sydd â hanes o ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon, roedd amharodrwydd cyffredinol i newid i ffwrdd o alcohol i gyffuriau. Mae'n bosib, felly, bod yfwyr dibynnol yn y boblogaeth ehangach yn llai tebygol na'r rhai sy'n derbyn cefnogaeth broffesiynol ar gyfer problemau cysylltiedig ag alcohol, i

newid i gyffuriau anghyfreithlon (gweler Holloway et al., 2019). Bydd natur hydredol y gwerthusiad o MPA yng Nghymru a chynnwys yr ymchwil hon sy'n canolbwyntio ar y boblogaeth ehangach yn ogystal ag ar ddefnyddwyr gwasanaeth (sy'n destun contract ar wahân sy'n rhan o'r gwerthusiad cyffredinol), yn ein galluogi i archwilio unrhyw wahaniaethau a gweld a yw hyn yn wir.

Disgrifiodd y rhai a oedd yn rhagweld newid i gyffuriau botensial i newid i gyffuriau ag effaith debyg i alcohol. Gyda dim ond cwpl o eithriadau nid oedd unrhyw fwriad i newid i gyffuriau caletach er bod llawer o'r farn y byddai yfwyr dibynnol yn gwneud hyn.

Goblygiadau cymdeithasol ac iechyd

Roedd y rhan fwyaf o yfwyr o'r farn ei bod yn annhebygol y byddai MPA yn cael effaith ar eu hiechyd neu eu bywydau cymdeithasol. Trosedd, fodd bynnag, oedd un o'r canlyniadau cymdeithasol a ragwelwyd amlaf, yr oedd llawer o yfwyr yn credu y byddai'n cael ei gyflawni gan yfwyr dibynnol a fyddai angen cyllido eu defnydd parhaus o alcohol. Adroddwyd rhagfynegiadau tebyg gan ddefnyddwyr gwasanaeth a darparwyr gwasanaeth yng Nghymru (Holloway et al. 2019). Fodd bynnag, mae tystiolaeth o wledydd eraill yn awgrymu mai anaml y cyflawnwyd troseddau creu incwm gan yfwyr yn dilyn cynnydd ym mhreis alcohol (Faulkner et al. 2015; Erickson et al, 2018). Ar ben hynny, bu ymchwil a gynhaliwyd gan Coomber et al. (2020) yn Awstralia nodi ostyngiadau sylweddol mewn ystod o ganlyniadau gan gynnwys trosedd.

Yn ogystal â throseddau meddiannu, soniwyd hefyd am fathau eraill o droseddau gan gynnwys gwerthu o dan y cownter a defnyddio alcohol ffug fel goblygiadau posibl cyflwyno MPA. Ychydig o astudiaethau sydd wedi ymchwilio i'r posibilïadau hyn, ond mae ymchwil o Wlad Thai yn awgrymu y bydd newid i alcohol anghyfreithlon yn fach iawn ac yn gyfyngedig i ardaloedd lle mae hanes o gynhyrchu alcohol (Chaiyasong et al. 2011).

O ran goblygiadau cymdeithasol, roedd cydnabyddiaeth eang o'r goblygiadau ariannol i yfwyr dibynnol. Pryder arbennig oedd y potensial i rai yfwyr (a'u teuluoedd) hepgor hanfodion er mwyn talu am alcohol. Roedd y posibilrwydd y byddai plant yn mynd heb fwyd a dillad yn y pen draw yn bryder mawr i rai yfwyr. Roedd bygythiad troi allan a digartrefedd o ganlyniad i beidio â thalu rhent hefyd yn destun pryder i rai. Mae ymchwil o wledydd eraill yn awgrymu y gallai pryderon o'r fath fod yn realistig o ystyried bod ail-gyllidebu adnoddau yn strategaeth a ddefnyddir yn gyffredin gan yfwyr i'w helpu i ymdopi â chynnydd mewn prisiau (Erickson et al., 2018; Faulkner et al., 2015)

Paratoi a chefnogaeth

Y consensws barn oedd bod angen mwy o gefnogaeth (a chyllid) i helpu yfwyr, yn enwedig yfwyr dibynnol, i ymdopi â'r cynnydd mewn prisiau. O bwysigrwydd arbennig oedd yr angen i godi ymwybyddiaeth o'r ddeddfwriaeth sydd ar ddod i ddarparu eglurder ynghylch yr hyn y byddai'n ei olygu yn ymarferol a gwybodaeth

ehangach ynghylch pryd y byddai'n cael ei chyflwyno. Adroddwyd canfyddiadau ac argymhellion tebyg gan O'May et al. (2016) yn yr Alban a gan Holloway et al (2019) yng Nghymru.

O ran cefnogaeth, nododd y cyfweleion nifer o fentrau penodol yr oeddent yn credu a allai fod o gymorth gan gynnwys yr angen i leihau amseroedd aros am driniaeth, yr angen am fwy o staff, gwelliannau mewn cyfeirio a chefnogaeth gyda chyllidebu. Fodd bynnag, roedd rhai yfwyr yn cydnabod bod cefnogaeth eisoes yn bodoli mewn rhai ardaloedd o Gymru ac mai'r prif fater oedd cael yfwyr dibynnol i gyrchu'r gefnogaeth honno.

Sylwadau i gloi

Mae'r astudiaeth hon wedi darparu darlun sylfaenol cynhwysfawr o yfed alcohol ac ymddygiadau cysylltiedig ymhlith dau sampl o yfwyr a gafodd eu recriwtio o blith poblogaeth gyffredinol Cymru. Mae'r ymchwili yn wahanol i ymchwili flaenorol yn ei ffocws ar yfwyr nad ydynt ar hyn o bryd yn cymryd rhan mewn triniaeth ar gyfer problemau cysylltiedig ag alcohol ac yn ei agosrwydd mewn amser i gyflwyno MPA. Serch hynny, er gwaethaf y gwahaniaethau hyn, mae llawer o debygrwydd wedi dod i'r amlwg o ran ymwybyddiaeth o MPA a'i agweddau tuag ato a'i effaith bosibl ar batrymau yfed ac ymddygiadau cysylltiedig. Bydd ton nesaf yr ymchwili (i'w chynnal 18 mis ar ôl cyflwyno'r ddeddfwriaeth) yn ein galluogi i archwilio newidiadau mewn patrymau defnydd ac i weld a yw rhagfynegiadau yfwyr yn cael eu cadarnhau gan ddiwyddiadau⁷⁴.

Ar y cyfan, roedd yfwyr yn rhagweld na fyddai MPA yn cael fawr o effaith ar eu hymddygiad yfed. Rhannwyd y farn hon gan bob math o yfwr gan gynnwys y rhai y mae'r ddeddfwriaeth yn eu targedu'n benodol (h.y. yfwyr peryglus a niweidiol). Fodd bynnag, roedd cytundeb cyffredinol ymhlith cyfranogwyr yr ymchwili y byddai MPA yn cael effeithiau anghymesur ar un math penodol o yfwr, sef y rhai a oedd yn ddibynnol ar alcohol rhad, cryf. Cynigiwyd yr angen i roi cymorth ychwanegol ar waith i helpu'r yfwyr hyn i ymdopi â'r canlyniadau posibl gan nifer o'r ymatebwyr.

Mynegwyd barn negyddol am y polisi newydd gan rai yfwyr gan gynnwys beirniadaeth o'r llywodraeth am ganolbwyntio'n ormodol ar faterion ariannol ac am beidio â chymryd camau mwy radical i leihau niwed.

'Mae'n amlwg ei fod yn gynllun afrealistig arall gan y llywodraeth heb fawr o feddwl am fewnwelediad gwyddonol o ddibyniaeth..... dim ond mwy o hen syniadau am arian gan fwyaf.' (Ymatebydd yr arolwg, 141. Gwryw, risg isel, yn gyflogedig yn rhan-amser)

'Os yw alcohol yn achosi cymaint o farwolaethau a thrallod i gynifer o bobl, ac yn rhoi straen diangen ar system GIG sydd eisoes heb ddigon o arian yna pam mae pobl yn dal i allu ei brynu?? Nid yw'n gwneud unrhyw synnwyr i mi, yr un peth â thybaco... OS YW'R LLYWODRAETH WIR YN POENI AM EIN

⁷⁴ Mewn ymateb i bandemig COVID-19, comisiynwyd ton ychwanegol o gyfweiliadau gyda'r sampl astudiaeth hydredol, 9 mis ar ôl cyflwyno MPA, gan Lywodraeth Cymru.

*HIECHYD YNA PAM Y CANIATEIR Y SEFYLLFAOEDD O GAETHIWED
HYN YN EIN CYMDEITHAS!* (Ymatebydd yr arolwg, 38. Gwryw, risg isel,
myfyriwr)

Fodd bynnag, cydnabuwyd hefyd bod awydd i wella iechyd y boblogaeth, yn enwedig yfwyr peryglus a niweidiol, yn sail i MPA. Crynhodd un ymatebydd i'r arolwg hyn yn dda gan gydnabod cymhlethdod y mater a'r angen i lywodraethau wneud penderfyniadau anodd ac amhoblogaidd er budd pawb.

*'Mae'n fater cymhleth. Ond weithiau mae'n rhaid i lywodraeth gyfrifol
weithredu i orfodi newid yn ei chymdeithas, oherwydd ni fydd newid, waeth pa
mor amhoblogaidd, yn digwydd ar ei phen ei hun. Er budd iechyd pawb!'*
(Ymatebydd yr arolwg, 173. Benyw, risg isel, yn gofalu am y cartref a/neu'r
teulu)

Camau Nesaf

Yr adroddiad hwn yw'r cyntaf o dri adroddiad sydd ar y gweill ar gyfer asesu effaith MPA ar y boblogaeth ehangach o yfwyr. Bydd yr ail adroddiad yn canolbwyntio ar ddata a gasglwyd 18 mis ar ôl gweithredu'r ddeddfwriaeth a bydd y trydydd adroddiad yn cyflwyno canfyddiadau yn seiliedig ar ddata a gasglwyd 42 mis ar ôl ei chyflwyno⁷⁵. Bydd y ddau adroddiad dilynol hyn yn tynnu ar y data a gyflwynir yn yr adroddiad hwn er mwyn asesu a monitro newidiadau mewn patrymau yfed alcohol ac ymddygiadau cysylltiedig, gan gynnwys patrymau prynu alcohol, dros amser.

Yn ail a thrydedd don yr ymchwil, y bwriad yw cynnal cyfweiliadau ailadroddus gyda sampl ein cyfweiliad (gan ddisodli unrhyw bobl sy'n gadael gyda mathau tebyg o yfwr⁷⁶) ac ailadrodd yr arolwg trawstoriadol gydag yfwyr ledled Cymru. Bydd cynnal cyfweiliadau ailadroddus gyda sampl o yfwyr yn ein galluogi i fonitro effaith uniongyrchol MPA ar fywydau yfwyr. Mae'r elfen hon o'r gwerthusiad yn hanfodol ar gyfer asesu effeithiolrwydd MPA wrth gyflawni ei nodau. Mae cynnal arolygon trawstoriadol ailadroddus yn llai defnyddiol fel offeryn ar gyfer mesur effeithiolrwydd oherwydd bod pob sampl yn un ffres a allai gynnwys ymatebwyr newydd. Fodd bynnag, fel y noda Bryman (2016), mae dyluniadau trawstoriadol serch hynny yn ddefnyddiol, yn enwedig yn eu gallu i olrhain newidiadau ehangach mewn ymddygiad dros amser ymhlith samplau mwy.

Nodwyd yn gynharach yn yr adroddiad bod defnyddio strategaeth samplu nad yw'n ymwneud â thebygolrwydd wedi arwain at recriwtio sampl arolwg lle roedd menywod a myfyrwyr wedi'u gor-gynrychioli. Wrth gynllunio ymlaen llaw ar gyfer tonnau 2 a 3 y gwerthusiad (18 a 42 mis ar ôl ei chyflwyno) rydym yn cynnig mynd i'r afael â'r cyfyngiad hwn mewn dwy ffordd. Yn gyntaf, byddwn yn monitro nodweddion

⁷⁵ Mewn ymateb i bandemig a chyfnod cloi COVID-19, comisiynodd Llywodraeth Cymru y tîm gwerthuso i gynnal ton ychwanegol o gyfweiliadau gyda sampl yr astudiaeth hydredol yn hydref 2020. Rhagwelir y bydd adroddiad yn cyflwyno canfyddiadau'r cyfweiliadau hyn yn cael ei ysgrifennu a'i gyhoeddi ar-lein yn ystod gwanwyn 2021.

⁷⁶ Bydd unrhyw gyfweleion sy'n gadael yn cael eu disodli gan gyfweleion newydd sy'n debyg cymaint â phosib o ran: (1) y math o yfwr [cymedrol, peryglus neu niweidiol], (2) yr ardal y maent yn byw, (3) eu rhyw, ac (4) eu hoedran.

ymatebwyr yr arolwg yn ofalus trwy gydol y cyfnod casglu data ac yn defnyddio ymgyrch hyblyg ond wedi'i thargedu i ennyn diddordeb ac annog cyfranogiad ymhlith unrhyw is-grwpiau heb gynrychiolaeth ddigonol. Y nod fydd cael ymatebion gan sampl mor gynrychioliadol â phosibl. Yn ail, lle mae maint samplau yn caniatáu, byddwn yn archwilio amrywiadau rhwng gwahanol grwpiau (e.e. dynion o gymharu â menywod; myfyrwyr o gymharu â phobl mewn cyflogaeth) o ran newidiadau mewn patrymau yfed ac ymddygiadau cysylltiedig ar ôl cyflwyno MPA. Bydd rhannu'r dadansoddiadau yn y modd hwn yn ein galluogi i reoli or-gynrychiolaeth unrhyw is-grŵp penodol.

Wrth symud ymlaen, mae'n bwysig nodi, o fewn wythnos i gyflwyno MPA (02/03/2020), bod Cymru, fel llawer o wledydd eraill ledled y byd, wedi gweld patrymau ymddygiad newidiol mewn siopa (panig) a'r defnydd o alcohol, ac o fewn tair wythnos roedd yn destun cyfyngiadau cadw pellter cymdeithasol llym. Tra bod adeiladau trwyddedig 'ar y safle' ar gau, rhoddwyd caniatâd i adeiladau â thrwyddedau 'i ffwrdd o'r safle' (h.y. siopau) barhau i weithredu fel 'busnesau hanfodol' (Reynolds a Wilkinson, 2020). Yn y cyd-destun hwn, mae'n bwysig cydnabod ei bod yn debygol o gymryd peth amser i sefydlu a yw'r rhagfynegiadau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn yn cael eu cadarnhau gan ddigwyddiadau.

Mae hefyd yn bwysig cydnabod y bydd angen i unrhyw asesiad o effaith MPA ar batrymau yfed alcohol yng Nghymru ystyried effeithiau dryslyd a chystadleuol ymatebion yfwyr i bandemig byd-eang COVID-19. I'r perwyl hwn, mae Llywodraeth Cymru wedi comisiynu'r tîm gwerthuso i gynnal ton ychwanegol o gyfweiliadau ôl-gyflwyno yn hydref 2020. Bydd y canlyniadau'n taflu goleuni ar batrymau yfed ar ôl cyflwyno MPA ac yn helpu i ddatgysylltu effeithiau MPA oddi wrth effeithiau COVID-19 ac unrhyw ffactorau cysylltiedig eraill.

Cyfeirnodau

- Alcohol Change (dim dyddiad). 'How do we talk about alcohol' [[ar-lein](#)] [Cyrchwyd ar 23/07/2020].
- Angus, C., Holmes, J., Brennan, A. a Meier, P. (2018). Gwerthusiad yn seiliedig ar fodel o effaith gymharol polisïau Isafbris Uned a threthu yng Nghymru: Adroddiad terfynol. Caerdydd: Llywodraeth Cymru. [Adroddiad Ymchwil Gymdeithasol y Llywodraeth](#) rhif 11/2018.
- Araya, D., a Paraje, G. (2018). The impact of prices on alcoholic beverage consumption in Chile. *Plos One*, 13(10). doi:10.1371/journal.pone.0205932.
- BBC (2019). 'Portugal opposes Welsh minimum alcohol price law' [[ar-lein](#)] Cyrchwyd ar 23/07/2020]
- Beeston, C., Robinson, M., Giles, L., Dickie, E., Ford, J., MacPherson, M., . . . Craig, N. (2020). Evaluation of Minimum Unit Pricing of Alcohol: A Mixed Method Natural Experiment in Scotland. *Int J Environ Res Public Health*, 17(10), 3394. doi:10.3390/ijerph17103394
- Boys, A., Marsden, J., Stillwell, G., Hatchings, K., Griffiths, P., a Farrell, M. (2003). Minimizing respondent attrition in longitudinal research: practical implications from a cohort study of adolescent drinking. *J Adolesc*, 26(3), 363-373.
- Bryman, A. (2016) *Social Research Methods*. Rhydychen: Gwasg Prifysgol Rhydychen.
- Braun, V. a Clarke, V. (2006) 'Using thematic analysis in psychology.' *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2). pp. 77-101.
- Burgess, R. (1984). *In the Field: An Introduction to Field Research*. Abingdon, Oxon: Routledge.
- Chaiyasong, S., Limwattananon, S., Limwattananon, C., Thamarangsi, T., Tangchareonsathien, V., a Schommer, J. (2011). Impacts of excise tax raise on illegal and total alcohol consumption: A Thai experience. *Drugs-Education Prevention and Policy*, 18(2), 90-99. doi:10.3109/09687637.2010.484451.
- Coomber, K., Miller, P., Taylor, N., Livingston, M., Smith, J., Buykx, P., . . . Moayeri, F. (2020). *Investigating the introduction of the alcohol minimum unit price in the Northern Territory*. Geelong, Awstralia: Prifysgol Deakin
- Elder, R. W., Lawrence, B., Ferguson, A., Naimi, T. S., Brewer, R. D., Chattopadhyay, S. K., . . . Fielding, J. E. (2010). The effectiveness of tax policy interventions for reducing excessive alcohol consumption and related harms. *Am J Prev Med*, 38(2), 217-229. doi:10.1016/j.amepre.2009.11.005
- Erickson, R. A., Stockwell, T., Pauly, B. B., Chow, C., Roemer, A., Zhao, J., . . . Wettlaufer, A. (2018). How do people with homelessness and alcohol dependence cope when alcohol is unaffordable? A comparison of residents of Canadian managed alcohol programs and locally recruited controls. *Drug Alcohol Rev*, 37 Suppl 1, S174-s183. doi:10.1111/dar.12649
- Faulkner, C., Christie, G., Zhou, L. F., a King, J. (2015). The effect of alcohol price on dependent drinkers' alcohol consumption. *New Zealand Medical Journal*, 128(1427), 9-17.
- Fogarty, J. (2010). The demand for beer, wine and spirits: A survey of the literature. *Journal of Economic Surveys*, 24(3), 428-478. doi:10.1111/j.1467-6419.2009.00591.x
- Ford, J., Myers, F., Burns, J., a Beeston, C. (2020). *The impact of MPA on protecting children and young people from parents' and carers' harmful alcohol*

- consumption: A study of practitioners' views*. Glasgow: Public Health Scotland.
- Glaser, B. G., a Strauss, A. L. (1967). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Hobday, M., Gordon, E., Lensvelt, E., Meuleners, L., Liang, W. B., a Chikritzhs, T. (2016). The effect of price increases on predicted alcohol purchasing decisions and choice to substitute. *Addiction Research & Theory*, 24(6), 441-449. doi:10.3109/16066359.2016.1155563
- Holloway, K., May, T., Buhociu, M., Livingston, W., Perkins, A., a Madoc-Jones, I. (2019). *Ymchwil i'r potensial ar gyfer newid sylweddau ar ôl cyflwyno isafbris am alcohol yng Nghymru*. Caerdydd: Llywodraeth Cymru.
- Holmes, J., Meng, Y., Meier, P. S., Brennan, A., Angus, C., Campbell-Burton, A., . . . Purshouse, R. C. (2014). Effects of minimum unit pricing for alcohol on different income and socioeconomic groups: a modelling study. *The Lancet*, 383(9929), 1655-1664. doi:10.1016/S0140-6736(13)62417-4
- Jiang, H., Livingston, M., Room, R., Callinan, S., Marzan, M., Brennan, A., a Doran, C. (2020). Modelling the effects of alcohol pricing policies on alcohol consumption in subpopulations in Australia. *Addiction*, 115(6), 1038-1049. doi:10.1111/add.14898
- Katikireddi, S. V., Beeston, C., Millard, A., Forsyth, R., Deluca, P., Drummond, C., . . . Leyland, A. H. (2019). Evaluating possible intended and unintended consequences of the implementation of alcohol minimum unit pricing (MPA) in Scotland: a natural experiment protocol. *BMJ Open*, 9(6), e028482-e028482. doi:10.1136/bmjopen-2018-028482
- Mack, N., Woodsong, C., Macqueen, K., Guest, G. a Namey, E. (2011). *Qualitative Research Methods: A data collector's field guide*. Family Health International: North Carolina.
- Meng, Y., Sadler, S., Gell, L., Holmes, J. a Brennan, A. (2014) Gwerthusiad yn seiliedig ar fodel o isafbris uned yng Nghymru: addasiad o Fodel Polisi Alcohol Sheffield. Caerdydd.
- Miller, P.G. a Droste, N. (2013). Alcohol Price Considerations on Alcohol and Illicit Drug Use in University Students. *J Alcoholism Drug Depend*. Vol. 1(2), 109.
- Muller, S., Piontek, D., Pabst, A., Baumeister, S. E., a Kraus, L. (2010). Changes in alcohol consumption and beverage preference among adolescents after the introduction of the alcopops tax in Germany. *Addiction*, 105(7), 1205-1213. doi:10.1111/j.1360-0443.2010.02956.x
- Neale, J., Miller, P. a West, R. (2014) 'Reporting quantitative information in qualitative research: guidance for authors and reviewers', *Addiction*, 109: 175-176.
- Neale, J. a West, R. (2015) 'Guidance for reporting qualitative manuscripts', *Addiction*, 110: 549-550.
- NHS Health Scotland. (2020). *The impact of MPA on children and young people's own drinking and related behaviour* Caeredin: NHS Health Scotland.
- O'Donnell, A., Anderson, P., Jané-Llopis, E., Manthey, J., Kaner, E., a Rehm, J. (2019). Immediate impact of minimum unit pricing on alcohol purchases in Scotland: controlled interrupted time series analysis for 2015-18. *BMJ*, 366, l5274. doi:10.1136/bmj.l5274
- O'May, F., Gill, J., Black, H., Rees, C., Chick, J., a McPake, B. (2016). Heavy Drinkers' Perspectives on Minimum Unit Pricing for Alcohol in Scotland:A

- Qualitative Interview Study. *SAGE Open*, 6(3), 2158244016657141. doi:10.1177/2158244016657141
- Peters, E.N. a Hughes, J.R. (2010). Daily marijuana users with past alcohol problems increase alcohol consumption during marijuana abstinence. *Drug and alcohol dependence*, 106(2-3), pp. 111-118.
- Reynolds, J., a Wilkinson, C. (2020) 'Accessibility of 'essential' alcohol in the time of COVID-19: casting light on the blind spots of licensing?' *Drug and Alcohol Review*, 39(4): 305-308.
- Sharma, A., Sinha, K., a Vandenberg, B. (2017). Pricing as a means of controlling alcohol consumption. *British Medical Bulletin*, 123(1), 149-158. doi:10.1093/bmb/ldx020
- Sherk, A., Stockwell, T., a Callaghan, R. C. (2018). The effect on emergency department visits of raised alcohol minimum prices in Saskatchewan, Canada. *Drug Alcohol Rev*, 37(S1), S357-S365. doi:10.1111/dar.12670
- Stead, M., Critchlow, N., Eadie, D., Fitzgerald, N., Angus, K., Purves, R., . . . Angus, C. (2020). *Evaluating the impact of alcohol minimum unit pricing in Scotland: Observational study of small retailers*. Stirling: University of Stirling, Institute for Social Marketing and Health.
- Stockwell, T., Zhao, J., Giesbrecht, N., Macdonald, S., Thomas, G., a Wettlaufer, A. (2012). The raising of minimum alcohol prices in Saskatchewan, Canada: impacts on consumption and implications for public health. *Am J Public Health*, 102(12), e103-110. doi:10.2105/ajph.2012.301094
- Stockwell, T., Zhao, J. H., Sherk, A., Callaghan, R. C., MacDonald, S., a Gatley, J. (2017). Assessing the impacts of Saskatchewan's minimum alcohol pricing regulations on alcohol-related crime. *Drug Alcohol Rev*, 36(4), 492-501. doi:10.1111/dar.12471
- Vandenberg, B., a Sharma, A. (2016). Are Alcohol Taxation and Pricing Policies Regressive? Product-Level Effects of a Specific Tax and a Minimum Unit Price for Alcohol. *Alcohol Alcohol*, 51(4), 493-502. doi:10.1093/alcalc/agv133
- Wagenaar, A. C., Salois, M. J., a Komro, K. A. (2009). Effects of beverage alcohol price and tax levels on drinking: a meta-analysis of 1003 estimates from 112 studies. *Addiction*, 104(2), 179-190. doi:10.1111/j.1360-0443.2008.02438.x
- Llywodraeth Cymru (2014) *Fframwaith Triniaeth Camddefnyddio Sylweddau: Ymglymiad y Defnyddiwr Gwasanaeth*. Ar gael yn: [\[ar-lein\]](#) [Cyrchwyd ar 23/07/2020]
- Llywodraeth Cymru (2014). *Ymgynghoriad ar Fil Drafft Iechyd y Cyhoedd (Isafbris Alcohol)* (Cymru). Ar gael yn: [\[ar-lein\]](#) [Cyrchwyd ar 23/07/2020].
- Wincup, E. (2017) *Criminological Research: Understanding Qualitative Methods*. London: Sage.
- Woodhouse, J. (2020). 'Alcohol: Minimum Pricing' [ar-lein] Ar gael yn: [\[ar-lein\]](#) [Cyrchwyd ar 23/07/2020].
- Wright, K.B. (2005). 'Researching internet-based populations: advantages and disadvantages of online survey research, online questionnaire authoring software packages, and web survey services'. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(3): [\[ar-lein\]](#)

Atodiad

Atodiad 1 Arolwg Cenedlaethol Cymru

Cynhelir Arolwg Cenedlaethol Cymru (NSW) bob blwyddyn ac mae'n cynnwys cyfweiliadau wyneb yn wyneb 45 munud gyda sampl a ddewiswyd ar hap o bobl 16 oed a hŷn ledled Cymru. Bob blwyddyn, dewisir sampl o gyfeiriadau ar hap o restr cyfeiriadau'r Post Brenhinol. Yna cynhelir cyfweiliadau arolwg wyneb yn wyneb ag un oedolyn a ddewisir ar hap ym mhob cartref dethol (Llywodraeth Cymru, dim dyddiad)⁷⁷. Mae'r NSW yn cynnwys set estynedig o gwestiynau ar yfed alcohol ac felly mae'n gyfle defnyddiol i nodi sampl o yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol (sydd wedi cytuno y gellir ail-gysylltu â hwy) at ddibenion yr ymchwil hon.

Fodd bynnag, mae'n bwysig cydnabod, er bod yr NSW yn cynnwys sampl fawr iawn ($n \geq 11,000$) nad yw'n cynnwys grwpiau pwysig o bobl y mae ymchwil wedi dangos sy'n debygol o fod yn yfwyr cymedrol, peryglus a niweidiol. Er enghraifft, mae'n eithrio pobl o dan 16 oed yn ogystal â phobl sy'n byw mewn sefydliadau cymunedol (e.e. cartrefi gofal, carcharorion, hosteli, neuaddau myfyrwyr) a phobl ddigartref sy'n byw ar y stryd.

⁷⁷ Llywodraeth Cymru (dim dyddiad) [Dyluniad a Methodoleg - Arolwg Cenedlaethol Cymru](#)

Atodiad 2

Amserlen y cyfweiliadau

Cyflwyniad a rhaglith

Fy enw i yw ... ac rwy'n rhan o dîm o ymchwilwyr sydd wedi'u comisiynu gan Lywodraeth Cymru i werthuso effaith Isafbrisio am Alcohol yng Nghymru. Diolch am gytuno i gael eich cyfweld. A gaf i wirio eich bod wedi darllen yr hysbysiad preifatrwydd a'r daflen wybodaeth a hefyd eich bod yn cydsynio i gael eich cyfweld? Bydd y cyfweiliad yn cymryd oddeutu 30 munud a bydd yn dechrau gyda chyfres o gwestiynau caeedig lle gofynnir i chi ddewis o blith rhestr o atebion. Yna bydd rhai cwestiynau agored yn dilyn hyn lle gofynnir ichi ddweud wrthym amdanoch chi'ch hun, eich yfed a'ch defnydd o sylweddau eraill a'r hyn rydych chi'n ei feddwl am MPA. Ceisiwch ateb mor llawn â phosib. Ar ôl y cyfweiliad, anfonaf daleb Argos gwerth £10 atoch a gofyn ichi gadarnhau trwy e-bost eich bod wedi ei dderbyn. A yw hyn yn iawn?

Cofiwch fod eich cyfranogiad yn gwbl wirfoddol a'ch bod yn rhydd i hepgor unrhyw gwestiynau neu roi'r gorau i'r cyfweiliad ar unrhyw adeg. Bydd eich hunaniaeth yn cael ei chadw'n gyfrinachol a bydd eich ymatebion yn ddienw mewn unrhyw adroddiadau neu erthyglau a ysgrifennwn. A gaf i wirio eich bod yn dal yn hapus i mi recordio'r cyfweiliad ar y recordydd digidol hwn? Cymerwch ofal i beidio â sôn am unrhyw enwau tra bo'r recordydd ymlaen, ond peidiwch â phoeni os byddwch yn gwneud hynny gan y byddwn yn eu dileu o'r trawsgrifiad ysgrifenedig cyn gynted ag y bydd wedi'i drawsgrifio. Diolch eto am ein helpu gyda'r prosiect pwysig hwn.

Cwestiynau'r arolwg

Cyn i ni ddechrau'r cyfweiliad, hoffem ofyn ychydig o gwestiynau i chi amdanoch chi'ch hun (e.e. eich rhyw, oedran, grŵp ethnig), eich ffordd o fyw, gwariant wythnosol eich cartref, eich patrymau yfed a'ch defnydd o sylweddau eraill gan gynnwys cyffuriau anghyfreithlon. Byddwn yn gofyn cwestiynau tebyg ichi pan fyddwn yn eich cyfweld eto 18 mis a 42 mis ar ôl cyflwyno MPA. Mae'r wybodaeth hon yn bwysig iawn gan y bydd yn ein galluogi i archwilio unrhyw newidiadau yn eich defnydd o alcohol ac ymddygiadau cysylltiedig. Cofiwch y bydd y wybodaeth a roddwch am hyn yn cael ei thrin yn gyfrinachol ac y bydd eich ymatebion yn ddienw mewn unrhyw gyhoeddiadau.

[gofynnwch gwestiynau'r arolwg: tudalennau 1-18, cwestiynau 1-28 yn gynwysedig.]

Cefndir

A allech chi ddweud ychydig wrthyf amdanoch chi'ch hun, gan gynnwys o ble rydych chi'n dod, gyda phwy rydych chi'n byw a beth rydych chi'n ei wneud?

Defnydd o alcohol

Dywedwch wrthyf am eich defnydd cyfredol o alcohol. Beth ydych chi'n hoffi ei yfed? Pa mor aml ydych chi'n yfed? Ble ydych chi'n tueddu i yfed?

Pryd ddechreuoch chi yfed alcohol gyntaf?

O ble ydych chi'n tueddu i brynu alcohol?

A ydych erioed wedi cael unrhyw driniaeth ar gyfer problemau alcohol? Os felly, a allwch ddweud wrthyf pryd oedd hyn a pha help gawsoch chi?

Os na, a ydych chi'n meddwl eich bod chi erioed wedi bod angen unrhyw driniaeth neu gefnogaeth ar gyfer problemau alcohol? Os ydych chi, pam na wnaethoch chi geisio cymorth?

Defnydd o gyffuriau

Dywedwch wrthyf am eich defnydd cyfredol o gyffuriau anghyfreithlon (gan gynnwys cyffuriau presgripsiwn na ragnodwyd i chi). Beth ydych chi'n hoffi ei ddefnyddio? Pa mor aml ydych chi'n eu defnyddio? Ble ydych chi'n tueddu i'w defnyddio?

Pryd ddechreuoch chi ddefnyddio cyffuriau anghyfreithlon gyntaf? Pa gyffur ddefnyddioch chi gyntaf?

O ble ydych chi'n tueddu i brynu cyffuriau anghyfreithlon?

A ydych erioed wedi cael unrhyw driniaeth ar gyfer problemau cyffuriau? Os felly, a allwch ddweud wrthyf pryd oedd hyn a pha help gawsoch chi?

Os na, a ydych chi'n meddwl eich bod chi erioed wedi bod angen unrhyw driniaeth neu gefnogaeth ar gyfer problemau cyffuriau? Os ydych chi, pam na wnaethoch chi geisio cymorth?

Ymwybyddiaeth, dealltwriaeth ac agweddau tuag at MPA

Cyn cymryd rhan yn y cyfweiliad hwn, a oeddech chi'n ymwybodol o'r bwriad i gyflwyno MPA yng Nghymru? Os felly, sut glywsoch chi amdano? A allwch chi egluro'n fyr beth oeddech chi'n meddwl oedd yn gynwysedig yn y cynllun?

[Ar ôl hyn, rhowch fanylion am y cynllun]

Nawr eich bod chi'n gwybod am y cynllun, beth ydych chi'n ei feddwl amdano? A yw'n syniad da/drwg? Esboniwch pam rydych chi'n meddwl hyn.

Effaith bosibl MPA

Pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd MPA yn ei gael ar eich yfed?

Pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd MPA yn ei gael ar eich defnydd o gyffuriau anghyfreithlon?

Pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd MPA yn ei gael ar eich perthnasoedd ag eraill?

Pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd MPA yn ei gael ar eich amgylchiadau ariannol?
[holwch am wariant cartref]

Pa effaith ydych chi'n meddwl y bydd MPA yn ei gael ar agweddau eraill ar eich bywyd? [iechyd, troseddu, gwaith, tai]

Paratoi ar gyfer MPA

Ydych chi'n meddwl y byddwch chi'n gwneud unrhyw beth i baratoi ar gyfer MPA?
[holwch am fanylion]

Cefnogaeth ar gyfer MPA

Pa gefnogaeth, os o gwbl, y dylid ei darparu i yfwyr i'w helpu i baratoi ar gyfer y cynnydd mewn prisiau? [holwch am faterion fel iechyd, tai, triniaeth camddefnyddio sylweddau, cyngor ariannol, ac ati]

Unrhyw beth arall?

A oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ddweud wrthym am MPA neu yfed alcohol?

Diolch yn fawr am eich amser.

[Gofynnwch am gyfeiriad e-bost ar gyfer yr e-daleb; nodwch barodrwydd a chydsyniad am gyfweliad arall.]

Atodiad 3

Canllaw ar bynciau'r holiadur

1. Rhaglith a thaflen wybodaeth
2. Rhai cwestiynau amdanoch chi (rhyw, grŵp ethnig, ardal Awdurdod Lleol, math o ardal, oedran, statws priodasol, nifer y plant dan 17 oed, cymwysterau, cyflogaeth, incwm cartref, statws tai)
3. Rhai cwestiynau am wariant eich cartref (alcohol o siopau/ar-lein, alcohol mewn bwytaf/tafarndai, sigarêts, cyffuriau anghyfreithlon, bwyd, dillad, nwyddau groser eraill, biliau cartref, cludiant, eraill)
4. Rhai cwestiynau am ansawdd eich bywyd (boddhad, gwerth chweil, hapus, pryderus)
5. Rhai cwestiynau ar eich defnydd arferol o alcohol (pa mor aml, faint o unedau, yr effaith ar eich bywyd)
6. Rhai cwestiynau eraill ar eich defnydd o alcohol (amlder yfed gwahanol fathau o alcohol, lleoliad ei yfed, lleoliad y pryniant)
7. Rhai cwestiynau ar eich defnydd o gyffuriau eraill (cyffuriau anghyfreithlon, cyffuriau presgripsiwn na ragnodwyd i chi)
8. Rhai cwestiynau ar driniaeth camddefnyddio sylweddau (triniaeth alcohol neu gyffuriau erioed neu ar hyn o bryd)
9. Rhai cwestiynau ar eich dealltwriaeth o MPA (ymwybyddiaeth, dealltwriaeth)
10. Rhai cwestiynau eraill ar MPA (agweddau)
11. Rhai cwestiynau ar effaith bosibl MPA arnoch chi (swm, math, brand, trefniadau cyllido, lleoliad prynu, lleoliad defnydd)
12. Rhai cwestiynau ar baratoi ar gyfer MPA (paratoi a chynllunio)
13. Rhai cwestiynau ar effaith MPA ar eich defnydd o sylweddau eraill (cyffuriau anghyfreithlon, cyffuriau presgripsiwn, meddyginiaeth dros y cownter, diodydd meddal, bwyd, alcohol nad sydd ar ffurf diod, arall)
14. Cefnogaeth i yfwyr (a oes angen cefnogaeth ar yfwyr, y math o gefnogaeth sydd ei hangen)
15. Rhai cwestiynau i gloi ar yr effaith bosibl ar agweddau eraill ar fywydau yfwyr (perthnasoedd gyda'r teulu, perthnasoedd â ffrindiau, iechyd corfforol, iechyd meddwl, cyflogaeth, amgylchiadau ariannol, trefniadau tai/byw, ymddygiad troseddol)
16. Unrhyw beth arall yr hoffech ei ddweud wrthym am MPA.

Atodiad 4 Sampl y cyfweiliadau hydredol - tablau

Tablau A1-A10 Nodweddion sampl y cyfweiliadau hydredol

Tabl A1 Ffynonellau samplu

	N
Arolwg Cenedlaethol Cymru	21
Mudiadau trydydd sector	10
Prifysgolion	6
Arolwg Cyn Cyflwyno MPA	4
CYFANSWM	41

Tabl A2 Nodweddion demograffig y sampl cyfweiliad hydredol

	N
Rhyw	
Benywaidd	17
Gwrywaidd	24
Oedran	
75+	1
65-74	5
55-64	4
45-54	11
35-44	6
25-34	8
20-24	6
Grŵp ethnig	
Gwyn – S/C/A/GI/P	38
Gwyn - Arall	3
Statws priodasol	
Wedi gwahanu	1
Wedi ysgaru	3
Gweddw	1
Mewn perthynas	6
Sengl	11
Yn byw gyda phartner	3
Priod	16
Nifer y plant dan 18 oed sy'n byw yn eich cartref	
Tri neu ragor	1
Dau	4
Un	5
Dim	31

Tabl A3

Addysg, Cyflogaeth a Hyfforddiant y sampl cyfweliad hydredol

	N
Cymhwyster uchaf	
Lefel 7	4
Lefel 6	12
Lefel 5	3
Lefel 4	1
Lefel 3	8
Lefel 2	7
Lefel 1	1
Lefel mynediad	1
Dim cymwysterau	2
Statws Cyflogaeth	
Arall	2
Disgybl/Myfyriwr/ Addysg llawn amser	8
Wedi ymddeol	7
Edrych ar ôl cartref/teulu	1
Di-waith, ddim yn chwilio	7
Di-waith, yn chwilio	2
Gweithio rhan amser (<30h)	5
Gweithio llawn amser(30+h)	9

Tabl A4

Statws cyllid y sampl cyfweliad hydredol

	N
Ydych chi'n derbyn unrhyw fudd-dal genedlaethol	
Credyd cyffredinol	6
Budd-daliadau eraill	6
Na	27
Dewis peidio datgelu	2
Incwm cartref	
Dewis peidio datgelu	4
£52,000 yf neu mwy	5
£36,400-£51,999	1
£26,000-£36,399	9
£20,800-£25,999	1
£15,600-£20,799	6
£10,400-£15,599	4
£5,200-£10,399	7
Hyd at £5,199	3
Rheoli'n ariannol	
Ddim yn rheoli'n dda o gwbl	5
Ddim yn rheoli'n dda	6
Naillai'n rheoli/na ddim yn rheoli	7
Rheoli'n weddol dda	19
Rheoli'n dda iawn	4
Cyfanswm	41

Nodiadau: Rhai achosion ar goll

Tabl A5

Lleoliad a statws tai y sampl cyfweliad hydredol

	N
Awdurdod Lleol/ Ardal Bwrdd lechyd	
Wrecsam – BIPBC	5
Bro Morgannwg – BIPCF	2
Torfaen – BIPAB	1
Rhondda Cynon Taf – BIPCTM	5
Powys – BIAP	4
Casnewydd– BIPAB	4
Trefynwy –BIPAB	2
Y Fflint – BIPBC	1
Conwy – BIPBC	1
Ceredigion - BIPHD	2
Caerfyrddin - BIPHD	2
Caerdydd – BIPCF	11
Caerffili - BIPAB	1
Math o ardal	
Gwledig	17
Maestrefol	8
Trefol	16
Statws tai	
Digartref ar y stryd	1
Hostel/cefnogaeth arall	8
Byw gyda teulu/ffrindiau	4
Rhentu (cymdeithasol, cyngor)	1
Rhentu (preifat)	8
Perchennog cartref (morgais)	10
Perchennog cartref (heb morgais)	9

Nodiadau: BIPAB – Bwrdd lechyd Prifysgol Aneurin Bevan; BIPBC – Bwrdd lechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr; BIPCTM – Bwrdd lechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg; BIPCF – Bwrdd lechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro; BIPHD – Bwrdd lechyd Prifysgol Hywel Dda; BIAP – Bwrdd lechyd Addysg Powys;

Tabl A6 Defnydd alcohol yn y sampl cyfweliad hydredol

	N
Sgôr AUDIT	
Risg isel	13
Risg cynyddol	13
Risg uchel	3
Caethiwed yn debygol	9
Tua faint o'r alcohol rydych chi'n ei yfed sy'n cael ei yfed gartref?	
Dim ohono	1
Peth ohono	10
Tua hanner ohono	9
Rhan mwyaf ohono	17
I gyd ohono	3
Ble ydych chi fel arfer yn prynnu'r diodydd rydych chi'n ei yfed gartref?	
Arall	1
O wasanaeth dosbarthu	1
Siop oddi ar drwydded/ Siop cyfleus	11
Archfarchnad ar lein	2
Archfarchnad mewn person	26

Tabl A7 Defnydd alcohol yn y sampl cyfweiliad hydredol

	N
Ble rydych chi wedi yfed alcohol yn y mis diwethaf?	
Gartref	34
Mewn cartrefu pobl eraill	16
Mewn tafarnau	22
Mewn bwytai	17
Mewn clwb nos/bariau alcohol	6
Mewn digwyddiadau	4
Tu allan mewn llefydd cyhoeddus	10
Arall	7

Tabl A8 Amllder defnydd alcohol yn y sampl cyfweiliad hydredol

	Dyddiol neu bron yn ddyddiol	Wythnosol	Misol	Llai na misol	Byth/Ar goll	Cyfanswm
Cwrw/seidr/lager	11	13	8	8	1	41
Gwirodydd neu licorau	5	8	7	13	8	41
Sieri neu martini	-	1	5	4	31	41
Gwin	4	6	12	11	15	41
Alcopops	-	-	1	4	36	41
Alcohol isel	-	-	2	3	36	41

Nodiadau: Rhestrwyd cwrw arferol a chryf yn y ddau gategori ac felly maent wedi'u huno. Dewiswyd y gyfradd ddefnydd amlaf i'w chynnwys yn y newidyn.

Tabl A9 Mesurai ansawdd bywyd yn y sampl cyfweliad hydredol

	N
Pa mor fodlon ydych chi efo'ch bywyd?	
Isel (0-3)	5
Canolog (4-6)	5
Uwch (7-10)	29
Pa mor werthfawr ydy'r pethau rydych yn ei wneud?	
Isel (0-3)	7
Canolog (4-6)	3
Uwch (7-10)	29
Pa mor hapus roeddech chi ddoe?	
Isel (0-3)	4
Canolog (4-6)	9
Uwch (7-10)	26
Pa mor bryderus roeddech chi ddoe?	
Isel (0-3)	19
Canolog (4-6)	8
Uwch (7-10)	12

Tabl A10 Gwariant teuluol wythnosol yn y sampl cyfweliad hydredol

	N	Cymedrig	Amrywiad	GS
Tai	25	£120.69	£5-£500	£109.08
Biliau cartref	26	£81.41	£10-£250	£56.91
Siopa am fwyd	36	£57.38	£7-£150	£38.98
Plant	8	£54.38	£4-£250	£85.13
Arall	21	£50.12	£3-£175	£49.51
Benthygiadau	16	£44.67	£2-£100	£30.72
Cludiant	29	£42.10	£8-£204	£50.19
Cyffuriau	5	£39.00	£10-£100	£35.78
Alcohol o'r siopau	37	£36.55	£1-£357	£63.42
Bwyta allan	25	£18.39	£3-£50	£14.06
Alcohol allan	23	£17.91	£1-£80	£19.38
Sigarennau	14	£15.04	£6-£30	£6.58
Dillad	28	£13.44	£3-£50	£10.40
Siopa di-fwyd	34	£9.38	£1-£30	£7.19
CYFANSWM	40	£348.69	£80-£1020	£239.73

Atodiad 5 Sampl arolwg trawsdoriadol - tablau

Tabl A11-A21 Nodweddion sampl arolwg trawsdoriadol

Table A11 Nodweddion demograffig y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Rhyw		
Benywaidd	135	75%
Gwrywaidd	43	24%
Arall	1	1%
Oedran		
75+	1	1%
65-74	3	2%
55-64	8	5%
45-54	26	15%
35-44	35	20%
25-34	50	28%
20-24	40	23%
18-19	15	8%
Grŵp ethnig		
Gwyn – LI/C/A/GI/P	157	88%
Gwyn – Gwyddeleg	2	1%
White – Sipsiwn neu teithwyr Gwyddeleg	1	1%
Gwyn – Arall	15	8%
Cymysg – Gwyn a Caribïaidd Du	1	1%
Cymysg – Gwyn a African Du	1	1%
Du - African	1	1%
Staws priodol		
Priod	46	26%
Mewn perthynas sifil	1	1%
Cyd-fyw/byw gyda phartner	28	16%
Sengl	52	29%
Mewn perthynas	42	24%
Gweddw	2	1%
Wedi ysgaru	3	2%
Wedi gwahanu	3	2%
Dewis peidio datgelu	2	1%
Nifer o blant dan 18 sy'n byw yn eich tŷ		
Dim	109	61%
1	27	15%
2	29	16%
3 neu mwy	14	8%

Tabl A12 Addysg, Cyflogaeth ac Hyfforddiant y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Cymhwyster uwch		
Lefel mynediaf	5	3%
Lefel 1	1	1%
Lefel 2	8	5%
Lefel 3	57	32%
Lefel 4	11	6%
Lefel 5	22	12%
Lefel 6	40	22%
Lefel 7	29	16%
Lefel 8	6	3%
Statws Cyflogaeth		
Gweithio llawn amser (30+h)	52	29%
Gweithio rhan amser(<30h)	16	9%
Hunangyflogedig	5	3%
Di-waith ond yn chwilio	6	3%
Di-waith ond ddim yn chwilio	4	2%
Edrych ar ôl cartref/teulu	2	1%
Wedi ymddeol	4	2%
Disgybl/Myfyriwr/ Addysg llawn amser	87	49%
Arall	3	2%

Tabl A13 Statws cyllid y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Ydych chi'n derbyn unrhyw fudd-dal genedlaethol		
Credid Cyffredinol	10	6%
Budd-daliadau eraill	20	11%
Na	143	80%
Dewis peidio datgelu	6	3%
Incwm cartref (blynyddol)		
Hyd at £5,199	19	11%
£5,200-£10,399	22	12%
£10,400-£15,599	18	10%
£15,600-£20,799	16	9%
£20,800-£25,999	13	7%
£26,000-£36,399	19	11%
£36,400-£51,999	31	17%
£52,000 yf neu mwy	23	13%
Dewis peidio datgelu	18	10%
Rheoli'n ariannol		
Rheoli'n dda iawn	17	10%
Rheoli'n weddol dda	92	51%
Naillai'n rheoli'n dda/ddim yn dda	37	21%
Ddim yn rheoli'n dda	22	12%
Ddim yn rheoli'n dda o gwbl	11	6%
CYFANSWM		

Nodiadau: Rhai achosion ar goll

Tabl A14

Lleoliad a staws tai y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Awdurdod Lleol/Ardal Bwrdd lechyd		
Blaenau Gwent - BIPAB	3	2%
Pen-y-Bont ar Ogwr - BIPCTM	8	5%
Caerffili - BIPAB	8	5%
Caerdydd – BIPCF	23	13%
Caerfyrddin - BIPHD	1	1%
Ceredigion - BIPHD		
Conwy – BIPBC	2	1%
Sir Dinbych – BIPBC	6	3%
Y Fflint – BIPBC	13	7%
Gwynedd – BIPBC	1	1%
Ynys Mon - BIPBC		
Merthyr Tydfil - BIPCTM	2	1%
Sir Fynwy –BIPAB	1	1%
Castell-nedd Port Talbot-BIPABM	2	1%
Casnewydd – BIPAB	12	7%
Sir Benfor - BIPHD	7	4%
Powys – BIAP	6	3%
Rhondda Cynon Taf – BIPCTM	24	14%
Abertawe - BIPABM		
Torfaen – BIPAB	2	1%
Bro Morgannwg – BIPCF	5	3%
Wrecsam – BIPBC	52	29%
Math o ardal		
Trefol	48	27%
Maestrefol	46	26%
Gwledig	84	47%
Statws tai		
Perchennog cartref (morgais)	50	28%
Perchennog cartref (heb morgais)	13	7%
Rhentu (preifat)	41	23%
Rhentu (cymdeithasol, cyngor)	28	16%
Byw gyda teulu/ffriniau	34	19%
Hostel/cefnogaeth arall	11	6%
Di-gartref ar y stryd	1	1%

Nodiadau: BIPABM – Bwrdd lechyd Prifysgol Abertawe Bro Morgannwg; BIPAB – Bwrdd lechyd Prifysgol Aneurin Bevan; BIPBC – Bwrdd lechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr; BIPCTM – Bwrdd lechyd Prifysgol Cwm Taf Morgannwg; BIPCF – Bwrdd lechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro; BIPHD – Bwrdd lechyd Prifysgol Hywel Dda; BIAP – Bwrdd lechyd Addysg Powys;

Tabl A15 Defnydd alcohol y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Sgôr AUDIT		
Risg isel	92	52%
Risg cynyddol	64	36%
Risg uchel	10	6%
Caethiwed yn debygol	11	6%
Tua fain o'r alcohol rydych chi'n ei yfed sy'n cael ei yfed gartref?		
I gyd ohono	11	6%
Rhan mwyaf ohono	58	32%
Tua hanner ohono	27	15%
Peth ohon	58	32%
Dim ohono	25	14%
Ble ydych chi fel arfer yn prynnu'r diodydd rydych chi'n ei yfed gartref?		
Archfarchnad mewn person	134	75%
Archfarchnad ar lein	11	6%
Siop oddi ar drwydded/ Siop cyfleus	26	15%
Dramor/o siop di-doll	2	1%
Gorsaf betrol	1	1%
O wasanaeth dosbarthu	2	1%
Arall	1	1%

Tabl A16 Defnydd alcohol y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Ble rydych chi wedi yfed alcohol yn y mis diwethaf?		
Gartref	110	62%
Mewn cartrefu pobl eraill	64	36%
Mewn tafarnau	99	55%
Mewn bwytai	76	43%
Mewn clwb nos/bariau alcohol	53	30%
Mewn digwyddiadau	39	22%
Tu allan mewn llefydd cyhoeddus	9	5%
Arall	8	5%

Tabl A17a

Amllder defnydd alcohol yn y sampl arolwg

	Dyddiol neu bron yn ddyddiol	Wythnosol	Misol	Llai na misol	Byth/ar goll	CYFANSWM
Cwrw/seidr/lager	6% (10)	20% (36)	26% (47)	30% (53)	19% (33)	100% (179)
Gwirodydd neu licorau	4% (7)	12% (22)	31% (56)	35% (63)	18% (31)	100% (179)
Sieri neu martini	1% (2)	-	2% (4)	7% (13)	90% (160)	100% (179)
Gwin	5% (9)	20% (35)	20% (35)	29% (52)	27% (48)	100% (179)
Alcopops	1% (2)	3% (5)	6% (10)	13% (23)	78% (139)	100% (179)
Alcohol isel	1% (1)	2% (3)	6% (10)	12% (21)	80% (144)	100% (179)

Nodiadau: Rhestrwyd cwrw arferol a chryf yn y ddau categori ac felly maent wedi'u huno. Dewiswyd y gyfradd ddefnyd amlaf i'w chynnwys yn y newidyn.

Tabl A17b

Amllder defnydd alcohol yn y sampl arolwg

	Dyddiol neu bron yn ddyddiol	Wythnosol	Misol	Llai na misol	CYFANSWM
Cwrw/seidr/lager	7% (10)	25% (36)	32% (47)	36% (53)	100% (146)
Gwirodydd neu licorau	5% (7)	15% (22)	38% (56)	43% (63)	100% (148)
Sieri neu martini	11% (2)	-	21% (4)	68% (13)	100% (19)
Gwin	7% (9)	27% (35)	27% (35)	40% (52)	100% (131)
Alcopops	5% (2)	13% (5)	25% (10)	58% (23)	100% (40)
Alcohol isel	3% (1)	9% (3)	29% (10)	60% (21)	100% (35)

Nodiadau: Rhestrwyd cwrw arferol a chryf yn y ddau categori ac felly maent wedi'u huno. Dewiswyd y gyfradd ddefnyd amlaf i'w chynnwys yn y newidyn.

Tabl A18 Amllder defnydd cyffuriau anghyfreithlon yn y sampl arolwg trawsdoriadol

	7 diwrnod diwethaf	30 diwrnod diwethaf	12 mis diwethaf	> 12 mis	Erioed wedi defnyddio	Ar goll	CYFANSWM
Canabis	7% (12)	4% (7)	7% (13)	27% (49)	54% (97)	1% (1)	100% (179)
Ecstas	1% (2)	1% (1)	3% (6)	13% (23)	82% (146)	1% (1)	100% (179)
LSD	-	1% (2)	-	9% (16)	89% (160)	1% (1)	100% (179)
Madarch hud	-	2% (3)	2% (3)	11% (19)	86% (153)	1% (1)	100% (179)
Amffetaminau	-	1% (2)	3% (6)	14% (24)	82% (145)	1% (2)	100% (179)
Methamffetamin	-	-	1% (1)	-	99% (177)	1% (1)	100% (179)
Powdr cocên	2% (3)	3% (6)	7% (12)	10% (18)	78% (139)	1% (1)	100% (179)
Crac cocên	1% (2)	1% (1)	1% (1)	2% (3)	96% (171)	1% (1)	100% (179)
Heroin	-	1% (1)	1% (1)	1% (2)	96% (172)	2% (3)	100% (179)
Tawelyddion	1% (2)	1% (2)	2% (3)	4% (7)	92% (164)	1% (1)	100% (179)
Sterodau anabolig	-	1% (1)	-	-	98% (176)	2% (3)	100% (179)
PIEDau ansteroidaidd	-	1% (1)	-	1% (1)	98% (175)	1% (2)	100% (179)
Ketamin	-	2% (4)	3% (5)	9% (15)	86% (153)	1% (2)	100% (179)
Meffedron	-	-	1% (1)	5% (9)	93% (167)	1% (2)	100% (179)
GBL/GHB	-	-	1% (1)	1% (2)	97% (174)	1% (2)	100% (179)
Canabinoidau synthetig	1% (2)	-	1% (1)	-	96% (172)	2% (3)	100% (179)
BZP	-	-	-	-	99% (177)	1% (2)	100% (179)
Salvia	-	-	-	2% (4)	96% (172)	2% (3)	100% (179)
Khat	1% (1)	-	-	-	98% (175)	2% (3)	100% (179)
Ocsid nitraidd	1% (1)	1% (2)	2% (4)	10% (17)	86% (153)	1% (2)	100% (179)

Nodiadau: Rhestrwyd cwrw arferol a chryf yn y ddau gategori ac felly maent wedi'u huno. Dewiswyd y gyfradd ddefnyd amlaf i'w chynnwys yn y newidyn.

Tabl A19 Hanes triniaeth cyffuriau/alcohol yn y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Erioed wedi derbyn triniaeth ar gyfer problemau alcohol	7	4%
Erioed wedi triniaeth ar gyfer problemau cyffuriau	3	2%
Ddim erioed wedi derbyn triniaeth ar gyfer naill	169	94%
Yn derbyn triniaeth ar gyfer problemau alcohol ar hyn o bryd	3	2%
Yn derbyn triniaeth ar gyfer problemau cyffuriau ar hyn o bryd	0	0%
Ddim yn derbyn triniaeth ar gyfer nail ar hyn o bryd	176	98%

Tabl A20

Mesurau ansawdd bywyd yn y sampl arolwg trawsdoriadol

	N	%
Pa mor fodlon ydych chi efo'ch bywyd?		
Isel (0-3)	21	12%
Canolog (4-6)	64	36%
Uwch (7-10)	92	52%
Pa mor werthfawr ydy'r pethau rydych y ei wneud?		
Isel (0-3)	19	11%
Canolog (4-6)	44	25%
Uwch (7-10)	114	64%
Pa mor hapus roeddech chi ddoe?		
Isel (0-3)	35	20%
Canolog (4-6)	58	33%
Uwch (7-10)	84	48%
Pa mor bryderus roeddech chi ddoe?		
Isel (0-3)	69	39%
Canolog (4-6)	49	28%
Uwch (7-10)	59	33%

Tabl A21a

Gwariant teuluol wythnosol (yn cynnwys seroau)

	N	Cymedrig	Amrywiad	GS
Tai	179	£112.40	£0-£1000	£147.51
Biliau cartref	179	£70.93	£0-£1000	£113.04
Siopa am fwyd	179	£53.92	£0-£400	£47.05
Plant	179	£18.86	£0-£360	£50.39
Arall	179	£28.09	£0-£500	£55.47
Benthygiadau	179	£37.24	£0-£750	£78.69
Cludiant	179	£28.10	£0-£200	£28.53
Cyffuriau	179	£15.13	£0-£400	£49.46
Alcohol o'r sioau	179	£13.23	£0-£200	£26.87
Bwyta allan	179	£17.62	£0-£200	£24.63
Alcohol allan	179	£8.47	£0-£70	£10.49
Sigarennau	179	£5.51	£0-£100	£14.02
Dillad	179	£13.87	£0-£100	£16.46
Siopa di-fwyd	179	£10.77	£0-£100	£11.28
CYFANSWM	179	£434.15	£0-£2580	£370.32

Tabl A21b

Gwariant teuluol wythnosol (yn cynnwys seroau)

	N	Cymedrig	Amrywiad	GS
Tai	137	£146.85	£10-£1000	£152.91
Biliau cartref	129	£98.42	£8-£1000	£122.65
Siopa am fwyd	167	£57.80	£3-£400	£46.35
Plant	49	£68.91	£4-£360	£76.77
Arall	114	£44.11	£3-£500	£64.30
Benthygiadau	83	£80.30	£4-£750	£99.70
Cludiant	153	£32.88	£3-£200	£28.19
Cyffuriay	29	£93.38	£10-£400	£89.34
Alcohol o'r siopau	136	£17.41	£1-£200	£29.64
Bwyta allan	152	£20.75	£1-£200	£25.50
Alcohol allan	127	£11.94	£1-£70	£10.67
Sigarennau	41	£24.05	£5-£100	£20.45
Dillad	138	£17.99	£1-£100	£16.66
Siopa di-fwyd	163	£11.83	£1-£100	£11.28
CYFANSWM	173	£449.21	£35-£2580	£367.58