



# Ymateb i ymgynghoriad gan Iechyd Cyhoeddus Cymru

## Costau byw

Mae'n bleser gan Iechyd Cyhoeddus Cymru ddarparu'r cyflwyniad ysgrifenedig hwn i [ymgynghoriad](#) Pwyllgor yr Economi, Masnach a Materion Gwledig ar effaith economaidd a gwledig pwysau costau byw. Mae mewnwelediadau perthnasol yn ymwneud â'r pum cwestiwn ymgynghori wedi'u tynnu o nifer o gyhoeddiadau Iechyd Cyhoeddus Cymru a ffynonellau eraill (cyfeiriwch at y [rhestr gyfeirio](#)), wedi eu dilyn gan ystyriaethau polisi yn sgil y canfyddiadau hyn.

### Crynodeb

- Mae pwysau costau byw **yn fater iechyd y cyhoedd.**<sup>1</sup> Rydym yn gwybod bod **bywydau yn cael eu byrhau** yng Nghymru oherwydd tlodi.<sup>2</sup> Gall peidio â chael digon o arian ar gyfer y pethau sydd eu hangen arnom i fyw'n dda, megis cartrefi cynnes a bwyd iach, a phoeni'n gyson am sut i'w fforddio, gael **effaith negyddol ar ein hiechyd corfforol a meddyliol.**<sup>1,2,3</sup>
- Mae effeithiau cynnydd yng nghostau byw ar iechyd a llesiant pobl yn sylweddol, yn enwedig o'u cyfuno ag effeithiau amrywiol Covid-19, Brexit a newid yn yr hinsawdd.<sup>4,5</sup> Gall y bygythiadau niferus hyn effeithio yn fwy sylweddol ar rai grwpiau a chymunedau nag eraill.<sup>6</sup> Mae gan hyn y potensial i **waethygu anghydraddoldebau presennol ymhellach.**<sup>3,6</sup>
- Wrth ystyried y pwyntiau uchod, **dylem ddisgwyl i'r wasgfa costau byw arwain at fwy o bobl yng Nghymru yn profi iechyd gwaeth ac yn marw'n gynharach nag y dylent.**
- **Mae angen i'r ymateb polisi i'r wasgfa costau byw ystyried:**
  - **goblygiadau iechyd a llesiant yr argyfwng ac unrhyw ddatrysiadau polisi posibl;**
  - **cyd-destun ehangach yr anghydraddoldebau presennol yng Nghymru a heriau cyfunol Covid-19, Brexit, newid yn yr hinsawdd a'r gwrthdaro yn Ewrop;**
  - **sut i wneud cyfraniad hirdymor at leihau'r anghydraddoldebau iechyd presennol yng Nghymru;**
  - **sut y gall gwahanol grwpiau a chymunedau gael eu heffeithio'n arbennig gan y wasgfa costau byw (a ffactorau eraill); a**
  - **sut y gall cynigion polisi leihau'r anghydraddoldebau hyn.**

## Mae costau byw yn fater iechyd y cyhoedd.

Mae'r 'wasgfa' costau byw presennol yn fwy na phroblem economaidd – mae'n cyflwyno heriau sylweddol a phellgyrhaeddol i iechyd a llesiant unigolion a chymunedau. Mae'r wasgfa costau byw yn **effeithio ar nifer o'r blociau adeiladu hanfodol sydd eu hangen arnom i gyd ar gyfer bywyd iach**.<sup>7</sup>

- gwasanaethau iechyd hygyrch o ansawdd da;
- sicrwydd incwm a lefel briodol, deg o ddiogelwch cymdeithasol;
- amodau byw gweddus (gan gynnwys tai, cymunedau a'r amgylchedd ehangach);
- amodau gwaith a chyflogaeth gweddus; a
- chyfalaf cymdeithasol a dynol da (gan gynnwys addysg a sgiliau, ymddiriedaeth a pherthnasoedd).

Mae gan y wasgfa costau byw y potensial i effeithio ar sicrwydd ariannol a'r gallu i brynu hanfodion (fel bwyd a dillad), yn ogystal ag amgylcheddau byw (e.e. gallu fforddio rhoi'r gwres ymlaen, neu gadw i fyny â thaliadau rhent neu forgais). Mae'r straen cronig sy'n deillio o fod ag incwm annigonol i fforddio'r angenrheidiau hyn yn arwain at faterion iechyd meddwl (e.e. gorbryder ac iselder) a materion iechyd corfforol (e.e. cynnydd mewn pwysedd gwaed a system imiwnedd gwan).<sup>2</sup>

Yn anuniongyrchol, efallai y byddwn hefyd yn disgwyl i'r ffactorau sy'n creu'r wasgfa costau byw hon effeithio ar y canlynol:

- darpariaeth gwasanaeth iechyd;
- yr hyn y gall llywodraethau gynnig o ran amddiffyn cymdeithasol a chymorth;
- agweddau pobl at addysg uwch;
- sefydlogrwydd perthnasoedd a chymunedau; ac
- argaeledd gwaith da a theg.

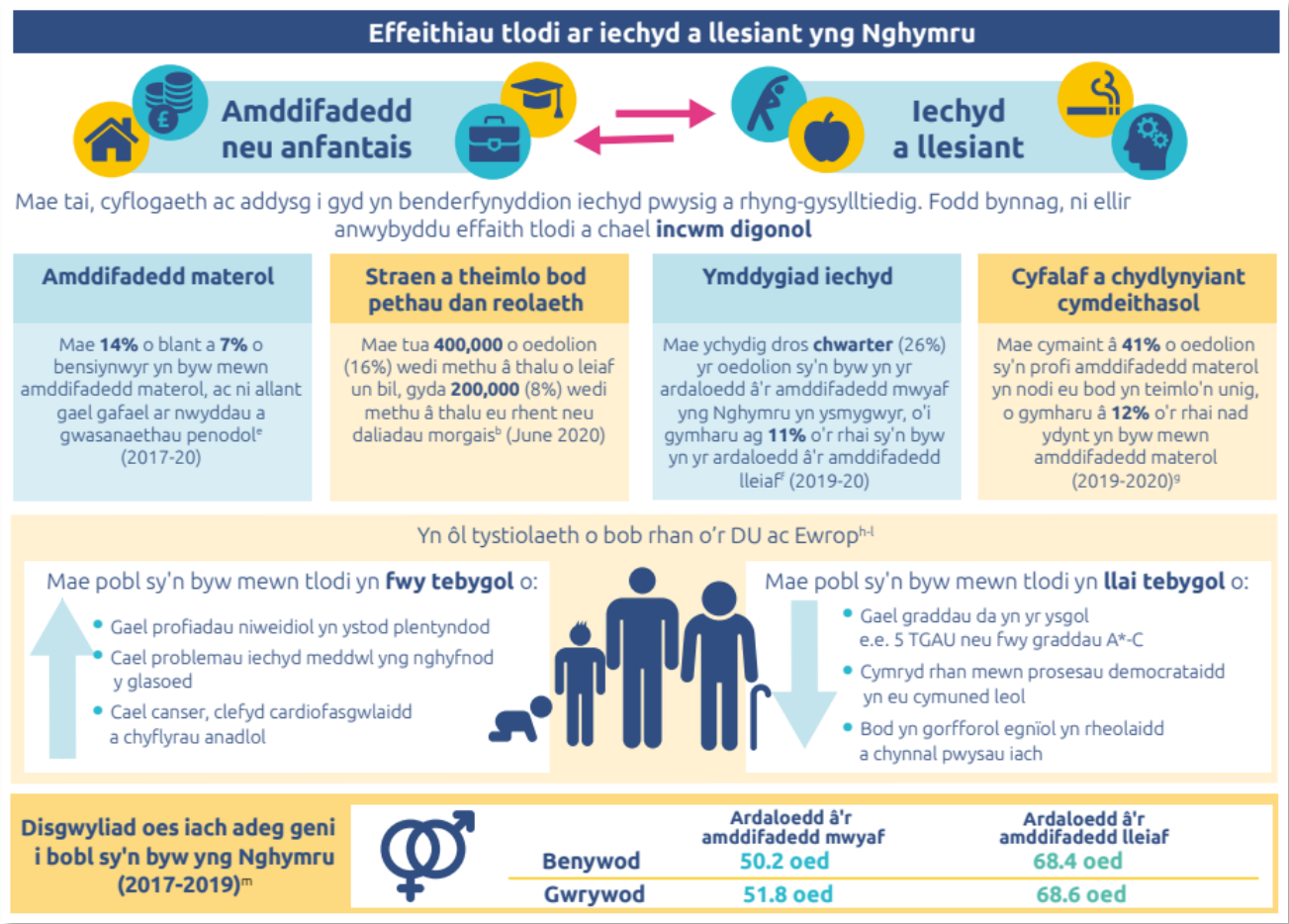
Mae crynodeb o'r amrywiaeth o ffyrdd y mae pobl sy'n byw mewn amddifadedd ac anfantais yn profi iechyd gwaeth i'w weld yn ffigur 1.<sup>2</sup>

Rydym eisoes yn gwybod bod **pobl sy'n byw mewn tloidi yng Nghymru yn marw'n gynharach nag y dylent**. Mae data o 2018-2020 yn dangos bod disgwyliad oes iach adeg geni yng Nghymru yn gostwng yn gyson wrth i amddifadedd gynyddu, ar gyfer dynion a menywod.<sup>8</sup> Yn ogystal, mae'r data diweddaraf a oedd ar gael o 2020 yn dangos bod cyfrannau sylweddol uwch o farwolaethau y gellir eu hosgoi wedi digwydd yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig yng Nghymru o gymharu â'r ardaloedd lleiaf difreintiedig.<sup>9</sup>

Hyd yn oed cyn pandemig Covid-19 a'r wasgfa costau byw bresennol, roedd y bwlch mewn disgwyliad oes rhwng rhannau mwyaf a lleiaf difreintiedig Cymru yn cynyddu, yn enwedig i fenywod.<sup>10</sup> Yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig, roedd gostyngiad "pryderus" yn nisgwyliad oes dynion a menywod yn y blynyddoedd yn dilyn polisïau cyni ledled y DU a gyflwynwyd yn 2010.<sup>10</sup>

Mae hefyd yn bwysig cydnabod na phroffir **pwysau costau byw ar eu pen eu hunain**: mae cyflwr iechyd yng Nghymru ar hyn o bryd yn cael ei bennu gan gydadwaith cymhleth o ffactorau economaidd-gymdeithasol. Mae'r rhain yn cynnwys "her driphlyg" Covid-19, Brexit, a newid yn yr hinsawdd, ynghyd ag ansicrwydd ynghylch gwrthdaro yn Ewrop.<sup>4</sup> Mae grwpiau sy'n profi ansicrwydd economaidd oherwydd cyllid cartref sydd dan straen, colli swyddi ac allgáu digidol yn fwy agored i effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol digwyddiadau niweidiol (boed yn gysylltiedig ag argyfwng iechyd, amgylcheddol neu economaidd).<sup>11</sup>

Gan ystyried y dystiolaeth hon gyda'i gilydd, **gallai'r wasgfa costau byw arwain at fwy o bobl yng Nghymru yn profi iechyd gwaeth ac yn marw'n gynharach nag y dylent**. Bydd rhai grwpiau yn fwy agored i niwed i'r heriau a ddaw yn sgil pwysau costau byw, ochr yn ochr â ffactorau eraill sy'n gysylltiedig â'r "her driphlyg", sy'n debygol o **weithredu gyda'i gilydd i waethygu'r anghydraddoldebau iechyd presennol** – gweler cwestiwn 2.<sup>3,6</sup>



Ffigur 1. Y cysylltiad rhwng tlodi ac iechyd a llesiant.<sup>2</sup>

## Atebion i gwestiynau'r ymgynghoriad

### Cwestiwn 1: Beth yw effeithiau economaidd tebygol y wasgfa costau byw?

Mae'r 'wasgfa' costau byw presennol yn fwy na phroblem economaidd – mae'n cyflwyno heriau sylweddol a phellgyrhaeddol i iechyd a llesiant unigolion a chymunedau.<sup>1</sup> Mae hefyd yn debygol o waethygu'r anghydraddoldebau presennol yng Nghymru ymhellach, yn enwedig gan ei bod yn cael ei phrofi yn ogystal â "her driphlyg" Covid-19, Brexit a'r newid yn yr hinsawdd ac ochr yn ochr ag ansicrwydd ynghylch gwrthdaro yn Ewrop (gweler yr adran flaenorol).<sup>4</sup>

O ran effeithiau economaidd, mae llawer o dystiolaeth bod gan **iechyd a llesiant cenedl gysylltiadau agos â chynhyrchiant a thwf economaidd**.<sup>2</sup>

**Mae anghydraddoldebau iechyd hefyd yn gysylltiedig â chostau sylweddol i wasanaethau cyhoeddus.** Er enghraifft, amcangyfrifodd astudiaeth yn 2021 gan Iechyd Cyhoeddus Cymru mai cyfanswm y gost flynyddol i'r GIG yng Nghymru o anghydraddoldeb sy'n gysylltiedig ag amddifadedd economaidd-gymdeithasol wrth ddefnyddio gwasanaethau ysbytai yw £322 miliwn, sy'n cyfateb i 8.7% o gyfanswm gostau gwasanaeth ysbyty.<sup>3</sup>

## Cwestiwn 2: Sut mae pwysau costau byw yn effeithio ar y gweithlu, a sut yr effeithir ar wahanol grwpiau o fewn y gweithlu?

Gall ffactorau economaidd-gymdeithasol ac amgylcheddol ehangach ddylanwadu'n fawr ar iechyd a llesiant y boblogaeth, ac mae eu heffaith yn amrywio'n sylweddol ar draws gwahanol grwpiau poblogaeth.<sup>4</sup> Mae'n debygol mai'r grwpiau sydd ac a fydd yn cael eu heffeithio fwyaf gan y wasgfa costau byw (ar y cyd â'r heriau sylweddol a achosir gan bandemig Covid-19, Brexit a newid yn yr hinsawdd) yw:

- **pobl ifanc a phlant;**
- **grwpiau lleiafrifoedd ethnig, yn enwedig cymunedau Du ac Asiaidd;**
- **pobl mewn cyflogaeth ansicr/incwm isel/anffurfiol/cymhwyster isel, yn enwedig menywod;**
- **grwpiau a ymleiddiwyd a grwpiau sydd wedi'u hallgáu'n gymdeithasol, megis pobl anabl neu ddirgaredd; a**
- **phobl sy'n byw (neu sydd mewn perygl o fyw) mewn amddifadedd a thlodi.**<sup>2,6</sup>

Er bod tystiolaeth yn awgrymu bod chwyddiant yn gyffredinol yn effeithio ar bobl â lefelau gwahanol o incwm mewn ffordd debyg, nid yw hyn yn wir am **gostau ynni (a bwyd) cynyddol, sy'n effeithio'n anghymesur ar bobl ag incwm isel.**<sup>2,12</sup> Yn y DU, gellir priodoli 10% o farwolaethau dros y gaeaf yn rhannol i dlodi tanwydd, gyda 30% o'r marwolaethau hyn yn gysylltiedig â byw mewn cartref oer.<sup>13</sup> Rydym hefyd yn gwybod bod costau'r gwasanaeth iechyd ar gyfer mynd i'r afael ag afiechyd a achosir gan aneffeithlonrwydd ynni yn sylweddol.<sup>14</sup>

Mae tystiolaeth glir ar sut mae **iechyd a phrofiadau plant yn gynnar mewn bywyd yn cael effaith ar eu canlyniadau bywyd yn y pen draw**, gan gynnwys iechyd pan fyddant yn oedolion, cyrhaeddiad addysgol a chanlyniadau yn y farchnad swyddi.<sup>2</sup> Rydym yn gwybod bod straen teuluol a rhieni, gan gynnwys straen ariannol ac ansicrwydd bwyd, yn effeithio'n negyddol ar iechyd meddwl a chorfforol plant, yn y tymor byr ac ar draws eu hoes, gyda babanod a phlant bach mewn perygl uwch. Felly, bydd yr effaith sylweddol y bydd pwysau cynyddol ar gostau byw yn ei chael ar blant (fel y nodir gan gyfraddau tlodi plant cynyddol yng Nghymru, yn enwedig ymhlith teuluoedd un rhiant a theuluoedd â nifer o blant), heb ymyrraeth sylweddol, yn parhau i gael effaith negyddol nid yn unig ar y genhedlaeth hon, ond ar blant cenedlaethau'r dyfodol.<sup>2</sup>

## Cwestiwn 3: Sut mae heriau costau byw yn effeithio ar fusnesau a'r sectorau economaidd, a sut mae busnesau'n ymateb i'r rhain?

Fel yr amlinellwyd uchod, gallwn ddisgwyl i'r wasgfa costau byw gael effaith ar iechyd corfforol a meddyliol pobl.<sup>1</sup> Bydd gan hyn oblygiadau o ran pa mor dda y gall pobl berfformio yn y gwaith. Er enghraifft, rydym eisioes yn gwybod taw **iechyd meddwl gwael yw un o'r prif resymau dros absenoldeb salwch staff ar draws y DU.**<sup>15</sup> Mae'r risg gyfansawdd y mae'r argyfwng costau byw yn ei roi i iechyd a llesiant gweithwyr hefyd yn debygol o beryglu iechyd a llesiant y rhai sy'n dibynnu arnynt yn uniongyrchol, gan gynnwys plant, pobl hŷn, a'r rhai ag anabledau a/neu afiechyd cronig.

Fodd bynnag, **mae rôl glir y gall cyflogwyr ei chwarae wrth gefnogi iechyd a llesiant eu staff** a thystiolaeth i gefnogi effeithiolrwydd rhai dulliau gweithredu.<sup>16,17,18</sup>

Mae rhaglen *Cymru Iach ar Waith* Iechyd Cyhoeddus Cymru<sup>19</sup> yn gweithio gyda chyflogwyr i flaenoriaethu iechyd a llesiant yn eu gweithleoedd, gan eu cynorthwyo i ddatblygu a chyflwyno rhaglen gyflawni strategol a chydgyssylltiedig. Yn dilyn pryderon a godwyd gan gyflogwyr yn

ystod y pandemig, a ategwyd gan ymchwil ymgwymerwyd can cyflogwyr, mae *Cymru Iach ar Waith* wedi datblygu ei ffocws ar iechyd meddwl a llesiant ymhellach. Mae'r rhaglen yn cefnogi sefydliadau i:

- ymgorffori ystod o feini prawf sy'n seiliedig ar dystiolaeth i sicrhau bod cynllun gwaith teg a diwylliant sefydliadol yn llywio canlyniadau iechyd meddwl a llesiant cadarnhaol;
- sicrhau bod iechyd meddwl yn cael ei fonitro ar draws y sefydliad; a
- hyfforddi rheolwyr llinell i ddeall ffactorau risg.

Yn ogystal, mae *Cymru Iach ar Waith* yn gweithio gyda phartneriaid i gyfeirio at ymyriadau wedi'u teilwra ar draws y sefydliad. Yn benodol, mae Cymru Iach ar Waith wedi rhyddhau podlediad yn ddiweddar i gefnogi cyflogwyr a'u staff drwy archwilio sut y gall cyflogwyr gael sgysiau hyderus a sensitif i gefnogi lles ariannol eu staff.<sup>20</sup>

Yn fwy cyffredinol, gall cefnogi cyfranogiad mewn gwaith teg helpu i wella llesiant meddwl y rhai sy'n gweithio a'u teuluoedd. **Mae gan gyflogwyr rôl allweddol o ran gwella mynediad at waith teg**, fel y mae llawer o gyrff yn y sector cyhoeddus a chyrff eraill, gan gynnwys drwy gaffael sy'n gymdeithasol gyfrifol. Gall sicrhau bod gan swyddi gyflog teilwng (gwobrwyo teg), eu bod yn cynnwys gweithwyr, a'u bod yn hyblyg o ran eu hanghenion a darparu amgylcheddau iach, leihau'r straen ar unigolion a theuluoedd, a gwella llesiant. Mae cefnogi cyflogwyr i gymryd y dull hwn yn arbennig o allweddol ar adeg pan fydd gweithwyr yn wynebu pwysau o sawl cyfeiriad yn eu swyddi gwaith a'r tu allan iddynt. Mae *Cymru Iach ar Waith* yn gweithio gyda partneriaid i alluogi cyflogwyr i weithio tuag at fod yn gyflogwr deg.<sup>21</sup> Yn ogystal, mae Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi sefydlu panel arbenigol i helpu i ddylanwadu ar sut y gellir gwella cyfranogiad mewn gwaith teg mewn ffordd sy'n gwella iechyd, llesiant a thegwch.

#### **Cwestiwn 4: Sut mae'r wasgfa costau byw yn effeithio ar gymunedau gwledig ac i ba raddau y mae'r pwysau y maent yn eu hwynebu yn wahanol i ardaloedd trefol?**

Mae cymunedau gwledig yn cael eu heffeithio gan effeithiau unigol Brexit, Covid-19 a'r newid yn yr hinsawdd (yr "her driphlyg") mewn myrdd o wahanol ffyrdd, rhai ohonynt yr un fath â chymunedau trefol, ond eraill yn fwy penodol i gymunedau gwledig.<sup>5</sup> Mae angen ystyried y ffactorau hyn yn ofalus wrth ddrafftio polisiau a chynlluniau cenedlaethol, rhanbarthol a lleol er mwyn lleihau anghydraddoldebau iechyd a llesiant.<sup>5</sup> Amlygir rhai materion enghreifftiol isod.

Mae gan gymunedau gwledig Cymru lefelau uwch na'r cyfartaledd cenedlaethol o hunangyflogaeth a chyflogaeth ran-amser.<sup>5</sup> Mae hyn yn golygu y gallai'r straen economaidd sy'n deillio o'r wasgfa costau byw a'r "her driphlyg" arwain at fwy o ansicrwydd economaidd a phryder am swyddi mewn ardaloedd gwledig, gan arwain at fwy o effaith negyddol ar iechyd meddwl a llesiant.

Mae gan gymunedau gwledig boblogaethau hŷn ar gyfartaledd, sy'n fwy tebygol o fyw mewn cartrefi hŷn sydd wedi'u hinswleiddio'n wael.<sup>5</sup> Mae tlodi tanwydd felly yn bryder arbennig i'r grŵp poblogaeth hwn – mater a fydd yn cael ei ddwysáu gan y wasgfa costau byw.

Nododd ymchwil a gynhaliwyd gyda chymunedau ffermio gan Iechyd Cyhoeddus Cymru fod ansefydlogrwydd ariannol, ansicrwydd, heriau wrth gynllunio ar gyfer olyniaeth, a diffyg ymdeimlad o reolaeth yn ffynonellau sylweddol o straen a gofid i ffermwyr a'u teuluoedd.<sup>22</sup> Er bod Brexit wedi amlygu'r pryderon hyn, bydd y wasgfa costau byw yn gwaethygu'r adfyd sy'n wynebu ffermwyr mewn cymunedau gwledig ymhellach. Pryderon ariannol, gan gynnwys dyled, yw un o'r heriau mwyaf i lesiant meddyliol.

Nodwyd bod darparwyr y GIG mewn cymunedau gwledig yn fwy tebygol o fod wedi profi problemau gwaeth gyda'r gweithlu a sefyllfaoedd ariannol gwaeth yn ystod y pandemig.<sup>5</sup> Bydd hyn yn cael ei effeithio ymhellach gan y wasgfa costau byw, a gall fod yn destun gofid penodol

mewn ardaloedd gwledig ble mae darparu gwasanaethau iechyd yn gysylltiedig â chostau uwch oherwydd heriau mewn cyflawni arbedion maint, ac yr angen am gyfradd uwch o staff i ddarparu gwasanaethau iechyd a gofal.<sup>5</sup>

Mae amgylcheddau a chymunedau gwledig hefyd wedi dod yn fwy deniadol i fyw a gweithio ynndynt yn ystod cyfnod y pandemig oherwydd y cyfleoedd cynyddol i weithio o bell a gweithio gartref. Gallai hyn gael effeithiau cadarnhaol a negyddol ar iechyd a llesiant. Mae effeithiau negyddol posibl yn cynnwys biliau ynni uwch sy'n gysylltiedig â gweithio gartref wrth i bobl ddefnyddio offer electronig neu wresogi eu cartrefi am gyfran uwch o'r diwrnod. **Error! Bookmark not defined.** Mae hyn yn golygu y gallai cost gynyddol tanwydd effeithio ar boblogaethau sy'n gweithio gartref i raddau helaeth (er y dylid edrych ar hyn ar y cyd â gostyngiadau mewn costau eraill megis y rhai sy'n gysylltiedig â chymudo). Gallai hefyd arwain at gynydd ym mhrisiau tai neu brinder tai fforddiadwy i'r poblogaethau lleol, gan ddwysáu effeithiau'r wasgfa costau byw ar gyfer y poblogaethau hyn o gymharu â chymunedau trefol.<sup>5</sup>

**Mae grwpiau poblogaeth eraill – yn ôl nodwedd warchoddedig, daearyddiaeth neu gymuned – hefyd yn gwarantu dadansoddiad penodol o sut y bydd y wasgfa costau byw, a chynigion i fynd i'r afael â'i heffaith, yn effeithio'n benodol arnynt. Mae hyn yn angenrheidiol er mwyn gwneud y mwyaf o iechyd a llesiant pawb a lleihau anghydraddoldebau presennol.**

#### Cwestiwn 5. Pa mor effeithiol yw'r mesurau cymorth y mae Llywodraeth Cymru a Llywodraeth y DU wedi'u rhoi ar waith, a pha gymorth pellach a allai fod ei angen yn ystod y misoedd nesaf?

**Mae budd-daliadau yn cael eu "tan-hawlio yn sylweddol yng Nghymru".<sup>23</sup>** Aeth ymgyrch Llywodraeth Cymru ar gynyddu'r nifer sy'n manteisio ar fudd-daliadau drwy **gynyddu ymwybyddiaeth o gynlluniau sydd eisoes ar waith a'u meini prawf cymhwysedd, yn ogystal â darparu mwy o wybodaeth a chymorth ar wneud cais** i grwpiau agored i niwed,<sup>24</sup> rywfaint o'r ffordd i fynd i'r afael â'r mater hwn.

Fodd bynnag, mae'r argyfwng costau byw yn debygol o waethygu tlodi bwyd a thanwydd i'r rhai sydd eisoes wedi'u heffeithio, yn ogystal â dod ag eraill i argyfwng am y tro cyntaf. Mae hyn yn golygu bod angen cynyddu o'r newydd y nifer o unigolion a chartrefi sy'n manteisio ar gael cymorth nad ydynt yn derbyn cymorth y maent yn gymwys ar ei gyfer drwy. Dylai unrhyw ymgyrchoedd neu gamau gweithredu fynd i'r afael â'r rhwystrau a nodwyd i hawlio budd-daliadau yng Nghymru, gan gynnwys canfyddiadau negyddol o fudd-daliadau a chanfyddiadau ynghylch yr anhawster neu'r amser sydd ei angen i wneud cais.<sup>25</sup>

Nid yw ystadegau hawlio budd-daliadau ar gael yn rhwydd ar lefel ddaearyddol Cymru.<sup>26</sup> Mae edrych yn gyfrannol ar ystadegau o'r budd-daliadau heb eu hawlio ar draws Prydain yn rhoi amcangyfrif o'r graddau y mae budd-daliadau yn cael eu tan-hawlio yng Nghymru.<sup>26</sup> Fodd bynnag, gallai ymchwil pellach ar faint o bobl a pha grwpiau sy'n fwy neu'n llai tebygol o hawlio cymorth sydd â hawl iddo lywio'r datblygiad ymhellach a gwella effeithiolrwydd ymgyrchoedd ymwybyddiaeth y cyhoedd.

Nid yw'n glir ychwaith i ba raddau y byddai derbyn yr holl gymorth sydd ar gael ar hyn o bryd yn mynd i'r afael â phwysau costau byw.<sup>27,28,29,30</sup> Mae angen dulliau ychwanegol i sicrhau mynediad cyson at fwyd ac i fynd i'r afael ag effaith costau ynni cynyddol er mwyn lliniaru effeithiau negyddol pellach ar iechyd presennol a thymor hwy, ac i lenwi'r bylchau yn y cymorth sydd ar gael yng ngoleuni'r cyd-destun presennol.<sup>28,29,30</sup>

Yn y tymor hwy, mae gan yr ymateb polisi i'r wasgfa costau byw y potensial i wneud gwahaniaeth gwirioneddol i'r rhai sydd eisoes yn profi iechyd gwael ac anghydraddoldeb: **mae'r achos dros fuddsoddi mewn tegwch llesiant a iechyd yn gryfach nag erioed.** Mae ymyriadau mewn meysydd fel ansicrwydd bwyd neu dlodi tanwydd yn tueddu i gael mwy o



effaith ar y rhai sy'n cael eu heffeithio fwyaf – er enghraifft, mae ymyriadau effeithlonrwydd ynni yn gysylltiedig â mwy o ganlyniadau cadarnhaol i bobl ag incwm isel, plant, pobl ag iechyd gwael a grwpiau eraill sy'n agored i niwed.<sup>31</sup> Yn ehangach, mae buddsoddi mewn iechyd a llesiant, yn enwedig mewn atal ac ymyrryd yn gynnar, yn cefnogi datblygu cynaliadwy a chreu Cymru lewyrchus, iach a chyfartal i bawb.

### Ystyriaethau polisi

- Mae angen i'r ymateb polisi i'r wasgfa costau byw ystyried goblygiadau iechyd a llesiant yr argyfwng ac unrhyw ddatrysiadau polisi posibl.
- Ni ddylid edrych ar y wasgfa costau byw ar ei phen ei hun, ond yng nghyd-destun ehangach anghydraddoldebau sy'n bodoli eisoes yng Nghymru a heriau cyfunol Covid-19, Brexit, newid yn yr hinsawdd a'r gwrthdaro yn Ewrop.
- Dylai'r ymateb i'r wasgfa costau byw gymryd golwg hirdymor a cheisio gwneud cyfraniad parhaol, sylweddol at leihau anghydraddoldebau iechyd presennol yng Nghymru.
- Er mwyn cyflawni hyn, dylid rhoi sylw penodol i sut y gall gwahanol grwpiau a chymunedau gael eu heffeithio'n benodol gan y wasgfa costau byw, ac unrhyw gynigion polisi i fynd i'r afael â hi; dylai unrhyw gynigion polisi fod yn ymwybodol o sut y gall ffactorau allanol eraill sy'n effeithio ar iechyd a llesiant weithredu ar y cyd.

Ymateb a baratowyd gan:

- Manon Roberts, Uwch Swyddog Polisi ([manon.roberts7@wales.nhs.uk](mailto:manon.roberts7@wales.nhs.uk))
- Louisa Petchey, Uwch Arbenigwr Polisi
- Sumina Azam, Ymgynghorydd mewn Iechyd y Cyhoedd, Polisi, Ymchwil a Datblygiad Rhyngwladol
- Ciarán Humphreys, Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd, Penderfynyddion Ehangach Iechyd
- Mary-Ann McKibben, Ymgynghorydd Iechyd y Cyhoedd, Gwella Iechyd

### Cyfeiriadau

<sup>1</sup> Petchey, L., Azam, S., Bishop, J., Edmonds, N., Fogarty, R., Gray, A., Green, H., Hodgson, K., Humphreys, C., Lester, N., Lewis, R., McKibben, M-A., McNaughton, A., Owen, C., a van de Venter, E. (2022). **Ymateb i ymgynghoriad gan Iechyd Cyhoeddus Cymru: Ymchwiliad y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol i anghydraddoldebau iechyd meddwl.** Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://business.senedd.wales/documents/s123834/MHI%2082%20-%20Public%20Health%20Wales.pdf>

<sup>2</sup> Azam, S Hardcastle, K., Morgan, L., Hill, R., Fletcher, M., Johnson, T., Green, L., a Bellis, M. (2021). **Brexit a Thlodi yng Nghymru: Drwy Lens Iechyd y cyhoedd.** Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://phwwhoc.co.uk/resources/brexit-a-thlodi-yng-nghymru-drwy-lens-iechyd-y-cyhoedd/?lang=cy>

---

<sup>3</sup> Kadel, R., Darlington, O., Allen, J., Bainham, B., Meistri, R., Dyakova, M., a Bellis, M. (2021). **Cost Anghydraddoldeb Iechyd i GIG Cymru. Adroddiad 1: Cost sy'n gysylltiedig ag anghydraddoldeb wrth ddefnyddio gwasanaeth ysbyty.** Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://phwwhocc.co.uk/resources/cost-of-health-inequality-to-the-nhs-in-wales-report-1-cost-associated-with-inequality-in-hospital-service-utilisation/?lang=cy>

<sup>4</sup> Green, L. Ashton, K., Fletcher, M., Jones, A.T., Evans, L., Evans, T., Parry-Williams, L., Azam, S., a Bellis, M. (2021). **Ymateb i Her Driphlyg Brexit, COVID-19 a'r Newid yn yr Hinsawdd i iechyd, llesiant a thegwch yng Nghymru.** Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://phw.nhs.wales/publications/publications1/ymateb-i-her-driphlyg-brexit-covid-19-ar-newid-yn-yr-hinsawdd-i-iechyd-llesiant-a-thegwch-yng-nghymru/>

<sup>5</sup> Green, L. Ashton, K., Fletcher, M., Jones, A.T., Evans, L., Evans, T., Parry-Williams, L., Azam, S., a Bellis, M. (2022). **Ymateb i'w Driphlyg Brexit, COVID-19 a'r Newid yn yr Hinsawdd o ran iechyd, llesiant a thegwch yng Nghymru. Pwyslais ar: Gymunedau Gwledig.** Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://icc.gig.cymru/cyhoeddiadau/cyhoeddiadau/ymateb-i-her-driphlyg-brexit-covid-19-ar-newid-yn-yr-hinsawdd-o-ran-iechyd-llesiant-a-thegwch-yng-nghymru/>

<sup>6</sup> Dyakova, M., Couzens, L., Allen, J., Van Eimeren, M., Stielke, A., Cotter-Roberts, A., Kadel, R., Bainham, B., Ashton, K., Stewart, D., Hughes, K., a Bellis, M. (2021). **Gosod tegwch iechyd wrth wraidd ymateb ac adferiad cynaliadwy COVID-19: Adeiladu bywydau llewyrchus i bawb yng Nghymru.** Menter Adroddiad statws Tegwch Iechyd Cymru (WHESRI). Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://icc.gig.cymru/newyddion1/rhoi-tegwch-iechyd-wrth-wraidd-adfer-ar-ol-coronafeirws-ar-gyfer-adeiladu-dyfodol-cynaliadwy-i-gymru/gosod-tegwch-iechyd-wrth-wraidd-ymateb-ac-adferiad-cynaliadwy-covid-19-adeiladu-bywydau-llewyrchus-i-bawb-yng-nghymru/>

<sup>7</sup> World Health Organisation. (2019). **Health Equity Policy Tool: A framework to track policies for increasing health equity in the WHO European Region.** Ar gael yn: [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/410457/FINAL-20190812-h1905-policy-tool-en.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/410457/FINAL-20190812-h1905-policy-tool-en.pdf)

<sup>8</sup> Office for National Statistics. (2022). **Health state life expectancies by national deprivation deciles, Wales: 2018 to 2020.** Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthinequalities/bulletins/healthstatelifeexpectanciesbynationaldeprivationdecileswales/2018to2020>

<sup>9</sup> Office for National Statistics. (2022). **Socioeconomic inequalities in avoidable mortality in Wales: 2020.** Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/deaths/bulletins/socioeconomicinequalitiesinavoidablemortalityinwales/2020>

<sup>10</sup> Currie, J., Boyce, T., Evans, L., Luker, M., Senior, S., Hartt, M., Cottrell, S., Lester, N., Huws, D., Humphreys, C., Little, K., Adekanmbi, V., a Paranjothy, S. (2021). **Life expectancy inequalities in Wales before COVID-19: an exploration of current contributions by age and cause of death and changes between 2002 and 2018.** *Public Health*, 193, 48-56.

<sup>11</sup> Willatt, A., Jones, D.P., Kyle, R.G., a Davies, A.R. (2021). **Ffactorau sy'n Dod i'r Amlwg Fel Sbardunau i Fregusrwydd o ran Annhegwch Iechyd yng Nghyd-destun COVID-19: Safbwyntiau ac ymateb gan y Sector Gwirfoddol a Chymunedol yng Nghymru.** Iechyd



---

Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/y-cyfarwyddiaeth-gwybodaeth/ymchwil-a-gwerthuso/publications/ffactorau-syn-dod-ir-amlwg-fel-sbardunau-i-fregusrwydd-o-ran-annhegwch-iechyd-yng-nghyd-destun-covid-19/>

<sup>12</sup> Office for National Statistics. (2022). **Energy prices and their effect on households**. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/economy/inflationandpriceindices/articles/energypricesandtheireffectonhouseholds/2022-02-01>

<sup>13</sup> Azam, S., Jones, T., Wood, S., Bebbington, E., Woodfine, L., a Bellis, M. (2019). **Gwella iechyd a lles y gaeaf a lleihau pwysau'r gaeaf yng Nghymru**. Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://phwwhocc.co.uk/resources/gwella-iechyd-a-lles-y-gaeaf-a-lleihau-pwysaur-gaeaf-yng-nghymru/?lang=cy>

<sup>14</sup> Watson, I., MacKenzie, F., Woodfine, L., a Azam, S. (2019). **Gwneud Gwahaniaeth Tai ac Iechyd: Prif Adroddiad Achos dros Fuddsoddi**. Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://phwwhocc.co.uk/resources/gwneud-gwahaniaeth-tai-ac-iechyd-prif-adroddiad-achos-dros-fuddsoddi/?lang=cy>

<sup>15</sup> Office for National Statistics. (2021). **Sickness absence in the UK labour market: 2020**. Ar gael yn: <https://www.ons.gov.uk/employmentandlabourmarket/peopleinwork/labourproductivity/articles/sicknessabsenceinthelabourmarket/2020#sickness-absence-data>

<sup>16</sup> Brunton, G., Dickson, K., Khatwa, M., Caird, J., Oliver, S., Hinds, K., a Thomas, J. (2016). **Developing evidence informed, employer-led workplace health**. Llundain: EPPI-Centre, Social Science Research Unit, UCL Institute of Education, University College London. Ar gael yn: <https://eppi.ioe.ac.uk/cms/Publications/Systematicreviews/Employer-ledworkplacehealth/tabid/3672/Default.aspx>

<sup>17</sup> Deloitte. (2020). **Mental health and employers: Refreshing the case for investment**. Ar gael yn: <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/uk/Documents/consultancy/deloitte-uk-mental-health-and-employers.pdf>

<sup>18</sup> National Institute for Health and Care Excellence [NICE]. (2022). **Mental well-being at work**. NICE guideline [NG212]. Ar gael yn: <https://www.nice.org.uk/guidance/ng212>

<sup>19</sup> Gweler: [Gweithle Iach](#), [Gweithlu Iach](#), [Busnes Iach](#). Iechyd Cyhoeddus Cymru.

<sup>20</sup> Iechyd Cyhoeddus Cymru. (2022). **Podlediad Cymru Iach ar Waith: Lles Ariannol yn y Gweithle**. 5 Chwefror 2022. Ar gael yn: <https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/cymru-iach-ar-waith/gwybodaeth-a-chyngor-covid-19-i-gefnogi-cyflogwyr-a-gweithwyr/podlediad-cymru-iach-ar-waith/>

<sup>21</sup> Busnes Cymru. (2022). **Gwaith Teg**. Llywodraeth Cymru. Ar gael yn: <https://businesswales.gov.wales/skillsgateway/cy/cymorth-recrwtio/gwaith-teg>

<sup>22</sup> Davies, A.R., Homolova, L., Grey, C.N.B., Fisher, J., Nicole Burchett, N., a Kousoulis, A. (2019). **Cefnogi cymunedau ffermio yn ystod y dyddiau o ansicrwydd: Fframwaith gweithredu i gefnogi iechyd meddwl a llesiant ffermwyr a'u teuluoedd**. Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://icc.gig.cymru/gwasanaethau-a-thimau/y->

---

[cyfarwyddiaeth-gwybodaeth/ymchwil-a-gwerthuso/publications/cefnogi-cymunedau-ffermio-yn-ystod-cyfnodau-o-ansicrwydd/](https://cyfarwyddiaeth-gwybodaeth/ymchwil-a-gwerthuso/publications/cefnogi-cymunedau-ffermio-yn-ystod-cyfnodau-o-ansicrwydd/)

<sup>23</sup> Pwyllgor Cydraddoldeb, Llywodraeth Leol a Cymunedol. (2019). **Budd-daliadau yng Nghymru: opsiynau i'w cyflawni'n dda**. Cynulliad Cenedlaethol Cymru. Ar gael yn: <https://senedd.wales/laid%20documents/cr-ld12832/cr-ld12832%20-w.pdf>

<sup>24</sup> Llywodraeth Cymru. (2021). **Datganiad Ysgrifenedig: Yr ymgyrch genedlaethol gyntaf i sicrhau bod pobl yn hawlio budd-daliadau**. Ar gael yn: <https://llyw.cymru/datganiad-ysgrifenedig-yr-ymgyrch-genedlaethol-gyntaf-i-sicrhau-bod-pobl-yn-hawlio-budd-daliadau?msckid=ef372e28d03911eca538863fcb23fd4f>

<sup>25</sup> Cyngor ar Bopeth. (2021). **Benefits issues in Wales during the Covid-19 crisis**. Ar gael yn: <https://www.citizensadvice.org.uk/Global/CitizensAdvice/Wales/Wales%20Policy%20and%20Campaigns/Benefits%20issues%20in%20Wales%20during%20CV-19.pdf>

<sup>26</sup> Llywodraeth Cymru. (2021). **Cefndir yr ymgyrch yn Hawliwch yr hyn sy'n ddyledus i chi: deunyddiau'r ymgyrch**. Ar gael yn: [https://llyw.cymru/hawliwch-yr-hyn-syn-ddyledus-i-chi-deunyddiau-ymgyrch?\\_ga=2.145533748.1248589966.1652170930-1798197827.1646039506](https://llyw.cymru/hawliwch-yr-hyn-syn-ddyledus-i-chi-deunyddiau-ymgyrch?_ga=2.145533748.1248589966.1652170930-1798197827.1646039506)

<sup>27</sup> Dadansoddi Cyllid Cymru. (2022). **When ends don't meet: diweddariad costau byw**. Prifysgol Caerdydd. Ar gael yn: [https://www.cardiff.ac.uk/\\_data/assets/pdf\\_file/0005/2612237/cost\\_of\\_living\\_report\\_08Mar2022.pdf](https://www.cardiff.ac.uk/_data/assets/pdf_file/0005/2612237/cost_of_living_report_08Mar2022.pdf)

<sup>28</sup> Sefydliad Bevan. (2022). **The cost of living crisis: a Welsh action plan**. Ar gael yn: <https://www.bevanfoundation.org/wp-content/uploads/2022/02/Cost-of-Living-Action-Plan-Final-.pdf>

<sup>29</sup> Cyngor ar Bopeth. (2022). **How to protect consumers as energy prices rise**. Ar gael yn: [https://www.citizensadvice.org.uk/Global/CitizensAdvice/Energy/Cost%20of%20living%20policy%20briefing%20-%20Jan%202022%20\(1\)%20\(1\).pdf](https://www.citizensadvice.org.uk/Global/CitizensAdvice/Energy/Cost%20of%20living%20policy%20briefing%20-%20Jan%202022%20(1)%20(1).pdf)

<sup>30</sup> Cyngor ar Bopeth. (2022). **The best way to tackle the cost of living crisis in April is through targeted support**. Ar gael yn: <https://www.citizensadvice.org.uk/Global/CitizensAdvice/welfare%20publications/Targeting%20support%20when%20energy%20bills%20rise%20in%20April.pdf>

<sup>31</sup> Jones, A., a Davies, L. (2021). **Pwysigrwydd effeithlonrwydd ynni mewn cartrefi i iechyd a llesiant pobl: Papur trafod**. Iechyd Cyhoeddus Cymru. Ar gael yn: <https://phwwhocc.co.uk/wp-content/uploads/2021/12/ICC-Pwysigrwydd-effeithlonrwydd-ynni-mewn-cartrefi-i-iechyd-a-llesiant-pobl.pdf>