



### **Ymgynghoriad ar Fil Iechyd y Cyhoedd (Cymru) – ymateb gan ASH Cymru**

ASH Cymru yw'r unig elusen iechyd cyhoeddus yng Nghymru sy'n gweithio'n unswydd i fynd i'r afael â'r niwed mae tybaco'n ei achosi i gymunedau. Gellir gweld mwy o wybodaeth am ein gwaith ar <http://www.ashwales.org.uk/>

Rydym yn ymwneud ag amrywiaeth fawr o weithgareddau gan gynnwys:

- Dadlau o blaid polisi rheoli tybaco ym maes iechyd y cyhoedd
- Cyflawni prosiectau ymchwil ym maes rheoli tybaco
- Hyfforddi pobl ifanc a'r rheiny sy'n gweithio gyda phobl ifanc i ddarparu gwybodaeth ffeithiol am effeithiau economaidd ac amgylcheddol smygu a'i effaith ar iechyd
- Ymgysylltu â phobl Ifanc a gweithwyr proffesiynol sy'n gweithio gyda phobl ifanc trwy brosiect ASH Cymru, The Filter
- Dod â gwybodaeth a chynghor am iechyd i ganol y gymuned

Rydym hefyd yn goruchwyllo Rhwydwaith Tybaco neu Iechyd Cymru (rhwydwaith o fwy na 300 o aelodau unigol) a Chynghrair Rheoli Tybaco Cymru (cynghrair o 35 o gyrff gwirfoddol a phroffesiynol yng Nghymru) sy'n darparu fforymau ar gyfer rhannu gwybodaeth ac arfer gorau.

Nid oes gan ASH Cymru unrhyw gysylltiadau uniongyrchol nac anuniongyrchol â'r diwydiant tybaco, ac nid yw'n cael ei ariannu ganddo.

### **Nifer y bobl sy'n smygu ac yn defnyddio sigarêts electronig (e-sigarêts) yng Nghymru**

Ar sail data Arolwg Iechyd Cymru 2014, 20% yw canran yr oedolion (16 oed a hŷn) yng Nghymru a ddisgrifir fel smygwyr. Mae'r ffigur hwn yn uwch i wrywod (22%) nag i fenywod (19%).<sup>1</sup> Yn nhermau nifer y smygwyr, mae hyn yn golygu bod tua 518,000 o oedolion yng Nghymru'n smygu ar hyn o bryd. Smygu yw prif achos marwolaethau cynnar y gellid eu hosgoi yng Nghymru. Yn 2010, achoswyd oddeutu 5,450 o farwolaethau ymysg pobl 35 oed a hŷn gan smygu<sup>2</sup>, a bydd rhyw hanner yr holl bobl sy'n smygu ar hyd eu hoes yn marw cyn pryd o ganlyniad i'w harfer.<sup>3</sup>

Yn nhermau defnyddio e-sigaréts, mae ASH UK yn dweud bod 2.6 miliwn o oedolion (18+ oed) ym Mhrydain Fawr, ar amcangyfrif, yn defnyddio e-sigaréts ar hyn o bryd.<sup>4</sup> Ar sail y data mwyaf diweddar o ran poblogaeth Cymru, mae hyn gyfystyr ag oddeutu 129,000 o ddefnyddwyr e-sigaréts (18+ oed) yng Nghymru<sup>Δ</sup>.

## Cwestiynau yr ymgynghoriad

### Rhan 2: Tybaco a Chynhyrchion Nicotin

- A ydych yn cytuno y dylai'r defnydd o e-sigaréts gael ei wahardd mewn manau cyhoeddus a manau gwaith caeedig yng Nghymru, yn yr un modd ag y mae tybaco sy'n cael ei ysmygu wedi'i wahardd ar hyn o bryd?

Credwn y dylai unrhyw gynnig i wahardd e-sigaréts mewn manau cyhoeddus a manau gwaith caeedig yng Nghymru fod yn seiliedig ar dystiolaeth. Cafodd y gyfraith i wahardd smygu mewn manau cyhoeddus caeedig ei rhoi ar waith er mwyn gwarchod pobl rhag dod i gysylltiad â mwg tybaco ac felly lleihau baich afiechyd a marwolaeth cyn pryd a achosir gan fwg ail-law. Yn dilyn adolygiad cynhwysfawr o'r dystiolaeth fwyaf diweddar ar e-sigaréts, mae Public Health England wedi dod i'r casgliad "EC [e-cigarette] use releases negligible levels of nicotine into ambient air with no identified health risks to bystanders".<sup>5</sup> Mewn erthygl a gyhoeddwyd yn 2012, dadansoddodd McAuley et al<sup>6</sup> grynodiadau llygryddion o e-sigaréts a sigaréts tybaco, a dangosasant fod anwedd yr e-sigaréts yn creu risg arwyddocaol is na mwg sigaréts o dan yr un amodau profi. Mae awduron eraill wedi nodi bod lefelau'r gwenwynau a geir mewn e-sigaréts yn debyg i gynhyrchion amnewid nicotin confensiynol, yn hytrach na chynhyrchion tybaco.<sup>7</sup>

Cyn cymryd camau i reoleiddio credwn y dylai gwneuthurwyr polisi adolygu'r holl dystiolaeth sy'n bodoli eisoes a gwerthuso barn arbenigwyr yn y maes. Mae hyn yn hanfodol er mwyn gwneud yn siŵr y byddai unrhyw fesur arfaethedig yn cael effaith gadarnhaol ar iechyd y cyhoedd. Ar hyn o bryd nid oes unrhyw dystiolaeth glir i awgrymu y byddai cynnwys e-sigaréts o dan y rheoliadau Mangreoedd Di-fwg o fudd

---

<sup>Δ</sup> Nid oes ffigur manwl gywir ar gyfer defnyddio e-sigaréts yng Nghymru. Mae'r amcangyfrif a roddir wedi'i seilio ar boblogaeth Cymru fel cyfran o boblogaeth Prydain Fawr wedi'i chymhwyso i nifer y defnyddwyr e-sigaréts ym Mhrydain Fawr

i iechyd y cyhoedd mewn ffordd debyg i'r ddeddfwriaeth ddi-fwg sy'n weithredol ar hyn o bryd. Mae rhai pobl wedi dadlau, oherwydd bod cymaint yn dal i fod yn anhysbys am yr effaith mae defnyddio e-sigaréts yn ei chael ar iechyd, y dylid mabwysiadu'r egwyddor ragofalus h.y. rhybuddio yn erbyn eu defnyddio hyd nes y gallwn fod yn siŵr eu bod yn ddiogel. Fodd bynnag, gallai gwneud hyn greu risg i iechyd y cyhoedd, gan ei bod yn glir bod smygwyr yn defnyddio'r dyfeisiau i'w helpu i ddefnyddio llai o dybaco a/neu i roi'r gorau i smygu'n gyfan gwbl.<sup>5,8</sup> I fod yn rhagofalus mae angen ystyried holl effeithiau gor-reoleiddio a than-reoleiddio. Gellid dadlau yn yr un modd bod tan-reoleiddio'n ymagwedd ragofalus, er enghraifft.

Mae'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal (NICE) wedi datblygu arweiniad ar ymagwedd lleihau niwed at smygu.<sup>9</sup> Nod argymhellion NICE yw llywio'r ffordd orau o leihau'r afiechyd a'r marwolaethau y gellir eu priodoli i smygu trwy ymagwedd lleihau niwed. Fel rhan o'r arweiniad hwn, mae NICE yn cefnogi defnyddio cynhyrchion trwyddedig ac ynddynt nicotin i helpu smygwyr i smygu llai, er mwyn ymatal dros dro ac yn lle smygu, o bosibl yn ddi-ben-draw. Ni all arweiniad NICE argymhell defnyddio cynhyrchion didrwydded ac ynddynt nicotin. Fodd bynnag, mae'r arweiniad yn glir bod defnyddio e-sigarét yn debygol o fod yn llai niweidiol na smygu. Mae ASH Cymru'n cefnogi ymagwedd lleihau niwed er mwyn mynd i'r afael â smygu.

Nid oes unrhyw dystiolaeth glir i gefnogi'r ddamcaniaeth bod defnyddio e-sigaréts yn ail-normaleiddio smygu neu'n borth i gynhyrchion tybaco ymysg pobl ifanc. Yn nhermau ail-normaleiddio, mae adroddiad 2015 gan Public Health England yn dweud "there is no clear evidence to date that EC [e-cigarettes] are renormalising smoking, instead it's possible that their presence has contributed to further declines in smoking, or denormalisation of smoking".<sup>5</sup> O ran y posibilrwydd y gallai e-sigaréts fod yn borth i smygu ymysg pobl ifanc, ni chanfu Public Health England unrhyw dystiolaeth o hyn yn ystod ei adolygiad cynhwysfawr, gan beri iddo ddod i'r casgliad "Whilst never smokers are experimenting with EC [e-cigarettes], the vast majority of youth who regularly use EC [e-cigarettes] are smokers. Regular EC [e-cigarettes] use in youth is rare".<sup>5</sup> Mae'r dystiolaeth bresennol yn awgrymu nad yw'r sefyllfa'n wahanol yng Nghymru'n benodol. Er enghraifft, canfu astudiaethau gan ASH Cymru<sup>10</sup> a Moore et al<sup>11</sup>, oedd wedi'u seilio ar garfan o bobl ifanc oedd yn byw yng Nghymru, mai smygwyr tybaco yn unig oedd yn defnyddio e-sigaréts yn rheolaidd, at ei gilydd, ac mai prin oedd y defnydd ohonynt ymysg rhai nad oeddent erioed wedi smygu.

Hefyd, mae'n werth nodi bod gan yr ansicrwydd ynghylch effaith e-sigaréts, ac yn benodol y drafodaeth ynghylch gwahardd defnyddio e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus a mannau gwaith caeedig, y potensial i newid barn y cyhoedd am e-sigaréts. Mae ASH UK yn cynnal arolwg blynyddol ar ddefnyddio e-sigaréts ymysg oedolion a phobl ifanc ym Mhrydain Fawr. Rhwng 2013 a 2015 cynyddodd canran yr oedolion oedd yn barnu, ar gam, fod e-sigaréts yr un mor niweidiol â sigaréts confensiynol o 6% i 20%.<sup>4</sup> O gofio manteision posibl e-sigaréts fel ffordd o roi'r gorau

i smygu, mae hon yn duedd sy'n peri pryder gan ei bod yn bwysig i'r cyhoedd beidio â chael camagraff o beryglon e-sigaréts.

Felly mae ASH Cymru'n argymhell y dylid gohirio unrhyw benderfyniad i wahardd defnyddio e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus a mannau gwaith caeedig yng Nghymru hyd nes y daw tystiolaeth ychwanegol i law. Yn y cyfamser, mae ASH Cymru'n argymhell y dylid parhau i ganiatáu i fangreoedd benderfynu drostynt eu hunain ynghylch caniatáu defnyddio e-sigaréts ai peidio, er ein bod yn cydnabod y gall fod rhai amgylcheddau lle mae defnyddio'r dyfeisiau hyn yn amhriodol, megis ysgolion er enghraifft. Mae ASH UK wedi darparu briffiad ar y materion mae angen i sefydliadau eu hystyried mewn perthynas â chaniatáu defnyddio e-sigaréts ar eu safleoedd.<sup>12</sup> Mae ASH Cymru'n argymhell i lechyd Cyhoeddus Cymru ddsbarthu arweiniad cyfrifol fel hwn i fusnesau a sefydliadau eraill.

- Beth yw eich barn ar ymestyn y cyfyngiadau ar ysmegu ac e-sigaréts i rai mannau nad ydynt yn gaeedig (gallai enghreifftiau gynnwys tir ysbytai a meysydd chwarae i blant)?

Rydym o blaid ymestyn y cyfyngiadau presennol ar smygu tybaco i gynnwys rhai mannau nad ydynt yn gaeedig, megis tiroedd ysbytai ac unedau iechyd meddwl. Hefyd rydym yn cefnogi cyflwyno gwaharddiadau gwirfoddol ar smygu mewn mannau fel meysydd chwarae, gartiau ysgolion a thraethau. Rydym yn barnu bod hwn yn ddatblygiad pwysig a fydd yn dadnormaleiddio smygu fel gweithgaredd yn fwy byth mewn cymunedau ledled Cymru, yn ogystal â gwarchod pobl rhag y niwed i'w hiechyd a achosir gan anadlu mwg ail-law. Mae'r ddeddfwriaeth ddi-fwg bresennol, a gyflwynwyd yn y Deyrnas Unedig yn 2007, yn gwahardd smygu ym mron pob un man cyhoeddus a man gwaith caeedig a sylweddol gaeedig. Dangoswyd bod y rheoliadau hyn yn effeithiol yn nhermau creu manteision o ran iechyd i smygwyr/pobl nad ydynt yn smygu a newidiadau mewn agweddau at smygu ac ymddygiad smygu.<sup>13</sup> At hynny, dangoswyd bod ymestyn gwaharddiadau ar smygu i gynnwys mannau cyhoeddus nad ydynt yn gaeedig yn effeithiol hefyd. Er enghraifft, ar ôl i'r parciau a'r traethau yn ninas Efrog Newydd fynd yn ddi-fwg yn 2011, canfu Johns et al duedd i breswylwyr y ddinas sylwi'n llawer llai aml ar bobl yn smygu yn y parciau lleol ac ar y traethau lleol dros y chwe chwarter ar ôl i'r gyfraith ddod i rym. Perodd hyn i'r awduron ddod i'r casgliad bod eu canlyniadau'n darparu tystiolaeth ar lefel poblogaeth sy'n awgrymu bod y gyfraith wedi lleihau smygu mewn parciau ac ar draethau.<sup>14</sup> At hynny, mae cefnogaeth gref ymysg y cyhoedd yng Nghymru i ymestyn y gwaharddiad ar smygu i gynnwys mannau ychwanegol nad ydynt yn gaeedig. Yn ôl arolwg YouGov yn 2015 a gomisiynwyd gan ASH Cymru, mae 54% o'r ymatebwyr yn cytuno y dylid gwahardd smygu mewn mannau hamdden cymunol fel parciau a thraethau.<sup>15</sup>

Mewn gwrthgyferbyniad, nid ydym o blaid cyfyngu ar ddefnyddio e-sigaréts mewn rhai mannau nad ydynt yn gaeedig. Fel y dywedwn yn ein hateb uchod, ni chredwn fod digon o dystiolaeth yn bodoli ar hyn o bryd i gyfiawnhau gwahardd defnyddio e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus a mannau gwaith caeedig, ac felly teimlwn hefyd ei bod yn rhy gynnar i ystyried gwahardd e-sigaréts mewn mannau nad ydynt yn gaeedig.

- A ydych yn credu y bydd y darpariaethau yn y Bil yn sicrhau cydbwysedd rhwng y manteision posibl i ysmygwyr sydd am roi'r gorau iddi ac unrhyw anfanteision posibl sy'n gysylltiedig â'r defnydd o e-sigaréts?

Rydym yn teimlo ar hyn o bryd bod y darpariaethau yn y Bil yn rhoi gormod o bwys ar warchod y cyhoedd rhag yr anfanteision posibl sy'n gysylltiedig â defnyddio e-sigaréts, ar draul y manteision posibl i smygwyr o ddefnyddio e-sigaréts fel ffordd o roi'r gorau i smygu.

Cytunwn ei bod yn bwysig sicrhau y caiff iechyd y cyhoedd ei ddiogelu bob amser, ac o gofio'r ffaith bod e-sigaréts yn dal i fod yn gymharol newydd, fod angen bod yn ofalus o ran y peryglon posibl i iechyd. Fodd bynnag, ar hyn o bryd nid yw'r rhan fwyaf o'r dystiolaeth yn awgrymu bod e-sigaréts yn arbennig o niweidiol i iechyd. Er bod rhai carsinogenau a gwenwynau mewn e-sigaréts, maent ar lefelau llawer is na'r rheiny sydd mewn mwg tybaco, ac o'r herwydd mae llawer yn barnu bod e-sigaréts yn llawer mwy diogel na sigaréts tybaco. Nid yw nifer o astudiaethau wedi sôn am unrhyw effeithiau niweidiol arwyddocaol ar iechyd gan e-sigaréts. Fel rhan o un o adolygiadau Cochrane, edrychodd McRobbie et al ar a yw'n ddiogel defnyddio e-sigaréts fel cymorth i roi'r gorau i smygu.<sup>16</sup> Ni chanfu unrhyw un o'r astudiaethau fod gan smygwyr a ddefnyddiai e-sigaréts dros y tymor byr (am 2 flynedd neu lai) fwy o risg i iechyd o gymharu â smygwyr nad oeddent yn defnyddio e-sigaréts. Fel rhan o adolygiad systematig a arfarnodd ymchwil labordy a chlinigol oedd yn bodoli eisoes ar y risgiau posibl o ddefnyddio e-sigaréts, daeth Farsalinos a Polosa i'r casgliad bod y dystiolaeth oedd ar gael ar y pryd yn awgrymu bod e-sigaréts yn llawer llai niweidiol na smygu.<sup>17</sup> At hynny, mewn astudiaeth o lefelau rhai carsinogenau a gwenwynau penodol yn yr anwedd o e-sigaréts, canfu Goniewicz et al fod lefelau'r gwenwynau 9 - 450 gwaith yn is nag mewn mwg sigaréts<sup>18</sup>, ac yn ôl yr adroddiad o 2015 a gomisiynwyd gan Public Health England, mae defnyddio e-sigaréts oddeutu 95% yn fwy diogel na smygu.<sup>5</sup>

Un o'r pryderon cysylltiedig ynghylch e-sigaréts yw y gallant ddod yn fath newydd o gaethiwed i nicotin. Fodd bynnag, mae tystiolaeth yn dod i'r amlwg sy'n awgrymu nad yw e-sigaréts, ar hyn o bryd, yr un mor gaethiwus â sigaréts tybaco o gofio bod y pethau eraill mewn mwg tybaco yn gwneud nicotin yn fwy caethiwus. Yn ôl Guillem et al mae'n bosibl bod cyfansoddion sy'n bresennol mewn mwg tybaco'n cyfuno â

nicotin i gynhyrchu priodweddau atgyfnerthu dwys smygu sigarêts sy'n arwain at gaethiwed.<sup>19</sup>

Mewn gwrthgyferbyniad â diffyg cymharol tystiolaeth o ran effaith niweidiol e-sigarêts ar iechyd, mae tystiolaeth gynyddol sy'n awgrymu bod e-sigarêts yn cael eu defnyddio mwyfwy at ddiben rhoi'r gorau i smygu. Yn Lloegr, ers trydydd chwarter 2013 mae canran uwch o smygwyr wedi ceisio rhoi'r gorau i smygu gan ddefnyddio e-sigarêts o gymharu ag unrhyw gymorth poblogaidd arall i roi'r gorau i smygu. Yn wir, erbyn chwarter olaf 2014 roedd tua 15% yn fwy o smygwyr yn defnyddio e-sigarêts fel ffordd o roi'r gorau i smygu o gymharu â therapi amnewid nicotin dros y cownter.<sup>20</sup> Mae ymchwil hefyd yn dechrau dod i'r amlwg sy'n nodi effeithiolrwydd e-sigarêts fel cymorth i roi'r gorau i smygu. Yn 2014 cynhaliodd Brown et al astudiaeth poblogaeth groestoriadol gyda'r nod o asesu effeithiolrwydd e-sigarêts o'u defnyddio i gynorthwyo â rhoi'r gorau i smygu yn y byd go iawn.<sup>8</sup> Un o ganfyddiadau'r astudiaeth oedd bod defnyddwyr e-sigarêts yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn ymatal na'r rheiny oedd yn defnyddio therapi amnewid nicotin a brynwyd dros y cownter neu'r rheiny nad oeddent yn defnyddio unrhyw gymorth i roi'r gorau i smygu.

O gofio'r uchod, a hefyd y ffaith bod cyfyngiadau ar ddefnyddio e-sigarêts yn atgyfnerthu'r gred ymysg y cyhoedd bod y cynhyrchion yr un mor beryglus â sigarêts tybaco, teimlwn fod angen cymryd mwy o amser i asesu'r manteision ac anfanteision sy'n gysylltiedig â defnyddio e-sigarêts. Rydym yn barnu mai hwn yw'r dewis gorau, yn hytrach na rheoleiddio ar sail tystiolaeth annigonol, fel sy'n wir ar hyn o bryd mewn perthynas â Bil Iechyd y Cyhoedd (Cymru). Pe bai gwaharddiad ar ddefnyddio e-sigarêts ym mhob man cyhoeddus caeedig, gallai defnyddwyr fod yn llai tebygol o'u defnyddio, a allai achosi i fwy ohonynt fynd yn ôl at smygu. Byddai gwaharddiad hefyd yn ei gwneud yn fwy tebygol y byddai'n rhaid i fepwyr a smygwyr rannu'r un manau, i bob pwrpas. Nid yn unig mae hyn yn tanseilio ymdrechion i roi'r gorau iddi, byddai hefyd yn golygu y byddai defnyddwyr e-sigarêts yn dod i gysylltiad â mwg ail-law. Cyn i reoleiddio o'r math hwn fynd rhagddo, mae angen iddi fod yn glir bod y niwed i bobl eraill yn fwy na'r manteision i'r rheiny sy'n defnyddio e-sigarêts at ddibenion lleihau niwed neu roi'r gorau i smygu, neu fel arall mae perygl y gallai'r rheoleiddio dan sylw niweidio iechyd y cyhoedd trwy wneud ffordd bosibl o roi'r gorau i smygu'n llai deniadol i bobl sy'n smygu ar hyn o bryd.

- A oes gennych farn ynghylch a yw'r defnydd o e-sigarêts yn ail-normaleiddio ysmegu mewn manau di-fwg, ac o ystyried eu bod yn efelychu sigarêts o ran eu hymddangosiad, a ydynt yn hyrwyddo ysmegu yn anfwriadol?

Hyd yma, ychydig iawn o ymchwil sydd wedi bod ynghylch beth yw barn pobl am e-sigarêts ac a ellir dadlau eu bod yn normaleiddio neu'n dadnormaleiddio smygu ai

peidio. Mae e-sigaréts yn wahanol i gynhyrchion tybaco. Er bod y fersiwn cynnar o e-sigaréts wedi'i ddylunio i edrych yn debyg i rai tybaco, nid yw hyn yn tueddu i fod yn wir mwyach. Mae'r datblygiadau presennol yn nyluniad e-sigaréts yn golygu bod y rhan fwyaf o ddyfeisiau erbyn hyn yn edrych yn debycach i ysgrifbinnau nag i sigaréts confensiynol. At hynny, mae e-sigaréts heb briodwedd fwyaf nodweddiadol smygu - ei arogl (sy'n ymledu'n gyflym) - ac nid ydynt yn creu lludw. Felly mae'n anodd gweld sut y gellid drysu'r cynhyrchion am amser hir. Yn wir, mae'r adroddiad o 2015 gan Public Health England oedd yn adolygu'r dystiolaeth fwyaf diweddar mewn perthynas ag e-sigaréts yn dweud "there is no clear evidence to date that EC [e-cigarettes] are renormalising smoking, instead it's possible that their presence has contributed to further declines in smoking, or denormalisation of smoking".<sup>5</sup>

Yn wir, mae tystiolaeth sy'n dod i'r amlwg yn awgrymu bod dyfodiad e-sigaréts yn chwarae rhan yn y gostyngiad a welir yn nifer y bobl sy'n smygu. Yn ôl yr Athro Robert West, amcangyfrifir mai 20,340 yw nifer y smygwyr yn Lloegr a roddodd y gorau iddi yn 2014 na fyddent wedi rhoi'r gorau iddi pe na fuasai e-sigaréts ar gael.<sup>21</sup> Ymddengys fod hyn yn cael ei gadarnhau gan dystiolaeth bellach o'r Smokers' Toolkit Study, a ddatgelodd fod pobl sy'n ceisio rhoi'r gorau i smygu heb gymorth proffesiynol oddeutu 60% yn fwy tebygol o ddweud eu bod wedi llwyddo os ydynt yn defnyddio e-sigaréts nag os ydynt yn defnyddio grym ewyllys yn unig neu therapïau amnewid nicotin dros y cownter.<sup>8</sup>

- A oes gennych farn ynghylch a yw e-sigaréts yn apelio'n benodol at bobl ifanc ac y gallant arwain at fwy o ddefnydd ohonynt ymysg y grŵp oedran hwn, ac efallai yn y pen draw arwain at ysmegu cynhyrchion tybaco?

Mae ffigurau diweddar yn awgrymu bod ymwybyddiaeth pobl ifanc o e-sigaréts yng Nghymru ac ym Mhrydain Fawr yn gyfan, a'u defnydd ohonynt, yn cynyddu.<sup>10, 22</sup> Rydym yn barnu bod y canfyddiad hwn yn destun pryder ac yn awyddus i weld defnydd pobl ifanc o nicotin yn cael ei leihau gymaint ag sy'n bosibl.

Mae'n bwysig nodi, fodd bynnag, nad yw'r dystiolaeth a gasglwyd hyd yma o nifer o wledydd am bobl ifanc ac arbofi ag e-sigaréts a'u defnyddio wedi dangos unrhyw effaith 'porth' hyd yma, sef bod pobl nad ydynt yn smygu yn dechrau defnyddio e-sigaréts, llai fyth eu bod yn mynd ymlaen i ddefnyddio cynhyrchion tybaco confensiynol. Gan ysgrifennu mewn adroddiad ar farchnata e-sigaréts a gomisiynwyd gan Public Health England, mae Bauld, Angus a de Andrade yn nodi mai ymysg pobl ifanc sy'n smygu mae'r nifer fwyaf o bobl sydd wedi defnyddio e-sigaréts erioed. Dywedant hefyd na allent "identify any evidence to suggest that non-smoking children who tried e-cigarettes were more likely than to try tobacco."<sup>23</sup> Awgrymodd arolwg diweddar gan ASH Cymru o bobl ifanc ledled Cymru hefyd nad

yw e-sigaréts yn borth i smygu ar hyn o bryd ymysg pobl nad ydynt yn smygu. Canran fach iawn o bobl nad ydynt erioed wedi smygu sy'n eu defnyddio'n rheolaidd, sef 0.16%. O'r ymatebwyr hynny a ddywedodd eu bod yn defnyddio e-sigaréts a hefyd sigaréts tybaco ar ryw adeg (n=84), roedd 98% wedi defnyddio sigaréts tybaco yn gyntaf, gan awgrymu nad oes unrhyw effaith porth.<sup>10</sup> Canfu arolwg a gomisiynwyd gan ASH UK yn 2014, o'r rheiny nad oeddent erioed wedi smygu sigarét, y dywedodd 99% nad oeddent erioed wedi rhoi cynnig ar e-sigarét, a dywedodd 1.5% eu bod wedi rhoi cynnig arnynt "unwaith neu ddwywaith". Ychydig iawn, iawn o dystiolaeth a ganfuwyd o ddefnyddio e-sigaréts yn rheolaidd ymysg plant nad ydynt erioed wedi smygu neu nad ydynt wedi rhoi cynnig ar smygu ond unwaith. Hefyd, dim ond 1% o'r rheiny nad oeddent erioed wedi smygu oedd yn meddwl y byddent yn rhoi cynnig ar e-sigarét yn fuan.<sup>22</sup> Mae ymchwil a wnaethpwyd yn yr Unol Daleithiau gyda'r nod o ganfod y credau oedd yn rhagfynegi defnydd o e-sigaréts yn ddiweddarach hefyd wedi canfod mai nifer gymharol fach o ymatebwyr nad oeddent wedi smygu erioed (llinell sylfaen) a ddywedodd eu bod wedi defnyddio e-sigarét erioed (2.9%) o gymharu â chyn-smygwyr (llinell sylfaen) (11.9%) neu smygwyr presennol (llinell sylfaen) (21.6%).<sup>24</sup> Cafwyd canfyddiadau tebyg mewn arolwg a gynhaliwyd ymysg pobl ifanc (15-24 oed) yng Ngwlad Pwyl mewn perthynas â phobl nad oeddent yn smygu. Er i ryw bumed o'r ymatebwyr ddweud eu bod wedi rhoi cynnig ar e-sigarét ar ryw adeg, gostyngodd y ganran i 3.2% ymysg y rheiny nad oeddent erioed wedi smygu sigarét. Gostyngodd ymhellach byth, i 1.4%, pan ofynnwyd a oeddent wedi defnyddio e-sigarét yn ystod y 30 diwrnod blaenorol, gan awgrymu, ar gyfer llawer o bobl nad oeddent yn smygu oedd wedi rhoi cynnig ar e-sigarét, nad oedd hyn wedi arwain at eu defnyddio yn y tymor hir.<sup>25</sup>

At ei gilydd, felly, o'r dystiolaeth sydd ar gael ar hyn o bryd ar bwnc pobl ifanc ac e-sigaréts, mae'r rhan fwyaf o'r data'n dangos mai ymysg pobl sy'n smygu ar hyn o bryd a chyn smygwyr mae'r nifer fwyaf sydd wedi defnyddio sigaréts erioed, ac mai ychydig iawn, iawn o dystiolaeth sydd bod pobl nad ydynt erioed wedi smygu'n rhoi cynnig ar e-sigaréts, llai fyth eu bod yn mynd ymlaen i ddefnyddio e-sigaréts yn rheolaidd, heb sôn am gynhyrchion tybaco. Er hynny, mae ASH Cymru'n cydnabod yr angen i barhau i fonitro'r sefyllfa a gwella'r dystiolaeth yn y maes hwn.

- A oes gennych unrhyw farn ynghylch a fydd cyfyngu ar y defnydd o e-sigaréts mewn mannau di-fwg cyfredol yn cynorthwyo rheolwyr mangreoedd i orfodi'r drefn dim ysmegu bresennol?

Er ein bod yn cydnabod y pryderon ynghylch gorfodi'r rheoliadau Mangreoedd Di-fwg, nid ydym yn gwybod am unrhyw dystiolaeth i awgrymu bod y rheoliadau'n cael eu tansilio'n gyson gan y defnydd o e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus h.y. achosi i bobl ddefnyddio cynhyrchion tybaco'n anghyfreithlon. O ganlyniad, nid yw ASH Cymru'n teimlo y gellir cyfiawnhau gwaharddiad llwyr ar ddefnyddio dyfeisiau



ac ynddynt nicotin (e-sigaréts) mewn mannau cyhoeddus caeedig o dan y rheoliadau presennol. Fel y nodir uchod, nid smygu yw fepio a chredwn ei bod yn amhriodol gosod dyfeisiau cyflenwi nicotin anhylosg o dan ddeddfwriaeth ddi-fwg.

Mae'n bosibl y bydd rhywfaint o ansicrwydd ynghylch sut mae busnesau'n ymdrin yn briodol ag e-sigaréts, ac, yn benodol, a allant fabwysiadu a gorfodi gwaharddiadau eu hunain. Am y rheswm hwn teimlwn fod angen amlwg i ddarparu addysg ac arweiniad clir i fusnesau fel bod ganddynt wybodaeth lawn am e-sigaréts a beth yw eu hawliau a'u cyfrifoldebau. Mae ASH UK wedi darparu briffiad ar y materion y mae angen i sefydliadau eu hystyried mewn perthynas â chaniatáu defnyddio e-sigaréts ar eu safleoedd<sup>12</sup> a dylem fabwysiadu arweiniad tebyg yng Nghymru.

- A ydych yn cytuno â'r cynnig i greu cofrestr genedlaethol o fanwerthwyr tybaco a chynhyrchion nicotin?

Rydym yn cytuno â'r cynnig i gael cofrestr genedlaethol o fanwerthwyr tybaco a chynhyrchion nicotin. Byddem o blaid rhoi manwerthwyr tybaco ar gofrestr ar wahân i fanwerthwyr cynhyrchion nicotin, o gofio bod y rhain yn gynhyrchion gwahanol iawn.

Rydym yn croesawu'r mesur fel cam cyntaf pwysig i leihau nifer y bobl ifanc yng Nghymru sy'n dechrau smygu neu ddefnyddio e-sigaréts, ac yn barnu ei fod yn ymarferol ac yn gymesur. Mae tystiolaeth o'r Alban yn awgrymu bod y gofrestr wedi bod yn ddefnyddiol fel ffordd o wella cyfathrebu rhagweithiol â manwerthwyr ynghylch eu cyfrifoldebau. Fodd bynnag, o safbwynt gorfodi, ymddengys fod y gofrestr manwerthwyr sydd ar waith yn yr Alban yn llai llwyddiannus. Ychydig iawn o erlyniadau sydd wedi bod ac nid yw'r gofrestr yn gwella gallu swyddogion gorfodi i fynd i'r afael â thybaco anghyfreithlon y tu allan i fanwerthwyr cyfreithlon. Am y rheswm hwn ystyriwn y cynnig i sefydlu cofrestr genedlaethol o fanwerthwyr yng Nghymru yn gam cyntaf at gynllun trwyddedu positif, sef yr hyn yr hoffem iddo gael ei fabwysiadu ar gyfer tybaco yn yr un modd ag sy'n berthnasol i alcohol. Byddai cynllun o'r fath yn golygu bod yn rhaid i fanwerthwyr tybaco fodloni amodau penodol er mwyn cael trwydded i werthu tybaco, gyda'r potensial i atal trwydded dros dro, ei dirymu neu amrywio ei hamodau. Credwn y byddai cynllun trwyddedu positif yn rhoi cychwyn ar waith gorfodi mwy effeithiol na chofrestr manwerthwyr, gan roi mwy o bwerau i swyddogion gorfodi fynd i'r afael â thybaco anghyfreithlon a werthir y tu allan i fanwerthwyr cyfreithlon.

- A ydych yn credu y bydd sefydlu cofrestr yn helpu i amddiffyn pobl o dan 18 oed rhag cael mynediad i dybaco a chynhyrchion nicotin?

Ydym. Bydd sefydlu cofrestr genedlaethol o fanwerthwyr tybaco a chynhyrchion nicotin yn dal manwerthwyr yn fwy atebol am eu gweithredoedd os cânt eu dal yn gwerthu i bobl dan oed a bydd yn ei gwneud yn haws iddynt gael eu monitro a'u tracio dros amser. Mae hyn yn bwysig gan fod tystiolaeth o Ogledd-ddwyrain Lloegr yn 2013 wedi dangos bod smygwyr ifanc (14-15 oed) yn llawer mwy cyfforddus nag oedolion wrth brynu tybaco anghyfreithlon. Roedd 30% o bobl 14-15 oed yn prynu tybaco anghyfreithlon, gan olygu eu bod dwywaith mor debygol â smygwyr mewn oed o fod wedi prynu tybaco anghyfreithlon.<sup>26</sup> Credwn y bydd cynllun trwyddedu positif yn rhoi mwy o warchodaeth i bobl o dan 18 oed, fodd bynnag, a byddem yn cefnogi cyflwyno cynllun o'r fath i ddisodli'r gofrestr manwerthwyr yn y tymor hir.

- A ydych yn credu y bydd y drefn Gorchymyn Eiddo o dan Gyfyngiad, gyda chofrestr genedlaethol, yn cynorthwyo awdurdodau lleol i orfodi'r gyfraith mewn perthynas â throeddau tybaco a nicotin?

Ydym. Bydd hwn yn fwy tebygol o atal unrhyw fanwerthwyr sy'n cael eu temtio i weithredu'n groes i'r gofynion newydd. Mae'n bwysig, fodd bynnag, bod y drefn yn hawdd ei gorfodi ar ôl unrhyw newidiadau, a hefyd dylai fod canllawiau clir i swyddogion gorfodi ac ynadon ar sut i weithredu'r drefn ar ei newydd wedd.

- Beth yw eich barn ynglŷn â chreu trosedd newydd ar gyfer trosglwyddo tybaco a chynhyrchion nicotin yn fwriadol i berson o dan 18 oed, sef yr oedran gwerthu cyfreithiol yng Nghymru?

Credwn y byddai'r mesur hwn yn unol â'r ymrwymiad a ddangosir gan gamau deddfwriaethol eraill, megis y gwaharddiad ar beiriannau gwerthu, y gwaharddiadau ar arddangosiadau mewn mannau gwerthu a chyflwyno cofrestr manwerthwyr, i gyfyngu cymaint ag sy'n bosibl ar allu pobl ifanc i gael tybaco/cynhyrchion nicotin.

Byddem yn cefnogi'r cynnig i atal rhai o dan 18 oed rhag derbyn danfoniad o dybaco/cynhyrchion nicotin mewn egwyddor, gan fod caniatáu i rai o dan 18 oed dderbyn danfoniad o dybaco/cynhyrchion nicotin, yn fwriadol ai peidio, yn cymylu'r neges sy'n cael ei datblygu ar fater prynu trwy ddirprwy. Os mai rhywun o dan 18 oed yw'r unig un sy'n bresennol i dderbyn danfoniad, hyd yn oed os oedd wedi'i archebu gan oedolyn, ni fyddai unrhyw ffordd o'i atal rhag cael at y nwyddau a ddanfonwyd, pa un oeddent wedi'u bwriadu iddo ef eu defnyddio ai peidio. Fodd

bynag, cyn i'r drosedd hon gael ei chreu, credwn ei bod yn bwysig sicrhau fod yna dystiolaeth bod y mater hwn yn peri problem. Mae angen i bob penderfyniad o natur reoliadol fel hyn gael ei seilio ar dystiolaeth.

- A ydych yn credu y bydd y cynigion yn ymwneud â thybaco a chynhyrchion nicotin a gynhwysir yn y Bil yn cyfrannu at wella iechyd y cyhoedd yng Nghymru?

Credwn y bydd y cynigion i sefydlu cofrestr genedlaethol o fanwerthwyr tybaco a chynhyrchion nicotin, gan gryfhau'r drefn Gorchmynion Mangre o dan Gyfyngiad, a gwahardd trosglwyddo tybaco a/neu gynhyrchion nicotin i berson o dan 18 oed, ill dau'n cyfrannu at wella iechyd y cyhoedd yng Nghymru.

Fodd bynnag, rydym yn pryderu y gallai'r cynnig i osod cyfyngiadau ar ddefnyddio dyfeisiau mewnanadlu nicotin megis e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus a mannau gwaith caeedig niweidio iechyd y cyhoedd yng Nghymru. Mae perygl amlwg y bydd y rheoliad hwn yn golygu y bydd llai o ddefnydd o e-sigaréts ymysg oedolion sy'n smygu ar hyn o bryd a allai fel arall fod wedi defnyddio'r ddyfais i geisio rhoi'r gorau i smygu tybaco neu i leihau niwed. Felly mae ASH Cymru'n argymhell y dylid gohirio unrhyw benderfyniad i wahardd defnyddio e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus a mannau gwaith caeedig yng Nghymru hyd nes y daw tystiolaeth ychwanegol i law.

## **Sylwadau eraill**

Fel yr ydym wedi dweud eisoes, credwn fod yna nifer o rannau o Fil Iechyd y Cyhoedd (Cymru) a fydd yn fodd i wella iechyd y cyhoedd yng Nghymru. Fodd bynnag, mae perygl y caiff yr agweddau cadarnhaol hyn ar y Bil eu taflu i'r cysgod gan y ddadl ynghylch y cynnig i wahardd defnyddio e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus a mannau gwaith caeedig. Am y rheswm hwn rydym yn argymhell tynnu'r cynnig penodol hwn o Fil Iechyd y Cyhoedd (Cymru), petai ond dros dro, fel y gellir ei drafod ar wahân yn ddiweddarach. Bydd hyn yn caniatáu cynnal trafodaeth fwy ystyriol a chlywed mwy o dystiolaeth gan arbenigwyr. Trwy gyflwyno amserlen hirach i ystyried y cynnig ynghylch e-sigaréts, bydd yna gyfle i fwy o dystiolaeth ddod i law i lywio'r drafodaeth. O gofio'r ansicrwydd presennol ynghylch a yw e-sigaréts yn borth i gynhyrchion tybaco ymysg pobl ifanc a/neu yn ail-normaleiddio smygu fel gweithgaredd, mae aros i fyfyrion fel hyn yn beth i'w groesawu.

Yn nhermau rhannau eraill o faes iechyd y cyhoedd lle mae angen deddfwriaeth i helpu i wella iechyd pobl yng Nghymru, rydym yn cefnogi ymestyn y ddeddfwriaeth ddi-fwg bresennol i gynnwys gwaharddiad ar smygu tybaco mewn rhai mannau nad ydynt yn gaeedig, megis tiroedd ysbytai ac unedau iechyd meddwl. Rydym hefyd o blaid cyflwyno gwaharddiadau gwirfoddol ar smygu mewn mannau fel meysydd

chwarae, gathau ysgolion a thraethau. Rydym yn barnu bod y cynigion hyn yn ddatblygiad pwysig a fydd yn gwneud rhagor i ddadnormaleiddio smygu fel gweithgaredd mewn cymunedau ledled Cymru yn ogystal â gwarchod y cyhoedd rhag y niwed i'w hiechyd a achosir gan anadlu mwg ail-law.

### Cyfeiriadau

- 1 Llywodraeth Cymru (2015). Arolwg Iechyd Cymru 2014.
- 2 Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru / Llywodraeth Cymru (2012). Tybaco ac iechyd yng Nghymru.
- 3 ASH (2014). Smoking statistics: illness and health.
- 4 ASH (2015). Use of electronic cigarettes (vapourisers) among adults in Great Britain.
- 5 McNeill A, Hajek P et al (2015). E-cigarettes: an evidence update – A report commissioned by Public Health England.
- 6 McAuley TR., Hopke PK., Zhao J. a Babaian S. (2012). Comparison of the effects of e-cigarette vapor and cigarette smoke on indoor air quality. *Inhalation Toxicology*, Cyf. 24 (12): tt850-857.
- 7 Cahn Z. a Siegel M. (2011): "Electronic cigarettes as a harm reduction strategy for tobacco control: A step forward or a repeat of past mistakes?" *Journal of Public Health Policy*, Cyf. 32 (1): tt 6-31.
- 8 Brown J, Beard E, Kotz D, et al. (2014). Real-world effectiveness of e-cigarettes when used to aid smoking cessation: a cross-sectional population study. *Addiction*, 109; tt1531-1540.
- 9 Y Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth Glinigol (NICE). (2013). Tobacco: harm-reduction approaches to smoking.
- 10 ASH Cymru (2015). Young people and the use of e-cigarettes in Wales.
- 11 Moore G, Hewitt G, Evans J, Littlecott HJ, Holliday J, Ahmed N, Moore L, Murphy S, Fletcher A (2015). Electronic-cigarette use among young people in Wales: evidence from two cross-sectional surveys. *BMJ Open*, 5.
- 12 ASH (2014). Will you permit or prohibit electronic cigarette use on your premises? Five questions to ask before you decide.
- 13 Bauld, L. (2011). The impact of smokefree legislation in England: Evidence review.

- 14 Johns M., Farley SM., Rajulu DT., Kansagra SM., Juster HR. (2014). Smoke-free parks and beaches: an interrupted time-series study of behavioural impact in New York City. *Tobacco Control*.
- 15 YouGov ar ran ASH Cymru. Cyfanswm y sampl oedd 1,002 o oedolion. Gwnaethpwyd y gwaith maes rhwng 26<sup>ain</sup> Chwefror a 12<sup>fed</sup> Mawrth 2015. (yn y wasg).
- 16 McRobbie H, Bullen C, Hartmann-Boyce J, Hajek P. (2014). Electronic cigarettes for smoking cessation and reduction. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Rhifyn 12.
- 17 Farsalinos KE. a Polosa R. (2014). Safety evaluation and risk assessment of electronic cigarettes as tobacco cigarette substitutes: a systematic review. *Ther Adv Drug Saf, Cyf. 5(2)*; tt67-86.
- 18 Goniewicz ML, Knysak J, Gawron M, Kosmider L, Sobczak A, Kurek J, et al. (2013). Levels of selected carcinogens and toxicants in vapour from electronic cigarettes. *Tobacco Control*. 23 tt. 133-139.
- 19 Guillem K, Vouillac C, Azar MR, Parsons LH, Koob GF, Cador M, a Stinus L. (2005). Monoamine Oxidase Inhibition Dramatically Increases the Motivation to Self-Administer Nicotine in Rats. *The Journal of Neuroscience*. 25(38).
- 20 West R, Brown J, Beard E. (2015). Trends in electronic cigarette use in England. [www.smokinginengland.info/latest-statistics](http://www.smokinginengland.info/latest-statistics)
- 21 West R. (2015). Estimating the population impact of e-cigarettes on smoking cessation and smoking prevalence in England.
- 22 ASH (2015). Use of electronic cigarettes among children in Great Britain.
- 23 Bauld L., Angus K. a de Andrade M. (2014). E-cigarette uptake and marketing: A report commissioned by Public Health England.
- 24 Choi K. a Forster JL. (2014): "Beliefs and Experimentation with Electronic Cigarettes. A Prospective Analysis Among Young Adults", *American Journal of Preventive Medicine*, 46 (2): tt175-178.
- 25 Goniewicz ML. a Zielinska-Danch W. (2012): "Electronic cigarette use among teenagers and young adults in Poland", *Pediatrics*, 130 e879; doi:10.1542/peds.2011-3448.
- 26 NEMS Market Research (2013). North East Illicit Tobacco Survey. NEMS Market Research.