

COFNODION Y CYFARFOD A GYNHALIWDYDD DDYDD IAU 16 GORFFENAF 2020

12:00 – 13:00, AR ZOOM

YN BRESENNOL: Jenny Rathbone AS (Cadeirydd), Ryland Doyle (ar ran Mike Hedges AS), Mia Rees (ar ran Suzy Davies AS), Sarah Rees (dros gyfnod mamolaeth Bethan Sayed AS)

RHANDDEILIAID YN BRESENNOL: Rachael Clarke (BPAS), Ro Cutmore (BPAS), Amanda Davies (Bae Abertawe), Bronwen Davies (ARC), Faye Farthing (Endometriosis UK), Rachel Gilmore (Cwm Taf), Billie Hunter, Craig Lawton (BMA), Laura McAllister (BPAS), Andrew McMullan (BPAS), Vivienne Rose (BPAS), Caroline Scherf (Caerdydd a'r Fro), Alison Scouller (ARC), Debbie Shaffer (FTWW), Michelle Townsend, Sarah Witcombe-Hayes (NSPCC)

1. CROESO A CHYFLWYNIADAU

Agorodd Jenny Rathbone (JR) y cyfarfod.

2. COFNODION Y CYFARFOD A GYNHALIWDYDD AR 18 MEHEFIN 2020

Cytunwyd ar y cofnodion.

3. MATERION SY'N CODI

Ymgynghoriad cyhoeddus ar ddefnyddio mifepristone gartref yn Lloegr – Rhoddodd RC y wybodaeth ddiweddaraf i'r grŵp fod Llywodraeth y DU, fel rhan o hynt y Mesur Cam-drin Domestig trwy Dŷ'r Cyffredin, wedi ymrwymo i gynnal ymgynghoriad cyhoeddus ar wneud defnyddio mifepristone gartref yn ddarpariaeth barhaol o'r gyfraith. Dywedodd Amanda Davies fod Prif Swyddog Meddygol Cymru yn gefnogol i ddarpariaeth debyg yng Nghymru.

Rheoliadau erthyliad Gogledd Iwerddon – Rhoddodd RC y wybodaeth ddiweddaraf i'r grŵp fod rheoliadau erthyliad Gogledd Iwerddon wedi pasio drwy'r senedd a sefydlwyd fframwaith ar gyfer darparu erthyliad yng Ngogledd Iwerddon. Ar y pryd roedd pob bwrdd iechyd yn darparu hyd at 10 wythnos, rhai hyd at 12 wythnos a thu hwnt mewn rhai amgylchiadau. Roedd menywod yn dal i gael eu hariannu gan San Steffan i deithio i Loegr os oedd angen.

Bil yn San Steffan ar barthau o amgylch clinigau erthyliad – Roedd Bil Rheol Deng Munud gan Rupa Huq AS a fyddai'n cyflwyno parthau o amgylch yr holl glinigau erthyliad a gwasanaethau a oedd yn darparu erthyliadau wedi pasio'r Darlleniad Cyntaf yn Nhŷ'r Cyffredin 213 – 47. Roedd Aelodau Seneddol yn ceisio gweithio gyda'r Llywodraeth i ddod o hyd i ffordd o symud ymlaen â deddfwriaeth a fyddai'n berthnasol i Gymru a Lloegr.

Llythyr ar lesiant mislif yng nghwricwlwm ysgolion – Rhoddodd Debbie Shaffer a Faye Farthing y wybodaeth ddiweddaraf i'r grŵp am lythyr sy'n cael ei ddrafftio i'w anfon at y Pwyllgor Addysg yn gofyn am gynnwys llesiant mislif yn elfen iechyd y cwricwlwm, fel y mae yn Lloegr. Bydd neges e-bost yn cael ei hanfon yn gofyn am lofnodion.

4. IECHYD MEDDWL AMENEDIGOL A GOFAL YN YSTOD COVID-19

Sarah Rees - Cyflwynodd Sarah Rees ganfyddiadau arolwg a gynhaliwyd ganddi gyda dros 250 o rieni newydd ledled Cymru ar ofal iechyd ôl-enedigol i fenywod yn ystod Covid-19.

- Nid oedd 67 y cant o fenywod a oedd wedi rhoi genedigaeth ers dechrau'r cyfyngiadau symud wedi cael archwiliad ôl-enedigol;
- Dywedodd 92 y cant o rieni newydd eu bod yn teimlo'n ynysig oherwydd cyfyngiadau symud;
- Roedd 18 y cant o rieni newydd yn cael cefnogaeth ar gyfer eu hiechyd meddwl – hoffai 21 y cant arall gael cymorth, ond dim ond hanner oedd yn gwybod i bwy i ofyn; ac
- Yn sgil diffyg argaeledd neu restrau aros hir ar gyfer cwnsela, mae llawer o rieni newydd yn cael eu gorfodi i dalu am ofal preifat.

Canfyddiadau cyffredinol yr arolwg oedd bod y ddarpariaeth wael a oedd yn bodoli eisoes, yn enwedig o ran iechyd meddwl i rieni newydd, wedi gwaethygu yn sgil y cyfyngiadau symud – yn enwedig o ran ymysu a diffyg mynediad at gefnogaeth lle bo angen.

Dr Sarah Witcombe-Hayes – Cyflwynodd Sarah Witcombe-Hayes waith yr oedd wedi'i wneud ar y cyd â'r NSPCC a'r Gynghrair Iechyd Meddwl Mamau, gan ganolbwyntio'n benodol ar ba gymorth iechyd meddwl amenedigol sydd ar gael.

- Bydd 1 o bob 5 mam ac 1 o bob 10 tad yn dioddef problemau iechyd meddwl yn ystod beichiogrwydd ac yn ystod y flwyddyn ar ôl yr enedigaeth;
- Problemau iechyd meddwl yw un o brif achosion marwolaethau mamau yn y DU, yn aml o ganlyniad i hunanladdiad;
- Bu datblygiadau nodedig yn y ddarpariaeth iechyd meddwl amenedigol yng Nghymru yn ystod y pum mlynedd diwethaf, gan gynnwys cyhoeddi cyllid y llywodraeth yn 2017 i sicrhau bod gwasanaethau amenedigol ar gael ym mhob ardal yng Nghymru;
- Yn 2018, fe wnaeth y Gynghrair Iechyd Meddwl Mamau ganfod mai llai na thraean o ardaloedd byrddau iechyd yng Nghymru oedd â chymorth arbenigol a oedd yn bodloni'r safonau cenedlaethol;
- Nid oes uned mamau a babanod o hyd ar gyfer menywod â salwch meddwl amenedigol difrifol – disgwylir y bydd uned dros dro â 6 gwely yn agor erbyn mis Chwefror 2021;
- Yn ystod cyfnod Covid-19, un o'r materion penodol fu nad oedd partneriaid yn gallu bod yn bresennol mewn sganau ac asesiadau, yn enwedig os canfuwyd problemau gyda'r beichiogrwydd; ac
- Mae angen gwneud rhagor o waith ar sut i reoli'r cynnydd disgwylid mewn atgyfeiriadau iechyd meddwl o ganlyniad i Covid-19 ac unigrwydd rhieni newydd.

Michelle Townsend – Rhannodd Michelle Townsend ei phrofiad fel rhiant newydd – ar ôl rhoi genedigaeth ym mis Hydref 2019, ac ar ôl i'w babi dreulio ychydig dros bedwar mis yn yr Uned Gofal Dwys Newyddenedigol.

- Mae'r tîm allgymorth newyddenedigol wedi bod yn dda ac wedi ymweld bob pythefnos yn ystod y cyfyngiadau symud – ond maen nhw'n dod ar gyfer y babi ac nid ar gyfer y rhieni, ac mae'r run peth yn wir am ymwelwyr iechyd;
- Roedd apwyntiadau ffôn ar gyfer babi sydd newydd ddod adref yn straen, yn enwedig gan na fu unrhyw asesiadau corfforol o'i chalon na'i hysgyfaint, er gwaetha'r ffaith bod ganddi glefyd cronig yr ysgyfaint;
- Ar ôl i'r cyfnod tadolaeth ddod i ben, roedd arwahanrwydd yn broblem, gan nad oedd unrhyw opsiynau ar gyfer cymorth; a
- Fe'i cyfeiriwyd ar gyfer cwnsela ôl-enedigol ym mis Ionawr 2020 - nid yw hyn wedi digwydd hyd heddiw.

Roedd y drafodaeth yn cynnwys canolbwyntio ar y gwahaniaethau rhanbarthol o ran y gofal presennol ac arfaethedig, cynllunio adfer ac ail-adeiladu ar ôl Covid, diffyg cymorth bwydo ar y fron, ac ymgynghoriadau a gofal fideo. Yn benodol, roedd hyn yn cynnwys:

- Byddai'r uned arfaethedig unigol i famau a babanod wedi'i lleoli yn Abertawe, sy'n amhosibl ei gyrraedd i bobl sy'n byw yng ngogledd Cymru – sy'n golygu y byddai menywod yn y sefyllfa hon yn colli cymorth teuluol gan nad ydynt yn gallu teithio, neu'n cael eu gorfodi i deithio i Loegr, lle bydd perygl o ddiffyg parhad gwasanaethau;
- Sut a phryd y bydd gwasanaethau iechyd meddwl wyneb yn wyneb yn cael eu hailsefydlu'n ddiogel;
- Pryderon penodol yn ymwneud â Covid-19 a'i drosglwyddo trwy laeth y fron, a dosbarthu tystiolaeth a chymorth i rieni newydd.

Cytunwyd y byddai'r grŵp yn gwneud yr hyn a ganlyn yn sgil y cyfarfod hwn:

- Edrych ar y posibilrwydd o gefnogi pob bwrdd iechyd i benodi arweinydd neu hyrwyddwr gwasanaethau iechyd meddwl amenedigol; ac
- Ysgrifennu at Vaughan Gething i ofyn i Lywodraeth Cymru gefnogi Ymgyrch 'Hidden Half' NCT – sef mwy o arian ar gyfer gwiriadau ôl-enedigol meddygon teulu fel bod gan bob mam newydd hawl i apwyntiad pwrpasol, ac i sicrhau canllawiau a hyfforddiant gwell i feddygon ar iechyd meddwl mamau. Cam gweithredu i JR

6. EHANGU'R GYNNRYCHIOLAETH Y TU HWNT I GAERDYDD

Gohiriwyd tan y cyfarfod nesaf.

Y cyfarfod nesaf: Awst 2020 i'w gadarnhau – Atal cenhedlu yn ystod COVID-19