

Cofnodion y Grŵp Trawsbleidiol ar Ysmygu ac Iechyd

Tŷ Hywel, dydd Mercher 14 Tachwedd 2018 am 12.30

Cadeirydd: Julie Morgan AC

Llefarydd: Yr Athro John Britton

Yn bresennol:

Suzanne Cass, Prif Weithredwr, ASH Cymru

Scott Sanders, Cadeirydd, ASH Cymru

Julie Morgan AC

Dai Lloyd AC

Helen Mary Jones AC

John Griffiths AC

Judith Cutter, Bydwraig Ymgynghorol, GIG Caerdydd a'r Fro

Dawn Davies, Pennaeth Iechyd y Cyhoedd, Tîm Iechyd Cyhoeddus Hywel Dda

Adam Fletcher, Cyfarwyddwr, Sefydliad Prydeinig y Galon

Maura Matthews, Arweinydd Atal, Tenovus

Anna Prothero, Uwch Arbenigwr Hybu Iechyd, Tîm Iechyd y Cyhoedd Caerdydd a'r Fro

Clive Jones, Arweinydd Cynllunio Diogelwch Cymunedol ac Argyfwng, Safonau Masnach

Cyngor Sir Powys

Judy Thomas, Cyfarwyddwr Gwasanaethau Contractwyr, Fferylliaeth Gymunedol Cymru

Laura Rich, Ymarferydd Iechyd Cyhoeddus, Tybaco, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Gethin Jones, Rheolwr Materion Allanol, Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant

Sophia Dimitriadis, Swyddog Polisi ac Ymchwil, ASH Cymru

1. Pwrpas y Grŵp Trawsbleidiol ac Amllder Cyfarfodydd

Archwilio ac adolygu ymdrechion a chynnydd a wnaed i leihau anghydraddoldebau iechyd a achosir gan ysmygu yng Nghymru. Y nod yw edrych ar rai o'r prif faterion sy'n wynebu ysmygwyr, darparwyr gwasanaeth a llunwyr polisi. Bydd y Grŵp yn adeiladu deialog wleidyddol a chydweithio ag eraill i fynd i'r afael â'r anghydraddoldeb a niwed a achosir gan ddefnydd tybaco.

Bydd y Grŵp yn cyfarfod dair gwaith y flwyddyn, gyda'r nod o gyhoeddi adroddiad gyda champau ac atebion awgrymir y byddem yn hoffi'r Grŵp Trawsbleidiol eu hystyried a'u cymeradwyo.

2. **Croeso a chyflwyniad**

Croesawodd Julie Morgan AC (JM) bawb i'r cyfarfod a chyflwynwyd pawb. Eglurodd nodau'r Grŵp Trawsbleidiol. Mae yna nifer o Grwpiau Trawsbleidiol, fel yr un ar Ganser, ond mae'r un yma yn canolbwyntio'n benodol ar ysmegu. Mae nifer y bobl sy'n ysmegu wedi gostwng yn sylweddol yn y blynyddoedd diweddar, ond mae yna leiafrif ystyfnig o hyd, y mae'r rhan fwyaf ohonynt yn agored i niwed yn y gymdeithas, nad ydynt am roi'r gorau iddi.

Yna parhaodd JM â ffurfioldeb y grŵp a gwahoddodd enwebiadau am Gadeirydd ac Ysgrifennydd y Grŵp. Enwebodd Dai Lloyd AC Julie Morgan AC fel Cadeirydd ac ASH Cymru fel ysgrifennydd. Cafodd yr enwebiadau eu heilio a'u cymeradwyo.

Cyflwynodd JM Scott Sanders (SS), Cadeirydd ASH Cymru. Eglurodd SS ei fod hefyd yn Brif Weithredwr Linc Cymru Housing a chroesawodd y cyfle i fod yn rhan o'r grŵp. Drwy ei gefndir ym maes tai cymdeithasol, mae'n credu bod gan y sector rôl gryfach i'w chwarae i helpu ysmygwyr i roi'r gorau iddi. Mae'r grwpiau o bobl y mae ei sefydliad yn gweithio gyda nhw yn wynebu nifer o broblemau fel teulu'n torri, cyrhaeddiad addysgol gwael a phroblemau iechyd meddwl. Mae'n gobeithio darbwyllo'r sector tai i chwarae rôl gryfach yn cefnogi ysmygwyr i roi'r gorau iddi, gan adeiladu ar yr hyn sydd eisoes yn digwydd yn y sector i hyrwyddo gwell iechyd a lles. Yna cyflwynodd SS yr Athro John Britton (JB).

3. **Cyflwyniad gan yr Athro John Britton; Ysmegu ac Anghydraddoldebau Iechyd**

Gwnaeth JB y pwyntiau allweddol canlynol yn ystod ei gyflwyniad:

- Mae nifer yr ysmegu wedi gostwng yn y DU ond mae'r gyfradd yn arafu.
- Mae'r rhai sy'n perthyn i'r grwpiau lleiaf difreintiedig yn economaidd-gymdeithasol yn llawer mwy tebygol o ysmegu.
- Nid yw anghydraddoldebau ysmegu yn gostwng ac mae wedi parhau ers nifer o flynyddoedd.
- Mae'r ysmygwyr mwyaf difreintiedig yn llawer mwy tebygol fod yn ddibynnol iawn ar nicotin. Fel cenedl, rydym wedi bod yn llwyddiannus yn atal pobl i ddechrau ysmegu ond nid cystal am helpu pobl i roi'r gorau iddi. Nid yw'r llun wedi newid ers tro.
- Mae'r nifer sy'n defnyddio gwasanaethau yn isel ac mae'n ymddangos bod model o wasanaethau annibynnol wedi para'n fwy nai werth.
- Yn y gorffennol, nid yw pobl sy'n ymdopi â salwch meddwl wedi cael llawer o gymorth i roi'r gorau i ysmegu er bod cyfraddau ysmegu yn eithriadol o uchel ac wedi prin newid ers y 1990au, tra bod nifer y boblogaeth gyffredinol sy'n ysmegu wedi gostwng yn eithaf cyflym.

- Ysmygu yw'r ffactor unigol mwyaf sy'n achosi marwolaeth gynamserol ac mae'n cyfrif am 43% o farwolaethau cynamserol yn y grwpiau economaidd-gymdeithasol isaf.

Cefnogi Ysmygwyr i Roi'r Gorau iddi mewn Gofal Eilaidd

- Caiff cyfran fawr o ysmygwyr eu trin yn yr ysbyty bob blwyddyn.
- Mewn astudiaeth, roedd dros 40% o ysmygwyr a aeth i'r ysbyty yn perthyn i'r cwintel mwyaf difreintiedig, tra bod 10% o'r lleiaf difreintiedig.
- Mae costau gofal eilaidd y gellir eu priodoli i ysmygu yn cael eu gyrru gan bumed poblogaeth fwyaf difreintiedig
- Ysmygu yw'r prif achos o salwch a marwolaeth gynnar; mae rhoi'r gorau i bobl ysmygu a chymorth ar gyfer hynny yn brif flaenoriaeth.
- Mae adroddiad "Hiding in Plain Sight" gan Goleg Brenhinol y Meddygol ar drin dibyniaeth ar dybaco yn y GIG yn trafod yr angen i ddefnyddio'r cyfle i drin ysmygwyr mewn ysbyty.
- Byddai dilyn argymhellion adroddiad RCP yn helpu i leihau anghydraddoldeb iechyd.
- Mae adroddiadau yn nodi y byddai trin ysmygwyr yn yr ysbyty fel cafodd ei brofi yn Ottawa yn debygol o arbed arian i'r GIG o fewn y flwyddyn gyntaf o'i weithredu.

Dull o Leihau Niwed

- Mae 3.2 miliwn o ddefnyddwyr e-sigarét yn y DU yn 2018.
- Mae 52% o'r rhain yn gyn-ysmygwyr, ac mae hynny wedi bod yn tyfu dros y blynyddoedd diwethaf.
- Yn 2017, Sweden, o bell ffordd, oedd â nifer lleiaf yr ysmygwyr yn yr UE.
- Mae hynny'n debygol oherwydd mai dyna'r unig wlad yn yr UE lle roedd snus yn gyfreithiol. Mae snus yn llawer llai niweidiol na sigaréts tybaco. Mae hyn yn dangos bod dull o leihau niwed yn gweithio.
- Yn y DU, mae e-sigaréts yn cynnig cyfle tebyg ar gyfer dull o leihau niwed.
- Mae miloedd o ysmygwyr yn rhoi'r gorau i ysmygu gan ddefnyddio e-sigaréts. Mae cleifion sydd wedi rhoi cynnig ar bob llwybr arall o'r diwedd yn llwyddo i roi'r gorau iddi gan ddefnyddio e-sigaréts.
- Mae cyfran y rhai sydd erioed wedi ysmygu ond sy'n defnyddio e-sigaréts yn isel (4%) ac wedi parhau i fod yn isel dros y blynyddoedd diwethaf.
- Er bod y grwpiau economaidd-gymdeithasol isaf yn llawer mwy tebygol o roi cynnig ar e-sigarét, maent yn llai tebygol o geisio rhoi'r gorau i ysmygu gan ddefnyddio e-sigarét yn y flwyddyn ddiwethaf.
- Fodd bynnag, mae'r defnydd o e-sigaréts ymhlith cyn-ysmygwyr hirdymor yn uwch ymhlith grwpiau economaidd-gymdeithasol is.
- Gall negeseuon aneglur am beryglon cymharol e-sigaréts yn erbyn ysmygu atal ysmygwyr o grwpiau economaidd-gymdeithasol is i geisio rhoi'r gorau iddi gan ddefnyddio e-sigarét.

Camau i'w cymryd:

- Dylai holl ysbytai'r GIG fabwysiadu model Ottawa. Cynigir cymorth 'ochr y gwely' i ysmygwyr i roi'r gorau iddi gyda NRT, cefnogaeth ymddygiadol arbenigol a dewisiadau amgen a chymorth dilynol. Mae cleifion yn hanner llai tebygol o orfod mynd yn ôl i'r ysbyty o fewn mis, a bron ddwywaith yn fwy tebygol o fod yn fyw ddwy flynedd wedyn.
- Mae angen mynd i'r afael ag ysmygwyr sydd â phroblem iechyd meddwl i roi'r gorau iddi.
- Mae angen i gymorth i roi'r gorau iddi gynnwys lleihau niwed fel opsiwn ac mae angen cyfleu hynny'n glir, er mwyn helpu ysmygwyr ymylol yn arbennig.
- Mae Adroddiad Coleg Brenhinol y Meddygon, "Nicotine without smoke", yn dadlau dros ddull o leihau niwed, ac mae'n delio â'r gwrth-ddadleuon i beidio â chymryd y dull hwn. Dylid ystyried argymhellion.
- Mae angen cynnwys gwahanol sectorau, fel cyngor ar dai a dyled, yn yr atebion.

Dywedodd SC, er bod cyflwyniad JB yn dangos yr ystadegau yn Lloegr, mae'r darlun yn cael ei adlewyrchu i raddau helaeth yng Nghymru. Rydym yn wynebu'r un materion a phroblemau.

4. Trafodaeth agored:

Sut mae ysmegu yn effeithio ar fywydau grwpiau ymylol?

Beth sy'n gweithio nawr?

Codwyd y pwyntiau a'r trafodaethau canlynol yn ystod y sesiwn agored:

Dywedodd Judith Cutter (JC), bydwraig ymgynghorol o GIG Caerdydd a'r Fro fod tua 12% o famau yn ei gwasanaeth yn ysmegu. O'r holl famau beichiog y maent yn eu gweld, mae tua 50% yn gwrthod cymorth i roi'r gorau i ysmegu.

Mae angen gwasanaeth optio allan. Nid yw mamau a bydwragedd bob amser am fynd i'r afael â'r mater; Mae bydwragedd yn teimlo diffyg hyder i fynd i'r afael â'r mater bob amser; mae angen cynnwys y teulu cyfan neu ni fydd yn gweithio - mae mamau yn llai tebygol o gymryd rhan os yw'r tad adref yn dal i ysmegu.

Mae gan Dawn Davies (DD) yn Hywel Dda ddull atgyfeirio optio allan. Mae sgysiau'n fwy manwl ac maent yn edrych ar y rhwystrau i gael mynediad at wasanaethau.

Soniodd Laura Rich (LR) am wneud i bob cyswllt gyfrif, sy'n galluogi gweithwyr proffesiynol i gael yr hyder i herio cleifion am eu hysmygu a'u hatgyfeirio at gymorth arbenigol. Mae ymgyrchoedd marchnata cymdeithasol yn targedu pobl ddi-waith a grwpiau ymylol eraill ac wedi'u lleoli mewn ardaloedd difreintiedig iawn. Mae cynnydd yn cael ei wneud ond cydnabyddir y gallai bob amser fod yn well.

Cynllun Gweithredu Cymru ar Reoli Tybaco yn ategu'r gwaith. Mae yna lawer o wahanol lefelau o gymorth, gan gynnwys ffôn, wyneb yn wyneb, grŵp neu ap ffôn.

Bydd casglu data ar grwpiau ymylol yn helpu i dargedu'r rhai sydd angen y gefnogaeth fwyaf.

Awgrymodd Gethin Jones (GJ) ein bod yn cynnwys Addysg a Gwella Iechyd Cymru.

Yn yr Alban, mae data a gasglwyd ynghylch anghydraddoldebau iechyd a thargedau ar gyfer ysmygwyr difreintiedig mewn gwasanaethau rhoi'r gorau i ysmegu yn ysgogwyr ar gyfer cynnydd a thargedu cefnogaeth. Yr Alban yw'r unig wlad yn y DU lle mae anghydraddoldebau ysmegu yn gostwng yn sylweddol.

Dywedodd Maura Matthews (MM) fod canfyddiadau'r cyhoedd ynghylch e-sigaréts wedi gostwng ac mae neges ddryslyd a diffyg ymwybyddiaeth o hyd. Nid yw negeseuon Iechyd Cyhoeddus Cymru yn glir.

Dywedodd LR na fydd pobl sy'n cael mynediad at wasanaethau Helpa Fi i Stopio yn cael eu gwrthod os ydynt yn defnyddio e-sigaréts hefyd.

Mae arolwg diweddar YouGov ASH Cymru (2018) yn nodi bod chwarter o ysmygwyr yng Nghymru yn credu'n anghywir bod e-sigaréts yn fwy neu yr un mor niweidiol â sigaréts tybaco ac nad yw 44% o ysmygwyr yn ymwybodol eu bod yn llai neu'n llawer llai niweidiol. Mae'r credoau anghywir hyn wedi cynyddu ers y flwyddyn flaenorol yng Nghymru. Mae arolwg YouGov Prydain Fawr yn dangos y gall credoau anghywir am beryglon e-sigaréts wneud ysmygwr yn llai tebygol o roi'r gorau iddi yn llwyddiannus gan ddefnyddio e-sigarét ac yn fwy tebygol o ddefnyddio'r ddau, sy'n cael gwared ar y rhan fwyaf o'r manteision iechyd o newid i e-sigarét.

Mae 36% o bobl â phroblem iechyd meddwl yng Nghymru yn ysmegu, ac mae 53% o bobl â sgitsoffrenia yn marw o glefyd sy'n gysylltiedig ag ysmegu. Dylai fod cydraddoldeb gofal i bawb, gyda chymorth arbenigol i'r rhai sydd ei angen.

Mae 476,000 o ysmygwyr yng Nghymru; mae 15,000 yn mynd trwy'r Gwasanaeth Helpa Fi i Stopio, mae tua 7,800 ohonynt yn cael cymorth ar lefel fferyllfa; nid yw nifer enfawr o ysmygwyr yn cael mynediad at unrhyw wasanaethau. Ceisiodd 190,000 roi'r gorau iddi y llynedd.

Dywedodd Clive Jones (CJ) fod angen i unrhyw fentrau rheoli tybaco gynnwys mynd i'r afael â thybaco anghyfreithlon gyda phwyslais ar orfodi. Caiff miliwn o sigaréts anghyfreithlon eu hysmygu yng Nghymru bob dydd a chaiff llawer eu gwerthu o eiddo preifat/tai cymdeithasol. Ym Mhowys yn unig, dros y ddwy flynedd ddiwethaf cafodd 50,000 o sigaréts anghyfreithlon a 50kg o dybaco anghyfreithlon eu hatafael.

Soniodd Judy Thomas (JT) am y rôl gynyddol y mae'n rhaid i fferyllfeydd ei chwarae. Mae yna ddiffyg ymwybyddiaeth o hyd o ran sut y gallant helpu. Roedd LR yn cydnabod nad oedd Dim Smygu Cymru yn gallu hysbysebu cymorth fferyllol yn y gorffennol ond mae hyn wedi newid erbyn hyn. Mae comisiynu ac achredu yn rhwystrau i fferyllfeydd ddod yn lefel 3. Caerdydd sydd â'r nifer leiaf o fferyllfeydd cymunedol a all roi cymorth, dim ond 25/107. Mae comisiynu yn broblem. Mae angen i negeseuon Iechyd Cyhoeddus Cymru fod yn gliriach. Mae cyllid ar gyfer byrddau iechyd i ddarparu gwasanaethau gwell wedi'i neilltuo. Mae 6/7 wedi croesawu hyn, ar wahân i Gaerdydd sydd wedi gorfod dychwelyd arian. Dywedodd DD fod arian wedi'i neilltuo wedi gwneud gwahaniaeth mawr i Hywel Dda. Mae NRT yn dod â phwysau cost ychwanegol ac mae'n bwysig bod gwasanaethau'n gyson gyda

phawb. Ychwanegodd DD fod 60/70% â mynediad i gymorth fferyllfa gymunedol yng Nghwm Taf a Betsi Cadwaladr.

Mae llawer o ysmygwyr yn penderfynu rhoi'r gorau ar ben eu hunain ac nid oes llawer yn ymwybodol o'r mathau gwahanol o gymorth sydd ar gael.

Ni ellir rhoi'r neges e-sigaréts ar lefel fferyllfa gan nad ydynt yn gynnyrch trwyddedig. Nid yw gweithwyr proffesiynol yn teimlo bod ganddynt ddigon o dystiolaeth.

Dywedodd MM fod y dystiolaeth yno'n barod. Dywedodd Adam Fletcher (AF) fod Iechyd Cyhoeddus Cymru wedi rhoi eu hunain yn y gornel gyda dryswch yn parhau ynghylch y mater.

Cydnabu JB fod safbwyntiau cryf bob ochr.

Dywedodd SC y byddai'n helpu pe byddai trefniant casglu data safonol. Dywedodd LR fod gwaith yn cael ei wneud i gael set data gofynnol.

Gofynnodd SS a oedd hi'n bosib gweld map manwl o gymunedau lleol i nodi'r ardaloedd â'r angen mwyaf fel y gellid targedu gwasanaethau'n fwy. Dywedodd DD eu bod yn gallu gwneud hynny yn eu bwrdd iechyd er mwyn gallu targedu'n well.

Dywedodd JT fod mwy o fferyllfeydd fel arfer mewn ardaloedd difreintiedig.

Dywedodd LR fod marchnata a phartneriaethau lleol eisoes yn digwydd.

Trafodaeth ynglŷn â sut rydym yn dylunio gwasanaethau ac yn mynd â nhw i bobl. Soniodd MM am brosiect Tenovus a fu'n llwyddiannus lle byddai fferylllydd yn mynd i weithleoedd i roi cymorth ymddygiadol a helpu pobl i roi'r gorau iddi.

Awgrymodd GJ ein bod yn gwahodd meddygon teulu a defnyddwyr gwasanaeth i gyfarfodydd trawsbleidiol yn y dyfodol er mwyn i ni gael gwell dealltwriaeth o rwystrau/gwelliannau i wasanaethau.

Dywedodd LR y gallant gynnig ymyrraeth yn y gweithle. Mae 7-12 wythnos yn ymrwymiad hir.

Dywedodd SC, o ystyried bod nifer fawr o ysmygwyr yn dal yno, mae angen i ni fod yn agored ynghylch sut rydym yn cael pobl ar eu taith o roi'r gorau iddi - nid yw un ateb yn addas i bawb.

Mae'n bwysig bod polisi a chynlluniau gweithredu iechyd a lles Llywodraeth Cymru yn blaenoriaethu rhoi'r gorau i ysmegu ac atal pobl i ddechrau ysmegu fel canlyniad. Nid yw hynny'n digwydd ar hyn o bryd. Dywedodd JC fod dogfen weledigaeth bydwreigiaeth newydd yn cael ei chyhoeddi ym mis Rhagfyr ac mae'n yn cynnwys ysmegu yn ystod beichiogrwydd.

Gofynnodd AF am feddyliau'r grŵp ar y cynnig ym maniffesto Mark Drakeford o ran gwahardd ysmegu yng nghanol dinasoedd; Dywedodd SC, mewn arolwg ar-lein yng Nghymru, ymatebodd 1800 o bobl a phleidleisiodd 67% o blaid y gwaharddiad. Mae arolwg cyhoeddus YouGov ASH Cymru hefyd yn cefnogi deddfwriaeth sy'n ehangu o ran manau di-fwg. Dywedodd JB y gallai helpu i leihau'r nifer sy'n ysmegu, yn enwedig os bydd ymgyrchoedd mawr yn y cyfryngau hefyd. Mae cynnig tebyg eisoes wedi'i wneud ym Mryste.

5. Crynodeb: Pynciau i'w trafod mewn cyfarfodydd yn y dyfodol

Atebion ar gyfer targedu grwpiau ymylol (sy'n byw mewn ardaloedd difreintiedig, statws economaidd-gymdeithasol isel, mamau beichiog ac unigolion â phroblem iechyd meddwl):

- Mynd i'r afael â thybaco anghyfreithlon / cynnwys y gymuned
- Arloesedd mewn model gwasanaeth rhoi'r gorau i ysmegu - gwasanaethau symudol rhoi'r gorau i ysmegu, targedau ar gyfer grwpiau ymylol, cymhellion ar gyfer ysmygwyr ymylol, dull o leihau niwed, ehangu darpariaeth fferylliaeth, model optio allan rhoi'r gorau i ysmegu ar draws y GIG.
- Gwasanaethau cymunedol yn cydweithio i ragnodi rhoi'r gorau i ysmegu. Archwilio rôl tai cymdeithasol/cyngor ar bopeth a sefydliadau yn y gymuned sy'n ymwneud ag ysmygwyr ymylol.
- Cynlluniau gweithredu cenedlaethol - cynlluniau polisi perthnasol i drafod rheoli tybaco/rhoi'r gorau i ysmegu