GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a Lles Meddwl Oedolion yng Nghymru

Mae Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod (ACE) yn cael effaith niweidiol ar iechyd a lles ar draws cwrs bywyd. Mesurodd Astudiaeth ACE Cymru gyswllt â naw ACE ymysg poblogaeth Cymru a'u heffaith ar les meddwl pan yn oedolyn.

Dioddefodd 47% o oedolion yng Nghymru o leiaf un ACE yn ystod eu plentyndod a dioddefodd 14% 4 neu fwy

Faint o oedolion yng Nghymru sydd wedi cael cyswllt â phob ACE?

CAMDRINIAETH PLANT

- Cam-drin llafar 23%
- Cam-drin corfforol 17%
- Cam-drin rhywiol 10%

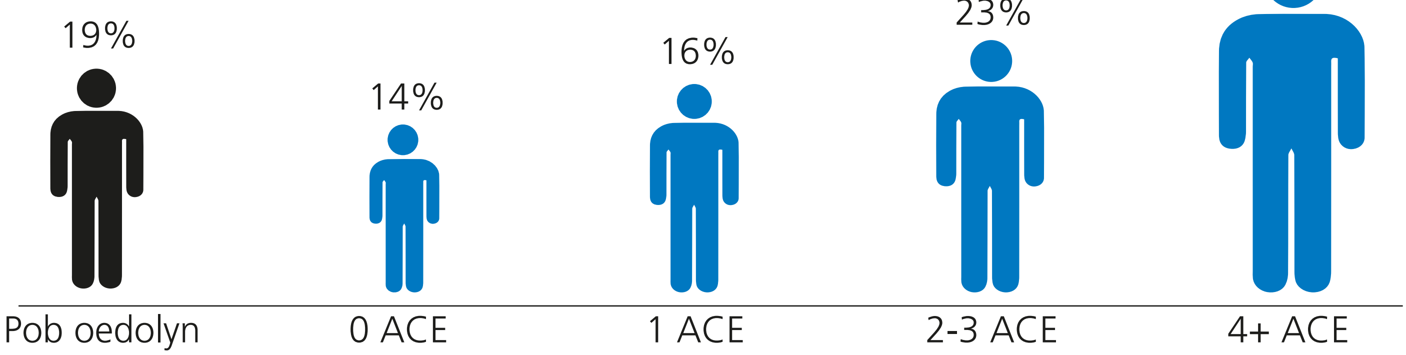
AELWYD PLENTYNDOD WEDI CYNNWYS

- Rhieni'n gwahanu 20%
- Trais domestig 16%
- Salwch meddwl 14%
- Cam-drin alcohol 14%
- Defnyddio cyffuriau 5%
- Carcharu 5%

Cynyddodd nifer yr achosion o les meddwl gwael ymysg oedolion gyda nifer yr ACE a ddioddefwyd yn ystod plentyndod

Cafodd lles meddwl ei fesur gan ddefnyddio Graddfa Fer Lles Meddwl Warwick-Edinburgh (SWEMWBS) sydd yn cynnwys saith cwestiwn i asesu lles meddwl dros y pythefnos diwethaf. Caiff o sgôr ar gyfer y cwestiynau hyn eu cyfuno i roi sgôr cyffredinol o les meddwl yn amrywio o 7 i 35. Rhoddwyd unigolion oedd â sgôr o lai nag 20 yn y categori o fod â lles meddwl gwael.*

Nifer yr achosion o les meddwl gwael ymysg oedolion yn ôl nifer yr ACE a dioddefwyd yn ystod plentyndod



**Nodwyd lles meddwl gwael fel gwyriad safonol >1 islaw sgôr lles meddwl cyffredinol SWEMWBS yr holl ymatebwyr (cymedr = 24.47, SD = 4.57, isel ,20).*

Gan ystyried ffactorau demograffig, roedd oedolion â 4+ ACE bum gwaith[$] yn fwy tebygol o fod â lles meddwl gwael na'r rheiny heb unrhyw ACE

Dros y pythefnos diwethaf, o'u cymharu â phobl heb unrhyw ACE, roedd y rheiny â 4+ ACE hefyd:

- **3 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi teimlo'n hamddenol
- **3 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi teimlo'n agos at bobl eraill
- **4 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi bod yn meddwl yn glir
- **5 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi ymdrin yn dda â phroblemau
- **5 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi gallu gwneud eu penderfyniad eu hunain am bethau
- **6 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi teimlo'n gadarnhaol am y dyfodol
- **6 gwaith yn fwy tebygol** o fod byth neu braidd byth wedi teimlo'n ddefnyddiol

Gallai atal ACE ymysg cenedlaethau'r dyfodol leihau lefelau:

Lles meddwl gwael o 27%

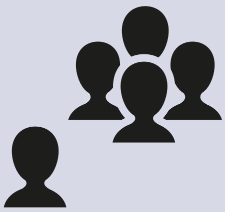
Peidio teimlo'n gadarnhaol am y dyfodol o 43%

Peidio teimlo'n ddefnyddiol o 48%

Peidio teimlo'n hamddenol o 38%

Peidio ymdrin yn dda â phroblemau o 31%

Peidio meddwl yn glir o 34%


Peidio teimlo'n agos at bobl eraill o 25%

Peidio gallu gwneud penderfyniad am bethau o 26%

Fe wnaeth arolwg cenedlaethol Profiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod yng Nghymru gyfweld â thua 2000 o bobl (18-69 oed) ledled Cymru yn eu cartrefi yn 2015. O'r rheiny oedd yn gymwys i gymryd rhan, cytunodd ychydig llai na hanner i gymryd rhan ac rydym yn ddiolchgar i bawb a roddodd o'u hamser. Mae'r wybodaeth yn y ffeithlen hon yn ategu'r adroddiad cyntaf ar ***Brofiadau Niweidiol yn ystod Plentyndod a'u cysylltiad ag ymddygiad sy'n niweidio iechyd ymhlith poblogaeth oedolion Cymru*** a gyhoeddwyd ym mis Ionawr 2016.

Cyfarwyddiaeth Polisi, Ymchwil a Datblygu Rhyngwladol, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru, Adeilad Haydn Ellis, Heol Maendy, Cathays, Caerdydd, CF24 4HQ.

www.publichealthwales.wales.nhs.uk Ffôn: +44(0)2921 841933

Mai 2016

[$] *Ar ôl ystyried ffactorau demograffig (oed, rhyw, ethnigrwydd ac amddifadedd preswyl)*