

Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

Arolwg Ymgysylltu â'r Cyhoedd am Iechyd
a Llesiant yn ystod Mesurau Coronafeirws

Wythnos 25 21^{ain} i 27^{ain} o Fedi 2020)

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru yn cynnal arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd dros y ffôn yn gofyn i aelodau o'r cyhoedd yng Nghymru sut mae coronafeirws a mesurau rheoli cysylltiedig yn effeithio ar eu hiechyd a'u lles.

Cynhaliwyd ton gyntaf o'r arolwg rhwng mis Ebrill 2020 a Gorffennaf 2020. Dechreuodd yr ail don ym mis Medi 2020 lle bydd 600 o unigolion yn cael eu harolygu a ddewiswyd ar hap bob yn ail wythnos. Mae'r wybodaeth a gesglir gan gyfranogwyr yn sail i'r canlyniadau a gyflwynir mewn adroddiadau bob pythefnos.

Caiff data yr arolwg ei haddasu i gynrychioli poblogaeth Cymru yn ôl oedran, rhyw ac amddifadedd. Yn ystod rhai wythnosau, mae cwestiynau newydd yn cael eu hychwanegu a'u dileu, yn dibynnu ar y materion sy'n dod i'r amlwg ar yr adeg honno.

Mae adroddiad yr wythnos hon yn cynnwys mesurau arferol a welwyd mewn adroddiadau blaenorol a nifer o gwestiynau newydd, gan gynnwys ar brofion coronafeirws, symptomau a chanfyddiadau o nifer y bobl a heintwyd.

Rydym yn diolch i bobl Cymru am roi o'u hamser gwerthfawr i gynorthwyo'r gwaith yma.



Prif ganfyddiadau'r wythnos hon

Cafodd 601 o drigolion Cymru sydd yn 18 oed ac yn hŷn eu cyfweld yn ystod wythnos 25 o'r arolwg (21^{ain} i 27^{ain} o Fedi).

64%*

o fobl yn dweud eu bod yn gwisgo gorchuddion gwyneb 'y rhan fwyaf o'r amser' wrth fynd allan; i fyny o 33% yn wythnos 23 (7-13 Medi).

13%

o fobl yn dweud eu bod nhw neu rywun arall yn eu cartref wedi ceisio cael prawf coronafeirws yn y bythefnos cyn yr arolwg.#

62%

o fobl yn dweud fod y rhan fwyaf neu'r holl bobl y maent yn eu hadnabod yn dilyn canllawiau ymbellhau cymdeithasol.

96%*

o b=fobl yn dweud eu bod 'bob amser' yn gwisgo gorchuddion gwyneb mewn siopau yng Nghymru; fyny o 47% yn wythnos 23.

32%

o fobl o'r farn fod dolur gwddf yn symptom sy'n arwydd o angen am brawf coronafeirws.

17%

o fobl o'r farn fod lleihau'r newid yn yr hinsawdd yn fwy o flaenoriaeth na lleihau lledaeniad coronafeirws; Mae 83% yn ystyried fod yna fwy o flaenoriaeth i glefyd coronafeirws.

39%

o fobl yn dweud mai eu prif reswm dros wisgo gorchudd gwyneb yw i amddiffyn eraill; 33% ar gyfer hunan anddiffyn; a 28% oherwydd ei bod yn ofynnol gwneud hynny.

21%

o fobl wedi bod yn poeni 'llawer' am eu hiechyd meddwl a'u lles.

*Daeth gorchuddion gwyneb yn orfodol mewn manau cyhoeddus dan do yng Nghymru ar 14eg o Fedi yn ystod yr wythnos rhwng arolygon; #mae'r cyfnod amser yma'n cyd-daro gydag ysgolion yn ailagor.

Ydych chi'n meddwl fod ganddoch neu eich bod wedi cael coronafeirws?

Do	13%
Ddim yn gwybod	7%

Ydych chi wedi cael eich profi am glefyd coronafeirws neu ydach chi wedi cael y prawf gwrthgyrff?

Wedi cael prawf coronafeirws	19%
Wedi cael prawf gwrffgyrff	5%

Pa mor bryderus ydych chi y gallech gael coronafeirws?

Yn cynnwys yr holl ymatebwyr

Dim o gwbl	23%
Ychydig	26%
Gymedrol	33%
Hynod	18%

Yn ystod y bythefnos diwethaf, a ydych chi neu unrhyw un arall yn eich cartref wedi ceisio cael prawf coronafeirws?

Do

13%

Dylech ofyn am brawf coronafeirws os oes gennych pa un o'r symptomau canlynol?

Cur pen

14%

Tymheredd uchel

77%

Dolur gwddf

32%

Peswch parhaus

82%

Tisian a trwyn yn rhedeg

12%

Taflu fyny

12%

Colli blas ac arogl

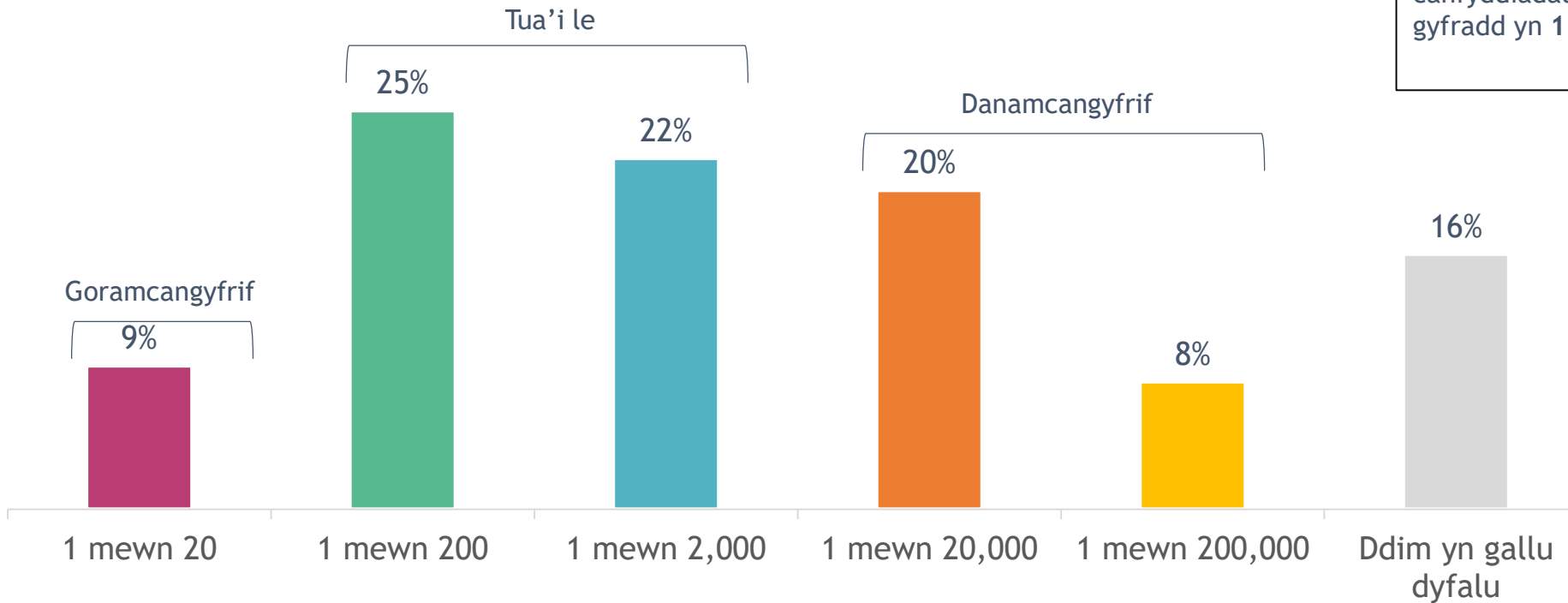
83%

Dolur rhydd

16%

32 % yn unig nododd y tri symptom hyn yn unig.

Ar hyn o bryd, faint o fobl yng Nghymru ydych chi'n meddwl sydd wedi'u heintio â chlefyd coronafeirws?



Amcangyfrifwyd cynllun peilot Arolwg Heintiau COVID-19 o Swyddfa Archwilio Cymru fod gan 1 o bob 300 o bobl yng Nghymru glefyd coronafeirws yn ystod wythnos 13-19 o Fedi. Amcangyfrifwyd y canfyddiadau cychwynnol o'r wythnos flaenorol fod y gyfradd yn 1 yn 2000.¹

¹<https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/conditionsanddiseases/bulletins/coronaviruscovid19infectionsurveyypilot/previousReleases>

Pa mor dda ydym ni'n ymdrin â'r coronafeirws?

Ydych chi'n meddwl fod y cyfyngiadau mewn lle ar gyfer rheoli'r coronafeirws yn...

Rhy ychydig 33%



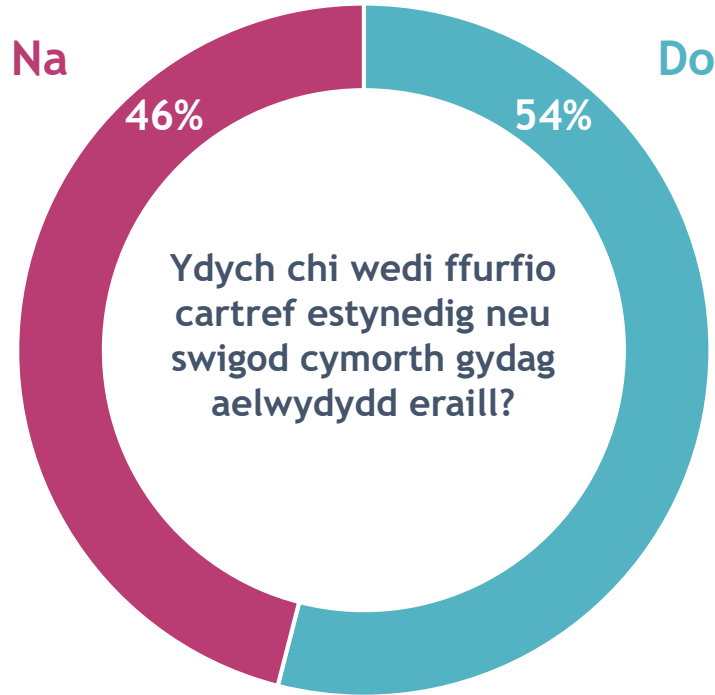
Tua'i le 61%



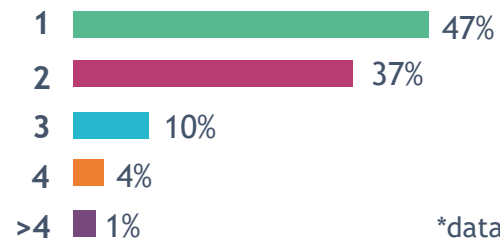
Yn ormod 6%



	Cytuno'n gryf	Cytuno	Ddim yn cytuno nac yn anghytuno	Anghytuno	Anghytuno'n gryf
Credaf fod Llywodraeth Cymru yn ymateb i'r problemau a achoswyd gan y coronafeirws yn dda	14%	50%	15%	16%	6%
Rwyf yn hyderus y byddai GIG yn gallu gofalu amdanaf yn ddigonol pebawn yn ddifrifol wael gyda coronafeirws	26%	54%	10%	8%	2%
Rwyf yn hyderus y gwnaiff yr heddlu ddefnyddio eu pwerau i gyfyngu ar symudiadau pobl yn synhwyrol	16%	49%	9%	17%	8%

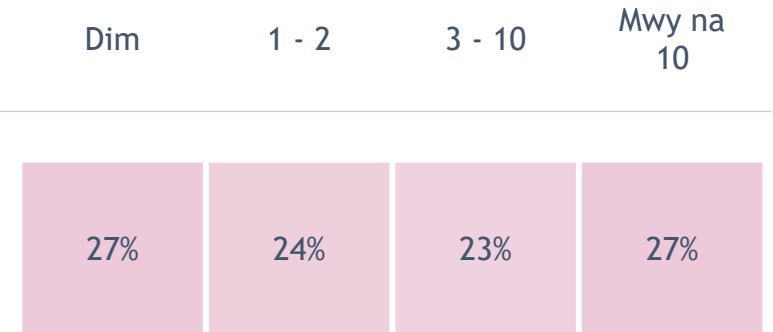


Os do, faint o aelwydydd eraill mae hyn yn eu gynnwys?*

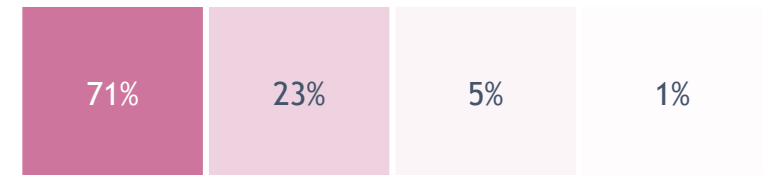


*data heb ei bwysu

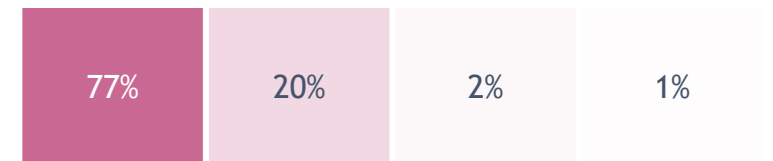
Yn ystod y 7 niwrnod diwethaf, faint o fobl o'r tu allan i'ch cartref neu eich cartref estynedig ydych chi wedi dod i gysylltiad agos a hwy, sy'n golygu o fewn 1 metr?

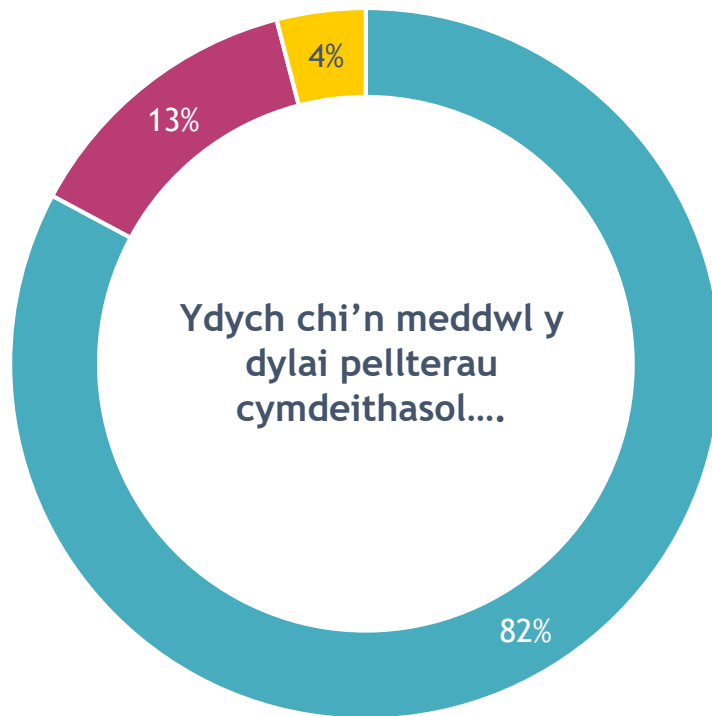


Yn y 7 niwrnod diwethaf, faint o fobl sydd wedi dod i fewn i'ch tŷ chi heblaw am y bobl yr ydych fel arfer yn byw gyda nhw neu aelodau o'ch cartref estynedig?



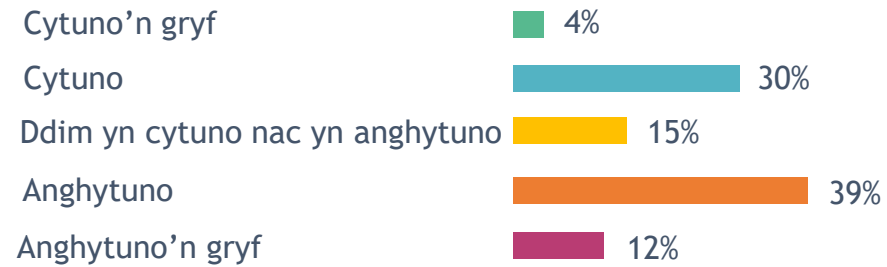
Yn y 7 niwrnod diwethaf, faint o dai pobl eraill ydych chi wedi bod fewn iddo, gan eithro eich cartref estynedig?



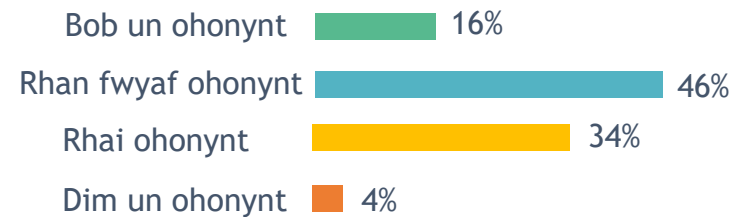


- Barhau'n 2 fetr
- Gael ei leihau i 1 metr
- Gael ei ddileu'n gyfangwbl

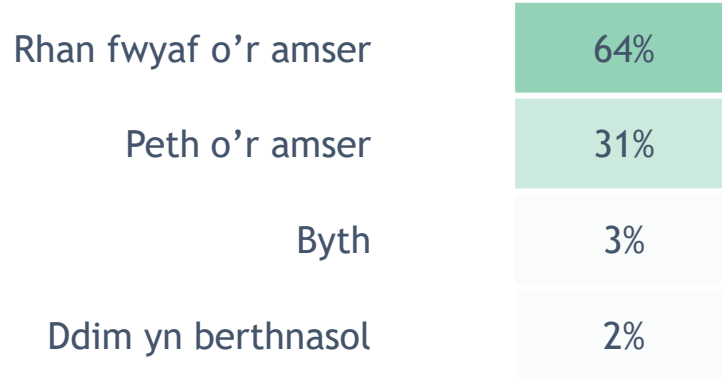
Credaf fod y rhan fwyaf o bobl yn dilyn canllawiau ymbellhau cymdeithasol



Gan feddwl am y bobl rydych chi'n eu hadnabod yn bersonol, a fydddech chi'n dweud bod canllawiau ymbellhau cymdeithasol yn cael eu dilyn gan...

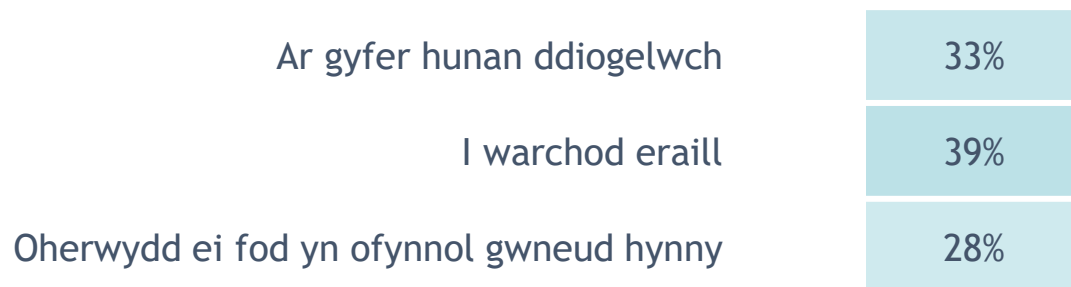


Ar hyn o bryd pan fyddwch yn mynd allan, ydych chi'n gwisgo gorchudd gwyneb...



-ddim yn mynd allan / wedi heithrio

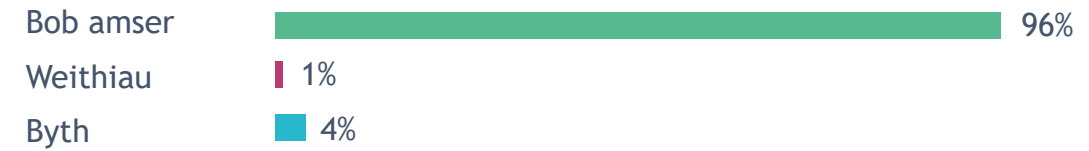
Beth yw eich prif reswm dros wisgo gorchudd gwyneb?#



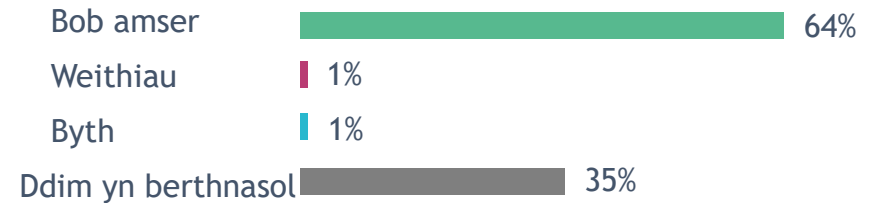
Heb gynnwys y rhai nad ydynt yn berthnasol; data heb ei bwysu

O dan yr amgylchiadau canlynol, a fydddech bob amser, weithiau neu byth yn defnyddio gorchudd gwyneb?

Pan mewn siop neu archfarchnad yng Nghymru



Pan yn defnyddio trafnidiaeth cyhoeddus



Pan allan mewn mannau cyhoeddus



Pebai brechlyn ar gael a fyddai'n eich hamddiffyn rhag clefyd coronafeirws...

A fyddech chi'n bersonol eisiau cael eich brechu?

Byddwn 73%



Na fyddwn 15%



Ansicr 12%



I rai sydd â phlant ar yr aelwyd:*

A fyddech eisiau i'ch plant gael eu brechu?

Byddwn 62%



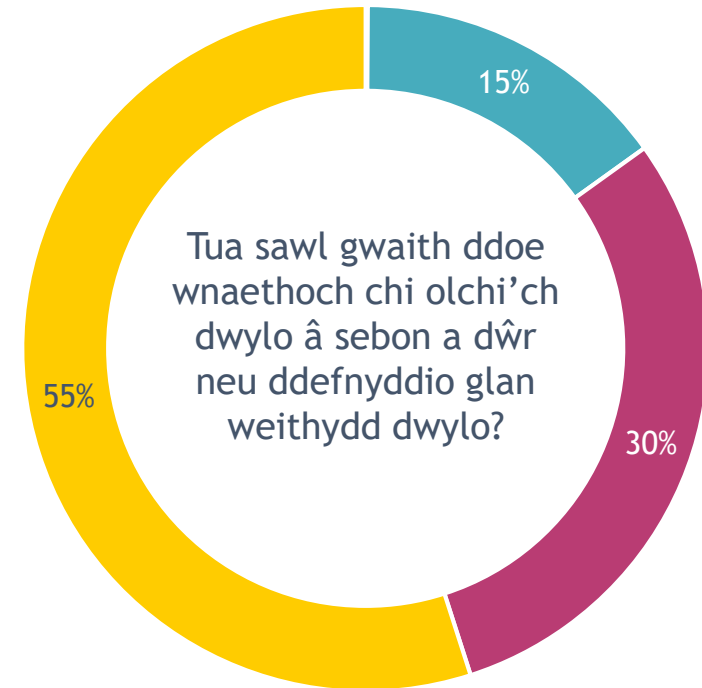
Na fyddwn 18%



Ansicr 20%



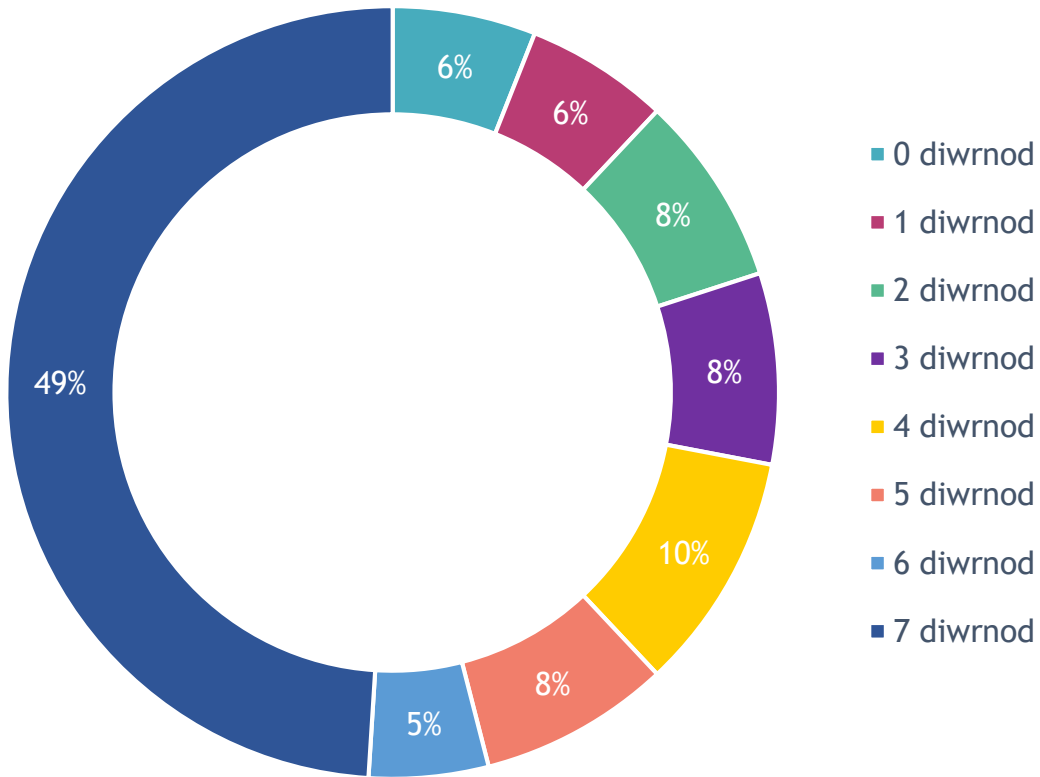
*Yn gyfyngedig i'r rhai sydd â phlant yn byw ar yr aelwyd; ac eithrio'r rhai a ymatebodd 'ddim yn berthnasol'; data heb ei bwysoli.



Pa un o'r canlynol sy'n dderbyniol yn eich barn chi?

	Ie	Na	Ansicr
Pobl sy'n fwriadol anufuddhau i fesurau ymbellhau cymdeithasol yn cael eu dirwyo	88%	9%	3%
Lefelau heintiau'n codi ychydig o ganlyniad i ddileu rhai cyfyngiadau	59%	31%	10%
Pobl yn cael eu gwneud i wisgo gorchuddion gwyneb mewn mannau cyhoeddus fel siopau	92%	6%	1%
Cloeon lleol yn cael eu gorfodi i reoli lledaeniad haint coronafeirws mewn ardaloedd ag achosion cynyddol	91%	5%	4%
Gosod cwarantîn ar bobl sy'n dychwelyd o wledydd sydd gyda lefelau uchel o glefyd coronafeirws	94%	5%	1%

Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, ar sawl diwrnod ydych chi wedi gadael eich cartref neu eich gardd?



Yn ystod y 7 diwrnod diwethaf, ar sawl diwrnod ydych chi wedi gadael eich cartref?

	0 diwrnod	1-2 diwrnod	3-4 diwrnod	5+ diwrnod
...i weithio	58%	6%	11%	25%
...i siopa	23%	56%	12%	10%
...am resymau meddygol	76%	23%	<1%	<1%
...i wneud ymarfer corff	42%	16%	13%	30%
...i gwrdd teulu / ffrindiau	54%	34%	9%	4%
...i fwyta mewn caffi, tafarn neu bwyty	76%	20%	3%	1%
...am ddiod mewn tafarn neu bar	88%	9%	2%	<1%

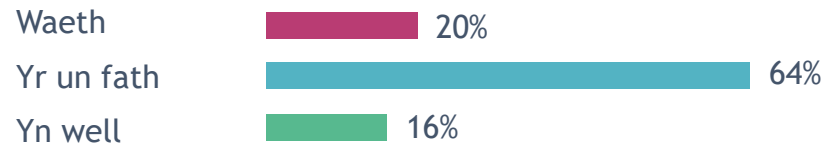
Dros yr wythnos diwethaf, faint mae'r canlynol wedi bod yn eich poeni?

	Dim o gwbl	Ychydig	Llawer
Mynd yn ddifrifol wael gyda coronafeirws	35%	39%	26%
Colli rhywun agos atoch o'r feirws	24%	26%	51%
Iechyd a lles eich plant*#~	19%	26%	55%
Addysg eich plant*#~	24%	28%	49%
Colli eich swydd neu methu dod o hyd i swydd#~	54%	22%	24%
Gwaith, er fod eich swydd yn saff#~	47%	28%	25%
Eich cyllid	57%	24%	19%
Mynd allan mewn mannau cyhoeddus#	39%	39%	22%

*Yn gyfyngedig i'r rhai sydd â phlant ar yr aelwyd; ~Data heb ei bwysoli; #yn eithro rhai a ymatebodd yn 'amherthnasol'

Ers i'r clo ddechrau, a fydddech yn dweud fod eich perthynas â'r canlynol wedi gwella, yn waeth neu wedi aros yr un fath?

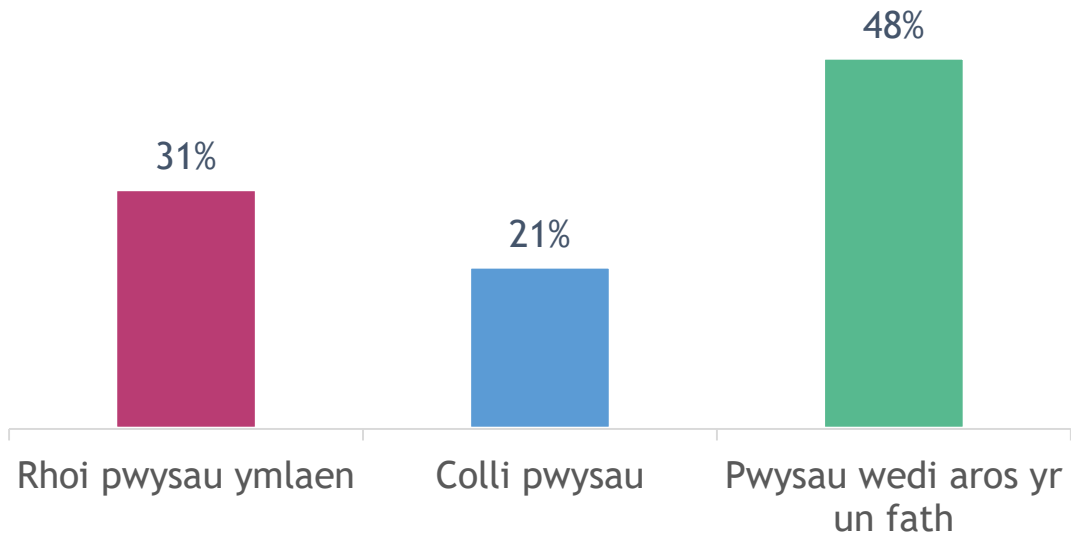
O ganlyniad i gyfyngiadau coronafeirws, a fydddech yn dweud fod eich sefyllfa ariannol bresennol yn?



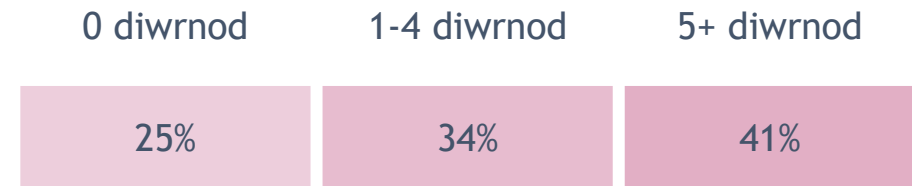
	Yn well	Yn waeth	Yr un peth
Oedolion eraill rydych yn byw gyda*	22%	8%	70%
Plant rydych chi'n byw gyda*	32%	6%	62%
Aelodau eraill o'r teulu*	20%	8%	72%
Ffrindiau*	13%	12%	75%
Cymdogion*	29%	4%	67%

*Heb gynnwys y rhai sy'n ymateb 'ddim yn berthnasol'; Data heb ei bwysu

Ers i'r clo ddechrau, a fydddech chi'n dweud eich bod chi wedi...



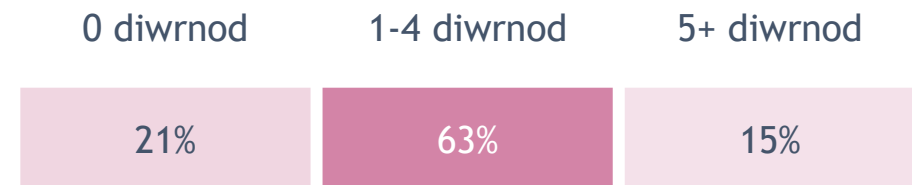
Ar sawl diwrnod yn ystod yr wythnos diwethaf wnaethoch chi ymarfer corff o leiaf 30 munud (digon i'ch gwneud allan o wynt)?



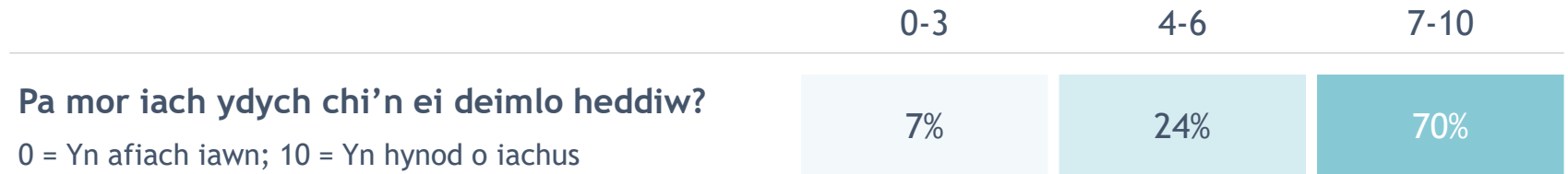
O'r rheiny sydd wedi yfed (sampl o 64%)*

Ar sawl diwrnod yn ystod yr wythnos ddiwethaf y gwnaethoch yfed alcohol?

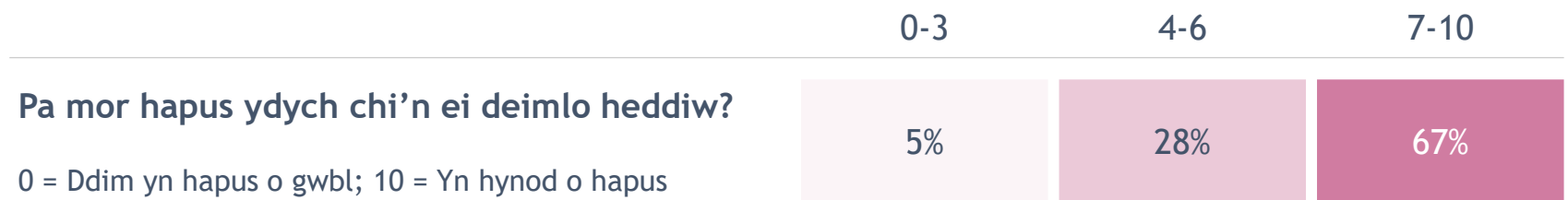
*Data heb ei bwysu



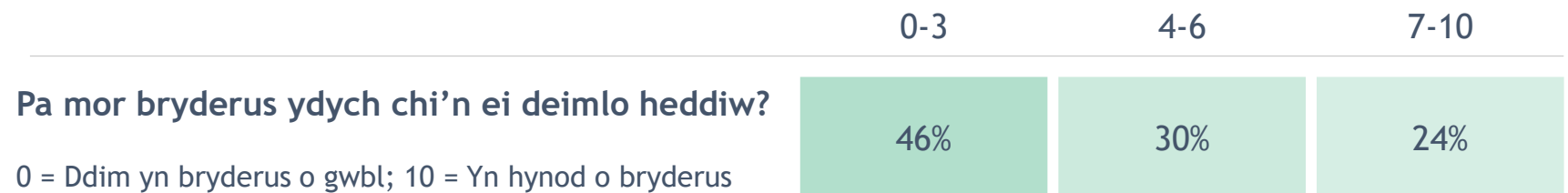
Teimlo'n iach



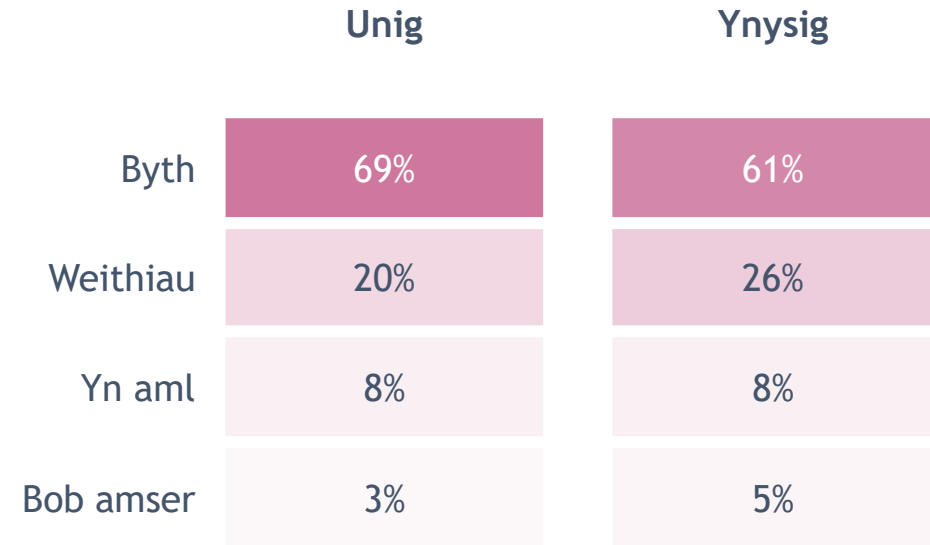
Teimlo'n hapus



Teimlo'n bryderus

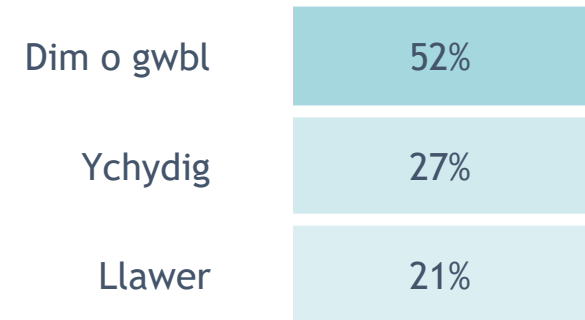


Yn ystod yr wythnos diwethaf, pa mor aml ydych chi wedi teimlo'n.....

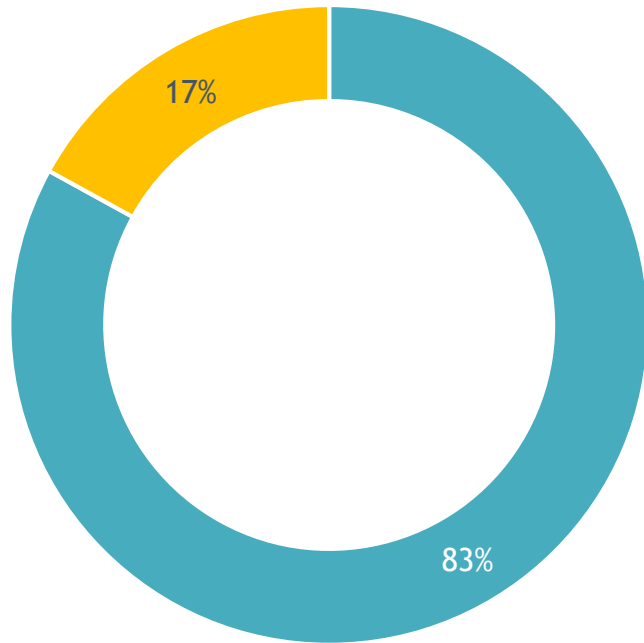


Dros yr wythnos olaf, pa mor aml mae'r canlynol wedi eich poeni?

Eich iechyd a'ch lles

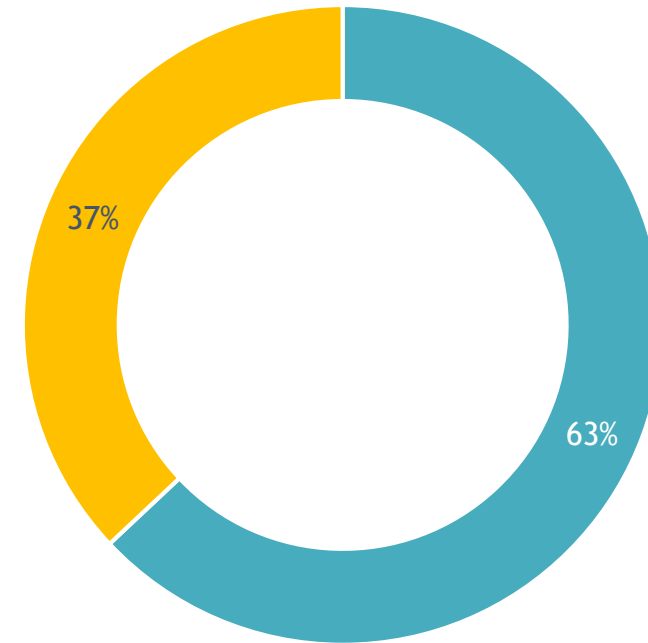


I chi'n bersonol, beth sy'n fwyaf o flaenoriaeth?



Pebaech yn un o lunwyr polisi a fod gennych £100 miliwn i'w wario ar draws y ddau flaenoriaeth hyn, sut fydddech chi'n ei rannu?*

- Lleihau lledaeniad coronafeirws
- Lleihau newid hinsawdd



*Cyfran cymedrig

Cyhoeddwyd 2il o Hydref 2020

Ymholiadau

Datblygydd yr Arolwg

Yr Athro Mark A Bellis

Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

E-bost

Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

Ffôn

02920 227744

Wê

icc.gig.cymru

Cymorth Dadansoddol

Dr Emma Harrison

Polisi a Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydwethredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fudsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

Llawr 5, Iechyd Cyhoeddus Cymru,
2 Capital Quarter,
Stryd Tyndall,
Caerdydd, CF10 4BZ

Sut wyt ti?

Am wybodaeth cyffredinol ar sut i edrych ar ôl eich hunan, eich ffrindiau a'ch teulu yn ystod cyfyngiadau coronafeirws ymwelwch â:

icc.gig.cymru/sut-wyt-ti

