



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales



Iechyd Rhyngwladol  
International Health

Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol er mwyn  
Llywio Ymateb ac Adferiad Iechyd Cyhoeddus COVID-19 Cymru

## Adroddiad Cryno

Ar effaith COVID-19 ar gynyddu'r  
Bwlch Iechyd a Bod yn Agored i Niwed

Chwefror 2022



Canolfan Gydwethredol Sefydliad  
Iechyd y Byd ar Fuddsoddi  
ar gyfer Iechyd a Llesiant



World Health Organization  
Collaborating Centre on Investment  
for Health and Well-being

## Cynnwys

Geirfa .....	2
Crynodeb Gweithredol .....	3
Trosolwg .....	3
Neges allweddol.....	3
Grwpiau agored i niwed .....	3
Y ffordd ymlaen: tuag at greu cymdeithas decach a mwy cynhwysol.....	5
Cefndir .....	6
Yr Adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol .....	6
Menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru (WHESRi) .....	6
Pwrpas ac Amcanion .....	7
Gwybodaeth Gryno .....	8
Amod Hanfodol 1: Iechyd a Gwasanaethau Iechyd .....	8
Amod Hanfodol 2: Iechyd a Diogelwch Incwm a Diogelu Cymdeithasol .....	17
Amod Hanfodol 3: Iechyd ac Amodau Byw .....	19
Amod Hanfodol 4: Cyfalaf Iechyd, Cymdeithasol a Dynol .....	24
Amod Hanfodol 5: Iechyd a Chyflogaeth ac Amodau Gwaith .....	33

## Geirfa<sup>12</sup>

**Tegwch** yw absenoldeb gwahaniaethau y gellir eu hosgoi, annheg neu y gellir eu hadfer ymhlith grwpiau o bobl, p'un a yw'r grwpiau hynny wedi'u diffinio'n gymdeithasol, yn economaidd, yn ddemograffig neu'n ddaearyddol neu drwy haenau eraill.

**Health equity** (Mae tegwch iechyd (neu degwch mewn iechyd) yn awgrymu y dylai pawb yn ddelfrydol gael cyfle teg i gyrraedd eu potensial iechyd llawn ac na ddylai unrhyw un fod dan anfantais rhag cyflawni'r potensial hwn.

**Annhegwch iechyd** yw anghydraddoldebau iechyd y gellir eu hosgoi rhwng grwpiau o bobl, sy'n deillio o anghydraddoldebau o fewn a rhwng gwledydd/cymdeithasau.

**Pobl/grwpiau agored i niwed** yw'r rhai sydd â mwy o risg o iechyd a llesiant gwael oherwydd gwahaniaethau yn eu nodweddion corfforol a/neu feddyliol a'u statws economaidd a chymdeithasol, o'u cymharu â'r boblogaeth gyfartalog. Mae bod yn agored i niwed yn cyfeirio at y tebygolrwydd o gael clefyd neu salwch. Efallai y bydd poblogaethau agored i niwed yn llai abl i ragweld, ymdopi, gwrthsefyll, neu adfer o effaith digwyddiad negyddol, e.e. COVID-19.

*“Mae Adeiladu'n ôl yn Well wedi dod yn fantra. Pwysig, ond mae angen i ni Adeiladu'n ôl yn Decach. Mae lefelau anghydraddoldeb cymdeithasol, amgylcheddol ac economaidd mewn cymdeithas yn niweidio iechyd a llesiant.”<sup>3</sup>*

*(Institute of Health Equity, 2020)*

1 <https://www.who.int/healthsystems/topics/equity/en/>  
2 [https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007%2F978-94-007-0753-5\\_3184](https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007%2F978-94-007-0753-5_3184)  
3 <https://www.instituteofhealthequity.org/resources-reports/build-back-fairer-the-covid-19-marmot-review>

# Crynodeb Gweithredol

## Trosolwg

Mae pandemig COVID-19 wedi achosi heriau digynsail i boblogaethau, systemau iechyd a llywodraethau ledled y byd sydd wedi arwain at effeithiau economaidd, cymdeithasol ac iechyd parhaus. Mae anghydraddoldebau iechyd wedi gwaethygu, gyda lefelau heintiad, mynd i'r ysbty a marwolaethau o COVID-19 yn effeithio'n anghymesur ar rai grwpiau poblogaeth. At hynny, mae rhai grwpiau hefyd wedi profi effeithiau anuniongyrchol anghyfartal sy'n deillio o'r pandemig a'r mesurau a gymerwyd i'w atal. Ymhlith y ffactorau sylfaenol sy'n cyfrannu at effaith anghyfartal y pandemig COVID-19 mae lefel amddifadedd, addysg, statws iechyd ac adnoddau ariannol, ond nid ydynt yn gyfyngedig iddynt.

**Mae'r adroddiad hwn yn adolygu'r dystiolaeth ryngwladol o'r adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol ar effaith uniongyrchol ac anuniongyrchol COVID-19 yn cynyddu'r bwlch iechyd. Mae'n canolbwyntio ar anghydraddoldebau a grwpiau agored i niwed i ddeall a mynd i'r afael yn well â dosbarthiad anghyfartal effeithiau anuniongyrchol sy'n deillio o'r pandemig.**

## Neges allweddol

Mae pandemig COVID-19 wedi cael effaith niweidiol ar iechyd a llesiant, gan waethygu'r anghydraddoldebau presennol ac effeithio ar y rhai mwyaf agored i niwed yn ein cymdeithas yn anghymesur. Mae'r pandemig yn cynnig cyfle i ail-feddwl y ffordd rydyn ni'n byw ac yn gweithredu. Mae angen i wledydd weithio gyda'i gilydd i ddod o hyd i atebion cynhwysol, cynaliadwy a theg i fynd i'r afael ag effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol tymor byr a thymor hir y pandemig i greu cymdeithas hapusach a thecach. Dylai atebion fynd i'r afael ag anghenion y rhai mwyaf agored i niwed mewn cymdeithas.

## Grwpiau agored i niwed

Nododd yr Adroddiadau Sganio Gorwelion Rhyngwladol nifer o grwpiau a allai fod yn fwy agored i effeithiau pandemig COVID-19 oherwydd cymdeithas a'r ffordd y mae hyn yn cael ei drefnu, gan gynnwys ond heb fod yn gyfyngedig i:

1. plant a phobl ifanc
2. menywod a merched
3. pobl ar incwm isel/sy'n byw mewn amddifadedd
4. pobl o leiafrifoedd ethnig
5. pobl o'r gymuned LHDTQ+
6. pobl sy'n profi digartrefedd
7. pobl ag anabledd
8. pobl â phroblemau iechyd meddwl
9. ymfudwyr, ffoaduriaid a cheiswyr lloches
10. pobl hŷn
11. pobl â chyflyrau iechyd sylfaenol

1. Gwelwyd effaith COVID-19 ar blant a phobl ifanc ledled y byd, gyda **chyfraddau diweithdra cynyddol ymhlith pobl ifanc, gyda phobl ifanc 15-24 oed dair gwaith yn fwy tebygol o fod yn ddi-waith nag oedolion a iechyd meddwl yn dirywio**, yn enwedig yn ystod y cyfnod clo. Yn fyd-eang **amharwyd ar addysg** trwy gau sefydliadau addysgol yn rhannol ac yn llwyr, gan effeithio ar amcangyfrif o 1.38 biliwn o ddysgwyr. Roedd hyn yn cynnwys plant sy'n dibynnu ar ysgolion am fwyd ac yn atal eu hawl i addysg, gan gynyddu ymleiddio ac annhegwch cymdeithasol.
2. **Mae menywod a merched yn wynebu anghydraddoldebau economaidd-gymdeithasol, yn enwedig yn y sector swyddi**, gyda menywod yn wynebu risgiau anghymesur, gan fod llawer yn gweithio mewn rolau wyneb yn wyneb fel gweithwyr domestig, gofawyr neu'n cefnogi busnesau teuluol gyda llai o bolisiau ar waith i amddiffyn gweithwyr anffurfiol. Mae tystiolaeth ryngwladol yn dangos bod **merched wedi wynebu mwy o drais ar sail rhyw, gan gynnwys cam-drin a thrawma gartref**.
3. Mae achos pandemig COVID-19 wedi cael effeithiau economaidd, gan gynnwys ar gyflogaeth ac arferion gwaith ledled y byd gan arwain at gollu swyddi ac ansicrwydd ariannol. Mae'r **dirywiad economaidd wedi effeithio'n anghymesur ar y bobl hynny sydd ag incwm isel, ansefydlog neu ddim incwm**, er enghraifft, mae gweithwyr incwm isel yn fwy symudol ac mae'n ofynnol iddynt ymweld ag ardaloedd poblog iawn, yn wahanol i **weithwyr incwm uwch sy'n fwy abl i weithio o bell**.
4. Mae pobl o gymunedau Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig (BAME) wedi adrodd am **fwy o effeithiau negyddol o'r cyfnod clo na'r rhai o gefndiroedd gwyn, gan gynnwys iselder a gorbryder a phryder ynghylch diweithdra**.
5. Mae pandemig COVID-19 wedi effeithio **ar gymunedau lesbiaidd, hoyw, deurywiol, trawsryweddol, queer, neu sy'n cwestiynu (LHDTQ+)** mewn sawl ffordd: mae **mynediad at wasanaethau iechyd** wedi bod yn fwy heriol; bu **effaith economaidd** a bu **effaith ar iechyd meddwl** - mae hyn wedi gwaethygu'r anghydraddoldebau presennol.
6. Gall grwpiau poblogaeth fwy dros dro fel **pobl sy'n profi digartrefedd gael eu hanwybyddu** unwaith y bydd gwasanaethau gofal iechyd yn cael eu dyrannu bron yn gyfan gwbl i ymladd y pandemig COVID-19.
7. Efallai y bydd pobl ag anabledd yn wynebu mwy o risg o gontractio COVID-19 ac maen nhw hefyd wedi'u **heffeithio'n anghymesur gan amhariadau ar wasanaethau**.
8. **Mae pobl â materion iechyd meddwl sylfaenol** wedi cael eu heffeithio'n anghymesur gan y pandemig. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod **'effaith seicolegol cwarantîn' yn eang, yn sylweddol a gall fod yn hirhoedlog gydag effeithiau seicolegol negyddol, gan gynnwys symptomau straen ôl-drawmatig, dryswch a dicter**. Roedd ffactorau straen yn cynnwys cyfnod cwarantîn hirach, ofnau ynghylch heintiau, rhwystredigaeth, diflastod, cyflenwadau annigonol, gwybodaeth annigonol, colled ariannol, a stigma.

9. **Mae ymfudwyr a ffoaduriaid yn aml yn wynebu rhwystrau wrth gyrchu gofal iechyd**, gan gynnwys rhwystrau iaith a diwylliannol, costau, diffyg mynediad at wybodaeth, gwahaniaethu a senoffobia: mae'r amharu ar wasanaethau wedi cael effaith anghymesur ar y grŵp hwn.
10. Mae pobl hŷn wedi cael eu **heffeithio gan unigrwydd ac arwahanrwydd cymdeithasol trwy gydol y pandemig** oherwydd ymyriadau An-Fferyllol (NPIs) megis mesurau cadw pellter cymdeithasol a'r cyfnod clo. **Profwyd rhanriad digidol yn anghymesur**, gan effeithio mwy ar y genhedlaeth hŷn. Mae ofn haint COVID-19 ac amharu ar wasanaethau gofal iechyd wedi arwain at ôl-groniad o anghenion nas diwallwyd y grŵp poblogaeth hwn yn benodol.
11. Mae gan bobl â chyflyrau iechyd sylfaenol yn enwedig y rhai â Chlefydau Annhrosglwyddadwy (NCDs) wedi **profi amharu anghymesur ar iechyd a gwasanaethau cymdeithasol gan arwain at oedi wrth reoli, trin ac adfer o glefydau**.

## Y ffordd ymlaen: tuag at greu cymdeithas decach a mwy cynhwysol

- **Bydd dull hawliau dynol yn seiliedig ar undod a chydraddoldeb** yn cyrraedd grwpiau ymylol ac agored i niwed yn cryfhau ymdrechion byd-eang a chenedlaethol i fynd i'r afael â'r niwed cyfredol a disgwylidig cymdeithasol ac economaidd, ac i lesiant
- **Alinio ymateb brys tymor byr gyda buddsoddi mewn amcanion economaidd, cymdeithasol, ac amgylcheddol hirdymor cynaliadwy a theg i sicrhau llesiant cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol**

Er enghraifft:

- **Cryfhau cyfalaf cymdeithasol** i hyrwyddo cynhwysiant cymdeithasol i adael neb ar ôl
- **Amddiffyn llesiant economaidd** i sicrhau diogelwch ariannol i bawb sydd ei angen, wrth hyrwyddo cydnheredd a chynaliadwyedd bywoliaeth yn y tymor canolig a hir
- **Diogelu heddwch a sefydlogrwydd** i atal sefydlu unrhyw fath o ddibyniaethau camdriniol a gwahaniaethol
- **Gweithredu polisïau economaidd-gymdeithasol** sy'n amddiffyn menywod a gweithwyr yn y sector anffurfiol rhag cwmpo i dlodi
- **Parhau â gwasanaethau iechyd a chymunedol hanfodol** i ddarparu gofal a chefnogaeth barhaus i'r rhai mwyaf anghenus
- **Cymhwyso lens ieuentid a rhyng-genhedlaeth** mewn mesurau ymateb i argyfwng ac adfer

## Cefndir

### Yr Adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol<sup>4</sup>

Cychwynnwyd y gwaith Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i lywio'r cynlluniau ymateb ac adfer iechyd cyhoeddus COVID-19 sy'n esblygu yng Nghymru. Mae'r adroddiadau'n amrywio o ran ffocws a chwmpas, yn dibynnu ar sefyllfa esblygol COVID-19 yn ogystal ag anghenion iechyd y cyhoedd a pholisi.

Mae'r adroddiadau'n darparu crynodebau lefel uchel o dystiolaeth ryngwladol sy'n dod i'r amlwg o brofiad gwledydd ac epidemioleg; papurau ymchwil; a chanllawiau ac adroddiadau sefydliadau allweddol, gan gynnwys ffynonellau gwybodaeth cyhoeddus eraill i ganiatáu archwiliad pellach. Nid ydynt yn darparu data manwl na dwfn na dadansoddiad o dystiolaeth. Dim ond ychydig bach o dystiolaeth academaidd gyhoeddus oedd mewn cyfnodolion a adolygwyd gan gymheiriaid ar ddechrau'r pandemig, fodd bynnag, mae hyn wedi gwella dros amser. Oherwydd newydd-deb pandemig COVID-19, a'r sefyllfa ddeinamig, gall astudiaethau a thystiolaeth fod yn anghyson neu'n amhendiant yn dibynnu ar y wlad a ffactorau cyd-destunol eraill.

Mae'r gwaith hwn wedi'i alinio â Swyddfa Gwyddoniaeth Llywodraeth Cymru ac yn bwydo iddi, ac ymateb iechyd y cyhoedd iechyd Cyhoeddus Cymru. Mae'n rhan o ddull systematig ehangach gan Iechyd Cyhoeddus Cymru o gasglu gwybodaeth i lywio prosesau penderfynu a gweithredu polisi cynhwysfawr, cydlynol, cynhwysol sy'n seiliedig ar dystiolaeth. Mae'n cefnogi Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru)<sup>56</sup> a Rhaglen Lywodraethu Llywodraeth Cymru<sup>7</sup> tuag at Gymru iachach, mwy cyfartal, cydnerth, llewyrchus a chyfrifol yn fyd-eang.

### Menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru (WHESRI)<sup>89</sup>

Mae Cymru wedi cael ei chydabod fel dylanwadwr, gan arwain y ffordd a chefnogi agenda Tegwch Iechyd Ewropeaidd Sefydliad Iechyd y Byd (WHO).<sup>10</sup> Llofnodwyd Memorandwm Cyd-ddealltwriaeth rhwng Llywodraeth Cymru a Swyddfa Ranbarthol Ewrop Sefydliad Iechyd y Byd, gan ganolbwyntio ar gydweithrediad agos i gyflymu cynnydd a galluogi atebion cynaliadwy tuag at fywydau iach, llewyrchus i bawb, cynyddu tegwch mewn iechyd a gadael neb ar ôl. Gweithredir hyn gan Swyddfa WHO ar gyfer Buddsoddi mewn Iechyd a Datblygiad yn Fenis, yr Eidal a Chanolfan Gydweithredu ar Fuddsoddi mewn Iechyd a Llesiant WHO (WHO CC) Iechyd Cyhoeddus Cymru.

Yn dilyn lansio'r fenter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd WHO (HESRI) carreg filltir<sup>11</sup>, Cymru fu'r wlad gyntaf i sefydlu ei menter Adroddiad Statws Tegwch Iechyd Cymru ei hun (WHESRI) gyda'r nod o fonitro cynnydd a galluogi gweithredu i gynyddu tegwch mewn iechyd.

Defnyddiodd WHO CC y fframwaith hwn i symud WHESRI ymlaen a datblygu adroddiad, gan ganolbwyntio ar effeithiau ehangach COVID-19, yn enwedig ar y bwlch iechyd cynyddol.<sup>12</sup>

**Mae'r fenter WHO hon yn defnyddio fframwaith arloesol o bum amod hanfodol sy'n cael effaith ar degwch iechyd ac sy'n ofynnol i alluogi pobl i fyw bywyd iach (ffigur 1).**

4 [International Horizon Scanning - World Health Organization Collaborating Centre On Investment for Health and Well-being \(phwwhocc.co.uk\)](#)

5 [Well-being of Future Generations \(Wales\) Act 2015 - The Future Generations Commissioner for Wales](#)

6 [Well-being of Future Generations \(Wales\) Act 2015 \(legislation.gov.uk\)](#)

7 <https://gov.wales/programme-for-government-2021-to-2026>

8 [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0016/412333/Hesri-executive-summary.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0016/412333/Hesri-executive-summary.pdf)

9 [WHO/Europe | Social determinants - Healthy, prosperous lives for all: the European Health Equity Status Report \(2019\)](#)

10 <https://www.euro.who.int/en/about-us/governance/regional-committee-for-europe/past-sessions/69th-session/documentation/resolutions/eurrc69r5-resolution-on-accelerating-progress-towards-healthy-prosperous-lives-for-all-increasing-equity-in-health-and-leaving-no-one-behind-in-the-who-european-region>

11 [WHO/Europe | Social determinants - The Initiative](#)

12 <https://phwwhocc.co.uk/resources/welsh-health-equity-status-report-whesri/>

Ffigur 1: Amodau hanfodol ar gyfer bywyd iach a llewyrchus<sup>1314</sup>



## Pwrpas ac Amcanion

Pwrpas yr adroddiad hwn yw **dod â'r holl dystiolaeth a mewnwelediadau rhyngwladol ar anghydraddoldebau o'r Adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol i mewn i un adroddiad** a gyhoeddwyd rhwng **Mai 2020 ac Awst 2021**. Casglwyd, syntheseiddiwyd, crynhowyd a mapiwyd y dystiolaeth ryngwladol berthnasol yn erbyn fframwaith pum amod hanfodol WHO.<sup>15</sup> Mae'n cael ei ail-gynhyrchu yma **fel y'i cyflwynwyd adeg ei gyhoeddi**. Felly, **gwiriwch gywirdeb cyfredol** y data a'r wybodaeth a gyflwynwyd cyn eu defnyddio ymhellach. Darperir cyfeiriadau at y diben hwn.

Amcanion yr adroddiad hwn yw:

- Nodi **tystiolaeth ryngwladol sy'n canolbwyntio ar anghydraddoldebau a grwpiau agored i niwed**
- **Nodi dystiolaeth ryngwladol berthnasol ar ddulliau ymateb ac adfer** yn ogystal ag **arfer addawol i fynd i'r afael ag annhegwch** yn deillio o'r pandemig
- Helpu i **hysbysu a chefnogi ymateb ac adferiad mwy teg o COVID-19 yng Nghymru** a thu hwnt gan ganolbwyntio ar annhegwch a grwpiau agored i niwed

13 <https://phwwhocc.co.uk/resources/welsh-health-equity-status-report-whesri/>

14 <https://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/health-equity-status-report-2019>

15 Pan roedd dystiolaeth yn cwmpasu sawl cyflwr hanfodol, mapiwyd dystiolaeth yn erbyn yr amod mwyaf perthnasol yn unig er mwyn osgoi dyblygu.



# Gwybodaeth Gryno

Mae'r adroddiad cryno hwn yn defnyddio pum amod hanfodol Sefydliad Iechyd y Byd fel fframwaith i gyflwyno'r wybodaeth am anghydraddoldebau a gyhoeddwyd yn yr Adroddiadau Sganio Gorwelion Rhyngwladol.



## Amod Hanfodol 1: Iechyd a Gwasanaethau Iechyd

Dangosyddion ac ymyriadau yn ymwneud ag argaeledd, hygyrchedd, fforddiadwyedd ac ansawdd gwasanaethau a rhaglenni atal, triniaeth a gofal iechyd.

## Effaith COVID-19 ar wasanaethau iechyd meddwl

Mae systemau iechyd ledled y byd wedi cael eu herio gan alw cynyddol am ofal gan bobl â COVID-19.<sup>1617181920</sup> Mae cyflwyno gwasanaethau gofal iechyd ar gyfer pob cyflwr wedi'i amharu, ac wedi'i waethygu gan ofn, stigma, gwybodaeth anghywir a chyfyngiadau ar symud.<sup>2122232425</sup>

Mae Rhanbarth Ewrop wedi adrodd am aflonyddwch enfawr i wasanaethau gofal iechyd arferol,<sup>26</sup> gan gynnwys:

- **Gwasanaethau sgrinio a llawfeddygaeth nad yw'n frys** wedi'u gohirio neu ganslo, yn ogystal â thriniaethau ar gyfer cyflyrau aciwt a chronig, fel cemotherapi<sup>27</sup>
- **Gwasanaethau imiwneiddio cenedlaethol** wedi'u haflynyddu mewn rhai gwledydd, gydag eraill yn profi gostyngiad sylweddol yn y cwmpasiad:<sup>28</sup>
  - ◆ Mae aflonyddwch mewn gwasanaethau imiwneiddio, hyd yn oed am gyfnod byr, yn arwain at niferoedd cynyddol o unigolion sy'n dueddol o gael y clefyd a risg uwch o achosion o glefydau y gellir eu hatal trwy frechlyn, gan arwain at forbidrwydd a marwolaethau gormodol
- **Mae oedi o ran pryd y bydd pobl yn dewis ceisio triniaeth feddygol frys a lefelau cynyddol o angen heb ei ddiwallu** yn adeiladu yn y systemau iechyd a gofal cymdeithasol
  - ◆ Er enghraifft, ym mis Ebrill 2020 roedd presenoldeb mewn adrannau Damweiniau a Brys 57% yn is nag ym mis Ebrill 2019 (yn y DU), gan awgrymu y gallai'r cyhoedd fod yn amharod i ddefnyddio gwasanaethau'r GIG a gofal cymdeithasol am eu bod ofn cael eu heintio<sup>29</sup>

## Amhariadau ar wasanaethau Clefydau Annhrosoglwyddadwy (NCDs)<sup>3031</sup>

Mae aflonyddwch ar wasanaethau iechyd wedi bod yn arbennig o broblemus i'r rhai sy'n byw gyda NCDs sydd angen gofal parhaus.<sup>32</sup> Mae COVID-19 a NCDs yn cael effaith ddwyochrog, gyda NCDs yn cynyddu bregusrwydd o ran trosglwyddo a chanlyniadau difrifol; a COVID-19 yn gwaethygu cyflyrau cronig.<sup>3334</sup>

16 <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-essential-health-services-2020.1>

17 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334136/9789240010291-eng.pdf>

18 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19/essential-health-services.html>

19 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7545493/>

20 <https://www.who.int/publications/m/item/rapid-assessment-of-service-delivery-for-ncds-during-the-covid-19-pandemic>

21 <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-essential-health-services-2020.1>

22 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334136/9789240010291-eng.pdf>

23 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19/essential-health-services.html>

24 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7545493/>

25 <https://www.who.int/publications/m/item/rapid-assessment-of-service-delivery-for-ncds-during-the-covid-19-pandemic>

26 <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/statements/statement-preparing-for-the-autumn-is-a-priority-now-at-the-who-regional-office-for-europe>

27 <https://www.kcl.ac.uk/news/researchers-highlight-impact-covid-19-pandemic-patients-with-cancer>

28 <https://www.who.int/publications-detail/10665-332240>

29 <https://www.kingsfund.org.uk/press/press-releases/NHS-combined-performance-summary-covid-19>

30 <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-essential-health-services-2020.1>

31 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19/essential-health-services.html>

32 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334136/9789240010291-eng.pdf>

33 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7545493/>

34 <https://www.who.int/publications/m/item/rapid-assessment-of-service-delivery-for-ncds-during-the-covid-19-pandemic>

## Gall COVID-19 gael effaith negyddol ar ganlyniadau NCD trwy sawl llwybr, gan gynnwys:<sup>35</sup>

- tueddiad uwch o ddal haint COVID-19
- cyfraddau marwolaeth uwch ymhlith pobl â NCDs
- oedi wrth wneud diagnosis
- therapi wedi'i oedi, anghyflawn neu wedi'i amharu (triniaeth, adferiad, lliniariad)
- oedi cyn ceisio gofal ar gyfer argyfyngau
- mwy o ffactorau risg ymddygiad, megis anweithgarwch corfforol a mwy o ddefnydd o sylweddau niweidiol

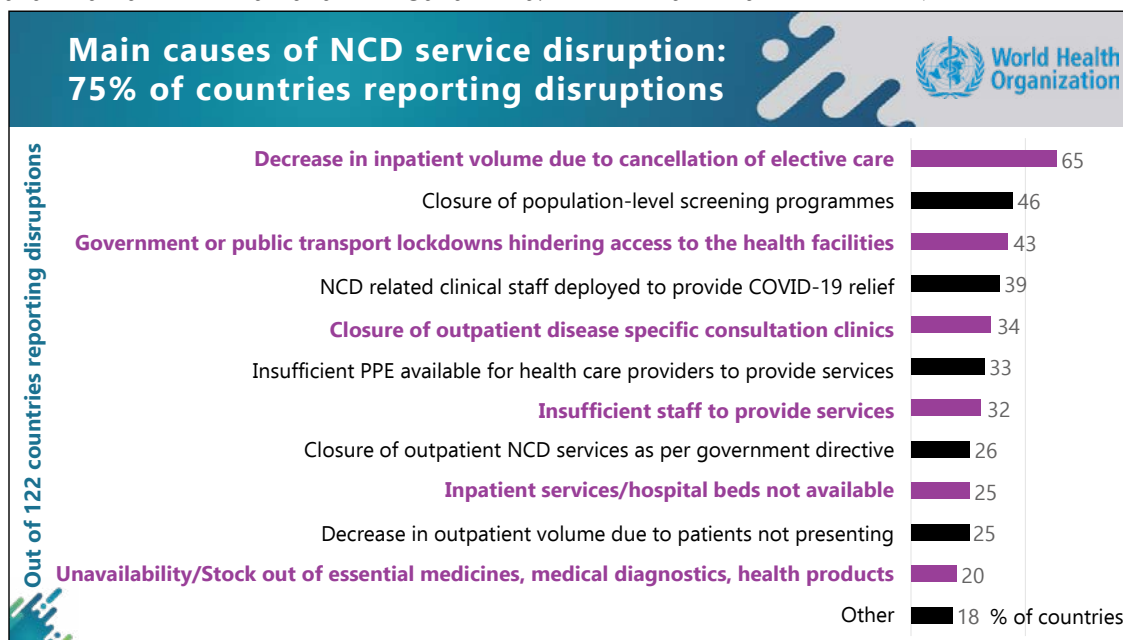
## Yn rhanbarth Ewrop, cofnodwyd yr oedi canlynol:<sup>36</sup>

- Mae 68% o wledydd wedi adrodd **am amharu ar wasanaethau i reoli NCDs**
- **Cafodd rhaglenni sgrinio canser** eu hatal mewn sawl gwlad
- Mae 66% o **wasanaethau ar gyfer gorbwysedd** wedi'u hamharu
- Mae 58% o **wasanaethau i reoli diabetes** a'i gymhlethdodau wedi'u hamharu
- Gostyngodd achosion o drawiad ar y galon (crawdnychiant myocardaidd) a gafodd eu trin gan wasanaethau cardioleg 40%, o'i gymharu â'r wythnosau cyn y pandemig

## Effaith COVID-19 ar NCDs mewn gwahanol wledydd:<sup>37,38,39,40,41</sup>

- **Adroddodd 75% o 122 o wledydd ar draws y byd** raddau sylweddol o **amharu ar wasanaethau NCDs** gyda gwasanaethau gofal deintyddol brys, adsefydlu a gofal lliniarol yn fwyaf tebygol o gael eu hamharu'n llwyr (ffigur 2)

**Ffigur 2: Prif achosion amharu ar wasanaethau NCDs** (cwlblhawyd yr arolwg gan 155 o wledydd, y cynhwyswyd 122 ohonynt yn yr arolwg yn ystod cyfnod o dair wythnos ym mis Mai 2020)<sup>42</sup>



- Po fwyaf **difrifol** yw cam trosglwyddo pandemig COVID-19, y **mwyaf o wasanaethau NCDs yr amharir arnynt** (ffigur 3)

35 <https://www.kingsfund.org.uk/press/press-releases/NHS-combined-performance-summary-covid-19>

36 <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/statements/statement-preparing-for-the-autumn-is-a-priority-now-at-the-who-regional-office-for-europe>

37 <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-essential-health-services-2020.1>

38 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334136/9789240010291-eng.pdf>

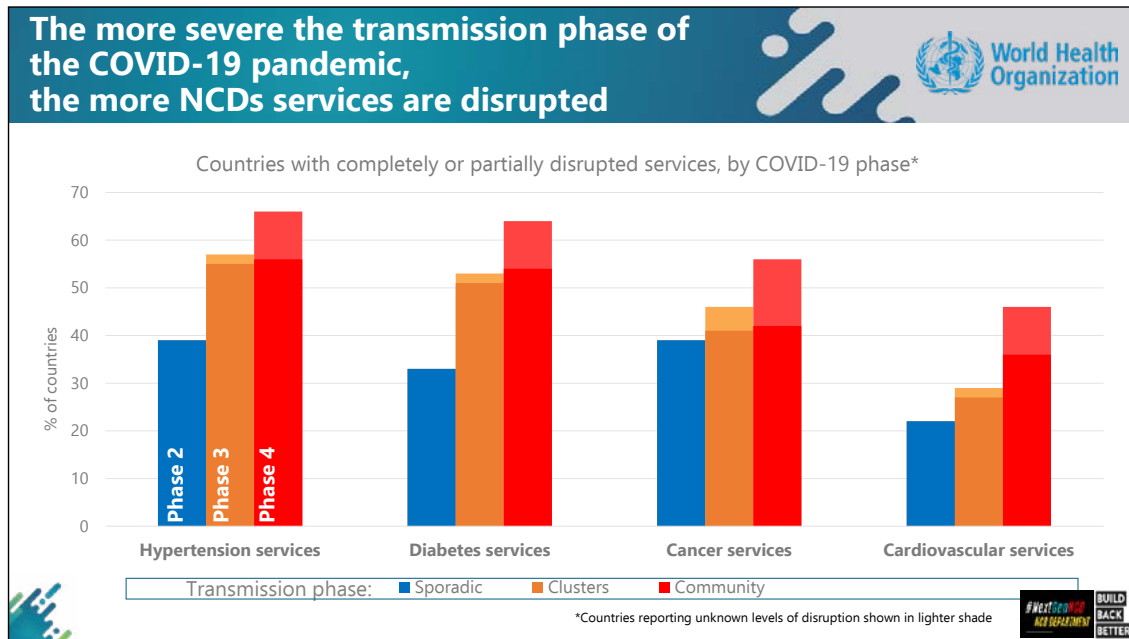
39 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19/essential-health-services.html>

40 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7545493/>

41 <https://www.who.int/publications/m/item/rapid-assessment-of-service-delivery-for-ncds-during-the-covid-19-pandemic>

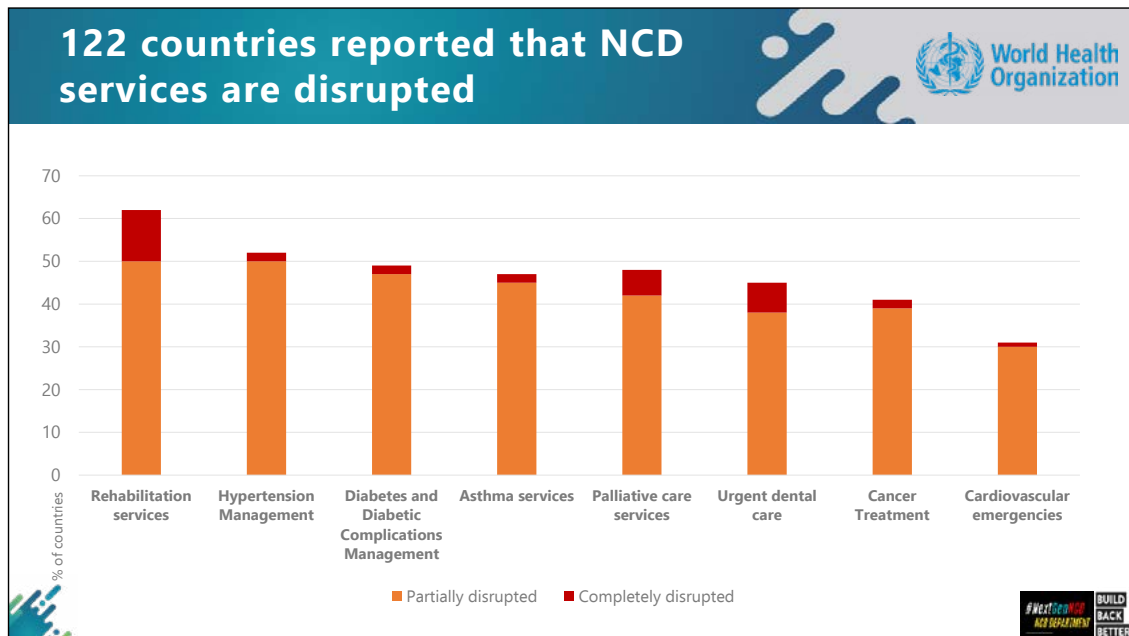
42 [Cyflwyniad PowerPoint \(who.int\)](#)

**Ffigur 3: Gwledydd â gwasanaethau yr amharwyd arnynt yn llwyr neu'n rhannol yn ôl cyfnod COVID-19** (gwledydd = 163\*; arolwg yn ystod cyfnod o dair wythnos ym mis Mai 2020)<sup>43</sup>



**Gwasanaethau adsefydlu oedd y rhai mwyaf tebygol o gael eu heffeithio**, gyda 50% o wledydd yn adrodd am amhariad rhannol a 12% ychwanegol yn nodi amhariad llwyr (ffigur 4)

**Ffigur 4: Canran y gwledydd yn adrodd am amhariadau i wasanaethau cysylltiedig ag NCDs (163 o wledydd wedi'u cynnwys yn yr arolwg)**<sup>44</sup> (gwledydd = 163\*; arolwg yn ystod cyfnod o dair wythnos ym mis Mai 2020)



43 [Cyflwyniad PowerPoint \(who.int\)](https://www.who.int)  
 44 [Cyflwyniad PowerPoint \(who.int\)](https://www.who.int)

**Roedd gwledydd incwm isel** yn fwy tebygol o adrodd am wasanaethau wedi'u hamharu:<sup>4546</sup>

- Nododd 50% o wledydd incwm isel am darfu ar wasanaethau ar gyfer argyfyngau cardiofasgwlaidd, o gymharu â 17% o wledydd incwm uchel
- Nododd 58% o wledydd incwm isel am darfu ar wasanaethau trin canser, o gymharu â 17% o wledydd incwm uchel
- Mae Tabl 1 yn amlinellu effaith benodol amhariadau o'r fath ar draws sawl gwlad

**Tabl 1: Amharu ar ddarparu gwasanaethau ymhlith gwledydd dethol** (crëwyd Tachwedd 2020)

Gwlad	Effaith a lliniaru amharu ar wasanaethau iechyd hanfodol
<b>Awstralia</b> <sup>474849</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Roedd teleiechyd yn cynnwys rhwng 32% a 35% o'r gwasanaethau a broseswyd rhwng Ebrill a Mehefin 2020</li> <li>• Mae'r newid i deffeddygaeth yn Awstralia wedi bod yn gysylltiedig â llai o geisiadau patholeg a radioleg a llai o atgyfeiriadau ar gyfer canser a amheuir</li> <li>• Gostyngodd y gweithdrefnau delweddu ar gyfer canfod canser y fron 37% rhwng mis Mawrth ac Ebrill 2020</li> </ul>
<b>Yr Eidal</b> <sup>5051</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pryderon y gallai llai o fynediad at ofal achosi oedi mewn gofal canser plentyndod gydag oedi wrth wneud diagnosis, cemotherapi, a thrin cymhlethdodau cemotherapi, a allai fod yn waeth na'r rhai a berir gan y clefyd ei hun</li> <li>• Mewn cleifion â chanser colorectaid, mae goroesiad 3 i 10 mlynedd yn is os dechreuir triniaeth &gt; 90 diwrnod o'r diagnosis</li> </ul>
<b>Yr Iseldiroedd</b> <sup>5253</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gostyngodd cleifion â diagnosis newydd o ganser 25% o ganlyniad i'r cyfnod clo</li> <li>• Ym mis Mai 2020 canfu sampl gynrychioliadol o boblogaeth yr Iseldiroedd: <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Roedd gan 24% apwyntiadau a gafodd eu canslo</li> <li>◆ Ni dderbyniodd 13% y gofal y gofynnwyd amdano</li> <li>◆ Roedd 45% wedi osgoi apwyntiad gyda meddyg teulu</li> <li>◆ Cafodd 15% broblemau gyda chyflenwi meddyginiaethau</li> </ul> </li> </ul>
<b>DU</b> <sup>54</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yn ystod y cyfnod clo, adroddir bod atgyfeiriadau trwy'r llwybr brys aros 2 wythnos ar gyfer amheuaeth o ganser wedi gostwng hyd at 84%</li> <li>• Amcangyfrifir y gall newidiadau mewn ymddygiad ceisio iechyd, ac argaeledd gwasanaethau diagnostig hanfodol a mynediad atynt, arwain at farwolaethau ychwanegol o ganser y fron, colorectaid, ysgyfaint ac oesoffagaidd yn y tymor canolog (1 flwyddyn) a'r tymor hwy (5 mlynedd).</li> </ul>

45 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7545493/>

46 <https://www.who.int/publications/m/item/rapid-assessment-of-service-delivery-for-ncds-during-the-covid-19-pandemic>

47 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7361158/>

48 <https://www.canceraustralia.gov.au/sites/default/files/publications/review-impact-covid-19-medical-services-and-procedures-australia-utilising-mbs-data-skin-breast-and/pdf/review-of-the-impact-of-covid-19-on-medical-services-and-procedures-in-australia-utilising-mbs-data.pdf>

49 [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKewiR37SP\\_NvsAhXNURUIHT4OBq8OFjABegQIAhAC&url=https%3A%2F%2Fresearch.monash.edu%2Ffiles%2F314462277%2F313547526\\_oa.pdf&usq=AOvVaw19hViV7fqlZoWTGL\\_VBKwu](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKewiR37SP_NvsAhXNURUIHT4OBq8OFjABegQIAhAC&url=https%3A%2F%2Fresearch.monash.edu%2Ffiles%2F314462277%2F313547526_oa.pdf&usq=AOvVaw19hViV7fqlZoWTGL_VBKwu)

50 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7300556/>

51 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33009170/>

52 <https://www.who.int/publications/m/item/rapid-assessment-of-service-delivery-for-ncds-during-the-covid-19-pandemic>

53 <https://www.rivm.nl/documenten/kort-cyclische-rapportage-indirecte-effecten-covid-19-nummer-1>

54 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32702311/>

## Argymhellion WHO ar COVID-19 a NCDs<sup>55</sup>

Ar unwaith:

- Cryfhau llywodraethu cenedlaethol i gynnwys NCDs mewn cynlluniau COVID-19 cenedlaethol
- Cyhoeddi canllawiau penodol ac ymarferol ar barhad gwasanaethau iechyd a chymunedol hanfodol ar gyfer NCDs
- Monitro mynediad a pharhad gwasanaethau iechyd hanfodol ar gyfer NCDs
- Rhoi arweiniad cenedlaethol ar gyfer datblygu a defnyddio datrysiadau iechyd digidol ar gyfer hunanofal NCD a darparu gofal meddygol gartref

Adeiladu'n ôl yn well yfory:

- Adeiladu pontydd rhwng cynlluniau argyfwng dyngarol cenedlaethol ac ymatebion NCDs
- Cynnwys atal, diagnosis cynnar, sgrinio a thriniaeth briodol NCDs mewn gwasanaethau gofal iechyd sylfaenol hanfodol a phecynnau budd gofal iechyd cyffredinol (UHC)
- Mynd i'r afael â'r tanfuddsoddi hanesyddol mewn NCDs, galw am batrymau cyllido rhyngwladol newydd, ailosod mentrau byd-eang, ac adeiladu partneriaethau newydd ar gyfer NCDs
- Gweithredu canllawiau WHO ar ailddechrau gwasanaethau a gweithgareddau iechyd ar gyfer iechyd a llesiant
- Datblygu dulliau systematig o ddatrysiadau gofal iechyd digidol ar gyfer NCDs

## COVID-19 a brechlynnau

### Cenedlaetholi brechlyn COVID-19 a thegwch cyflwyno'r brechlyn<sup>565758</sup>

Mae "**cenedlaetholi brechlynnau**" COVID-19 wedi dod i'r amlwg lle mae gwledydd yn pwysu i gael mynediad cyntaf at gyflenwadau brechlynnau ac o bosibl eu pentyrru hwy neu eu cydrannau allweddol ar gyfer cynhyrchu.

- Mae'r gwledydd cyfoethocaf wedi sicrhau biliynau o ddosau o frechlynnau COVID-19, tra bod economïau sy'n datblygu yn ei chael hi'n anodd cael gafael ar gyflenwadau
- **Amcangyfrifir y gallai mwy nag 85 o wledydd tlawd barhau heb fynediad eang i frechlynnau COVID-19** cyn 2023
- Gall cost economaidd 'cenedlaetholi brechlynnau' fod yn uchel o bosibl, a allai arafu'r adferiad economaidd byd-eang a'r gost o bosibl:
  - ◆ \$1.2 2 triliwn y flwyddyn o economi'r byd
  - ◆ \$119 biliwn y flwyddyn i wledydd incwm uchel
- Mynediad cyfartal i frechlynnau COVID-19 yn fyd-eang, gan gynnwys trwy'r cynllun Mynediad Byd-eang i Frechlynnau COVID-19 (COVAX), yw'r ffordd orau i ddod â chyfnod aciwt y pandemig i ben

55 [Cyflwyniad PowerPoint \(who.int\)](#)

56 <https://www.gavi.org/vaccineswork/covid-19-and-cost-vaccine-nationalism>

57 <https://www.weforum.org/agenda/2021/01/what-is-vaccine-nationalism-coronavirus-its-affects-covid-19-pandemic/>

58 <https://www.globalcitizen.org/en/content/what-is-vaccine-nationalism/>

## COVAX yn gweithio tuag at fynediad teg byd-eang i frechlynnau COVID-19<sup>5960616263</sup>

Nod COVAX yw cyflymu datblygu a gweithgynhyrchu brechlynnau COVID-19, a gwarantu mynediad teg a chyfartal i bob gwlad yn y byd.

- Mae gan COVAX gytundebau ar waith i gael mynediad at bron i ddau biliwn dos o sawl ymgeisydd brechlyn addawol
- Y DU oedd y rhoddwr mwyaf i COVAX i ddechrau ac ymrwymodd £548 miliwn i helpu i gyrraedd nod COVAX i ddsbarthu 1.3 biliwn dos o frechlynnau COVID-19 i 92 o wledydd sy'n datblygu
- Er gwaethaf holl ymdrechion menter COVAX, efallai y bydd angen i rai gwledydd incwm isel aros tan o leiaf 2022 cyn i hyd yn oed y rhai mwyaf agored i niwed o'u poblogaethau gael eu brechu

## Effaith COVID-19 ar iechyd meddyliol

### Effaith iechyd meddyliol COVID-19

Mae'r pandemig COVID-19 yn creu **effeithiau uniongyrchol ac anuniongyrchol ar gyflyrau iechyd meddwl**, gan gynnwys ystod o anhwylderau meddwl, niwrolegol a chamddefnyddio sylweddau a'u hanableddau seicogymdeithasol, gwybyddol a deallusol cysylltiedig.<sup>64</sup>

- **Mae tystiolaeth yn dangos bod pandemig a chyfnodau clo COVID-19 wedi arwain at ganlyniadau seicolegol tymor byr a thymor hir pwysig**, gan gynnwys: mwy o deimladau o rwystredigaeth, ansicrwydd, ofn, dicter, dryswch, galar, diffyg teimladau, anniddigrwydd; yn ogystal â straen, gorbryder, iselder, aflonyddwch emosiynol, newidiadau mewn hwyliu, blinder emosiynol, anhunedd, anhwylder straen wedi trawma:<sup>656667</sup>
  - ◆ Mae ymatebion seicolegol cyffredin sy'n gysylltiedig ag achosion o glefydau, ac sy'n gysylltiedig â chwariantin torfol (cyfnodau clo), yn cynnwys ofn cyffredinol a gorbryder cymunedol treiddiol
  - ◆ Gwaethygir effeithiau seicolegol wrth i achosion newydd gynyddu ynghyd â gwybodaeth annigonol sy'n peri gorbryder gan y cyfryngau
  - ◆ Gall ymatebion seicolegol i'r pandemig COVID-19 amrywio o ymddygiad panig neu hysteria ar y cyd i deimladau treiddiol o anobaith a chyfyng gyngor, sy'n gysylltiedig â chanlyniadau negyddol gan gynnwys ymddygiad hunanladdol
- Mae mwy na hanner yr oedolion (60%), dros ddwy ran o dair o bobl ifanc (68%), a thri chwarter y bobl rhwng 18 a 24 oed (74%) yn y DU wedi nodi **dirywiad mewn iechyd meddwl yn ystod y cyfnod clo** (o ddechrau mis Ebrill i ganol mis Mai 2020)<sup>68</sup>. Nodwyd ysgogwyr allweddol iechyd meddwl gwaeth fel a ganlyn:
  - ◆ Cyfyngiadau ar gyswllt cymdeithasol/methu â chwrdd ag unrhyw un (79%)
  - ◆ Methu â mynd tu allan (74%)
  - ◆ Pryder/poeni am deulu a ffrindiau'n cael y clefydau (74%)
  - ◆ Diflastod i bobl ifanc (83%)
  - ◆ Teimlo unigrwydd, yn enwedig i bobl ifanc (72%)

59 [COVAX \(who.int\)](https://www.who.int/)

60 <https://www.who.int/news/item/18-12-2020-covax-announces-additional-deals-to-access-promising-covid-19-vaccine-candidates-plans-global-rollout-starting-q1-2021>

61 <https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/cdp-2021-0050/>

62 <https://www.gavi.org/covax-vaccine-roll-out/argentina>

63 <https://www.nature.com/articles/d41586-021-00044-9>

64 [COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence - PubMed \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/)

65 <https://academic.oup.com/qjmed/article/113/8/531/5860841?login=true>

66 <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1>

67 <https://academic.oup.com/ocmed/article/70/5/327/5843740>

68 [https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency\\_a4\\_final.pdf](https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency_a4_final.pdf)

**Mae straenwyr mawr yn ffactorau risg cryf ar gyfer datblygu, gwaethygu ac ailwaelu ystod o anhwylderau meddwl, niwrolegol a chamddefnyddio sylweddau a phatrymau ymddygiad nad ydynt yn iach**, gan gynnwys defnyddio alcohol a chyffuriau seicoweithredol a chwarae gemau neu gamblo gormodol.<sup>69</sup>

- Daw'r rhan fwyaf o'r effeithiau andwyol o **osod cyfyngiadau ar ryddid**; mae cwarantîn gwirfoddol yn gysylltiedig â llai o drallod a llai o gymhlethdodau tymor hir
- Mae adolygiad yn y Lancet<sup>70</sup> yn awgrymu bod 'effaith seicolegol cwarantîn' yn eang, yn sylweddol a gall fod yn hirhoedlog gydag effeithiau seicolegol negyddol, gan gynnwys symptomau straen ôl-drawmatig, dryswch a dicter
- Mae WHO yn argymhell<sup>71</sup> bod gwasanaethau iechyd meddwl yn cael eu gwella a'u cryfhau

## Effaith COVID-19 ar wasanaethau iechyd meddwl<sup>72</sup>

Mae COVID-19 **wedi amharu ar neu atal gwasanaethau iechyd meddwl critigol** mewn 93% o 130 o wledydd ledled y byd, tra bod y galw am gymorth/gwasanaethau iechyd meddwl yn cynyddu (arolwg wedi'i gwblhau gan 130 o wledydd yn ystod y cyfnod Mehefin-Awst 2020). Amharwyd ar wasanaethau iechyd meddwl brys a rhai sy'n achub bywydau:

- Nododd 35% o wledydd am darfu ar reoli iechyd meddwl brys
- Nododd 30% darfu ar gyflenwi meddyginiaeth i bobl ag anhwylderau iechyd meddwl

## Grwpiau agored i niwed

### Fenywod a merched

Yn fyd-eang, mae cyfyngiadau cyfnodau clo wedi gwaethygu anghydraddoldebau sy'n bodoli eisoes i **fenywod a merched**, gan gynnwys iechyd meddwl a llesiant.<sup>73,74,75</sup>

- Gall mesurau cwarantîn a chyfyngiant leihau'n sylweddol weithgareddau economaidd a bywoliaeth **menywod**, gan gynyddu cyfraddau tloidi, a gallant waethygu ansicrwydd bwyd
- **Merched ifanc** yn y DU yw'r rhai mwyaf tebygol o fod wedi profi lefelau uchel o iselder, gorbryder ac unigrwydd yn ystod y cyfnod clo<sup>76</sup>

### Lleiafrifoedd ethnig

Mae grwpiau lleiafrifoedd ethnig mewn mwy o berygl o COVID-19.<sup>77</sup> Mae'r grŵp poblogaeth hwn:

- Yn fwy tebygol o ddiodef o aml-forbidrwydd, gan eu gwneud yn fwy agored i haint difrifol
- Yn fwy tebygol o brofi rhwystrau i gael mynediad at ofal iechyd oherwydd cyfyngiadau cyfreithiol ar hawl neu oherwydd rhwystrau ymarferol, ieithyddol a diwylliannol

Mae **pobl o gymunedau BAME** wedi adrodd am fwy o effeithiau negyddol o'r cyfnod clo na'r rhai o gefndiroedd gwyn, yn cynnwys:<sup>78,79,80</sup>

- Lefelau uwch o unigrwydd, iselder a gorbryder, gyda 30% yn fwy o feddyliau am farwolaeth, a 70% yn uwch yn adrodd am hunan-niweidio
- Lefelau uwch o orbryder a phryder ynghylch diweithdra (61% o'i gymharu â 51%), straen ariannol (52% o'i gymharu â 45%) a thai (30% o'i gymharu â 23%)

69 <https://www.who.int/publications-detail/10665-332240>

70 [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext)

71 [http://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/436350/strengthening-health-system-response-COVID-19.pdf?ua=1](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/436350/strengthening-health-system-response-COVID-19.pdf?ua=1)

72 <https://www.who.int/publications/i/item/978924012455>

73 <https://www.unwomen.org/-/media/headquarters/attachments/sections/library/publications/2020/policy-brief-the-impact-of-covid-19-on-women-en.pdf?la=en&vs=1406>

74 <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/covid-19-coronavirus-pandemic-hit-women-harder-than-men/>

75 <https://www.ucl.ac.uk/ioe/news/2020/aug/poor-mental-health-lockdown-most-common-among-young-women>

76 [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS1473-8724\(20\)46000-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS1473-8724(20)46000-0/fulltext)

77 <https://www.icnarc.org/Our-Audit/Audits/Cmp/Reports>

78 <https://www.ucl.ac.uk/news/2020/jul/levels-depression-and-anxiety-higher-amongst-those-bame-backgrounds-during-lockdown>

79 <https://www.mind.org.uk/news/campaigns/news/existing-inequalities-have-made-mental-health-of-bame-groups-worse-during-pandemic-says-mind/>

80 <https://www.medscape.com/viewarticle/935332>

- Dirywiad o 14% yn iechyd meddwl dynion BAME, o'i gymharu â 6.5% ymhlith dynion gwyn Prydain
- Cynnydd o 23% mewn trallod meddwl ymhlith dynion o dreftadaeth Bangladeshidd, Indiaidd a Phacistanaid

## Cymuned LHDTQ+<sup>81</sup>

Dylai gwasanaethau iechyd sy'n arbennig o berthnasol i bobl LHDTQ+ barhau yn ystod yr argyfwng hwn, gan gynnwys triniaeth a phroffion HIV.

- **Mae'r cyfraddau iselder uchaf yr adroddir amdanynt ymhlith pobl iau o gymunedau LHDTQ+ wedi'u hynysu gyda pherthnasau nad ydynt yn gefnogol i'w cyfeiriadedd rhywiol<sup>82</sup>**

## Pobl sy'n byw gydag anabledau<sup>83</sup>

Er bod meddu ar anabledau ynddo'i hun yn annhebygol o gynyddu'r risg o COVID-19, mae gan lawer o bobl ag anabledau gyflyrau iechyd sylfaenol, a all gynyddu'r niwed o COVID-19. **Mae camau a argymhellir yn cynnwys:**

- Grymuso pobl ag anabledau i gymryd rheolaeth dros eu penderfyniadau gofal iechyd eu hunain ar sail cydsyniad gwybodus
- Cryfhau deddfwriaeth a pholisïau cenedlaethol perthnasol yn unol ag ymateb COVID-19
- Nodi a dileu rhwystrau i hygyrchedd mewn cyfleusterau gofal iechyd

## Ymfudwyr, ffoaduriaid a cheiswyr lloches

Mae ymfudwyr a ffoaduriaid yn aml yn wynebu rhwystrau wrth gyrchu gofal iechyd, gan gynnwys rhwystrau iaith a diwylliannol, costau, diffyg mynediad at wybodaeth, gwahaniaethu a senoffobia.

- Gall ymfudwyr fethu â chyrchu gofal iechyd neu ddarparu gwybodaeth am eu statws iechyd oherwydd eu bod yn ofni neu mewn risg o gael eu cadw, alltudio neu gosbau o ganlyniad i'w statws mewnfudo<sup>8485</sup>
- Efallai y bydd pobl sy'n perthyn i leiafrifoedd yn fwy tebygol o gael eu heithrio o ofal iechyd oherwydd nad oes ganddynt adnoddau na dogfennaeth swyddogol, neu oherwydd stigma neu wahaniaethu<sup>86</sup>
- Yn fyd-eang, cyhoeddodd 219 o wledydd, tiriogaethau ac ardaloedd 86,722 o gyfyngiadau teithio (ym mis Medi 2020) i gynnwys a lleihau lledaeniad COVID-19, gan greu heriau newydd i boblogaethau mudol, gan waethygu'r gwendidau presennol<sup>87</sup>

## Heriau, rhwystrau a phryderon allweddol:

- Heriau gweithredu mesurau cwarantîn/ynysu<sup>88</sup>
- Amharodrwydd/ofn cysylltu ag awdurdodau neu chwilio am help<sup>89</sup>
- Rhwystrau iaith<sup>90</sup>
- Diffyg ymddiriedaeth mewn llywodraeth a phryderon mewnfudo<sup>91</sup>

81 <https://www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/COVID19Guidance.aspx>

82 <https://www.bbc.co.uk/news/health-53223765>

83 <https://www.un.org/development/desa/disabilities/covid-19.html>

84 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/rim-considerations.html>

85 <https://www.who.int/publications/i/item/preparedness-prevention-and-control-of-coronavirus-disease-%28covid-19%29-for-refugees-and-migrants-in-non-camp-settings>

86 [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30791-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30791-1/fulltext)

87 [https://crisisresponse.iom.int/sites/default/files/uploaded-files/IOM%20COVID19%20Appeal-revision\\_9%20September\\_final.pdf](https://crisisresponse.iom.int/sites/default/files/uploaded-files/IOM%20COVID19%20Appeal-revision_9%20September_final.pdf)

88 [Refugee and migrant health in the COVID-19 response - The Lancet](#)

89 [COVID-19 Case Investigation and Contact Tracing among Refugee, Immigrant, and Migrant \(RIM\) Populations: Important Considerations for Health Departments | CDC](#)

90 [COVID-19 Case Investigation and Contact Tracing among Refugee, Immigrant, and Migrant \(RIM\) Populations: Important Considerations for Health Departments | CDC](#)

91 [IOM COVID19 Appeal-revision 9 September\\_final.pdf](#)



## Mesurau i fynd i'r afael â materion seicolegol a iechyd meddwl<sup>92,93,94</sup>

- Lliniaru canlyniadau'r argyfwng trwy strategaethau hirdymor cynhwysfawr
- Hyrwyddo hawliau cymdeithasol sylfaenol a buddsoddi mewn amddiffyn economaidd
- Mynd i'r afael â stigma a gwahaniaethu trwy fuddsoddi mewn llythrennedd iechyd meddwl
- Hyrwyddo cydweithredu traws-sector
- Hyrwyddo a chefnogi gwasanaethau yn y gymuned
- Cefnogi gweithwyr gofal iechyd rheng flaen
- Darparu cefnogaeth gymdeithasol a chyfoedion i leihau teimladau o euogrwydd neu fod yn faich i eraill
- Rheolwyr ac arweinwyr tîm i gychwyn dull tîm gofalgar a chydlynol
- Sylw arbennig i staff a allai fod yn arbennig o agored i niwed oherwydd profiadau sydd eisoes yn bodoli neu faterion iechyd meddwl, trawma neu brofedigaethau blaenorol, eu hiechyd corfforol eu hunain, neu bwysau a cholled gydamserol
- Parhau i fonitro a chefnogi staff ar ôl i'r argyfwng ddechrau cilio

## Argymhellion lliniaru i wledydd gefnogi mewn fudwyr a ffoaduriaid<sup>95</sup>

- Cynnwys ffoaduriaid ac ymfudwyr mewn strategaethau iechyd cyhoeddus a gofal iechyd cenedlaethol
- Cael mesurau lliniaru penodol i gyrraedd grwpiau ymylol
- Darparu deunyddiau gwybodaeth mewn ieithoedd priodol
- Sicrhau na fydd ofn gorfodi yn atal pobl rhag ceisio gofal iechyd

92 [psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population | QJM: An International Journal of Medicine | Oxford Academic \(oup.com\)](#)

93 [Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak \(who.int\)](#)

94 [Supporting Hospital Staff During COVID-19: Early Interventions | Occupational Medicine | Oxford Academic \(oup.com\)](#)

95 [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0008/434978/Interim-guidance-refugee-and-migrant-health-COVID-19.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/434978/Interim-guidance-refugee-and-migrant-health-COVID-19.pdf)



## Amod Hanfodol 2: Iechyd a Diogelwch Incwm a Diogelu Cymdeithasol

Dangosyddion ac ymyriadau yn ymwneud â diogelwch incwm sylfaenol a lleihau risgiau sy'n gysylltiedig ag iechyd a chanlyniadau tlodi dros gwrs bywyd.

### Effaith COVID-19 a iechyd a llesiant meddyliol<sup>96</sup>

Gall yr effaith ar fywydau pobl, drwy **golli cyflogaeth a newidiadau i arferion gwaith arwain at ganlyniadau iechyd a llesiant negyddol** gan gynnwys, iechyd meddwl gwaeth, cynnydd mewn ymddygiad nad yw'n iach a niwed tymor hir i iechyd.<sup>97</sup>

- Mae pobl â **phrofiad o broblemau iechyd meddwl yn fwy tebygol o weld eu hiechyd meddwl yn gwaethgu** o ganlyniad i gyfyngiadau COVID-19
- Mae llawer heb brofiad blaenorol o broblemau iechyd meddwl wedi profi iechyd meddwl gwaeth yn ystod y cyfnod clo ac wedi gweld eu hiechyd a'u llesiant yn dirywio
- Ers dechrau'r pandemig, bu:<sup>98</sup>
  - ◆ **Gostyngiad yn nifer yr atgyfeiriadau** ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl
  - ◆ **Cynnydd yn nifer y bobl sy'n hunangyfeirio** a chyflwyno mewn argyfwng
  - ◆ **Cynnydd yn y galw** gan y rhai yr effeithir arnynt gan ffactorau sy'n gysylltiedig â COVID-19, megis **galar, arwahanrwydd cymdeithasol a chaledi ariannol**, a chan staff iechyd a gofal cymdeithasol sy'n darparu gwasanaethau rheng flaen
- Angen sicrhau bod cyllid priodol i wasanaethau iechyd er mwyn diwallu'r angen ychwanegol hwn

### Argymhellion ar gyfer iechyd meddwl a llesiant

- Rhaid i iechyd a gofal cymdeithasol i bobl â **chyflyrau iechyd meddwl difrifol ac anabledau seicogymdeithasol fod yn rhan o'r gwasanaethau hanfodol** ym mhob gwlad<sup>99</sup>
- Gallai monitro cymunedol a sgrinio iechyd meddwl **ganolbwyntio ar grwpiau dethol**<sup>100</sup>
- Gellid defnyddio **iechyd digidol a ffenoteipio digidol** i newid o ddulliau seiliedig ar unigolion i sgrinio ledled y boblogaeth
- Dylai **addysg, hunanofal a chefnogaeth deuluol** fod yn rhan o strategaethau atal iechyd meddwl, sy'n cynnwys cydweithredu amlasiantaeth rhwng gwasanaethau tai, addysg a chyflogaeth, gyda chefnogaeth gan y sectorau gwirfoddol ac iechyd meddwl
- **Ni ddylai gwasanaethau digidol (teleiechyd)** gymryd lle **triniaeth wyneb yn wyneb** i'r rhai sydd angen triniaeth a chefnogaeth iechyd meddwl dwys, pan fo cyswllt personol yn ddiogel<sup>101</sup>
- Dylid ymgynghori â **phobl hŷn** a dylent **gymryd rhan mewn gwneud penderfyniadau polisi** sy'n effeithio ar eu bywydau; a rhaid i fesurau sy'n gwarantu eu **cynhwysiant** gael eu rhoi ar waith<sup>102</sup>
- Dylid hyrwyddo datrysiadau sy'n helpu poblynydd **i aros yn gysylltiedig**, lleihau unigrwydd (yn enwedig ymhlith oedolion hŷn) a lleihau diflastod (yn enwedig ymhlith plant/pobl ifanc)<sup>103</sup>
- Datblygu diwylliant lle mae **llesiant staff o'r pwys mwyaf**, gan ganiatáu a hyrwyddo lliniaru anghydraddoldebau
- Cymorth â ffocws ar gyfer gweithwyr gofal iechyd sy'n wynebu mwy o heriau iechyd meddwl<sup>104</sup>

96 [https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency\\_a4\\_final.pdf](https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency_a4_final.pdf)

97 [https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency\\_a4\\_final.pdf](https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency_a4_final.pdf)

98 <https://www.rethink.org/news-and-stories/blogs/2020/05/what-impact-has-covid-19-had-on-mental-health-services/>

99 <https://www.health.org.uk/news-and-comment/blogs/emerging-evidence-of-covid-19s-unequal-mental-health-impacts-on-health-and>

100 [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un\\_policy\\_brief-covid\\_and\\_mental\\_health\\_final.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf)

101 [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un\\_policy\\_brief-covid\\_and\\_mental\\_health\\_final.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_policy_brief-covid_and_mental_health_final.pdf)

102 <https://www.un.org/development/desa/ageing/wp-content/uploads/sites/24/2020/04/POLICY-BRIEF-ON-COVID19-AND-OLDER-PERSONS.pdf>

103 <https://www.un.org/development/desa/ageing/wp-content/uploads/sites/24/2020/04/POLICY-BRIEF-ON-COVID19-AND-OLDER-PERSONS.pdf>

104 [the-mental-health-emergency\\_a4\\_final.pdf](https://www.mind.org.uk/media-a/5929/the-mental-health-emergency_a4_final.pdf) (mind.org.uk)

## Grwpiau agored i niwed

### Gweithwyr incwm isel

**Bydd baich dwbl (iechyd ac ariannol) yn effeithio'n anghymesur ar y rhai o gefndiroedd incwm isel** oherwydd effaith gyfunol llai o amddiffyniadau cyflogaeth a'r gofyniad i weithio'n agos yn gorfforol at eraill.<sup>105</sup> Efallai na fydd y rhai sy'n profi'r rhan fwyaf o anawsterau economaidd yn glynu at gadw pellter corfforol yn effeithiol, wrth iddynt geisio parhau i weithio, gan waethygu'r risg o drosglwyddo'r feirws.<sup>106</sup>

- Mae gweithwyr incwm isel yn fwy symudol ac mae gofyn iddynt ymweld ag ardaloedd poblog iawn, yn wahanol i weithwyr incwm uwch sy'n fwy abl i weithio o bell<sup>107</sup>
- Mae dynion mewn swyddi sgiliau isel yn marw ar gyfradd uwch na gweithwyr eraill<sup>108</sup>

### Pobl ifanc

- **Mae'r effaith ar gyflogaeth ieuencid yn debygol o fod yn ddifrifol** o ystyried bod pobl ifanc (15-24 oed) eisoes dair gwaith yn fwy tebygol o fod yn ddi-waith nag oedolion; ac yn fwy tebygol o fod mewn cyflogaeth achlysurol gyda llai o amddiffyniadau cytundebol<sup>109</sup>

### Menywod

- Wrth weithio o gartref, roedd menywod yn fwy tebygol na dynion o deimlo'n **ynysig** (58% yn erbyn 39%) a datblygu **problemau cyhyrsgerbydol** (44% yn erbyn 29%)<sup>110</sup>
- Gall effaith cyflogaeth a gollir a newidiadau i arferion gwaith gael effeithiau negyddol gan gynnwys cyfraddau uwch o drais yn y cartref i fenywod sy'n gaeth gartref<sup>111</sup>
  - ◆ Dylai atal trais yn y cartref ac ymateb iddo (yn erbyn menywod, plant, oedolion hŷn, neu bobl ag anabled) fod yn rhan allweddol o gynlluniau ymateb COVID-19 cenedlaethol

105 [UN/DESA Policy Brief #65: Responses to the COVID-19 catastrophe could turn the tide on inequality | Department of Economic and Social Affairs](#)

106 [COVID and the convergence of three crises in Europe - The Lancet Public Health](#)

107 <https://www.un.org/development/desa/dpad/publication/un-desa-policy-brief-65-responses-to-the-covid-19-catastrophe-could-turn-the-tide-on-inequality/>

108 <https://edition.cnn.com/2020/05/11/uk/covid-19-death-low-skilled-job-intl-scli-gbr/index.html>

109 <https://www.un.org/development/desa/dspd/wp-content/uploads/sites/22/2020/04/YOUTH-FLASH-Special-issue-on-COVID-19-1.pdf>

110 <https://www.rsph.org.uk/about-us/news/survey-reveals-the-mental-and-physical-health-impacts-of-home-working-during-covid-19.html>

111 <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/how-the-covid-19-lockdown-will-take-its-own-toll-on-health/>



## Amod Hanfodol 3: Iechyd ac Amodau Byw

**Dangosyddion ac ymyriadau sy'n ymwneud â chyfleoedd, mynediad ac amlygiad gwahaniaethol i amodau amgylcheddol a byw, y mae pob un yn cael effaith ar iechyd a llesiant.**

### Effaith COVID-19 ar drais teuluol, rhywiol a seiliedig ar ryw<sup>112 113 114</sup> 115 116

Mae mesurau COVID-19 sy'n ymwneud â straenwyr seicolegol ac economaidd-gymdeithasol wedi creu **ton ddigynsail o drais teuluol**. Mae cyfnod clo COVID-19 wedi arwain at gynydd mewn trais partneriaid agos yn fyd-eang:

- Mae'r cyfnod clo a'r ofn o ledaenu COVID-19 wedi ei wneud **yn anoddach i fenywod geisio cefnogaeth neu adael eu camdriniwr**
- Gall cyflawnwyr cam-drin ddefnyddio cyfyngiadau COVID-19 i arfer pŵer a rheolaeth dros eu partneriaid, gan leihau mynediad at wasanaethau a chymorth seicogymdeithasol<sup>117</sup>
- Gall cyfyngiadau cyfnod clo arwain at gynydd yn y ffactorau risg sy'n gysylltiedig â **rhieni'n llosgi allan a dod o dan straen, gan arwain at gynydd mewn cam-drin ac esgeuluso plant**
- Mae pobl o gymunedau LHDTQ+ mewn mwy o berygl o ynysu, mwy o straen ac amlygiad i aelodau amharchus o'r teulu, gan waethygu'r risg o drais, gan gael effaith benodol ar bobl hŷn ac ieuenctid

### Effaith COVID-19 ar drais yn erbyn plant<sup>118 119 120 121 122 123 124</sup>

Mae COVID-19 a chyfyngiadau cysylltiedig wedi bod yn **gatalydd ar gyfer y cynnydd mewn cam-drin plant**, gan waethygu rhai o'r ffactorau sy'n cyfrannu, fel tlodi a gorlenwi cartrefi, ynysu cymdeithasol a cham-drin sylweddau (ffigur 5).

Adroddodd dioddefwyr trais rhywiol a seiliedig ar ryw fod cyfyngiadau COVID-19 wedi achosi:<sup>125</sup>

- ◆ Eu plant yn gweld mwy o gamdriniaeth (53%)<sup>126</sup>
  - ◆ Cynnydd mewn ymddygiad ymosodol tuag at eu plant (38%)<sup>127</sup>
  - ◆ Gwaethygu iechyd meddwl yn eu plant a materion ymddygiad
  - ◆ Mwy o risg o ddod i gysylltiad â thrais pan fo ysgolion ar gau
  - ◆ Mwy o rwystredigaeth mewn plant ag anghenion arbennig oherwydd tarfu ar arferion beunyddiol
- Mae **amhariad ar wasanaethau**, yn ymwneud â thrais yn erbyn plant, wedi cael eu hadrodd mewn 104 allan o 157 o wledydd yn fyd-eang, gyda'r gyfran uchaf yn Ne a Chanolbarth Asia, a Dwyrain Ewrop

112 <https://www.rand.org/randeurope/research/projects/covid-19-impact-on-intimate-partner-violence-victims.html>

113 <https://link.springer.com/article/10.1007/s10896-020-00172-2>

114 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0145213420303549?via%3Dihub>

115 <https://www.clinicalkey.com/#!/content/playContent/1-s2.0-S0145213417302363>

116 [https://www.unescwa.org/sites/www.unescwa.org/files/events/files/20-00131\\_gp\\_id\\_pb\\_eng\\_apr5.pdf](https://www.unescwa.org/sites/www.unescwa.org/files/events/files/20-00131_gp_id_pb_eng_apr5.pdf)

117 [COVID-19-VAW-full-text.pdf \(who.int\)](#)

118 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=132\\_132643-m91j2scsyh&title=Combating-COVID-19-s-effect-on-children](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=132_132643-m91j2scsyh&title=Combating-COVID-19-s-effect-on-children)

119 <https://www.womensaid.org.uk/a-perfect-storm-the-impact-of-the-covid-19-pandemic-on-domestic-abuse-survivors-and-the-services-supporting-them/>

120 <https://pediatrics.aappublications.org/content/146/4/e2020016824>

121 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7146667/>

122 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352464220301097>

123 <https://www.unicef.org/press-releases/covid-19-causes-disruptions-child-protection-services-more-100-countries-unicef>

124 [https://alliancecpha.org/en/system/tdf/library/attachments/the\\_alliance\\_covid\\_19\\_tn\\_version\\_2\\_05.27.20\\_final\\_2.pdf?file=1&type=node&id=37184](https://alliancecpha.org/en/system/tdf/library/attachments/the_alliance_covid_19_tn_version_2_05.27.20_final_2.pdf?file=1&type=node&id=37184)

125 [Combating COVID-19's effect on children - OECD \(oecd-ilibrary.org\)](#)

126 [A Perfect Storm: The impact of the Covid-19 pandemic on domestic abuse survivors and the services supporting them - Womens Aid](#)

127 [A Perfect Storm: The impact of the Covid-19 pandemic on domestic abuse survivors and the services supporting them - Womens Aid](#)

**Ffigur 5: Peryglon a niwed amddiffyn plant COVID-19<sup>128</sup>**

Child protection risks	Potential harm to children
<p>Child Protection Risk: Dangers and Injuries                      Resources: <a href="#">CPMS 7</a>; <a href="#">Annexes</a></p>	
<p><b>Children:</b> particular susceptibility of immuno-compromised children and those with chronic health conditions; access to toxic products; limited supervision</p> <p><b>Caregivers:</b> limited understanding of disease, transmission and consequences; inability to adequately supervise children; crowded housing; poverty; inability to keep cleaning and toxic products safely stored</p> <p><b>Community:</b> presence of COVID-19; insufficient child and adult friendly resources explaining COVID-19; lack of protective mechanisms for workers, families, children; lack of water and cleaning solutions; chemical spraying in schools, displacement camps, and on streets and other public surfaces.</p>	<p><b>Children potentially experience:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Illness, death.</li> <li>● Transmission of infection to loved ones and friends.</li> <li>● Harm due to ingesting or being exposed to toxic products.</li> <li>● Injuries due to lack of supervision.</li> </ul>
<p>Child Protection Risk: Physical and emotional maltreatment                      Resources: <a href="#">CPMS 8</a>; <a href="#">Annexes</a></p>	
<p><b>Children:</b> COVID-19 fatigue; lack of food due to no school or community feeding programmes; limited interactions with teachers; no personal safety plans; no support services if disabled, LGBTQI? or learning challenges; increased exposure to harmful online messaging.</p> <p><b>Caregivers:</b> continued work requirements such as for front-line workers or stay at home measures: quarantine/isolation or illness/death; loss of work and income; home-schooling responsibilities; increased use of drugs and other substances; quarantine fatigue; increased stress; domestic violence.</p> <p><b>Community:</b> childcare/school/ recreation/business closures; online learning; child protection actors limited in direct access to children and families; child protection reports decreased due to disruption in accessibility, monitoring, and support; limited sharing of information amongst sectors such as health, education, and child protection.</p> <p><b>Society:</b> enforcement of government confinement or lockdown policies; focus on containing the virus; limited justice and legal services.</p>	<p><b>Children potentially experience:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Increase in psychosocial distress.</li> <li>● Increase in self harm.</li> <li>● Increase in emotional and physical abuse including witnessing domestic violence.</li> <li>● Increase in neglect with their basic needs unmet.</li> <li>● Online harassment, bullying and violence.</li> <li>● Increased violence for those living on the street, separated and unaccompanied, in institutions and refugee and migrant camps.</li> </ul>

<sup>128</sup> [https://alliancecpa.org/en/system/tdf/library/attachments/the\\_alliance\\_covid\\_19\\_tn\\_version\\_2\\_05.27.20\\_final\\_2.pdf?file=1&type=node&id=37184](https://alliancecpa.org/en/system/tdf/library/attachments/the_alliance_covid_19_tn_version_2_05.27.20_final_2.pdf?file=1&type=node&id=37184)

## Mesurau lliniaru trais y Cenhedloedd Unedig<sup>129</sup>

Mae Menywod y Cenhedloedd Unedig (yr hyrwyddwr byd-eang dros gydraddoldeb rhywiol) yn gweithio gyda'i bartneriaid i sicrhau bod **mesurau i fynd i'r afael â thrais wedi'u cynnwys yn ymateb ac adferiad COVID-19 ar lefelau gwlad, rhanbarthol a byd-eang. Argymhellion i ddod â thrais yn erbyn menywod a merched i ben:**

1. Cydnabod sefydliadau hawliau menywod fel ymatebwyr cyntaf a darparwyr gwasanaeth hanfodol, a rhoi'r gefnogaeth sydd ei hangen arnynt
2. Cydnabod rôl grymuso economaidd menywod mewn adferiad byd-eang ac atal trais yn erbyn menywod
3. Cynnwys y trydydd sector mewn cynlluniau ymateb COVID-19 cenedlaethol a chefnogi mudiadau menywod
4. Sicrhau fod data wedi'u dadgyfuno yn ôl rhyw yn cael eu casglu i ddeall effaith COVID-19 ar drais yn erbyn menywod a llywio'r ymateb

- Mae llawer o wledydd wedi cymryd camau sylweddol i liniaru trais yn erbyn menywod (tabl 2)

**Tabl 2: Enghreifftiau gwledydd o liniaru trais yn erbyn menywod a merched (VAWG)<sup>130</sup>** (cynhyrchwyd y tabl ym mis Tachwedd 2020)

Thema	Gwlad	Er enghraifft
Sicrhau diogelwch menywod	Canada	Yn Quebec ac Ontario, arhosodd llochesi trais yn y cartref ar agor yn ystod y cyfnod clo. Cyhoeddwyd bod pecyn cymorth yng Nghanada yn cynnwys \$50 miliwn i gefnogi llochesi
	Yr Eidal	Rhaid i gyflawnwyr adael cartref y teulu, yn hytrach na'r dioddefwr
	Ffrainc Y Caribi	Darperir llety arall ar gyfer goroeswyr trais yn y cartref, fel gwystai
	Tsieina	Mae'r hashnod #AntiDomesticViolenceDuringEpidemic gyda dolenni i adnoddau ar-lein wedi cael ei ledaenu, gan helpu i dorri'r tawelwch ac atal trais, fel risg yn ystod cyfnod clo
	De Affrica	Dyrannwyd cefnogaeth i gyflymu darpariaeth gwasanaeth ar lefel gymunedol ar gyfer goroeswyr trais ar sail rhyw, gyda ffocws ar fenywod yn yr economi anffurfiol a menywod y mae HIV/AIDS yn effeithio arnynt
Atebion arloesol	Antigua, Barbuda	Mae llawer o ddarparwyr gwasanaeth technoleg ar-lein a symudol yn cymryd camau i ddarparu cefnogaeth i oroeswyr yn ystod y cyfnod hwn o symudedd cyfyngedig a galw cynyddol
	Madrid, Sbaen	Mae gwasanaeth negeseua gwib yn cynnig ystafell sgwrsio ar-lein sy'n darparu cefnogaeth seicolegol ar unwaith i oroeswyr trais
	Cumbria, DU	Mae gan yr heddlu weithwyr post a gyrwyr dosbarthu i gadw llygad am arwyddion o gam-drin. Mae ap poblogaidd o'r enw 'Bright Sky' yn darparu cefnogaeth a gwybodaeth i oroeswyr, ond gellir eu cuddio i bobl sy'n poeni am eu partneriaid yn gwirio eu ffonau
Cyfiawnder rhithwir	Yr Ariannin	Camau i fynd i'r afael ag oedi yn y prosesau barnwrol a'r gorchmynion amddiffyn yn cael eu hystyngtu i oroeswyr i 60 diwrnod
	Colombia	Archddyfarniad i warantu mynediad parhaus i wasanaethau yn rhithwir, gan gynnwys cyngor cyfreithiol a seicogymdeithasol, a gwasanaethau heddlu a chyfiawnder, fel gwrandawriadau
	Arall	Achosion llys trwy dele-gynadledda

## Argymhellion:<sup>131 132 133</sup>

- Mae angen ar **fenywod** agored i niwed, fel ffoaduriaid neu ymfudwyr a ddadleolwyd, **fynediad at wasanaethau iechyd fforddiadwy, teg, o ansawdd da**, gan gynnwys iechyd rhywiol ac atgenhedlu, a gwasanaethau trais ar sail rhyw
- Gall darparwyr gwasanaeth gynyddu'r gefnogaeth drwy **wasanaethau allgymorth arloesol ac anghonfensiynol**, megis cwnsela o bell a chefnogaeth seicogymdeithasol
- **Dylai mesurau i atal a lliniaru effaith COVID-19 ar drais yn erbyn plant** fod yn rhan hanfodol o'r ymateb a'r adferiad, **wedi'i integreiddio ar draws yr holl sectorau perthnasol**, gan gynnwys iechyd, addysg, amddiffyn cymdeithasol, y gyfraith a chyfiawnder

## Effaith covid-19 ar dlodi bwyd<sup>134 135 136 137 138 139</sup>

Mae COVID-19 wedi **cynyddu'n fawr nifer y bobl sy'n wynebu ansicrwydd bwyd aciwt** yn 2020:

- Y rhai oedd eisoes yn agored i amddifadedd bwyd a dietegol cyn dechrau'r pandemig yw'r rhai mwyaf agored i argyfwng bwyd a maeth cysylltiedig â COVID-19
- Cyn y pandemig, roedd 149 miliwn o bobl ar draws 79 o wledydd, gan gynnwys ffoaduriaid, yn ansicr iawn o ran bwyd
- Mae cartrefi agored i niwed, gan gynnwys ymhlith cymunedau sydd wedi'u dadleoli, wedi cael eu gorfodi i leihau pryddau bwyd, cynyddu dyledion neu werthu asedau

**Mae mesurau i atal COVID-19 wedi cyfyngu ar symudedd pobl a chyfleoedd i weithio ac ennill incwm**, gan roi straen ar allu pobl ymfudol a dadleoledig i ddarparu bwyd ac anghenion sylfaenol eraill

- Heb **weithredu cydgysylltiedig ar raddfa fawr**, gallai effeithiau lluosog COVID-19 amharu ar systemau bwyd, gan arwain at ganlyniadau tymor hir i faeth ac iechyd pobl

## Mesurau lliniaru i fynd i'r afael â thlodi bwyd<sup>140 141</sup>

- Mae **ymyriadau'r llywodraeth i leihau tlodi plant** ymhlith yr atebion mwyaf cost-effeithiol, gan ddangos arbedion cost enfawr ar draws pob sector. Yn y DU, mae modelu wedi dangos y byddai ychwanegu £10 at fudd-dal plant yr wythnos y plentyn yn lleihau tlodi plant 5%
- **Gwella casglu a dadansoddi data** er mwyn deall yn well y ddeinameg rhwng y pandemig, symudedd, taliadau a diogelwch bwyd
- Cydnabod cyfraniadau cadarnhaol ymfudwyr a **hyrwyddo eu cynnwys mewn systemau amddiffyn cymdeithasol**, a'u mynediad at wasanaethau cyfreithiol
- **Gwrthweithio senoffobia, gwarthnodi a gwahaniaethu** tuag at bobl sy'n symud, hy ymfudwyr, ffoaduriaid a cheiswyr lloches

131 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=132\\_132643-m91j2scsyh&title=Combating-COVID-19-s-effect-on-children](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=132_132643-m91j2scsyh&title=Combating-COVID-19-s-effect-on-children)

132 <https://link.springer.com/article/10.1007/s10896-020-00172-2>

133 <https://www.womensaid.org.uk/a-perfect-storm-the-impact-of-the-covid-19-pandemic-on-domestic-abuse-survivors-and-the-services-supporting-them/>

134 [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/sg\\_policy\\_brief\\_on\\_covid\\_impact\\_on\\_food\\_security.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/sg_policy_brief_on_covid_impact_on_food_security.pdf)

135 <https://enuf.org.uk/research-blogs/covid-19-crisis-worsening-food-insecurity-uk>

136 <https://www.unhcr.org/uk/news/stories/2021/2/6017c7744/data-reveals-impact-covid-19-livelihoods-futures.html>

137 <https://www.worldbank.org/en/topic/agriculture/brief/food-security-and-covid-19>

138 [https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanres/PIIS2213-2600\(20\)30280-0.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanres/PIIS2213-2600(20)30280-0.pdf)

139 <https://news.un.org/en/story/2020/11/1077272>

140 <https://povertyinequality.scot/wp-content/uploads/2020/04/Poverty-and-Inequality-Commission-Food-insecurity-evidence-briefing.pdf>

141 <https://povertyinequality.scot/publication/covid-19-food-insecurity-briefing/>

## Grwpiau agored i niwed

### Pobl sy'n profi digartrefedd

Mae pobl sy'n profi digartrefedd yn grŵp agored i niwed a gall dod i gysylltiad â COVID-19 **effeithio'n negyddol ar eu hiechyd meddyliol a chorfforol**.<sup>142</sup> Mae gan gyfran uchel o bobl ddigartref anhwylderau corfforol neu feddyliol cronig:<sup>143</sup>

- Mae gan bobl sy'n profi digartrefedd, yn iau na 65 oed, farwolaethau pob achos sydd 5 i 10 gwaith yn uwch na phoblogaeth gyffredinol<sup>144</sup>
- **Gall pobl ddigartref** gael eu hanwybyddu ymhellach unwaith y bydd gwasanaethau gofal iechyd yn cael eu dyrannu bron yn gyfan gwbl i ymladd y pandemig COVID-19<sup>145</sup>
  - ◆ Mae'n anoddach canfod achosion ac atal afiechyd mewn poblogaeth dros dro<sup>146</sup>
- Gall COVID-19 **effeithio ar ddiogelwch tai**, gyda cholli incwm, gan achosi ôl-ddyledion rhent neu forgais neu hyd yn oed ddigartrefedd<sup>147</sup>
  - ◆ Mae llawer o bobl sy'n profi digartrefedd yn byw mewn **lleoliadau ymgynnull**, fel llochesi neu dai hanner ffordd, neu wersylloedd neu adeiladau segur, sydd **yn cynyddu'r risg o drosglwyddo**<sup>148</sup>

142 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2468266720300530?via%3Dihub>

143 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512220302346>

144 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2468266720300530?via%3Dihub>

145 [COVID-19: The forgotten priorities of the pandemic - ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512220302346)

146 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512220302346>

147 <https://www.bmj.com/content/369/bmj.m1557.full>

148 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2468266720300530?via%3Dihub>





## Amod Hanfodol 4: Cyfalaf Iechyd, Cymdeithasol a Dynol

**Dangosyddion ac ymyriadau sy'n ymwneud â chyfalaf dynol ar gyfer iechyd trwy addysg, dysgu a llythrennedd, ac sy'n ymwneud â chyfalaf cymdeithasol unigolion a chymunedau mewn ffyrdd sy'n amddiffyn ac yn hybu iechyd a llesiant.**

### Effaith COVID-19 ar addysg

Mae COVID-19 wedi cael **effaith syfrdanol ar addysg yn fyd-eang**, gydag amcangyfrif o 1.38 biliwn<sup>149</sup> o ddysgwyr yn cael eu heffeithio gan gau ysgolion

- Mae'n debygol y bydd goblygiadau difrifol, gan fod llawer o blant yn dibynnu ar ysgolion am fwyd ac mae'n **atal eu hawl i addysg**, gan gynyddu ymleiddio ac annhegwch cymdeithasol<sup>150</sup><sup>151</sup>
- Gall cau ysgolion, cyfyngu a thrallod seicolegol fod â chanlyniadau difrifol **posibl ar lesiant plant a phobl ifanc yn y dyfodol**, yn ogystal ag ar rai eu hathrawon a'u teuluoedd, yn enwedig mewn perthynas â thegwch mewn iechyd a chyrhaeddiad addysgol<sup>152</sup>
- Mae angen amddiffyn yr hawl i addysg; er enghraifft, trwy ddysgu hygyrch ac wedi'i addasu ar-lein, a darllediadau teledu a radio arbenigol. Mae cyfleoedd addysgol cyfyngedig i'r rheini heb fynediad i'r rhyngwrdd ac offer dysgu o bell eraill yn peryglu dyfnhau annhegwch a thlodi

### Effaith cau ysgolion<sup>153</sup> <sup>154</sup> <sup>155</sup> <sup>156</sup> <sup>157</sup>

Deddfodd y mwyafrif o wledydd ryw fath o **gau ysgolion fel mesur cyfyngiant** i gyfyngu ar ymlediad COVID-19. Yn enwedig yn ystod ton gyntaf y pandemig COVID-19, cafodd plant eu heffeithio gan gau ysgolion, gan achosi **argyfwng dysgu byd-eang digynsail** gydag ystod eang o effeithiau andwyol ychwanegol, fel diffyg maeth.

- **Mae bod yn gyfyngedig gartref wedi cynyddu ffactorau risg** gan gynnwys tlodi cartrefi, tai gorlawn, arwahanrwydd cymdeithasol, rhieni'n llosgi allan a dan straen, trais partneriaid agos a cham-drin sylweddau. Gall y rhain amlygu plant i risg uwch o drais, gan gynnwys camdriniaeth a thrais rhywiol. Mae angen parhau i roi blaenoriaeth i wasanaethau cymorth a llochesi i blant sydd mewn perygl<sup>158</sup>
- **Dylai mesurau i atal a lliniaru effaith COVID-19 ar drais yn erbyn plant** fod yn rhan hanfodol o'r ymateb a'r adferiad, wedi'i integreiddio ar draws yr holl sectorau perthnasol, gan gynnwys iechyd, addysg, amddiffyn cymdeithasol, y gyfraith a chyfiawnder
- **Mae plant mewn perygl o gael eu gadael ar ôl** oherwydd cau ysgolion a buddsoddiad 'uniongyrchol' cymharol is mewn amddiffyn cymdeithasol
- Mae COVID-19 **wedi gwreiddio anghydraddoldebau rhwng y rhywiau ymhellach mewn addysg**, yn enwedig mewn gwledydd sy'n datblygu, gan arwain at risg uwch o gamfanteisio rhywiol, beichiogrwydd cynnar, anffurfio organau cenhedlu benywod a phriodas plant
- Mae cau ysgolion wedi arwain at **ostyngiad byd-eang mewn cyfranogiad mewn dosbarthiadau** a risg uwch o fyfyrwyr yn rhoi'r gorau i'w hastudiaethau
- Gall myfyrwyr brofi **erydiad eu sgiliau academiaidd sylfaenol** oherwydd diffyg ymarfer, anhawster i ail-ymgysylltu â gweithgareddau addysg, diffyg cymhelliant ac ansicrwydd

149 <https://www.statista.com/chart/21224/learners-impacted-by-national-school-closures/policy-brief-on-covid-impact-on-children-16-april-2020.pdf> (un.org)

150 [OHCHR | Expert: COVID-19 has caused an "education crisis"](https://www.ohchr.org/EN/Expert/View.aspx?id=10986)

151 <http://www.iiep.unesco.org/en/five-steps-support-education-all-time-covid-19-13382>

152 <https://openknowledge.worldbank.org/handle/10986/34700>

153 <https://reliefweb.int/report/world/global-analysis-covid-19-impact-education-thematic-series-education-november-2020>

154 [https://www.unicef.org/publications/pdf/Supporting%20Families%20and%20Children%20Beyond%20COVID-19\\_Social%20protection%20in%20high-income%20countries.pdf](https://www.unicef.org/publications/pdf/Supporting%20Families%20and%20Children%20Beyond%20COVID-19_Social%20protection%20in%20high-income%20countries.pdf)

155 <https://gov.wales/sites/default/files/publications/2020-08/technical-advisory-group-advice-on-face-coverings-for-children-and-young-people-under-18-in-education-settings.pdf>

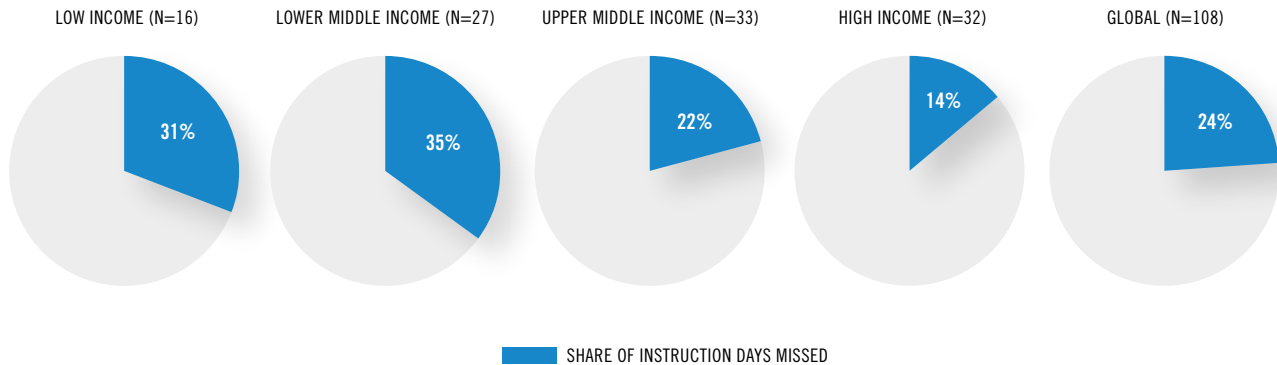
156 <https://www.who.int/publications/m/item/weekly-epidemiological-update---19-january-2021>

157 <https://www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/COVID19Guidance.aspx>

## Goblygiadau economaidd-gymdeithasol cau ysgolion

Mae'r pandemig **wedi miniogi anghydraddoldebau byd-eang**, gan daro plant mewn gwledydd tlotach yn arbennig o galed (ffigur 6)<sup>159</sup>

**Ffigur 6: Cyfran y diwrnodau addysgu a gollwyd, yn ystod y cyfnod rhwng Gorffennaf a Hydref 2020, yn ôl lefel incwm<sup>160</sup>**



**Notes:** Respondents answered the surveys during the period July – October. While there is a possibility that durations of school closure could be correlated to when the survey was filled out, there is no clear pattern in the data that would indicate a bias in either direction in the numbers reported here. Caution is advised in generalizing the results represented in the figure as the countries that responded to this question cover less than 50 per cent of the total 4-17 year old population. More information on the coverage of each income group can be found in Annex 1.

- Cafodd astudiaeth yn y **DU** fod 50% o athrawon mewn ysgolion preifat yn nodi eu bod yn derbyn mwy na thri chwarter y gwaith yn ôl, o gymharu â 27% yn ysgolion mwyaf breintiedig y wladwriaeth, ac 8% yn ysgolion lleiaf breintiedig y wladwriaeth<sup>161</sup><sup>162</sup><sup>163</sup>
- Yn **Yr Almaen**, gostyngodd myfyrwyr eu hamser dysgu bob dydd o 7.4 awr tua hanner ar gyfartaledd. Roedd y gostyngiad yn sylweddol fwy ar gyfer cyflawnwyr isel (4.1 awr) nag ar gyfer cyflawnwyr uchel (3.7 awr)<sup>164</sup>
- Yn **Los Angeles**, ni chafodd tua 13% o fyfyrwyr ysgol uwchradd unrhyw gyswllt â staff addysgu dair wythnos ar ôl y cyfnod clo<sup>165</sup>

## Gweithgareddau dysgu gartref

Mae **tystiolaeth yn ymwneud â gweithgareddau dysgu gartref** a'r adnoddau sydd ar gael mewn gwahanol deuluoedd, yn seiliedig ar arolwg (a ddyluniwyd gan y Sefydliad Astudiaethau Cyllidol a'r Sefydliad Addysg) a gwblhawyd ar-lein gan dros 4,000 o rieni plant rhwng 4 a 15 oed rhwng 29 Ebrill a 12 Mai 2020 ledled y DU yn dangos:<sup>166</sup>

- Mae **rhieni incwm uwch** yn llawer mwy tebygol na'r rhai llai cefnog i adrodd bod ysgol eu plentyn yn darparu dosbarthiadau ar-lein a mynediad i fideo-gynadledda ar-lein gydag athrawon
- Mae 64% o ddisgyblion uwchradd ysgolion y wladwriaeth o'r cartrefi cyfoethocaf yn cael cynnig cymorth gweithredol gan ysgolion, fel addysgu ar-lein, o'i gymharu â 47% o'r teuluoedd tlotaf<sup>167</sup>
- **Mae 82% o ddisgyblion ysgolion uwchradd sy'n mynychu ysgol breifat yn cael cynnig cymorth gweithredol**, gyda 79% yn cael dosbarthiadau ar-lein

159 [What Have We Learnt?: Overview of Findings from a Survey of Ministries of Education on National Responses to COVID-19 \(worldbank.org\)](#)

160 [What Have We Learnt? Findings from a survey of ministries of education on national responses to COVID-19 - UNICEF DATA](#)

161 <https://www.suttontrust.com/wp-content/uploads/2020/04/COVID-19-Impact-Brief-School-Shutdown.pdf>

162 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=135\\_135187-1piyg9kc7w&title=Education-and-COVID-19-Focusing-on-the-long-term-impact-of-school-closures](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=135_135187-1piyg9kc7w&title=Education-and-COVID-19-Focusing-on-the-long-term-impact-of-school-closures)

163 <https://epub.ub.uni-muenchen.de/74221/1/260.pdf>

164 <https://www.econstor.eu/bitstream/10419/233484/1/1755164874.pdf>

165 <https://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/education-and-covid-19-focusing-on-the-long-term-impact-of-school-closures-2cea926e/>

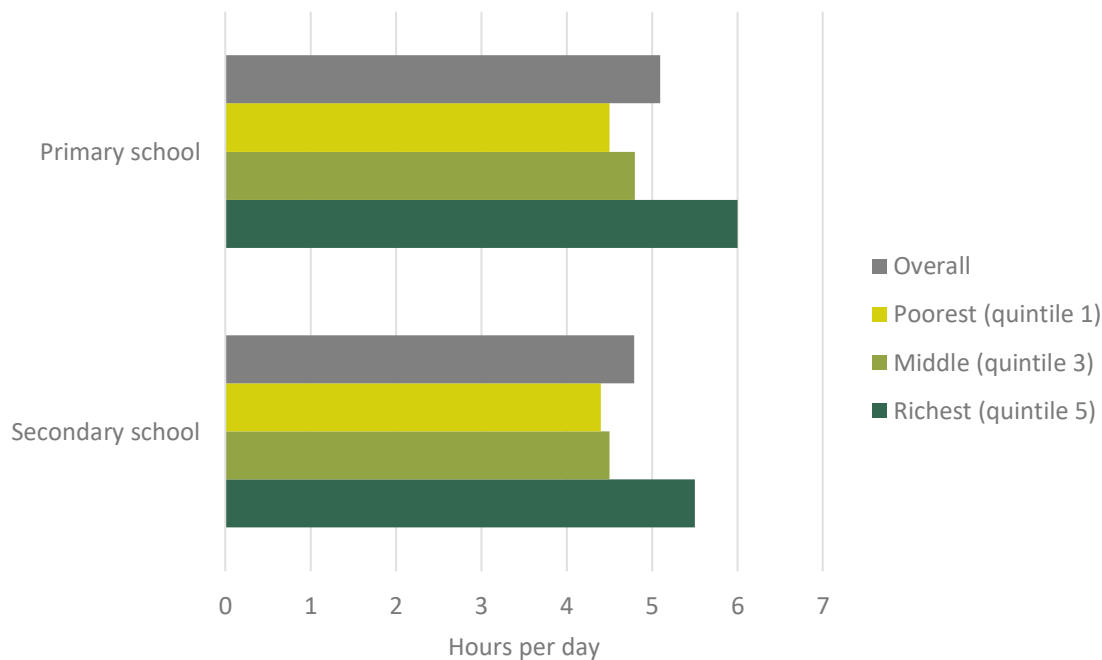
166 <https://www.ifs.org.uk/publications/14848>

167 <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/statements/statement-preparing-for-the-autumn-is-a-priority-now-at-the-who-regional-office-for-europe>

## Mae bylchau mawr yng nghyfanswm yr amser y mae plant yn ei dreulio ar weithgareddau addysgol:

- Mae plant ysgol uwchradd o deuluoedd mwy cefnog (y rhai yn y pumed uchaf o ddsbarthiad enillion teulu) yn gwario, ar gyfartaledd, 5.5 awr y dydd ar weithgareddau addysgol. Mae hyn dros 1 awr yn fwy y dydd na'r 4.4 awr y dydd a dreulir gan blant yn y pumed isaf o ran incwm teulu. Mae'r gwahaniaeth hwn yn gyfanswm o wahaniaeth o 5.5 awr o ddysgu bob wythnos ysgol
- Mae'r bylchau yn yr ysgol gynradd hyd yn oed yn fwy, yn cyfateb i 7.5 awr yr wythnos (tua 1.5 awr y dydd). Ar gyfer plant ysgolion cynradd ac ysgolion uwchradd, mae'r bylchau mwyaf rhwng plant yn yr 20% cyfoethocaf o deuluoedd a gweddill eu cyfoedion (ffigur 7)<sup>168</sup>

**Ffigur 7: Amser dysgu dyddiol plant yn ystod cyfnod clo yn y DU: yn ôl incwm cartref**<sup>169</sup> (Cwblhawyd yr arolwg ar-lein gan dros 4,000 o rieni plant rhwng 4 a 15 oed rhwng dydd Mercher 29 Ebrill a dydd Mawrth 12 Mai 2020)



## Goblygiadau COVID-19 i ofal plant ar draws gwledydd

Mae pandemig COVID-19 a mesurau cysylltiedig yn cael a **effaith sylweddol ar ofal plant**<sup>170</sup> gyda theuluoedd ledled Ewrop wedi gweld chwalu llwyr o ran y **ddarpariaeth gofal arferol** i blant o bob oed:<sup>171 172</sup>

- Gwelir bod hyn yn **effeithio'n anghymesur ar fenywod**, sy'n ysgwyddo mwy o gyfrifoldebau gofal plant na dynion oherwydd normau rhyw anghyfartal parhaus ar draws y mwyafrif o wledydd
- Mae llawer o aelwydydd a **menywod yn ddibynnol ar hygyrchedd a fforddiadwyedd gofal plant**, sydd wedi lleihau, gan gyfyngu ar eu gallu i weithio ac ennill incwm
  - ◆ Mae **busnesau a sefydliadau yn mabwysiadu trefniadau gwaith hyblyg yn gyflym**, sy'n debygol o barhau. Gellid erydu normau cymdeithasol sydd ar hyn o bryd yn arwain at ddsbarthiad anghyfartal o ran rhannu llafur mewn gwaith tŷ a gofal plant<sup>173</sup>
  - ◆ Mae llawer o wledydd wedi darparu cymorth ariannol ar gyfer gofal plant i rieni a lleoliadau cyn-ysgol, yn enwedig i weithwyr allweddol (hanfodol/sector iechyd)

168 Edited\_Final-BN288 Learning during the lockdown.pdf (ifs.org.uk)

169 Edited\_Final-BN288 Learning during the lockdown.pdf (ifs.org.uk)

170 <https://www.bma.org.uk/media/2446/bma-briefing-on-covid-19-and-childcare-may.pdf>

171 [Childcare in a Global Crisis: The Impact of COVID-19 on work and family life \(unicef-irc.org\)](https://www.unicef-irc.org/publications.asp?ref=11022020)

172 [Challenges for the childcare market: the implications of COVID-19 for childcare providers in England - Institute For Fiscal Studies - IFS](https://www.instituteforpublicaffairs.org/wp-content/uploads/2020/05/Challenges-for-the-childcare-market-the-implications-of-COVID-19-for-childcare-providers-in-England.pdf)

173 Alon et al (2020) - <https://www.nber.org/papers/w26947>

## Grwpiau agored i niwed

### Menywod

Mae **menywod yn wynebu risgiau anghymesur yn y sector swyddi**, lle mae llawer yn gweithio yn y sector anffurfiol (ee gweithwyr domestig, nanis, amaethyddiaeth neu gefnogi busnesau teuluol) ac efallai mai nhw fydd y cyntaf i golli eu swyddi.

- Mae yna hefyd **ddiffyg nodedig o amddiffyniadau cymdeithasol a llafur** sy'n nodweddu'r economi anffurfiol<sup>174</sup> fodd bynnag, gall polisiâu economaidd-gymdeithasol amddiffyn menywod a gweithwyr y sector anffurfiol rhag cwmpo i dlodi trwy drosglwyddiadau arian parod brys, grantiau ar raddfa fach neu fenthyciadau
- Mae mesurau ynysu COVID-19 (ee cyfnodau clo) wedi creu ton ddigynsail o drais rhyngpersonol, gan gynnwys trais partneriaid agos, trais rhywiol a thrais ar sail rhyw<sup>175176177178</sup>
- Mae mesurau COVID-19, a'r effeithiau economaidd-gymdeithasol a seicolegol cysylltiedig, wedi arwain at **lai o fynediad at wasanaethau a chefnogaeth seicogymdeithasol i ddioddefwyr trais a cham-drin**, yn enwedig unigolion sydd wedi'u dadleoli a'r rhai mwyaf agored i niwed<sup>179</sup>
  - ◆ Dylai mesurau i atal a mynd i'r afael â thrais fod yn rhan hanfodol o ymateb ac adferiad COVID-19, ac fe'u gweithredir mewn llawer o wledydd. Mae angen gweithredu gwasanaethau allgymorth arloesol ac anghonfensiynol, megis cwnsela o bell, llochesi a chefnogaeth seicogymdeithasol ar frys
- Mae cyngor ar argyfyngau iechyd rhyngwladol yn tueddu i dybio bod gan fenywod opsiynau cymdeithasol, economaidd a rheoliadol i "arfer yr ymreolaeth sydd mewn cyngor rhyngwladol", sy'n anwybyddu realiti **anhydraddoldebau rhyw strwythuredig** ar lawr gwlad<sup>180</sup>
- Mae profiad o achosion o'r gorffennol yn dangos **pwysigrwydd ymgorffori dadansoddiad rhyw mewn ymdrechion parodrwydd ac ymateb** i wella effeithiolrwydd ymyriadau iechyd a hyrwyddo nodau tegwch rhyw ac iechyd<sup>181</sup>

### Menywod a beichiogrwydd<sup>182</sup>

Mae menywod beichiog yn cael eu hystyried yn grŵp risg uchel ar gyfer haint COVID-19, ac mae'r effeithiau andwyol posibl ar ganlyniadau mamau ac amenedigol yn peri pryder.

- Ymhlith y ffactorau risg ar gyfer canlyniadau difrifol o COVID-19 mewn beichiogrwydd mae oedran mamol hŷn, mynegai màs y corff uchel, a chyd-forbidrwydd sy'n bodoli eisoes
- Mae menywod beichiog o gefndir BAME gyda COVID-19 mewn mwy o berygl o fynd i'r ysbyty

174 [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/genericdocument/wcms\\_737555.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/genericdocument/wcms_737555.pdf)

175 <https://www.rand.org/randeurope/research/projects/covid-19-impact-on-intimate-partner-violence-victims.html>

176 <https://link.springer.com/article/10.1007/s10896-020-00172-2>

177 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=127\\_127000-awfnqj80me&title=Women-at-the-core-of-the-fight-against-COVID-19-crisis](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=127_127000-awfnqj80me&title=Women-at-the-core-of-the-fight-against-COVID-19-crisis)

178 <https://www.who.int/news-room/detail/08-04-2020-joint-leader-s-statement---violence-against-children-a-hidden-crisis-of-the-covid-19-pandemic>

179 [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(20\)30112-2/fulltext#coronavirus-linkback-header](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(20)30112-2/fulltext#coronavirus-linkback-header)

180 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/1468-2346.12704>

181 [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30526-2/fulltext?te=1&nl=in-her%20words&emc=edit\\_gn\\_20200317](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30526-2/fulltext?te=1&nl=in-her%20words&emc=edit_gn_20200317)

182 <https://www.bmj.com/content/370/bmj.m3320>

## Du, Asiaidd a Lleiafrifoedd Ethnig

Mae'r rhesymau dros wahaniaethau mewn COVID-19 o ran mynychder a chyfraddau marwolaeth yn amlswyddogaethol, ond mae'n amlwg bod **anghydraddoldebau strwythurol yn bwysig**.<sup>183</sup> **Effeithiwyd yn anghymesur ar bobl o gymunedau BAME gan y pandemig COVID-19**, o ran cyfraddau heintiau a chyfraddau marwolaethau<sup>184</sup>

- Mae tystiolaeth sy'n dod i'r amlwg yn awgrymu bod pobl o gymunedau BAME mewn **rîsg uwch o gontractio COVID-19** a bod **ganddynt ganlyniadau clinigol gwaeth**. Fodd bynnag, mae data ar ethnigrwydd mewn cleifion â COVID-19 yn parhau i fod yn gyfyngedig.<sup>185</sup> Prin yw'r dystiolaeth o effeithiau ymyriadau sy'n gysylltiedig ag iechyd gyda'r nod o gefnogi grwpiau sy'n agored i niwed yn gymdeithasol neu'n economaidd sy'n agored i COVID-19<sup>186</sup><sup>187</sup><sup>188</sup>
  - ◆ Mae **ymchwil newydd** wedi'i ariannu yn y DU, sy'n ymdrin â phynciau fel 'Dylunio negeseuon iechyd COVID-19 sy'n berthnasol yn ddiwylliannol' a 'Defnyddio data Biobank i benderfynu pam y gallai grwpiau lleiafrifoedd ethnig fod mewn mwy o berygl o COVID-19'<sup>189</sup>

## Ymfudwyr, ffoaduriaid a cheiswyr lloches<sup>190</sup>

Mae ymfudwyr, ffoaduriaid a cheiswyr lloches o bosibl mewn **rîsg uwch o ddal COVID-19**, gan eu bod yn aml yn byw mewn amodau gorlawm, gyda llai o allu i bellhau'n gymdeithasol, a diffyg mynediad at lanweithdra sylfaenol.<sup>191</sup> Mae'r cynnydd cyflym mewn symudiadau poblogaeth ar draws ffiniau wedi rhoi ffocws ar yr **angen i gasglu data yn helaeth ar iechyd ffoaduriaid ac ymfudwyr**, sy'n hanfodol ar gyfer cynllunio iechyd cyhoeddus ac ymateb i epidemigau, gan gynnwys COVID-19<sup>192</sup>

- Llofnodwyd cytundeb gan WHO ac Uchel Gomisiynydd y Cenhedloedd Unedig dros Ffoaduriaid, Asiantaeth Ffoaduriaid y Cenhedloedd Unedig, sy'n anelu at gryfhau gwasanaethau iechyd cyhoeddus i amddiffyn tua 70 miliwn o bobl sydd wedi'u dadleoli'n orfodol rhag COVID-19 (26 miliwn o ffoaduriaid, 80% ohonynt yn cysgodi mewn gwledydd incwm isel/canolig; a 40 miliwn o bobl wedi'u dadleoli'n fewnol)<sup>193</sup> **hyrwyddo ymdrechion ymchwil, casglu tystiolaeth a mwy o argaeledd data iechyd ffoaduriaid ac ymfudwyr ar lefel gwlad**
- Mae WHO wedi awgrymu **ystyriaethau polisi i gryfhau monitro iechyd** a chyhoeddwyd canllawiau technegol ar atal a rheoli COVID-19 ar gyfer ffoaduriaid ac ymfudwyr mewn lleoliadau nad ydynt yn wersylloedd, gan gynnwys:
  - ◆ Cynyddu parodrwydd a gweithrediadau ymateb o ran achosion COVID-19 mewn gwersylloedd a lleoliadau tebyg i wersylloedd
  - ◆ Parodrwydd, atal a rheoli COVID-19 mewn carchardai a lleoedd cadw eraill
  - ◆ Cyflenwi gwasanaethau imiwneiddio ar gyfer ffoaduriaid ac ymfudwyr

## Cymuned LHDTQ+

- **Gallai myfyrwyr trawsryweddol**, heb gefnogaeth teulu neu'r gymuned, ei chael hi'n anodd cyrchu'r hormonau sydd eu hangen a chefnogaeth emosynol neu seicolegol, gan effeithio ar eu haddysg.<sup>194</sup> Efallai y bydd llawer o fyfyrwyr LHDTQ+ mewn mwy o berygl o brofi **eithrio a hyd yn oed trais geiriol neu gorfforol gartref**<sup>195</sup>

183 [https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370\(20\)30148-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370(20)30148-6/fulltext)

184 <https://www.bmj.com/content/369/bmj.m2282>

185 <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2020/social-and-economic-vulnerable-groups-during-the-covid-19pandemic-report-2020-v3.pdf>

186 [https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370\(20\)30148-6/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370(20)30148-6/fulltext)

187 <https://www.bmj.com/content/369/bmj.m2282>

188 <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2020/social-and-economic-vulnerable-groups-during-the-covid-19-pandemic-report-2020-v3.pdf>

189 <https://www.nih.ac.uk/news/multimillion-investment-in-new-research-projects-to-investigate-higher-covid-19-risk-among-certain-ethnic-groups/25333>

190 <https://www.who.int/news/item/21-05-2020-who-and-unhcr-join-forces-to-improve-health-services-for-refugees-displaced-and-stateless-people>

191 [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30791-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30791-1/fulltext)

192 [https://crisisresponse.iom.int/sites/default/files/uploaded-files/IOM%20COVID19%20Appeal-revision\\_9%20September\\_final.pdf](https://crisisresponse.iom.int/sites/default/files/uploaded-files/IOM%20COVID19%20Appeal-revision_9%20September_final.pdf)

193 <https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/how-who-is-supporting-refugees-and-migrants-during-the-covid-19-pandemic>

194 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=434\\_434914-59wd7ekj29&title=The-impact-of-COVID-19-on-student-equity-and-inclusion](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=434_434914-59wd7ekj29&title=The-impact-of-COVID-19-on-student-equity-and-inclusion)

195 [The impact of COVID-19 on student equity and inclusion: Supporting vulnerable students during school closures and school re-openings \(oecd.org\)](https://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/the-impact-of-covid-19-on-student-equity-and-inclusion-supporting-vulnerable-students-during-school-closures-and-school-re-openings-2020-09-24/)

## Problemau iechyd meddwl

Mae **dysgwyr â phroblemau iechyd meddwl**, fel iselder neu anhwylder deubegwn, yn arbennig o agored i amhariadau mewn arferion a'u patrwm arferol o fywyd bob dydd.<sup>196</sup>

## Plant a phobl ifanc

Mae **colli mynediad i'r ysgol, fel man amddiffynnol, yn amlygu plant i gam-drin a thrawma os yw eu cartrefi yn anniogel**, gan roi eu hiechyd corfforol a meddyliol mewn perygl.<sup>197</sup> Gallai dysgwyr yn **y grwpiau mwyaf ymylol/difreintiedig**, a allai fod â mynediad cyfyngedig i adnoddau addysg ddigidol neu sydd heb y cydnheredd i ddysgu ar eu pennau eu hunain, ei chael hi'n anodd cynnal eu cyflymder dysgu gartref, ac maent mewn **mwy o risg o roi'r gorau i'w hastudiaethau a syrthio ar ei hôl hi**.<sup>198</sup>

## Plant a Phobl Ifanc<sup>199</sup>

Mae gweithredu **Ymyriadau An-Fferyllol** i gynnwys ac atal lledaeniad COVID-19, ee cyfnod clo, wedi cael **ystod o effeithiau andwyol anfwriadol**:

- Bu **cynnydd mewn diweithdra ymhlith pobl ifanc**, yn enwedig ar gyfer menywod ifanc<sup>200</sup> a'r rheini mewn swyddi anffurfiol/mewn sectorau gafodd eu heffeithio waethaf (fffigurau 8 a 9)

**Ffigur 8 Arolwg Byd-eang ar Ieuenctid a COVID-19: Cyfran y bobl ifanc (18-29 oed) a nododd eu bod wedi rhoi'r gorau i weithio ar ôl i'r pandemig gychwyn (%)<sup>201</sup>**



196 [Mental health effects of school closures during COVID-19 - The Lancet Child & Adolescent Health](#)

197 [Mental Distress and Human Rights Violations During COVID-19: A Rapid Review of the Evidence Informing Rights, Mental Health Needs, and Public Policy Around Vulnerable Populations \(nih.gov\)](#)

198 <https://www.oecd.org/education/the-impact-of-covid-19-on-education-insights-education-at-a-glance-2020.pdf>

199 <https://www.unicef.org.uk/coronavirus-children-in-lockdown/>

200 <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/society/20200709STO83004/covid-19-how-the-eu-fights-youth-unemployment>

201 [ILO Monitor: COVID-19 and the world of work. Fourth edition](#)

**Ffigur 9: Amcangyfrifon byd-eang o gyflogaeth ieuencid mewn sectorau gafodd eu heffeithio waetha<sup>F202</sup>**

Economic sector	Impact of crisis on economic output	Baseline employment estimates for 2020 (before COVID-19 crisis)		
		Level of employment (millions)	Share in global youth employment (%)	Share of young women in total youth employment (%)
Wholesale and retail trade; repair of motor vehicles and motorcycles	High	74.8	17.5	41.7
Manufacturing	High	59.2	13.8	36.9
Real estate; business and administrative activities	High	16.4	3.8	43.8
Accommodation and food services	High	28.1	6.6	50.8
Transport, storage and communication	Medium-high	21.0	4.9	16.4
Arts, entertainment and recreation, and other services	Medium-high	28.4	6.6	60.3
Mining and quarrying	Medium	2.9	0.7	22.6
Financial and insurance services	Medium	4.6	1.1	54.7
Construction	Medium	33.1	7.7	5.4
Agriculture, forestry and fishing	Low-medium	123.7	28.9	36.0
Utilities	Low	2.0	0.5	21.3
Public administration and defence; compulsory social security	Low	8.6	2.0	33.3
Human health and social work activities	Low	11.8	2.7	74.2
Education	Low	13.2	3.1	69.5

**Note:** Impact ratings are based on the ILO's assessment of real-time and financial data (see the second edition of the *ILO Monitor*, released on 7 April 2020), ILOSTAT baseline data on sectoral distribution of employment (ISIC Rev. 4) and ILO Harmonized Microdata.

**Source:** ILO modelled estimates, November 2019.

**Mae systemau newidiol a ffyrdd newydd o fyw yn peri risgiau iechyd a llesiant** i bawb, fodd bynnag, mae plant a phobl ifanc yn arbennig o agored i niwed. Mae prif feysydd pryder yn cynnwys:

- **Perthynas llawn straen rhwng rhiant a phlentyn**, yn gysylltiedig â straen uwch (oherwydd ansicrwydd uwch), yn cael dylanwad negyddol ar ddatblygiad a llesiant plant
- **Mwy o drais yn y cartref**, cam-drin neu esgeuluso y mae llawer o blant yn eu profi yn eu cartrefi eu hunain, h.y. Profiadau Niweidiol yn ystod Plentynod sy'n cael effeithiau niweidiol ar iechyd corfforol a llesiant meddyliol plant, yn ogystal ag yn hwyrach mewn bywyd<sup>203</sup>
- **Llai o ymarfer corff a symud**, yn cael effaith negyddol ar **ddatblygiad a llesiant** plant, gan gynnwys datblygu **system imiwnedd gadarn**<sup>204</sup>
- Amhariad cymdeithasol, gan gael effaith ar addasiad plentyn<sup>205</sup> (ffigur 10)

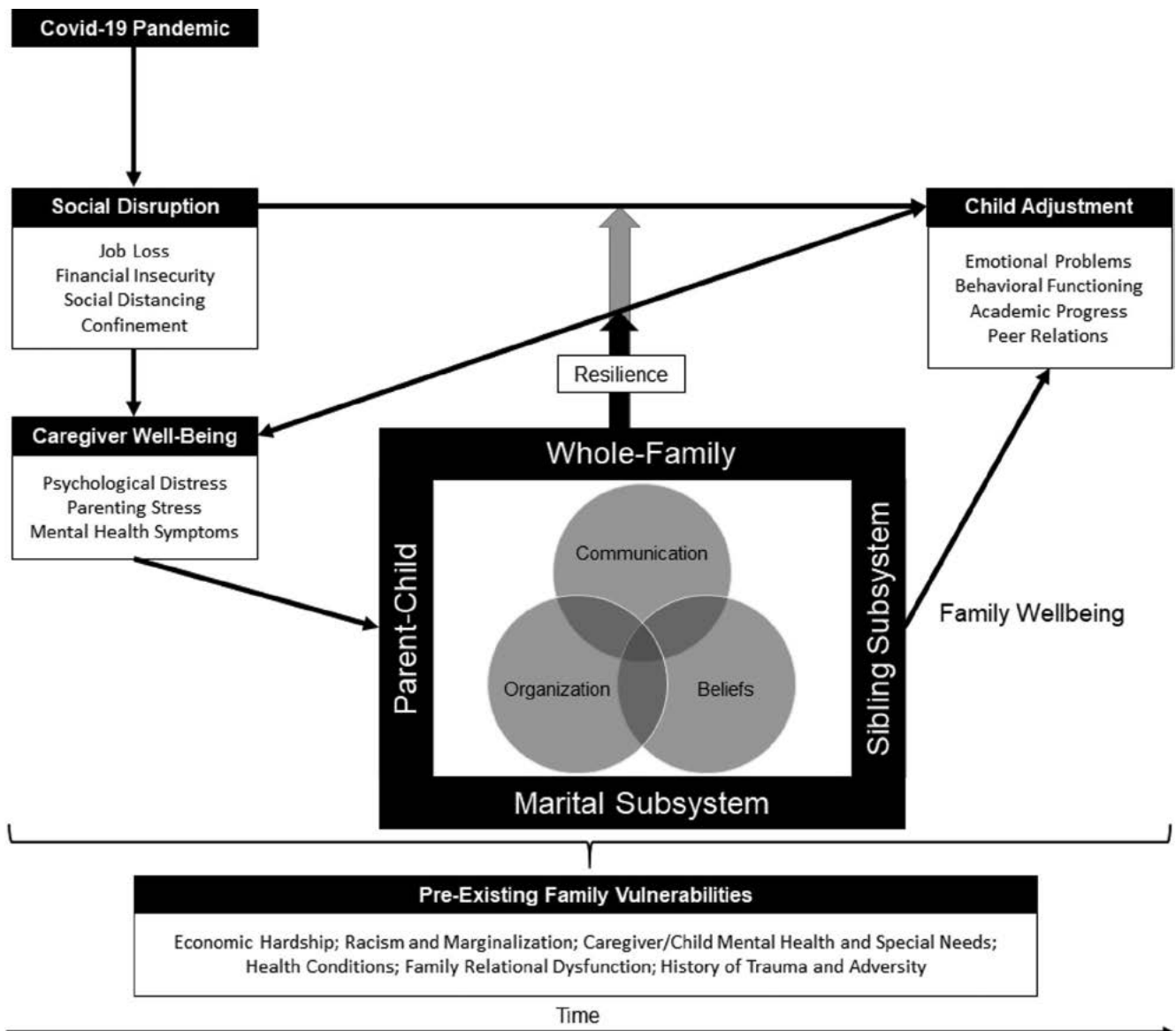
202 [ILO Monitor: COVID-19 and the world of work. Fourth edition](https://phw.nhs.wales/files/aces/)

203 [https://phw.nhs.wales/files/aces/](https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1471489216300479)

204 <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1471489216300479>

205 <https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-34995-001.pdf>

**Ffigur 10: Fframwaith cysyniadol ar amhariad cymdeithasol oherwydd COVID-19 ar effaith addasiad plentyn<sup>206</sup>**



### Mesurau polisi allweddol i sicrhau llesiant cenedlaethau'r dyfodol:<sup>207</sup>

1. Cymhwyso **lens ieuenctid a rhyng-genhedlaeth** mewn mesurau ymateb i argyfwng ac adfer ar draws gweinyddiaeth gyhoeddus
2. Diweddarau strategaethau **ieuenctid** cenedlaethol mewn cydweithrediad â rhanddeiliaid ieuenctid i drosi ymrwymiad gwleidyddol yn **rhaglenni y gellir eu gweithredu**
3. Casglu **data wedi'u dadgyfuno ar effaith** yr argyfwng **yn ôl grŵp oedran i olrhain anghydraddoldebau a llywio'r broses o wneud penderfyniadau** (yn ychwanegol at ffactorau eraill fel rhyw, addysg, cefndir economaidd-gymdeithasol, a statws cyflogaeth)
4. Darparu **polisiau a gwasanaethau wedi'u targedu ar gyfer y bobl ifanc mwyaf agored i niwed**, gan gynnwys y rhai nad ydynt mewn cyflogaeth, addysg neu hyfforddiant; **ymfudwyr** ifanc; **y digartref**; a menywod ifanc, pobl ifanc a phlant sy'n wynebu mwy o risg o **drais yn y cartref**
5. Sicrhau atal, ymyrraeth gynnar a pharodrwydd y **gwasanaethau iechyd a chymdeithasol** ar gyfer cynnydd mewn problemau iechyd meddwl
6. Creu a chryfhau sefydliadau i **fonitro'r canlyniadau** ar blant/pobl ifanc

206 Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. (apa.org)

207 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=134\\_134356-ud5kox3q26&title=Youth-and-COVID-19-Response-Recovery-and-Resilience](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=134_134356-ud5kox3q26&title=Youth-and-COVID-19-Response-Recovery-and-Resilience)



7. Rhagweld **effeithiau dosbarthu NPIs a dyraniad adnoddau cyhoeddus** ar draws gwahanol garfannau oedran trwy ddefnyddio **asesiadau effaith**
8. Hyrwyddo **amrywiaeth oedran** mewn ymgynghoriadau cyhoeddus a sefydliadau gwladol i adlewyrchu anghenion a phryderon gwahanol garfannau oedran
9. Sbarduno **cymhelliad pobl ifanc wrth liniaru'r argyfwng** trwy'r mecanweithiau, offer a llwyfannau presennol (ee defnyddio offer a data digidol) i **adeiladu cydnherthed** mewn cymdeithasau yn erbyn sioc a thrychinebau yn y dyfodol
10. Alinio ymateb brys tymor byr gyda **buddsoddi mewn amcanion economaidd, cymdeithasol, ac amgylcheddol i sicrhau llesiant cenedlaethau'r presennol a'r dyfodol**

### **Ymhlith y mesurau lliniaru allweddol i fynd i'r afael ag aflonyddwch yn y sector addysgol mae:**<sup>208</sup>

- Darparu mynediad cynhwysol i adnoddau dysgu digidol ac amodau dysgu gweddus
- Dosbarthu gwybodaeth a darparu adnoddau ar-lein mewn gwahanol ieithoedd
- Sicrhau cefnogaeth i athrawon, gan eu bod ymhlith asiantau pwysicaf cynhwysiant
- Cynnig mynediad teg i wasanaethau ychwanegol i fyfyrwyr agored i niwed / difreintiedig
- Ehangu'r ffocws ar lesiant myfyrwyr ac atgyfnerthu amddiffyniad plant trwy:
  - ◆ gwell mecanweithiau atgyfeirio
  - ◆ darparu gwasanaethau hanfodol, fel gofal iechyd a bwydo ysgolion

### Mae camau i **gyrraedd y mwyaf ymylol** yn cynnwys:

<sup>209</sup>

- Addasu polisiau ac arferion agor ysgolion i ehangu mynediad i grwpiau ar yr ymylon, fel plant nad oeddent yn yr ysgol o'r blaen, pobl sydd wedi'u dadleoli, ymfudwyr a lleiafrifoedd eraill
- Arallgyfeirio cyfathrebu beirniadol ac allgymorth trwy sicrhau eu bod ar gael mewn ieithoedd perthnasol ac mewn fformatau hygyrch

208 [Interim-guidance-refugee-and-migrant-health-COVID-19.pdf \(who.int\)](#)

209 [Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools \(who.int\)](#)



## Amod Hanfodol 5: Iechyd a Chyflogaeth ac Amodau Gwaith

**Dangosyddion ac ymyriadau sy'n ymwneud ag effaith cyflogaeth ac amodau gwaith ar iechyd, gan gynnwys argaeledd, hygyrchedd, diogelwch, cyflogau, gofynion corfforol a meddyliol, a risgiau gwaith.**

### Effaith COVID-19 ar yr economi a chyflogaeth

Mae cydnabyddiaeth gref ar draws y llenyddiaeth y bydd effaith COVID-19 yn cael **canlyniadau economaidd-gymdeithasol ac annhegwch dinistriol** wrth i wledydd symud i ffwrdd o'r ymateb cychwynnol i'r pandemig. Mae'r ffordd y mae gwledydd yn ymateb i'r achosion o COVID-19 yn brawf ar gymdeithasau, y llywodraeth, cymunedau ac unigolion.<sup>210</sup> **Mae COVID-19 wedi sbarduno dirwasgiad economaidd a chynnydd cyflym mewn diweithdra mewn llawer o wledydd yn fyd-eang:**

- Mae pandemig COVID-19 wedi cael **effaith economaidd enfawr**, gan gynnwys ar gyflogaeth ac arferion gwaith<sup>211</sup>
- Yn hanner cyntaf 2020, **syrthiodd CMC** 14% yn Ewrop<sup>212</sup>
- Amcangyfrifwyd y gallai'r pandemig wthio 150 miliwn o bobl ychwanegol i dlodi eithafol erbyn 2021<sup>213</sup>
- Mae llenyddiaeth bresennol ar **effeithiau iechyd amrywiadau cylchoedd busnes a dirwasgiadau** yn dangos y bydd y dirywiad economaidd o ganlyniad i'r pandemig yn arwain at ganlyniadau sylweddol ar ganlyniadau iechyd pobl yn y tymor byr a'r tymor hwy<sup>214</sup>
- **Gall colli swyddi ac ansicrwydd gael effeithiau niweidiol cymhleth ar iechyd**, wedi'u sbarduno gan:<sup>215</sup>
  - ◆ colli incwm yn uniongyrchol a syrthio i dlodi
  - ◆ straen o'r digwyddiad, gorbryder cynyddol a cholli hunan-barch wedi hynny
  - ◆ cynnydd mewn ymddygiadau niweidiol, fel ysmegu, yfed gormod o alcohol a cheisio hunanladdiad
- Mae ymchwil yn dangos y bydd nifer y bobl sy'n wynebu argyfwng bwyd yn dyblu o ganlyniad i'r pandemig<sup>216</sup>
- Ar 27 Ebrill 2020 amcangyfrifir bod **1.6 biliwn o weithwyr anffurfiol wedi colli 60% o'u hincwm**<sup>217</sup> gyda thwristiaeth yn un o'r sectorau a gafodd eu heffeithio waethaf gyda 100-120 miliwn o swyddi mewn perygl<sup>218</sup>
- **Gall mesurau COVID-19 arwain at leihau neu gau cyflogwyr mawr, gan arwain at gollu nifer uchel o swyddi mewn ardal leol, y cyfeirir ati fel Digwyddiad Diweithdra Torfol.**<sup>219</sup>
  - ◆ Gall Digwyddiadau Diweithdra Torfol, neu fygythiad digwyddiadau o'r fath, gael effaith niweidiol ar iechyd, sefyllfa gymdeithasol ac ariannol unigolion a theuluoedd a gallant ansefydlogi cymunedau dros genedlaethau

### Cadwyni cyflenwi a marchnadoedd bwyd<sup>220</sup>

**Mae amhariad ar gyflenwad**, cadwyni a stociau bwyd, **sy'n effeithio ar gynhyrchu bwyd, colli incwm a thaliadau**, yn creu tensiynau cryf a risgiau diogelwch bwyd mewn llawer o wledydd.

- Mae Rhaglen Bwyd y Byd y Cenhedloedd Unedig wedi rhybuddio y gallai amcangyfrif o 265 miliwn o bobl wynebu ansicrwydd bwyd aciwt erbyn diwedd 2020<sup>221</sup>

210 <https://www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/COVID19Guidance.aspx>

211 [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-/dgreports/-/dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_738753.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-/dgreports/-/dcomm/documents/briefingnote/wcms_738753.pdf)

212 <https://www.ifs.org.uk/publications/15077>

213 <https://www.worldbank.org/en/news/press-release/2020/10/07/covid-19-to-add-as-many-as-150-million-extreme-poor-by-2021>

214 [https://www.ifs.org.uk/publications/14799#:~:text=In%20the%20absence%20of%20measures,labor%20market%20\(Fujita%20et%20a\),](https://www.ifs.org.uk/publications/14799#:~:text=In%20the%20absence%20of%20measures,labor%20market%20(Fujita%20et%20a),)

215 [http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Watermarked%20PHW%20Mass%20Unemployment%20Report%20E\(15\).pdf](http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Watermarked%20PHW%20Mass%20Unemployment%20Report%20E(15).pdf)

216 <https://www.wfp.org/news/covid-19-will-double-number-people-facing-food-crises-unless-swift-action-taken>

217 [https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS\\_743036/lang-en/index.htm](https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_743036/lang-en/index.htm)

218 <https://www.unwto.org/tourism-and-covid-19-unprecedented-economic-impacts>

219 [http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Watermarked%20PHW%20Mass%20Unemployment%20Report%20E\(15\).pdf](http://www.wales.nhs.uk/sitesplus/documents/888/Watermarked%20PHW%20Mass%20Unemployment%20Report%20E(15).pdf)

220 <https://news.cqt.com/news/2020-06-14/Global-COVID-19-Roundup-Fears-food-markets-are-new-hotbed-RjASf1utRS/index.html>

221 <https://insight.wfp.org/covid-19-will-almost-double-people-in-acute-hunger-by-end-of-2020-59df0c4a8072>

## Gweithio o bell

**Cafodd arolwg diweddar yn y DU<sup>222</sup>** fod pobl sy'n gweithio gartref o ganlyniad i COVID-19 wedi profi nifer o effeithiau iechyd a llesiant, yn fwyaf cyffredin:

- Teimlo'n llai cysylltiedig â chydweithwyr (67%)
- Llai o ymarfer corff (46%),
- Problemau cyhyrsgerbydol (39%)
- Cwsg aflonydd (37%)

Roedd dros un o bob pedwar (26%) yn gweithio gartref o naill ai sofffa neu ystafell wely

- dywedodd bron i hanner y rheini (48%) eu bod wedi datblygu problemau cyhyrsgerbydol
- dywedodd bron i ddwy ran o dair o'r rheini (59%) eu bod yn teimlo'n fwy ynysig oddi wrth eu cydweithwyr

Roedd pobl sy'n byw gyda sawl person arall mewn cartref yn fwy tebygol o feddwl bod gweithio gartref yn waeth i'w hiechyd a'u llesiant (41%), o gymharu â phobl sy'n byw ar eu pennau eu hunain (29%) neu gyda'u partner yn unig (24%).

## Dulliau lliniaru

**Mae dull hawliau dynol<sup>223</sup>, undod a thegwch yn hanfodol i gryfhau effeithiolrwydd ymdrechion byd-eang a chenedlaethol** i fynd i'r afael â'r niweidiau llesiant, cymdeithasol ac economaidd cyfredol a disgwylid, yn ogystal â hyrwyddo ac adeiladu asedau cymunedol a chydnerthedd systemau:

- **I liniaru morbidrwydd a marwolaethau gormodol ac atal anghydraddoldebau iechyd cynyddol**, dylai ymdrechion adfer ganolbwyntio ar y blaenoriaethau atgyfnerthu a ganlyn:<sup>224</sup>
  - ◆ Atgyfnerthu **cyfalaf cymdeithasol**, hyrwyddo cynhwysiant cymdeithasol a chydlyniant, heb adael neb ar ôl
  - ◆ Amddiffyn llesiant economaidd i **sicrhau diogelwch ariannol i bawb sydd ei angen**, wrth hyrwyddo cydnerthedd a chynaliadwyedd bywoliaeth yn y tymor canolig a hir
  - ◆ **Diogelu heddwch a sefydlogrwydd**, atal sefydlu dibyniaethau rheibus, camdriniol a gwahaniaethol, gyda goblygiadau cryf i boblogaethau sy'n agored i niwed

Dylai **datrysiadau cynaliadwy** i ymdopi â'r effeithiau fod yn seiliedig ar yr egwyddorion canlynol:

- Cadw pawb, cartrefi a busnesau i fynd gyda **ffocws ar bobl a chynhwysiant**; teuluoedd, menywod, plant, pobl ifanc, pobl ag anabledau a phobl hŷn, gweithwyr cyflog isel, mentrau bach a chanolig (BBaChau) a'r sector anffurfiol<sup>225</sup>
- Dylai polisi economaidd **ddiwallu anghenion iechyd, bwyd ac anghenion sylfaenol mwyaf uniongyrchol pobl**, amddiffyn cydlyniant cymdeithasol a chynnal sefydlogrwydd gwleidyddol ac economaidd (ee ysgogiad cyllidol, cefnogi gwaith gweddus a'r rhai mwyaf agored i niwed)<sup>226</sup>
- **Mae angen mesurau penodol ar wahanol lefelau a sectorau** - cenedlaethol ac is-genedlaethol<sup>227</sup>
- **Mae dull cymdeithas gyfan**, yn cynnwys pob sector a'r cyhoedd yn hollbwysig, ee cefnogi addysg a blaenoriaethu mesurau cydlyniant cymdeithasol

222 <https://www.rsph.org.uk/about-us/news/survey-reveals-the-mental-and-physical-health-impacts-of-home-working-during-covid-19.html>

223 UN report: COVID-19 and Human Rights: We are all in this together; WHO briefing: Addressing Human Rights as Key to the COVID-19 Response

224 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332467/WHO-EURO-2020-690-40425-54211-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

225 OHCHR | COVID-19 Guidance

226 [un\\_policy\\_brief\\_on\\_human\\_rights\\_and\\_covid\\_23\\_april\\_2020.pdf](https://www.un.org/press/en/2020/20200423.pdf)

227 OHCHR | COVID-19 Guidance

## Grwpiau agored i niwed

### Cymuned LHDTQ+

Mae'r data sydd ar gael yn awgrymu bod pobl LHDTQ+ yn fwy tebygol o weithio yn y sector anffurfiol, a bod ganddynt gyfraddau uwch o ddiweithdra a thlodi hefyd sy'n golygu eu bod mewn mwy o berygl o'r pandemig.<sup>228</sup>

### Gweithwyr ymfudol

Mae mewnudwyr mewn risg llawer uwch o COVID-19 oherwydd gwendidau, megis gweithio mewn swyddi lle mae cadw pellter corfforol yn anodd.<sup>229</sup>

### Gweithwyr incwm isel<sup>230231</sup>

Mae pobl dlotach a'r rhai mewn grwpiau mwy difreintiedig yn gymdeithasol wedi cael eu taro'n anghymesur yn galetach gan y pandemig.

- Mae'n debygol mai'r grwpiau sy'n dioddef y colledion economaidd mwyaf o'r argyfwng hwn yw'r rhai a oedd yn fwy agored i niwed i ddechrau. Er enghraifft, **mae pobl ag incwm is yn llai tebygol o allu gweithio gartref neu fod wedi cronni arbedion**

### Grŵp poblogaeth di-waith

Amcangyfrifir bod nifer y di-waith rhwng 5.3 a 24.7 miliwn yn fyd-eang yn sgil pandemig COVID-19<sup>232</sup>

- Mae cynnydd mewn diweithdra yn gysylltiedig â chynnydd tymor byr sylweddol mewn marwolaethau cynamserol o drais bwriadol, gyda risg gymharol uwch o ddwy i dair gwaith o farwolaeth o hunanladdiad, o'i gymharu â'r rhai mewn cyflogaeth<sup>233</sup>

### Mesurau lliniaru

Dadl ffug yw'r ddadl rhwng bywyd a bywoliaeth - mae angen **argymhellion polisi wedi'u targedu i wledydd gynnal eu systemau economaidd ac addysg**, tra'n brwydro yn erbyn trosglwyddo COVID-19 yn y gymuned.<sup>234</sup> Mae WHO yn tynnu sylw at y ffaith bod adferiad economaidd cynaliadwy llewyrchus yn bosibl pan fydd trosglwyddiad COVID-19 dan reolaeth, gan roi blaenoriaeth i fuddsoddi mewn iechyd a diogelu cymdeithasol ac osgoi cyni fel gweithred bolisi gyfrifol. Mae cyfle i "adeiladu'n ôl yn well, economi wahanol sy'n fwy cyfartal a chynhwysol".<sup>235</sup>

- Mae gweithwyr hanfodol, sydd yn aml ymhlith y rhai ar y cyflog isaf, yn agored i risgiau iechyd uwch ac mae ganddynt gyfraddau marwolaeth uwch<sup>236</sup>
- Mae'r bobl agored i niwed mewn cymdeithas mewn gwaith anffurfiol; yn agos at dlodi; mamau sy'n byw ar eu pennau eu hunain gyda phlant - wedi dod hyd yn oed yn fwy agored i niwed o ganlyniad i COVID-19<sup>237</sup>

### Mae ymatebion polisi i liniaru diweithdra ymhlith ymfudwyr yn cynnwys:<sup>238</sup>

- Hwyluso hyblygrwydd gyda fisâu/trwyddedau mewn achosion o ddiweithdra a/neu incwm is
- Ymestyn cwmpas mesurau cymorth
- Ymestyn hawliau gwaith
- Lleddfu cydnabyddiaeth cymwysterau tramor/mesurau eraill, yn enwedig yn y sector iechyd

228 <https://www.ohchr.org/EN/NewsEvents/Pages/COVID19Guidance.aspx>

229 [What is the impact of the COVID-19 pandemic on immigrants and their children? - OECD \(oecd-ilibrary.org\)](https://www.oecd-ilibrary.org/what-is-the-impact-of-the-covid-19-pandemic-on-immigrants-and-their-children?-oecd-ilibrary.org)

230 [The public health effect of economic crises and alternative policy responses in Europe: an empirical analysis - ScienceDirect](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0950268820300000)

231 <https://www.un.org/development/desa/dpad/publication/un-desa-policy-brief-65-responses-to-the-covid-19-catastrophe-could-turn-the-tide-on-inequality/>

232 [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-dgreports/-dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_738753.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-dgreports/-dcomm/documents/briefingnote/wcms_738753.pdf)

233 <https://www.mja.com.au/journal/2020/unemployment-suicide-and-covid-19-using-evidence-plan-prevention>

234 <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/statements/statement-sustainability-of-health-care-frameworks-during-the-pandemic>

235 <http://www.euro.who.int/en/about-us/regional-director/statements/statement-recovery-must-lead-to-a-different-economy,-an-economy-of-well-being>

236 [What risks does COVID-19 pose to society in the long-term? | World Economic Forum \(weforum.org\)](https://www.weforum.org/articles/what-risks-does-covid-19-pose-to-society-in-the-long-term/)

237 [WHO/Europe | Media centre - Statement - Recovery must lead to a different economy, an economy of well-being](https://www.who.int/europe/media-centre/statement-recovery-must-lead-to-a-different-economy,-an-economy-of-well-being)

238 [https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=137\\_137245-8saheqv0k3&title=What-is-the-impact-of-the-COVID-19-pandemic-on-immigrants-and-their-children%3F](https://read.oecd-ilibrary.org/view/?ref=137_137245-8saheqv0k3&title=What-is-the-impact-of-the-COVID-19-pandemic-on-immigrants-and-their-children%3F)



GIG  
CYMRU  
NHS  
WALES

Iechyd Cyhoeddus  
Cymru  
Public Health  
Wales



Iechyd Rhyngwladol  
International Health

Mae'r adroddiad hwn a'r adroddiadau Sganio a Dysgu Gorwelion Rhyngwladol yn cael eu datblygu gan y Tîm Iechyd Rhyngwladol / Canolfan Gydwethredu WHO ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant (WHO CC), Iechyd Cyhoeddus Cymru.

---

Arweinydd gweithredol a Chyfarwyddwr WHO CC: Mark A Bellis

---

Arweinydd iechyd rhyngwladol a Dirprwy Gyfarwyddwr WHO CC: Mariana Dyakova

---

Ymgynghorydd Arweiniol mewn Iechyd Cyhoeddus: Claire Beynon

---

Awdur(awduron) a chyfrannwr(cyfranwyr):

Anna Stielke, Abigail Instone, James Allen, Andrew Cotter-Roberts,  
Mischa van Eimeren, Benjamin Bainham, Angie Kirby, Lauren Couzens

---

Cysylltiadau:

[Claire.Beynon@wales.nhs.uk](mailto:Claire.Beynon@wales.nhs.uk)

[Anna.Stielke@wales.nhs.uk](mailto:Anna.Stielke@wales.nhs.uk)

---

Mae'r holl adroddiadau ar gael yn:

<https://phwwhocc.co.uk/covid-19/international-horizon-scanning/>

---

[phwwhocc.co.uk](https://phwwhocc.co.uk)

 @phwwhocc

 /Phwwhocc

Canolfan Gydwethredol Sefydliad  
Iechyd y Byd ar Fuddsoddi  
ar gyfer Iechyd a Llesiant



World Health Organization  
Collaborating Centre on Investment  
for Health and Well-being