Sut rydym yn gwneud yng Nghymru?

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

Tueddiadau mewn iechyd a llesiant yn ystod pandemig y Coronafeirws

Mis Ebrill 2020 i fis Mai 2022

Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fudsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant, Iechyd Cyhoeddus Cymru

Cefndir

Rhwng mis Ebrill 2020 a mis Mawrth 2022, cynhaliodd Iechyd Cyhoeddus Cymru arolwg ffôn ar gyfer ymgysylltu â'r cyhoedd i olrhain sut roedd y Coronafeirws a mesurau rheoli cysylltiedig yn effeithio ar iechyd a llesiant y cyhoedd.

Cymerodd tua 27,000 o drigolion Cymru 18 mlwydd oed a hŷn ran yn yr arolwg yn ystod y pandemig, a chymerodd tua 600–1000 o drigolion ran ym mhob rownd o'r arolwg.*

Roedd yr arolwg yn cynnwys ystod o gwestiynau craidd ar gyfer pob rownd o'r arolwg, ac roedd cwestiynau eraill yn newid i fynd i'r afael â materion sy'n codi. Mae'r adroddiad hwn yn dangos tueddiadau mewn ymatebion i ddetholiad o gwestiynau craidd dros gyfnod o ddwy flynedd, gan gynnwys: poeni am y Coronafeirws; iechyd meddyliol a chorfforol; poeni am faterion ariannol; a chanfyddiadau o'r ymateb cenedlaethol. Mae'n archwilio gwahaniaethau mewn ymatebion yn ôl amddifadedd, rhywedd ac oedran.

Mae dadansoddiadau yn defnyddio modelau llinol cyffredinol. Mae data tueddiadau yn cael eu pwysoli i ddemograffeg poblogaeth genedlaethol yn ôl amddifadedd, rhywedd ac oedran. Nid yw gwahaniaethau demograffig wedi'u pwysoli ac fe'u cyflwynir fel cyfrannau wedi'u haddasu yn ôl sampl (cymedrau ymylol amcangyfrifedig).

Rydym yn diolch i bobl Cymru am roi o'u hamser gwerthfawr i ni i gefnogi'r gwaith hwn.

*Mae adroddiadau llawn o bob rownd o'r arolwg ar gael ar: https://phwwhocc.co.uk/covid-19/arolwg-ymgysylltu-ar-cyhoedd/?lang=cy

Prif ganfyddiadau

Cymerodd tua 27,000 o drigolion Cymru ran yn yr arolwg ymgysylltu â'r cyhoedd cenedlaethol rhwng mis Ebrill 2020 a mis Mawrth 2022.

- Gwnaeth poeni am ddal y Coronafeirws anterthu o gwmpas mis Rhagfyr 2020/mis Ionawr 2021 (yn ystod yr ail gyfnod clo cenedlaethol), yna gostyngodd hyn yn sylweddol; gan gyd-daro â chyflwyno'r rhaglen frechu. Arhosodd yn gymharol isel drwy gydol gweddill y pandemig.

- Yn ystod mis Rhagfyr 2020/mis Ionawr 2021, gwelwyd hefyd y lefelau uchaf o iechyd meddwl gwael. Roedd brigiadau mewn unigrwydd, ynysigrwydd cymdeithasol, gorbryder a phoeni am iechyd meddwl a llesiant dros y cyfnod hwn, a gostyngiad mewn hapusrwydd.

- Bu trigolion o gymunedau mwy difreintiedig, merched ac oedolion iau yn fwy tebygol o adrodd ar yr holl farcwyr o iechyd meddwl gwael yn ystod y pandemig, yn ogystal ag iechyd corfforol gwael.

- Cododd pryderon ariannol yn ngaeaf 2020/21. Fodd bynnag, mae tueddiadau hefyd yn dangos cynnydd graddol mewn pryder ariannol yn dechrau yn ystod haf 2021 ac yn parhau hyd at yr arolwg diwethaf ym mis Mawrth 2022.

- Mae trigolion o gymunedau mwy difreintiedig ac oedolion iau yn fwy tebygol o adrodd ar boeni am eu sefyllfa ariannol.

- Roedd hyder yn y GIG* yn uchel drwy gydol y rhan fwyaf o'r pandemig. Fodd bynnag, gostyngodd yng ngaeaf 2020/21 ac yna lleihaodd eto o haf 2021. Arhosodd yn is yn 2022 o'i gymharu â'r rhan fwyaf o'r pandemig.

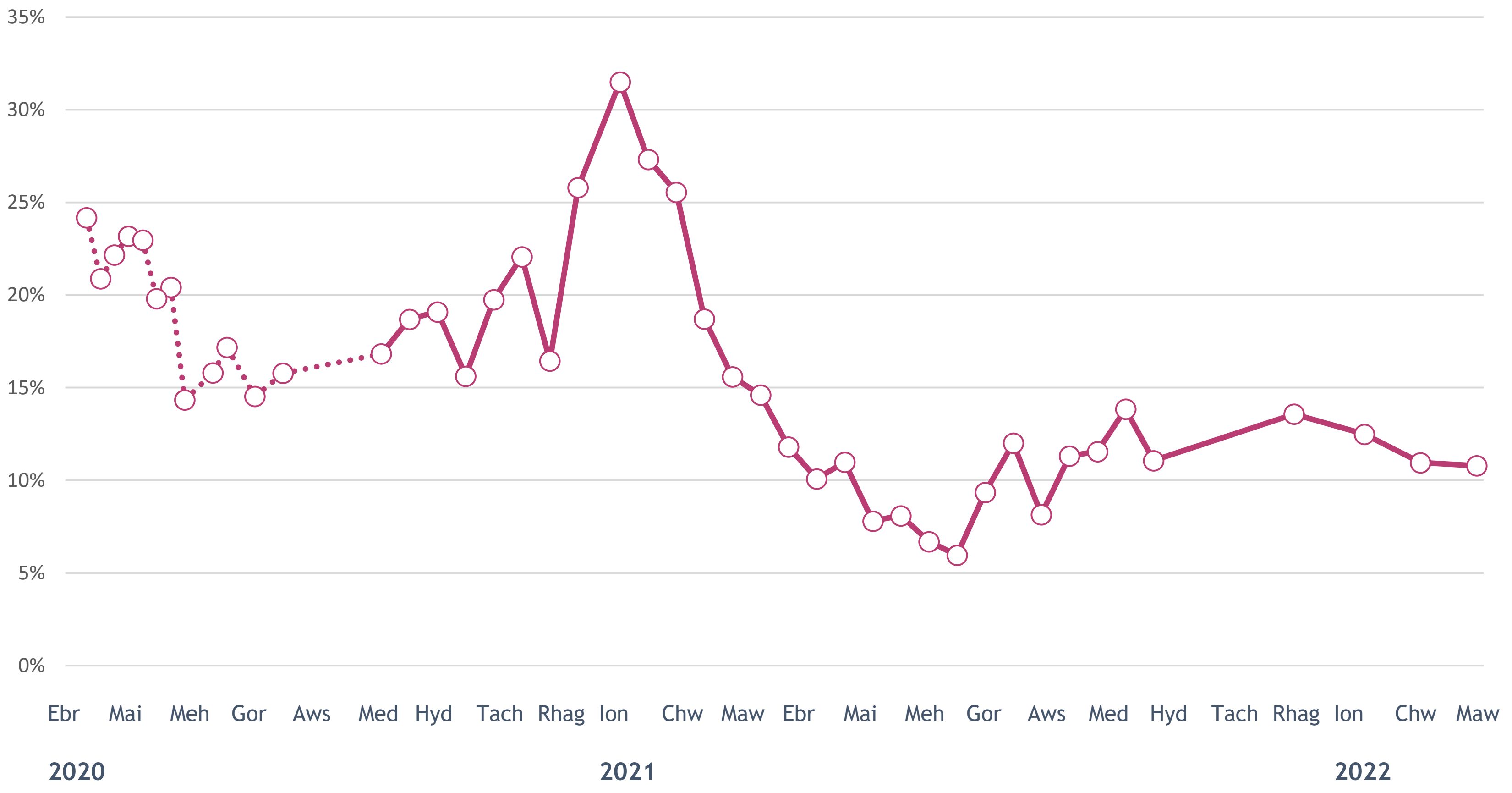
- Drwy gydol y pandemig, cytunodd y rhan fwyaf o bobl fod Llywodraeth Cymru wedi ymateb yn dda i'r pandemig, a bu gostyngiad yng ngaeaf 2021.

*Gofynnwyd i'r cyfranogwyr a oeddent yn cytuno y byddai'r GIG yn gallu gofalu'n ddigonol amdanynt pe byddent yn mynd yn ddifrifol wael gyda'r Coronafeirws.

Poeni am ddal coronafeirws

- Gwnaeth poeni am ddal y Coronafeirws anterthu yng ngaeaf 2021/22 cyn cwympo'n sylweddol, gan gyd-daro â'r broses o gyflwyno'r rhaglen frechu.
- Bu poeni am ddal y Coronafeirws yn uwch ymysg trigolion o gymunedau mwy difreintiedig, merched ac unigolion rhwng 55 a 74 mlwydd oed.

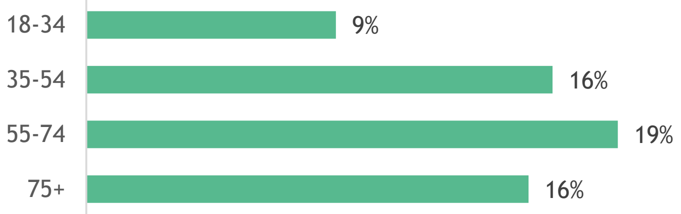
Cyfran wedi'i haddasu yn 'bryderus iawn' am ddal y Coronafeirws*



Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)

Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.001)



* Gofynnwyd i gyfranogwyr pa mor bryderus oeddent am ddal y Coronafeirws; yr opsiynau ar gyfer ymateb oedd ddim o gwbl, ychydig, gweddol bryderus a pryderus iawn. Hyd at fis Gorffennaf 2020, ni ofynnwyd y cwestiwn hwn i'r rhai a ddywedodd eu bod wedi cael y Coronafeirws. O fis Medi 2020, fe'i gofynnwyd i'r holl gyfranogwyr.

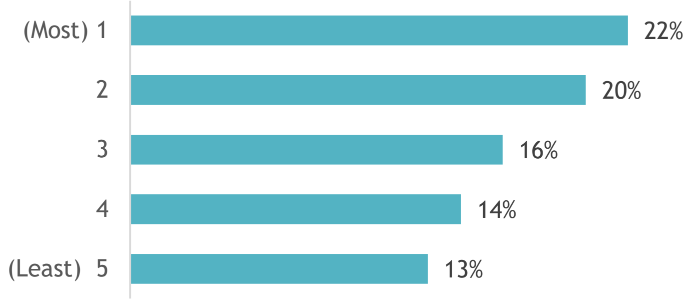
n=26,691

Poeni am iechyd meddwl a lles

- Roedd cyfran yr oedolion a oedd yn poeni ‘yn fawr’ am eu hiechyd meddwl a’u llesiant* yn amrywio rhwng 12% (Medi/Hydref 2021) a 31% (Ionawr 2021).
- Mae’r gyfran sy’n poeni am iechyd meddwl a llesiant wedi bod yn uwch ymysg trigolion o gymunedau mwy difreintiedig, merched a grwpiau oedran iau.

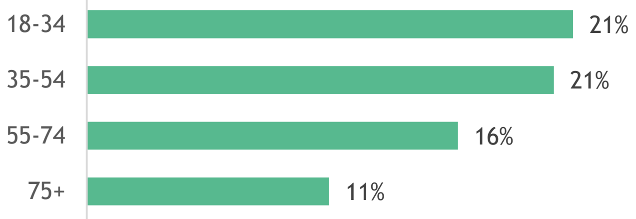
Cyfran wedi’i haddasu o bobl yn poeni’n ‘fawr’ am eu hiechyd meddwl a’u llesiant*

Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)



Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.001)



* *Gofynnwyd i gyfranogwyr, yn ystod yr wythnos ddiwethaf, faint yr oeddent wedi bod yn poeni am eu hiechyd meddwl a’u llesiant; yr opsiynau ar gyfer ymateb oedd ddim o gwbl, ychydig a pryderus iawn.*

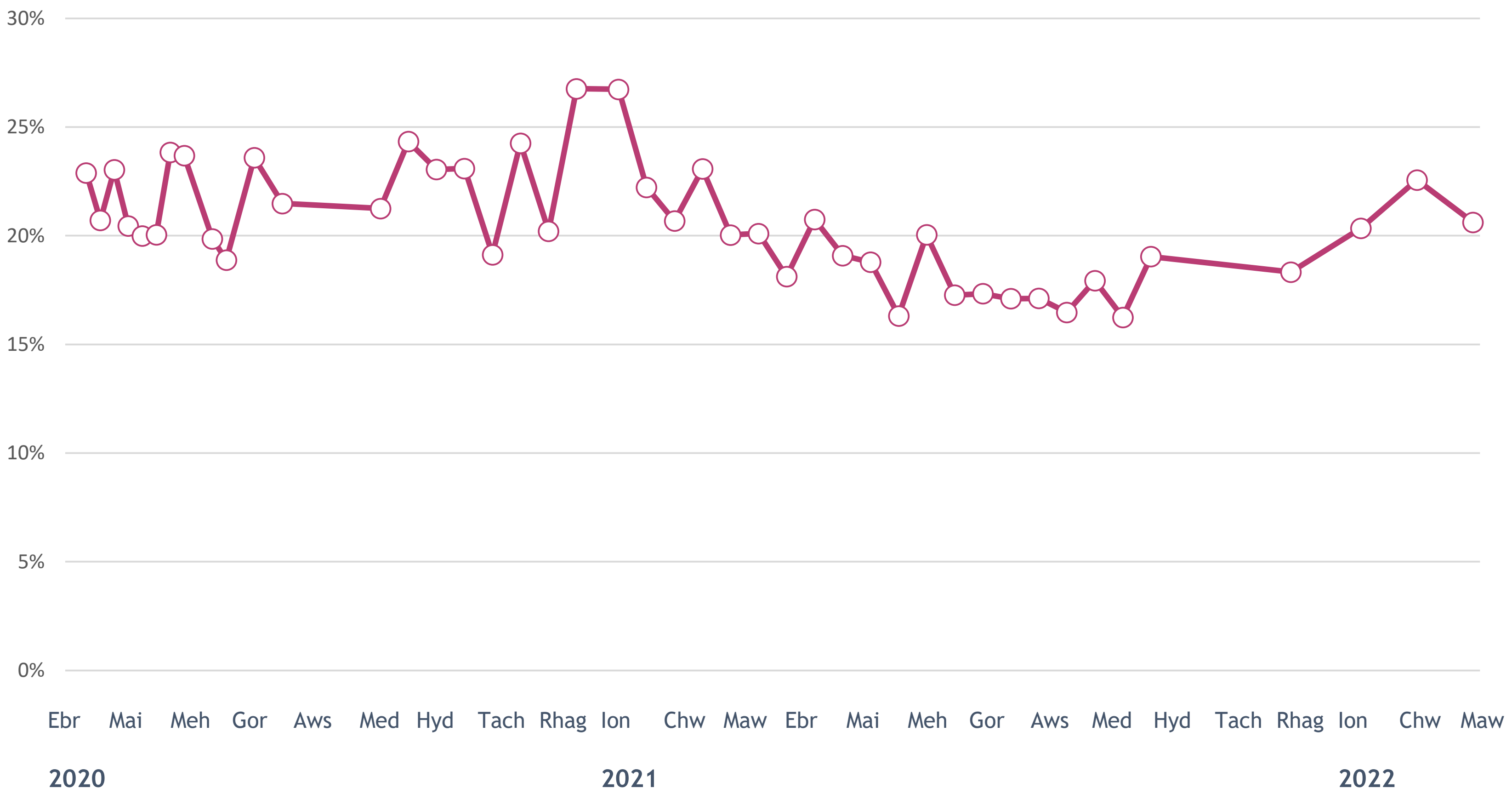
n=27,534

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Teimlo’n bryderus

- Roedd cyfran yr oedolion a oedd yn teimlo’n orbryderus iawn* ar ei huchaf yng ngaeaf 2020/2021 ac ar ei hisaf yn ystod haf 2021.
- Mae trigolion o gymunedau mwy difreintiedig, merched ac oedolion iau wedi bod yn fwy tebygol o adrodd ar deimlo’n orbryderus iawn.

Cyfran wedi’i haddasu yn teimlo’n orbryderus iawn*



Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)

Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.05)

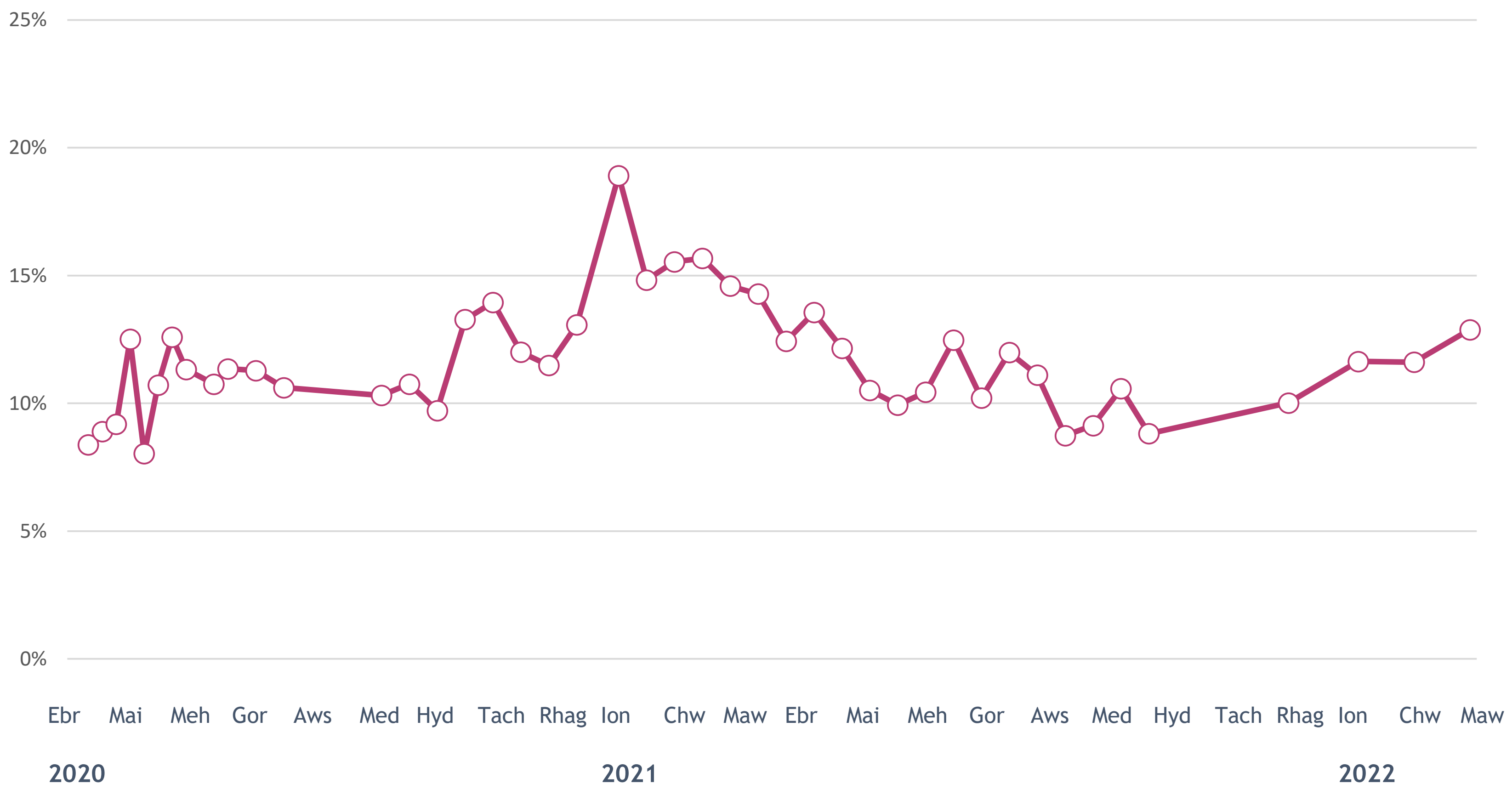
* Gofynnwyd i gyfranogwyr raddio pa mor orbryderus yr oeddent yn teimlo ar ddiwrnod yr arolwg, gan ddefnyddio graddfa o 0 (ddim yn bryderus o gwbl) i 10 (cwbl bryderus). Mae ymatebion o 7 i 10 wedi’u categoreiddio yn ‘orbryderus iawn’.

n=27,533

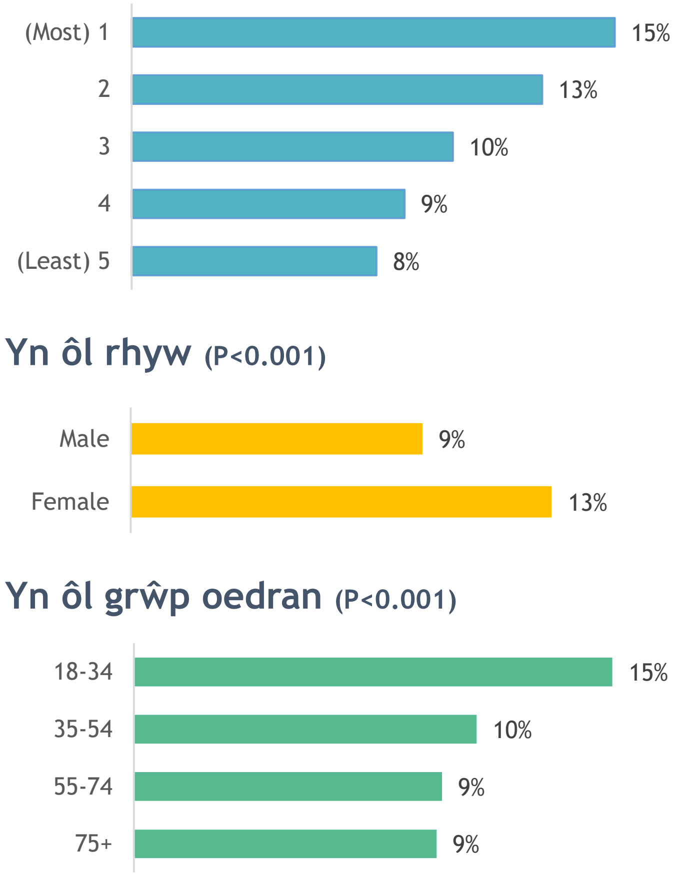
Teimlo'n unig

- Mae cyfran yr oedolion sydd 'bob amser' neu'n 'aml' yn teimlo'n unig* wedi amrywio o 8% ym mis Mai 2020 i 19% yn gynnar ym mis Ionawr 2021.
- Mae trigolion o gymunedau mwy difreintiedig, merched ac oedolion iau wedi bod yn fwy tebygol o adrodd ar deimlo'n unig.

Cyfran wedi'i haddasu 'bob amser' neu'n 'aml' yn teimlo'n unig*



Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)



* Gofynnwyd i gyfranogwyr, yn ystod yr wythnos ddiwethaf, pa mor aml maent wedi bod yn teimlo'n unig; yr opsiynau ar gyfer ymateb oedd byth, yn achlysurol, yn aml a bob amser.

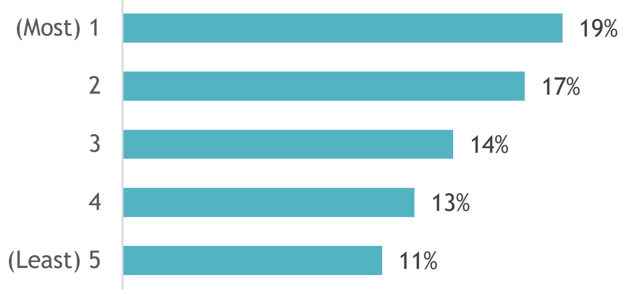
n=27,531

Teimlo'n ynysig

- Gwnaeth cyfran yr oedolion a oedd 'bob amser' neu'n 'aml' yn teimlo'n ynysig* anterthu yng ngaeaf 2021, yna lleihaodd ac arhosodd yn gymharol sefydlog.
- Mae trigolion o gymunedau mwy difreintiedig, merched ac oedolion iau wedi bod yn fwy tebygol o adrodd ar deimlo'n ynysig.

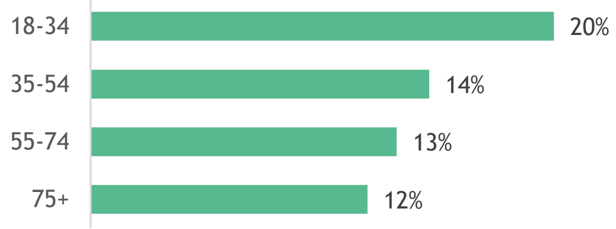
Cyfran wedi'i haddasu sydd 'bob amser' neu 'yn aml' yn teimlo'n ynysig*

Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)



Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.001)



*Gofynnwyd i gyfranogwyr, yn ystod yr wythnos ddiwethaf, pa mor aml yr oeddent wedi bod yn teimlo'n ynysig; yr opsiynau ar gyfer ymateb oedd byth, yn achlysurol, yn aml a bob amser.

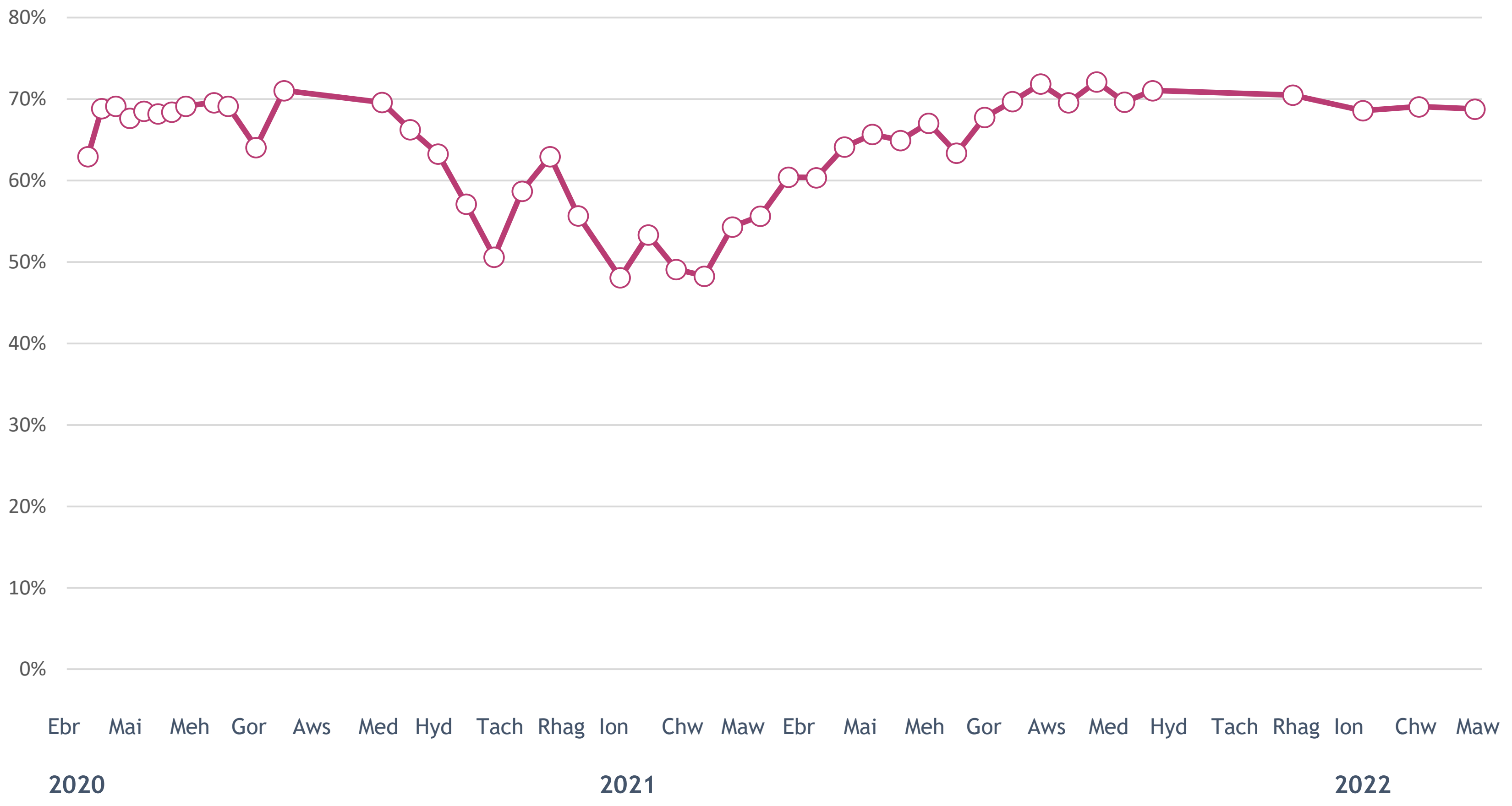
n=27,536

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Teimlo'n hapus

- Lleihaodd lefelau hapusrwydd* yn ystod gaeaf 2021 ond arhosodd yn sefydlog yn ystod gaeaf 2022.
- Mae trigolion o gymunedau llai difreintiedig, dynion ac oedolion hŷn wedi bod yn fwy tebygol o deimlo'n hapus.

Cyfran wedi'i haddasu yn teimlo'n hapus*



Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)

Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.001)

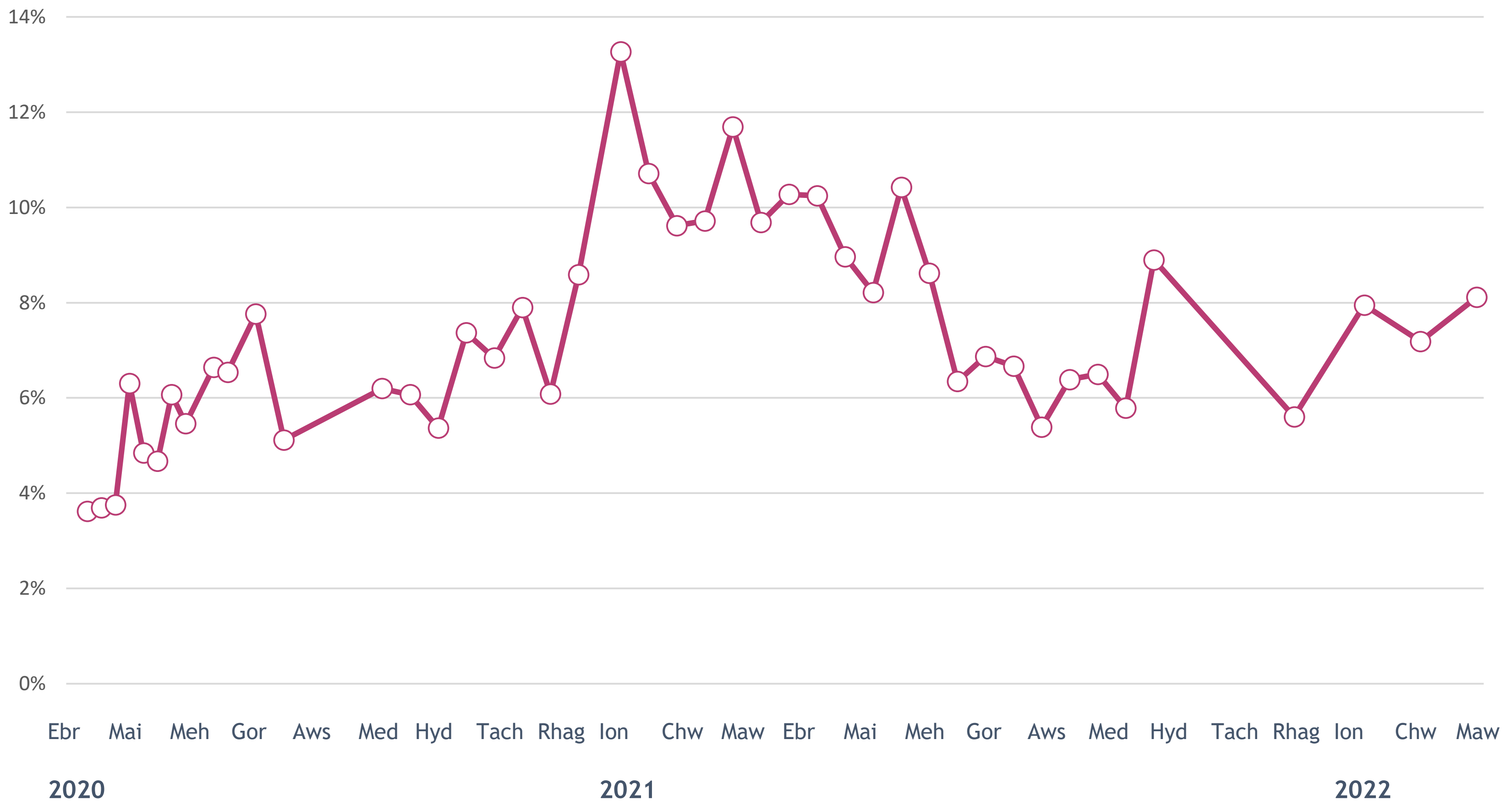
*Gofynnwyd i gyfranogwyr raddio pa mor hapus yr oeddent yn teimlo ar ddiwrnod yr arolwg, gan ddefnyddio graddfa o 0 (ddim yn hapus o gwbl) i 10 (yn gwbl hapus). Mae ymatebion o 7 i 10 wedi'u categoreiddio yn 'hapus'.

n=27,535

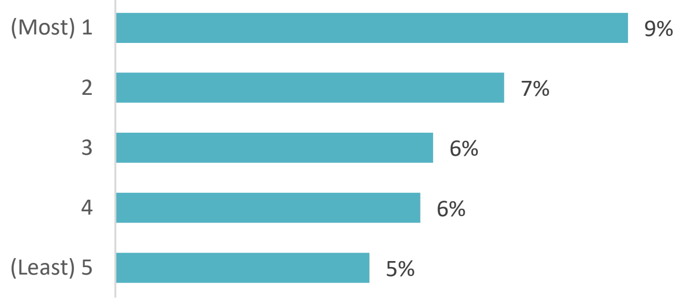
Ddim yn teimlo'n iach

- Roedd cyfran yr oedolion a oedd yn teimlo'n afiach* isaf ar ddechrau'r pandemig a chyrhaeddodd ei hanterth yn gynnar ym mis Ionawr 2021.
- Mae trigolion mewn cwintelau mwy difreintiedig, merched ac unigolion rhwng 35 a 54 mlwydd oed wedi bod yn fwy tebygol o deimlo'n afiach iawn.

Cyfran wedi'i haddasu yn teimlo'n afiach iawn*

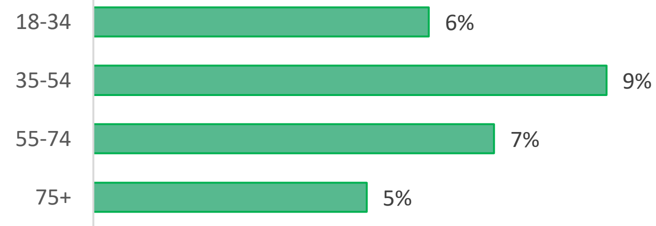


Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)



Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.001)

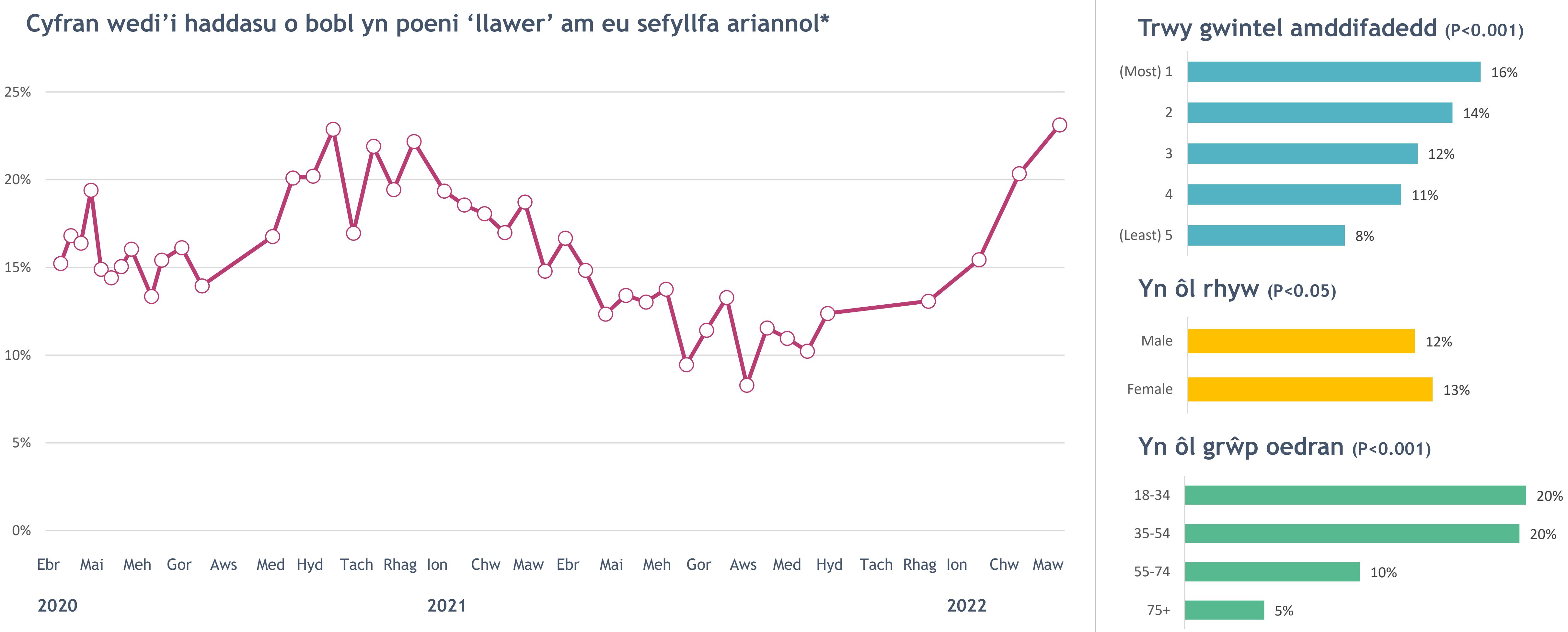


*Gofynnwyd i gyfranogwyr raddio pa mor iach yr oeddent yn teimlo ar ddiwrnod yr arolwg, gan ddefnyddio graddfa o 0 (ddim yn iach o gwbl) i 10 (yn gwbl iach). Mae ymatebion rhwng 0 a 3 wedi'u categoreiddio yn 'afiach iawn'.

n=27,534

Poeni am faterion ariannol

- Lleihaodd poeni 'llawer' am faterion ariannol o 23% ym mis Hydref 2020 ond yna cynyddodd o haf 2021 i gyrraedd y lefel hon eto ym mis Mawrth 2022.
- Mae trigolion o'r cwintel mwyaf difreintiedig, merched ac oedolion iau wedi bod yn fwy tebygol o boeni am eu sefyllfa ariannol.



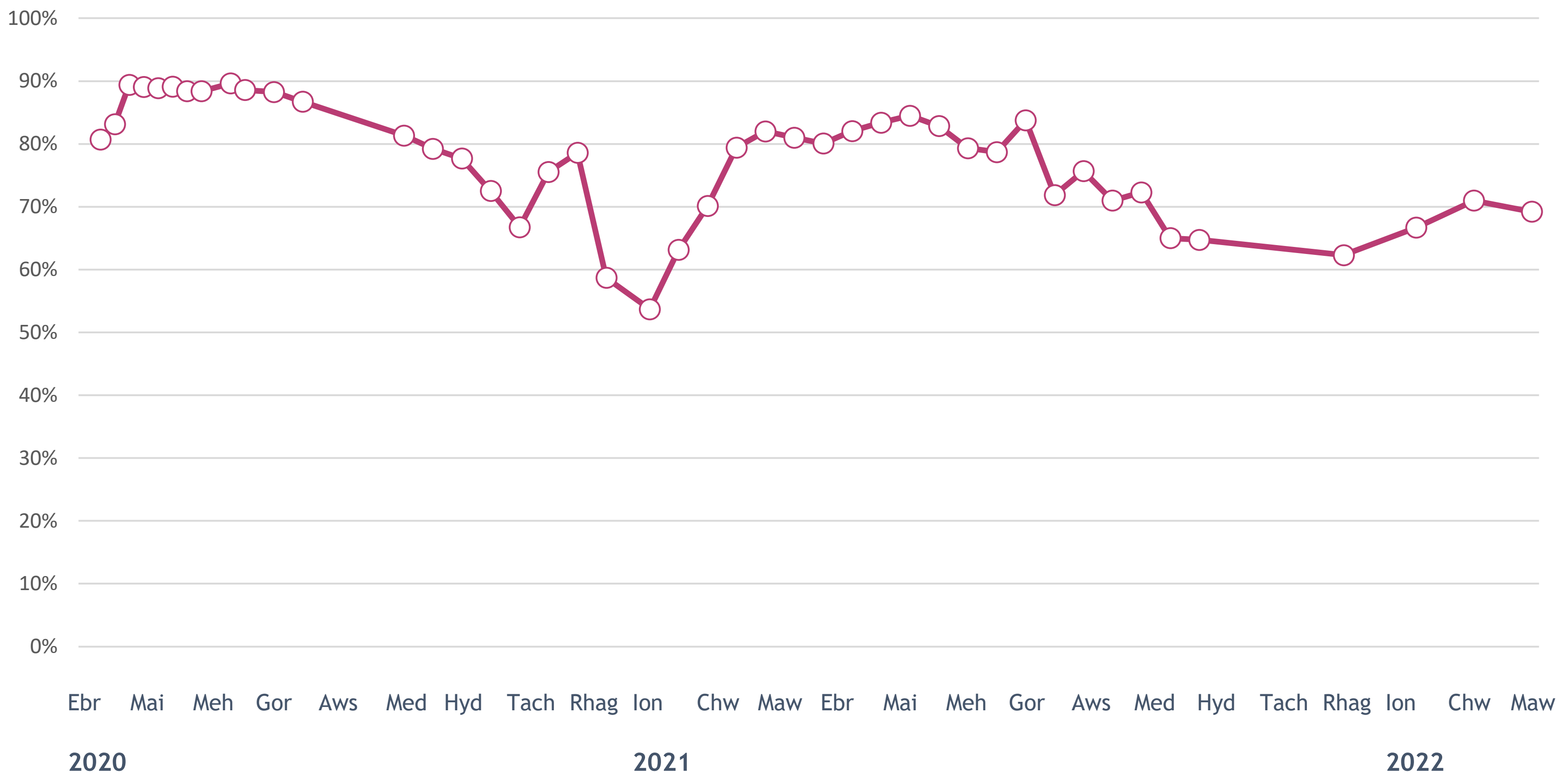
*Gofynnwyd i gyfranogwyr, yn ystod yr wythnos ddiwethaf, faint yr oeddent wedi bod yn poeni am eu sefyllfa ariannol; yr opsiynau ar gyfer ymateb oedd ddim o gwbl, ychydig a llawer.

n=27,523

Hyder yn y GIG

- Roedd hyder yn y GIG* yn uchel drwy gydol y rhan fwyaf o'r pandemig, er ei fod yn is yng ngaeaf 2021, a lleihaodd eto o haf 2021.
- Roedd gwahaniaethau bach ond sylweddol mewn hyder yn y GIG yn ôl rhywedd a grŵp oedran.

Cyfran wedi'i haddasu o bobl sy'n cytuno eu bod yn hyderus y byddai'r GIG yn gallu gofalu'n ddigonol amdanynt pe byddent yn mynd yn ddifrifol wael gyda'r Coronafeirws*



Trwy gwintel amddifadedd (ddim yn arwyddocaol)

Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.01)

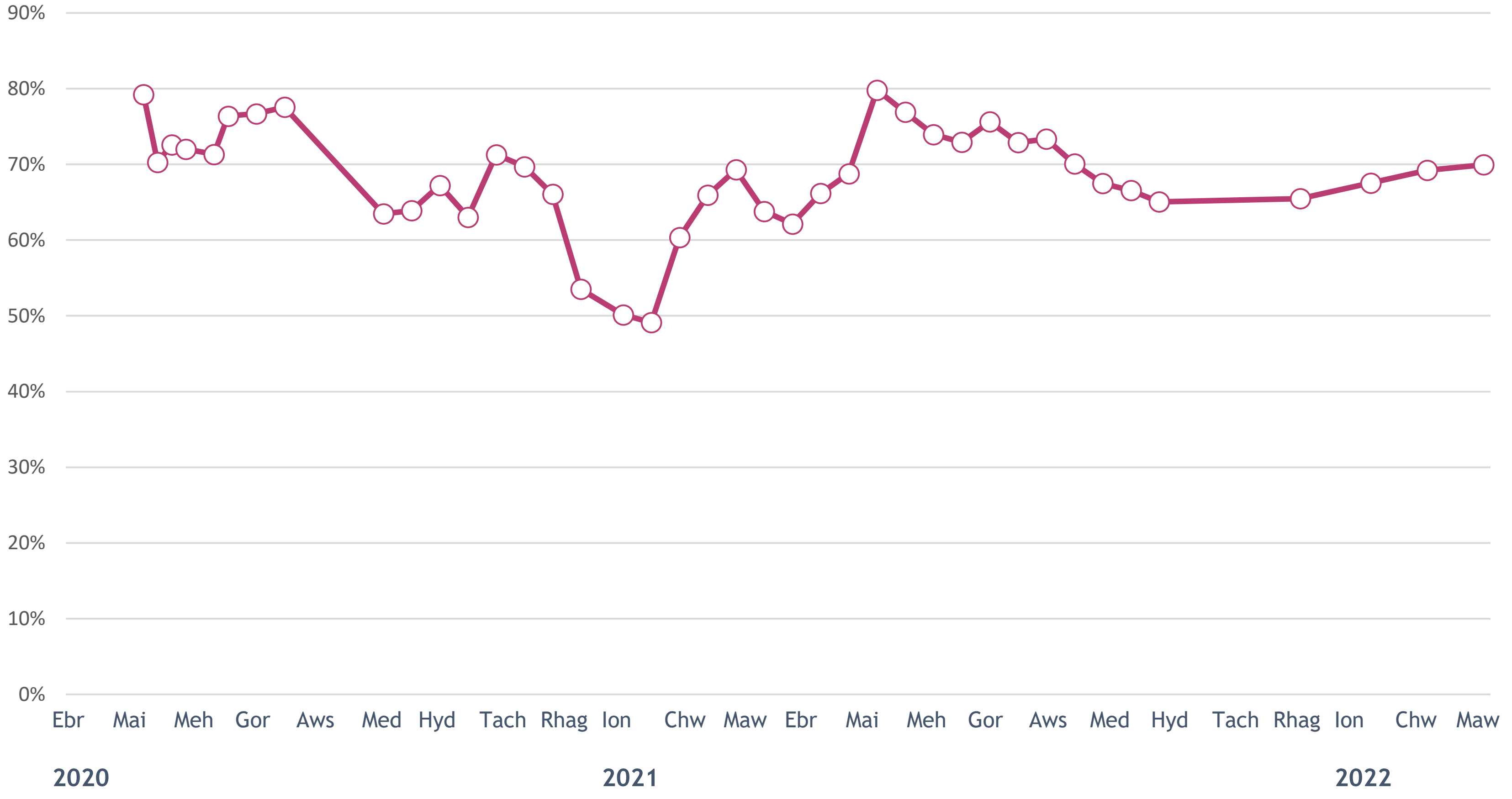
* Gofynnwyd i gyfranogwyr faint yr oeddent yn cytuno â'r datganiad, "Rydw i'n hyderus y byddai'r GIG yn gallu gofalu'n ddigonol amdanaf pe byddaf yn mynd yn ddifrifol wael gyda'r Coronafeirws." Mae'r rhai sy'n ymateb â cytuno'n gryf a cytuno (yn hytrach na ddim yn cytuno nac yn anghytuno, anghytuno neu anghytuno'n gryf) yn cael eu categoreiddio fel eu bod yn cytuno.

n=27,535

Ymateb Llywodraeth Cymru i'r pandemig

- Yn gyffredinol, cytunodd y rhan fwyaf o bobl fod Llywodraeth Cymru wedi ymateb yn dda i'r pandemig*, gyda gostyngiad i 50% yng ngaeaf 2021.
- Mae trigolion o'r cymunedau lleiaf difreintiedig, dynion ac oedolion iau wedi bod yn llai tebygol o fod yn fodlon ar ymateb Llywodraeth Cymru.

Cyfran wedi'i haddasu yn cytuno bod Llywodraeth Cymru wedi ymateb yn dda i'r pandemig*



Trwy gwintel amddifadedd (P<0.001)

Yn ôl rhyw (P<0.001)

Yn ôl grŵp oedran (P<0.001)

* Gofynnwyd i gyfranogwyr faint yr oeddent yn cytuno â'r datganiad, "Rydw i'n credu bod Llywodraeth Cymru yn ymateb yn dda i'r problemau a achosir gan y Coronafeirws." Cafodd y rhai sy'n ymateb â cytuno'n gryf a cytuno (yn hytrach na ddim yn cytuno nac yn anghytuno, anghytuno neu anghytuno'n gryf) eu categoreiddio fel eu bod yn cytuno.

n=25,092

Cyhoeddwyd 10fed Awst 2022

Ymholiadau

Data a Dadansoddeg

Yr Athro Karen Hughes

Cymorth Dadansoddol

Natasha Judd

Datblygydd yr Arolwg

Yr Athro Mark A Bellis

E-bost
Ymholiadau.cyffredinol@wales.nhs.uk

Ffôn
02920 227744

Wê
icc.gig.cymru

Polisi a Iechyd Rhyngwladol, Canolfan Gydweithredol Sefydliad Iechyd y Byd ar Fuddsoddi ar gyfer Iechyd a Llesiant

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

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

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

phwwhocc.co.uk

@phwwhocc Phwwhocc

Sut wyt ti?

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

icc.gig.cymru/sut-wyt-ti