Senedd Cymru | Welsh Parliament
Ymchwil y Senedd | Senedd Research

Gwneud y menopos yn rhan orfodol o'r cwricwlwm ar gyfer pob myfyriwr y gwyddorau gofal iechyd a meddygaeth

Y Pwyllgor Deisebau | 2 Rhagfyr 2024
Petitions Committee | 2 December 2024

Cyfeirnod: SR24/9803/3

Rhif y Ddeiseb: P-06-1480

Teitl y ddeiseb: Gwneud y menopos yn rhan orfodol o'r cwricwlwm ar gyfer pob myfyriwr y gwyddorau gofal iechyd a meddygaeth

Geiriad y ddeiseb: Mae tua 50 y cant o'r boblogaeth yn profi'r menopos. Mae amrywiaeth eang o symptomau a risgiau iechyd hirdymor yn gysylltiedig ag ef a all effeithio'n sylweddol ar iechyd corfforol a meddyliol, ac i rai pobl a all effeithio ar eu gallu i weithio, cymdeithasu, a chynnal iechyd a llesiant da.

Er gwaethaf hyn, prin yw'r addysg am y menopos yn ystod rhaglenni gofal iechyd a hyfforddiant meddygol yng Nghymru, ac nid oes gofyniad gorfodol i gynnwys y pwnc hwn.

Nid meddygon yn unig fydd yn gofalu am bobl sy'n profi symptomau'r perimenopos a'r menopos. O'r herwydd, yn ogystal â galw ar i bob myfyriwr meddygol gael ei addysgu am symptomau ac ymyriadau'r menopos, rydym hefyd yn galw am addysgu holl fyfyrwyr y gwyddorau gofal iechyd yng Nghymru. Bydd nyrsys, ffisiotherapyddion, deintyddion, optometryddion, fferyllwyr, radiograffwyr, ymarferwyr adrannau llawdriniaethau, therapyddion lleferydd ac iaith, a therapyddion galwedigaethol i gyd yn dod ar draws pobl sy'n profi'r menopos yn eu harfer proffesiynol. Bydd addysg orfodol yn galluogi

mwy o hyder a chymhwysedd wrth adnabod y perimenopos/menopos, ac yn gwella canlyniadau i gleifion.

Gall adnabod y perimenopos/menopos yn brydlon alluogi gweithwyr gofal iechyd a meddygol proffesiynol i rymuso cleifion i weithio mewn partneriaeth i reoli eu hiechyd eu hunain yn effeithiol, lleihau gwastraff drwy ragnodi diangen, a lleihau apwyntiadau ailadroddus ac atgyfeiriadau diangen ar adeg pan fo adnoddau yn y GIG yng Nghymru dan bwysau.

1. Y cefndir

Menywod yw 51 y cant o boblogaeth Cymru, a bydd pob un ohonynt yn wynebu'r menopos. Mae'r menopos yn rhan naturiol o heneiddio, ac yn digwydd pan fydd menyw yn peidio â chael mislif ac na fydd yn gallu beichiogi'n naturiol mwyach. Mae'r menopos yn digwydd pan fydd yr ofarïau'n rhoi'r gorau i gynhyrchu hormonau atgenhedlu, yn enwedig estrogen a progesteron. Mae'r symptomau'n cynnwys pyliau o wres, chwysu yn y nos, newidiadau mewn hwyliau, colli cof a methu canolbwyntio yn ogystal â chyflyrau hirdymor fel osteoporosis.

Fel arfer, mae menopos yn digwydd rhwng 45 a 55 oed, a'r cyfartaledd yw 51 oed yn y DU. Fodd bynnag, mae 1 o bob 100 o fenywod yn wynebu'r menopos cyn 40 oed; neu'r menopos cynamserol neu fethiant ofarïaidd cynamserol fel y'i gelwir. Gall menopos hefyd gael ei achosi yn llawfeddygol, pan fydd ofarïau menyw yn cael eu tynnu (oofforectomi), ac yn feddygol, pan roddir i fenyw gyffuriau newid hormonau o'r enw analogau hormon sy'n rhyddhau gonadotropin.

Er gwaethaf cyffredinolrwydd y menopos, mae Cymdeithas Menopos Prydain, Coleg Brenhinol yr Obstetryddion a'r Gynaecolegwyr a'r Gymdeithas Endocrinoleg yn dweud y bu diffyg cefnogaeth i fenywod sy'n mynd drwy'r cyfnod hwn. Maen nhw'n dweud bod llawer o fenywod yn dweud bod diffyg addysg a diffyg hyfforddiant ar y menopos ymhlith gweithwyr gofal iechyd proffesiynol.

Er mwyn mynd i'r afael â materion sy'n ymwneud â'r menopos, crëwyd Tasglu Menopos y DU gyda gweinidogion ac uwch-glinigwyr o'r pedair gwlad.

Wedi hynny, lluniwyd y Datganiad Ansawdd ar gyfer iechyd menywod a merched Gorffennaf 2022) gan Lywodraeth Cymru. Mae'n disgrifio'r hyn y mae disgwyl i fyrddau iechyd ei gyflawni fel:

- bydd byrddau iechyd yn gweithio gyda phartneriaid i ddatblygu ymhellach waith ymchwil, gwaith arloesi a gwaith ym maes addysg i alluogi gweithlu sydd wedi'i hyfforddi'n dda i ddarparu gofal clinigol o ansawdd uchel, sy'n seiliedig ar dystiolaeth ac sy'n gymwys o ran rhywedd a diwylliant.

Nodwyd mewn adroddiad darganfod gan GIG Cymru ar Iechyd Menywod yng Nghymru (Tachwedd 2022) fod ymatebwyr yn teimlo nad oedd eu gweithiwr gofal iechyd proffesiynol bob amser yn gwrando arnynt nac yn eu clywed. Roeddent yn teimlo y gellid gwneud mwy i wella eu profiad a bod angen gwell addysg a hyfforddiant ar feddygon teulu a gweithwyr gofal iechyd proffesiynol eraill.

Yn adroddiad Grŵp Gorchwyl a Gorffen Menopos Cymru Gyfan (Chwefror 2023), gwnaed argymhellion i Lywodraeth Cymru, megis:

- Mynediad amserol i weithiwr gofal iechyd proffesiynol sydd ag arbenigedd yn y menopos ym mhob clwstwr ymarfer cyffredinol; a
- Mynediad amserol i'r gwasanaethau menopos amlbroffesiynol sydd ar gael.

Mae Llywodraeth Cymru wedi pwysleisio pwysigrwydd y menopos mewn hyfforddiant meddygon teulu a datblygiad proffesiynol parhaus a ddarperir gan Addysg a Gwella Iechyd Cymru.

Sefydlodd Gweithrediaeth GIG Cymru Rwydwaith Clinigol Strategol Cenedlaethol ar gyfer Iechyd Menywod yn 2024 i ddatblygu cynllun iechyd menywod ar gyfer Cymru. Mae'r cynllun gwaith ar gyfer 2024/2025 yn ceisio cyfawni hyn drwy ddatblygu Datganiad Ansawdd y Llywodraeth ar gyfer Iechyd Menywod a Merched a'r Adroddiad Darganfod.

2. Camau gweithredu Senedd Cymru

Mae cwestiynau wedi eu gofyn yn y Senedd am y menopos. Er enghraifft,

- Rhannodd Laura Anne Jones AS o'r Ceidwadwyr ei phrofiad personol o'r menopos ym mis Mai 2024. Galwodd ar Lywodraeth Cymru i sicrhau bod gwell cymorth cyflogaeth ar gael i fenywod sy'n mynd drwy'r menopos.

- Gofynnodd yr AS Llafur Vikki Howells i Eluned Morgan AS, y Gweinidog Iechyd ar y pryd, am gefnogaeth i fenywod yng Nghymru sy'n profi'r menopos ym mis Mehefin 2021. Ymatebodd Eluned Morgan AS gan ddweud bod "Llywodraeth Cymru o ddifrif ynglŷn ag iechyd menywod, gan gynnwys materion yn ymwneud â'r menopos, ac yn disgwyl i bob bwrdd iechyd ddarparu ystod lawn o wasanaethau i fenywod sy'n profi'r menopos yn unol â chanllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Ragoriaeth mewn Iechyd a Gofal".

Trafododd y Pwyllgor Deisebau hefyd yn ddiweddar (Medi 2024) Ddeiseb P-06-1444: *Mae gan ferched Gogledd Cymru yr hawl i gael Gwasanaethau/Clinig Menopos yn Ysbyty Gwynedd.*

3. Ymateb Llywodraeth Cymru

Rhoddodd Llywodraeth Cymru ymateb i'r Ddeiseb ar 14 Tachwedd 2024 gan Jeremy Miles, Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd a Gofal Cymdeithasol.

Mae'r ymateb yn nodi, er bod gan bob prifysgol, cyfleuster meddygol ac ysgol feddygol faes llafur a rheoliadau eu hunain ar gyfer astudio cyrsiau mewn meddygaeth, rhaid iddynt ddilyn yr oruchwyliaeth a'r safonau cyffredinol a osodir gan y Cyngor Meddygol Cyffredinol (GMC). Mae'n nodi bod Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i wella gwasanaethau menopos. Mae'n cyfeirio at adroddiad 2023 gan Grŵp Gorchwyl a Gorffen Menopos Cymru Gyfan a Rhwydwaith Clinigol Strategol Cenedlaethol Gweithrediaeth y GIG ar gyfer Iechyd Menywod, ac mae'n nodi bod y rhwydwaith yn datblygu Cynllun Iechyd Menywod 10 mlynedd ar gyfer Cymru, a gyhoeddir ym mis Rhagfyr.

Mae'r ymateb yn nodi bod addysg ar iechyd a llesiant mislif ac atgenhedlu (gan gynnwys menopos) yn orfodol i blant oed ysgol yn y fframwaith Cwricwlwm i Gymru newydd.

Gwneir pob ymdrech i sicrhau bod yr wybodaeth yn y papur briffio hwn yn gywir adeg ei gyhoeddi. Dylai darllenwyr fod yn ymwybodol nad yw'r papurau briffio hyn o reidrwydd yn cael eu diweddaru na'u diwygio fel arall i adlewyrchu newidiadau dilynol.