

## **Y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol**

**HSC(4)-09-11 papur 4**

### **Ymchwiliad i Wasanaethau Lleihau'r Risg o Strôc - Tystiolaeth ysgrifenedig gan y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol**

1. Mae'r papur hwn yn rhoi tystiolaeth i'r Pwyllgor ynghylch: epidemioleg strôc / pwl o isgemia dros dro (TIA) yng Nghymru; polisïau ehangach i geisio lleihau'r risg o gael strôc; camau i fynd i'r afael â risgiau allweddol ar gyfer strôc; gweithgareddau codi ymwybyddiaeth; a datblygiadau yn y dyfodol.

#### **Strôc a TIA yng Nghymru**

2. Strôc yw un o brif achosion anabledd ymhlith oedolion yng Nghymru ac mae'n un o'r achosion marwolaeth mwyaf cyffredin. Er mai clefyd sy'n effeithio ar bobl hŷn yn bennaf yw strôc, gall effeithio ar bobl o unrhyw oedran.
3. Mae dros 65,000 o gleifion ar gofrestr strôc / TIA meddygon teulu Cymru, sy'n cyfateb i ryw 2% o'r boblogaeth<sup>1</sup>. Yn 2009/10, 118.08 i bob 100,000 o'r boblogaeth oedd nifer y derbyniadau brys i ysbytai yng Nghymru â strôc fel prif ddiagnosis. Gostyngodd y nifer rhwng 2002/03 a 2007/08 (o 151.89 i 122.70), cododd yn 2008/09 (130.76), ond gostyngodd eto yn 2009/10 (118.08).
4. Mae'n galonogol gweld o'r ffigurau marwolaethau fod tuedd ar i lawr o ran nifer y rhai sy'n marw o strôc. Yn 2009, bu farw 97 o bob 100,000 o bobl 65-74 oed o strôc. Mae hyn gryn dipyn yn is na'r targed Cynnydd mewn Iechyd o 135 o bob 100,000 erbyn 2012.<sup>2</sup>

#### **Camau ehangach Llywodraeth Cymru i leihau'r risg o gael strôc**

5. Mae lleihau'r risgiau o gael strôc yn dal yn flaenoriaeth i Lywodraeth Cymru ac mae'n elfen allweddol o'n strategaeth ehangach i fynd i'r afael â risgiau clefyd cardiofasgwlaidd. Er enghraifft, mae Fframwaith Gwasanaeth Cenedlaethol Cymru ar gyfer Clefyd y Galon (2009) yn nodi'r gofynion yn glir o ran atal, asesu risg a rheoli clefyd cardiofasgwlaidd.
6. Yn ddiweddarach, gofynnodd Llywodraeth Cymru i Iechyd Cyhoeddus Cymru fapio'r gwasanaethau presennol ar draws Cymru sy'n asesu pobl y mae perygl iddynt gael clefyd cardiofasgwlaidd, megis strôc, a rheoli'r ffactorau risg hyn. Gan ddefnyddio canlyniad yr ymarfer hwn, gofynnwyd i Iechyd Cyhoeddus Cymru argymhell ffyrdd o wneud y

<sup>1</sup> Ffynhonnell: Y Fframwaith Ansawdd a Chanlyniadau, [Contract ar gyfer Gwasanaethau Meddygol Cyffredinol: Ystadegau'r Fframwaith Ansawdd a Chanlyniadau, 2010-11](#)

<sup>2</sup> Ffynhonnell: Adroddiad Blynyddol y Prif Swyddog Meddygol 2010

gwasanaethau hyn yn fwy systematig a chydgyssylltiedig. Cyflwynwyd yr argymhellion hyn yn ddiweddar ac mae fy swyddogion yn paratoi cyngor yn eu cylch i mi gael ystyried y ffordd ymlaen.

7. Mae'r rhaglen 1000 o Fywydau a Mwy hefyd yn cyfrannu drwy ei gwaith i wella gwasanaethau TIA a hysbysu data clinigol allweddol. Bydd rheoli pobl sy'n cael TIA neu fân strôc yn effeithiol ac yn brydlon yn lleihau nifer y strociau yng Nghymru. Dangosodd archwiliad clinigol cenedlaethol diweddar na fydd pobl yn cael ymyriadau llawfeddygol yn dilyn TIA ac rydym yn paratoi i gydweithio â Byrddau Iechyd Lleol i roi sylw i hyn. Disgwyliaf weld gwelliannau sylweddol dros amser.
8. Mae gwaith mwy cyffredinol ar wella iechyd a lles pobl hŷn, yn codi o'r Strategaeth ar gyfer Pobl Hŷn, yn chwarae rhan hefyd. Er enghraifft, mae Llywodraeth Cymru'n cefnogi'r Rhaglen Heneiddio'n Iach a ddarperir gan Age Cymru. Rhaglen gwella iechyd ydyw sy'n cefnogi ac yn darparu mentrau megis *Gofal Piau Hi y Gaeaf Hwn*, a rhaglenni gweithgarwch corfforol ac ymwybyddiaeth o feddyginiaeth. Mae'r mentrau hyn yn amlwg yn cyfrannu at leihau'r risgiau o strociau mewn pobl hŷn.

### **Y Cynllun Gweithredu i Leihau'r Risg o Strôc**

9. Yng Nghylchlythyr Iechyd Cymru (2007) 58, a gyhoeddwyd gan Lywodraeth Cymru, pwysleisiwyd bod mynd i'r afael â strôc yn un o brif flaenoriaethau'r gwasanaeth iechyd yng Nghymru. Gofynnwyd i Fyrddau Iechyd Lleol adolygu gwasanaethau strôc a pharatoi cynlluniau gweithredu ffurfiol i fapio'r daith tuag at gydymffurfio â safonau cenedlaethol erbyn 2015.
10. Yng Nghylchlythyr Iechyd nesaf Cymru ((2007) 082), mynnwyd bod asesiad yn cael ei gynnal o fylchau yn yr adnoddau neu'r gwasanaethau a oedd ar gael yn lleol ac yn genedlaethol i geisio lleihau'r ffactorau risg ar gyfer strôc. Roedd y Rhaglen Gwella Gwasanaethau Strôc a sefydlwyd yn sgîl hynny yn cynnwys cam i fynd i'r afael â'r risg o gael strôc ac fe'i rhoddwyd ar waith gan Wasanaeth Iechyd Cyhoeddus Cenedlaethol Cymru fel un o ffrydiau gwaith y rhaglen honno.
11. Paratowyd adroddiad y ffrwd waith, "Hybu Iechyd Cardiofasgwlaidd: Y Cynllun Gweithredu i Leihau'r Risg o Strôc", yn 2010, er mwyn tynnu'r camau presennol at ei gilydd a'u cryfhau. Roedd yn canolbwyntio ar atal sylfaenol ond yn ystyried bod lleihau'r risg yn fater i'r holl lwybr gofal strôc.
12. Roedd y Cynllun yn ymdrin â'r boblogaeth gyfan, ac yn cynnwys camau i godi ymwybyddiaeth y cyhoedd o'r ffactorau risg ar gyfer pwysedd gwaed uchel, ffibrilio atrïaidd, TIA a strôc. Roedd y cynllun hefyd yn cyfeirio at ymyriadau penodol ar lefel yr unigolyn, megis y Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff, ac yn cynnwys cyfraniad fferyllfeydd cymunedol at redeg ymgyrchoedd iechyd y

cyhoedd, at gyfeirio at wasanaethau lleihau'r risg ac at gynnal adolygiadau o feddyginiaeth lle y bo'n briodol. Roedd holl gamau'r cynllun i gael eu cyflawni erbyn Mawrth 2012.

13. Mae'r cynnydd o ran cyflawni camau'r Cynllun Gweithredu i Leihau'r Risg o Strôc wedi bod yn gadarnhaol ar y cyfan, gyda nifer fawr o fentrau'n cyfrannu at y darlun cyffredinol. Mae nifer fach o gamau wedi'u gohirio neu wedi'u disodli gan ddatblygiadau diweddarach. Mae nifer o gamau wedi parhau ac wedi datblygu ar ôl y dyddiad cyflawni gwreiddiol.

### **Camau Llywodraeth Cymru i leihau Ffactorau Risg Penodol ar gyfer Strôc**

14. Mae fframwaith strategol Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd y cyhoedd, *Ein Dyfodol Iach*, yn nodi'r agenda a'r camau sydd eu hangen i wella iechyd a lles yng Nghymru. Mae gan bump o'r deg canlyniad sydd wedi'u blaenoriaethu yn *Ein Dyfodol Iach* gydberthynas uniongyrchol â lleihau'r ffactorau risg ar gyfer clefyd cardiofasgwlaidd a strôc:
- Llai o bobl yn ysmegu;
  - Mwy o bobl yn cymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol;
  - Llai o bobl yn bwyta'n afiach;
  - Gwell iechyd yn y gwaith; a
  - Lleihau annhegwch ym maes iechyd.
15. At hynny, mae'r Rhaglen Atal a Hybu Genedlaethol wedi nodi meysydd gweithredu iechyd y cyhoedd sy'n gallu cael effaith sylweddol ar y defnydd o adnoddau iechyd a gofal cymdeithasol dros gyfnod o dair i bum mlynedd. Mae'r meysydd hyn yn cynnwys lleihau'r baich a achosir gan ddefnyddio tybaco a chamddefnyddio alcohol a rheoli'r risg fasgwlaidd yn effeithiol – mae'r rhain i gyd yn berthnasol i leihau'r risg o gael strôc.
16. Adlewyrchir y blaenoriaethau hyn ar gyfer iechyd y cyhoedd yng nghamau penodol y Cynllun Gweithredu i Leihau'r Risg o Strôc. Fodd bynnag, mae'r gweithgarwch i fynd i'r afael â'r ffactorau risg hyn yn estyn y tu hwnt i gamau'r Cynllun Gweithredu ac amlinellir rhai datblygiadau allweddol isod.

### **Pwysedd gwaed**

17. Nododd Arolwg Iechyd Cymru 2010 fod nifer yr achosion cofnodedig o bwysedd gwaed uchel wedi cyrraedd 20%. Mae gweld y meddyg teulu yn gyfle i nodi a rheoli pwysedd gwaed uchel a ffactorau risg eraill megis ysmegu, lefelau colesterol a rhythmau afreolaidd y galon. Mae'r Fframwaith Ansawdd a Chanlyniadau (QOF) ar gyfer Meddygon Teulu yn hybu ac yn gwobrwyo gofal systematig rhagweithiol yn y meysydd hyn. Bydd Byrddau Iechyd Lleol yn sicrhau ansawdd y broses QOF ac yn

cydweithio â phractisau meddygon teulu i leihau gwahaniaethau a gwella canlyniadau. Mae nifer y cleifion yr edrychir ar bwysedd eu gwaed yn parhau i gynyddu, ac mae gan dros 88%<sup>3</sup> o gleifion sydd wedi cael strôc neu TIA yn y gorffennol gofnod fod pwysedd eu gwaed yn cael ei reoli i'r lefel a dargedwyd. Roedd y Set Wybodaeth Gofal Sylfaenol yn rhoi gwybodaeth gymharol i Fyrddau Iechyd Lleol i nodi cyfleoedd i wneud mwy o waith yn y maes hwn.

18. Yn ôl canllawiau'r Sefydliad Cenedlaethol dros Iechyd a Rhagoriaeth Glinigol, gall rhoi'r canllawiau pwysedd gwaed uchel ar waith arwain at arbedion sylweddol<sup>4</sup>. Bydd cadw at yr argymhellion yn costio mwy mewn cyffuriau, ond bydd y nifer ddisgwyliedig o ddigwyddiadau cardiofasgwlaidd (trawiadau ar galon a strociau) a gaiff eu hatal os rheolir pwysedd gwaed uchel yn well yn gorbwyso hynny.

## Tybaco

19. Nododd Arolwg Iechyd Cymru 2010 fod tua chwarter o oedolion (23%) yn dweud eu bod yn ysmegu ar y pryd. Bydd cysylltiad â thybaco yn cynyddu'r risg o gael amrywiaeth o gyflyrau, gan gynnwys strôc a chlefyd cardiofasgwlaidd. Bydd y risg yn cynyddu gyda phob sigarét a ysmygir. I lawer, rhoi'r gorau i ysmegu yw'r peth gorau y gallant ei wneud i wella'u hiechyd.
20. Mae cymryd camau i fynd i'r afael â'r niwed a achosir gan ysmegu yn dal yn flaenoriaeth i Lywodraeth Cymru. Un o brif themâu *Ein Dyfodol Iach* yw lleihau nifer y rhai sy'n ysmegu ac yn dod i gysylltiad â mwg ail-law. I wireddu hyn rydym newydd ymgynghori ar Gynllun Gweithredu drafft ar Reoli Tybaco, sy'n adeiladu ar ein rhaglen o gamau i atal pobl ifanc rhag dechrau ysmegu ac i helpu ysmegwyr sydd am roi'r gorau i'r arfer. Mae hefyd yn hybu amgylcheddau di-fwg, ond y nod penodol yw diogelu plant a lleihau annhegwch ym maes iechyd. Nod y Cynllun Gweithredu yw gostwng y lefelau ysmegu i 16% erbyn 2020. Rydym wrthi ar hyn o bryd yn ystyried yr ymatebion i'r ymgynghoriad ar Gynllun Gweithredu drafft Cymru ar Reoli Tybaco a byddwn yn lansio'r Cynllun diwygiedig ym mis Rhagfyr.
21. Mae Llywodraeth Cymru yn cefnogi'r gwasanaeth Dim Smygu Cymru, sy'n cael ei gyflenwi gan Iechyd Cyhoeddus Cymru. Gall ysmegwyr sydd am roi'r gorau gysylltu â Dim Smygu Cymru i gael arweiniad, cyngor, gwybodaeth a mynediad am ddim i gwnsela a grwpiau cymorth ledled Cymru. Nodwyd yn adroddiad blynyddol 2010/11 Dim Smygu Cymru fod tua 16,000 o bobl wedi cysylltu â'r gwasanaeth yn ystod y flwyddyn honno.

---

<sup>3</sup> Contract ar gyfer Gwasanaethau Meddygol Cyffredinol, Ystadegau'r Fframwaith Ansawdd a Chanlyniadau ar gyfer Cymru 2010-11 (Medi 2011)

<sup>4</sup> <http://www.nice.org.uk/usingguidance/benefitsofimplementation/costsavingsguidance.jsp>

## **Gordewdra (gan gynnwys deiet / yr halen a fwyteir a gweithgarwch corfforol)**

22. Nododd Arolwg Iechyd Cymru 2010 fod tua 3 o bob 5 oedolyn (57%) dros bwysau neu'n ordew, a bod tua 1 o bob 5 (22%) yn ordew. Nododd yr Arolwg hefyd mai tua 3 o bob 10 oedolyn (30%) a ddywedodd eu bod wedi bodloni'r canllawiau o ran gweithgarwch corfforol yn yr wythnos ddiwethaf.
23. Mae Llwybr Gordewdra Cymru Gyfan yn amlinellu'r pedair haen o wasanaethau sy'n anelu at atal a rheoli pwysau a gordewdra. Cefnogir y gwaith ataliol gan *Newid am Oes*, yr elfen marchnata cymdeithasol o ymateb ehangach Llywodraeth Cymru i helpu pobl i gyrraedd a chynnal pwysau iach. Rhaglen gwbl integredig yw *Newid am Oes*, a'i nodau yw creu'r amodau cywir i newid ymddygiad, targedu gwybodaeth yn gywir at deuluoedd mewn perygl a meithrin perthynas barhaus â hwy. I gychwyn, targedodd *Newid am Oes* deuluoedd â phlant ac mae dros 13,000 o deuluoedd wedi'u cofrestru yng Nghymru. Ym mis Hydref eleni, bydd *Newid am Oes* yn cael ei hestyn i ymdrin ag oedolion yn fwy cyffredinol ac rwyf yn cynnig ei bod yn ymdrin â chamddefnyddio alcohol o Wanwyn 2012.
24. Mae Llywodraeth Cymru yn parhau i ddarparu ymyriadau i geisio gwella deiet y boblogaeth, gan gynnwys lleihau'r halen a'r braster dirlawn a fwyteir. Mae'r gwaith sy'n cael ei wneud ar hyn o bryd yn cynnwys datblygu canllawiau ar ddarparu bwydydd a diodydd iachach ar gyfer lleoliadau sector cyhoeddus megis ysbytai, canolfannau hamdden a lleoliadau ieuenctid – bydd y rhain yn cael eu cyhoeddi cyn bo hir.
25. Mae'r Cynllun Cenedlaethol i Atgyfeirio Cleifion i Wneud Ymarfer Corff (NERS) yn cynnwys cleifion gordewdra a strôc, yn unol â Chanllawiau Clinigol Cenedlaethol Coleg Brenhinol y Ffisigwyr ar gyfer Strôc (2008) sy'n argymhell y canlynol yn yr adran ar adsefydlu: 'After stroke, all patients should participate in aerobic training unless there are contraindications unrelated to stroke.' Atgyfeiriwyd dros 23,000<sup>5</sup> o gleifion rhwng 1 Ebrill 2010 a 31 Mawrth 2011. Mae'r gwerthusiad o NERS a gyhoeddwyd yn 2010 yn cadarnhau cost-ffeithiolrwydd y cynllun. Gan ddefnyddio Blynnyddoedd Oes yr Addaswyd eu Hansawdd (QALY) i fesur effeithiolrwydd, cafwyd cost fesul QALY o £12,111, sy'n is o lawer na throthwy NICE o £20,000-£30,000.

## **Alcohol**

26. Gall alcohol fod yn ffactor risg ac yn ffordd o atal strôc. Bydd goryfed mewn pyliau ac yfed llawer o alcohol yn cynyddu risg rhywun o gael pwysedd gwaed uchel a strociau isgemig a gwaedliniol. Fodd bynnag, gall yfed ychydig bach o alcohol neu yfed alcohol yn gymedrol gael

---

<sup>5</sup> Seiliedig ar wybodaeth reoli'r rhaglen NERS

effaith gadarnhaol ar y risg o gael strôc drwy gynyddu'r colesterol HDL a lleihau tuedd y gwaed i glotio.

27. Nododd Arolwg Iechyd Cymru 2010 fod tua 2 o bob 5 oedolyn (44%) yn dweud eu bod wedi yfed mwy nag a argymhellir ar o leiaf un diwrnod yn yr wythnos ddiwethaf, a bod tua chwarter (27%) yn dweud eu bod wedi goryfed mewn pyllau. Mae ein Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau i Gymru – Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed 2008-2018 – yn rhoi blaenoriaeth uchel i fynd i'r afael â chamddefnyddio alcohol. Mae'r cynllun cyflawni yn cynnwys ystod o gamau sydd wedi'u targedu'n benodol at fynd i'r afael â'r niweidiau sy'n gysylltiedig ag alcohol. Yn rhan o'r Cynllun Cyflawni, mae Llywodraeth Cymru yn darparu ymyriadau ar lefel y boblogaeth yn ogystal ag ar lefel yr unigolyn, megis ymyriadau byr i fynd i'r afael â'r niwed a achosir gan alcohol.
28. Mae gwerthusiadau o ymyriadau byr wedi dangos yn gyson eu bod yn un o'r ffyrdd mwyaf effeithiol o leihau yfed problemus. Bydd Llywodraeth Cymru yn parhau i hybu cyfleoedd ar gyfer ymyriadau byr mewn perthynas ag alcohol mewn gofal sylfaenol ac eilaidd.

### **Ffibrilio Atriaidd**

29. Mae'r rhaglenni sgrinio cenedlaethol sydd ar gael yng Nghymru, a gweddill y DU, ar gyfer y boblogaeth yn seiliedig ar gyngor arbenigol a ddarperir gan Bwyllgor Sgrinio Cenedlaethol y DU (NSC y DU). Polisi NSC y DU ar hyn o bryd yw nad yw'n argymhell sgrinio ar gyfer ffibrilio atriaidd. Fodd bynnag, mae'r polisi hwn yn cael ei adolygu a bydd un newydd yn barod erbyn Mawrth 2012. Mae Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru yn aelodau o NSC y DU a chânt wybod am ddatblygiadau.
30. Fodd bynnag, dengys y dystiolaeth fod rheoli Ffibrilio Atriaidd yn brydlon yn llesol i gleifion ac yn lleihau'r risg o gael strôc. Yn rhan o 1000 o Fywydau a Mwy, mae'r Gwasanaeth Ansawdd a Gwybodaeth Gofal Sylfaenol wedi llunio canllaw ar arferion fel y gellir darparu gofal yn unol â'r dystiolaeth gyfredol orau sydd ar gael. Mae'r gwaith hwn yn cynnwys mynd ati'n gynnar i nodi a rheoli ffibrilio atriaidd symptomatig ac ansymptomatig.
31. Mae practisau'n cael eu gwahodd i gymryd rhan yn y gwaith o wella Ffibrilio Atriaidd, yn rhan o gyfres o ddigwyddiadau dysgu sy'n cael eu cynnal yn lleol.

### **Ymgyrchoedd a gweithgareddau i godi ymwybyddiaeth o ffactorau risg clefyd cardiofasgwlaidd a strôc**

32. Mae'r angen i godi ymwybyddiaeth ymhlith y boblogaeth o'r risgiau sy'n gysylltiedig â chlefyd cardiofasgwlaidd, gan gynnwys strôc, yn elfen

allweddol o weithgarwch Llywodraeth Cymru. Adlewyrchir hyn yn y Rhaglen Lywodraethu, sy'n cynnwys ymrwymiad i gynnal ymgyrch flynyddol dros gyfnod y Llywodraeth hon, i fynd i'r afael â'r pum blaenoriaeth fwyaf ar gyfer iechyd y cyhoedd yng Nghymru (gordewdra, ysmegu, beichiogrwydd yn yr ardegau a chamddefnyddio cyffuriau ac alcohol).

33. Mae nifer o fentrau eisoes wedi'u sefydlu i godi ymwybyddiaeth o'r prif risgiau. Yn Ebrill 2008 cynhaliodd y Gymdeithas Strôc ymgyrch Gymru gyfan, i gefnogi Her Iechyd Cymru, yn rhan o'i hymdrechion i godi ymwybyddiaeth y cyhoedd o symptomau strôc. Cyhoeddwyd hysbysebion mewn ugain wythnosolyn yn annog pobl i weithredu'n gyflym, gan ddefnyddio'r prawf FAST, os byddent yn amau bod rhywun yn cael strôc. Dywedodd y Gymdeithas Strôc fod 3.5 gwaith yn fwy o bobl yn gyfarwydd â'r prawf FAST yn dilyn yr ymgyrch un wythnos. At hynny, nod yr ymgyrch radio 'Pwyso a Mesur eich Risg', a gynhaliwyd yn Ionawr 2009, oedd tynnu sylw at y ffaith fod cadw pwysau eich corff yn iach yn gallu gostwng pwysedd gwaed a lefelau colesterol uchel, gan leihau'r risg o strôc.
34. Ym Mawrth 2011 cynhaliwyd yr ymgyrch 'Gofynnwch Gyntaf' mewn partneriaeth â'r Gymdeithas Strôc i godi ymwybyddiaeth y cyhoedd. Roedd yr ymgyrch yn cynnwys hysbysebion radio a digwyddiadau profi yng ngweithleoedd rhwydwaith y Safon Iechyd Gorfforaethol, yn ogystal â phosteri mewn fferyllfeydd, arosfannau bysiau a phractisau meddygon teulu.
35. Rydym hefyd wedi nodi nifer o faterion codi ymwybyddiaeth sydd wedi'u hanelu at gynulleidfaoedd penodol:

#### Gweithleoedd

36. Mae Llywodraeth Cymru ac Iechyd Cyhoeddus Cymru yn rhoi gwybodaeth i gyflogwyr ar y risg o glefyd cardiofasgwlaidd drwy Gymru lach ar Waith, sy'n trefnu digwyddiadau ymgysylltu â chyflogwyr ac yn cyhoeddi e-gylchlythyrau ac e-fwletinau. At hynny, cyfeirir cyflogwyr at ddeunyddiau cymorth cyrff sy'n bartneriaid, gan gynnwys Sefydliad Prydeinig y Galon a'r Gymdeithas Strôc.
37. Yn rhan o'r ymgyrch 'Gofynnwch Gyntaf', cynhaliwyd 15 o ddiwrnodau atal strôc gyda chyflogwyr, gan gynnwys Grŵp Yswiriant Admiral, Tata Steel, HSBC, John Lewis, Lloyds TSB a GE Aviation, a grwpiau pobl dduon a lleiafrifoedd ethnig ar draws Cymru. Profwyd 500 o unigolion am bwysedd gwaed uchel a Ffibrilio Atriaidd.

#### Lleoliadau Addysgol

38. Y peth gorau, os ydym am newid ymddygiad, yw cyflwyno negeseuon ataliol sylfaenol yn gynnar, a rhaid i'r amgylchedd ategu'r negeseuon

hynny. Mae'r Cynlluniau Ysgolion Iach – Rhwydwaith Cymru (WNHSS) yn cynnig fframwaith ar gyfer ymagwedd ysgol gyfan at iechyd, sy'n cynnwys gweithredu ar y ffactorau risg ar gyfer strôc. Mae dros 99% o ysgolion a gynhelir yn rhan o WNHSS ac rydym wrthi ar hyn o bryd yn estyn y dull i leoliadau cyn-ysgol.

### **Datblygiadau yn y Dyfodol**

39. Mae polisiâu cyfredol Llywodraeth Cymru wedi ceisio lleihau'r risgiau sy'n gysylltiedig â chlefyd cardiofasgwlaidd, gan gynnwys strôc, drwy ganolbwyntio ar y prif ffactorau risg, gan gynnwys tybaco, deiet, gweithgarwch corfforol, alcohol a phwysedd gwaed.
40. Mae lleihau'r risg o gael strôc yn dal yn flaenoriaeth i Lywodraeth Cymru yng nghyd-destun gwella iechyd cardiofasgwlaidd yn gyffredinol ac iechyd a lles pobl hŷn. Er bod cynnydd sylweddol wedi'i wneud, cydnabyddwn y bydd angen cymryd mwy o gamau yn y blynyddoedd nesaf – adlewyrchir hynny yn y Rhaglen Lywodraethu.
41. Er enghraifft, mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i gychwyn rhaglen o archwiliadau iechyd blynyddol, dan arweiniad meddygon teulu, nyrsys practis, fferyllwyr a phroffesiynolion iechyd eraill, ar gyfer pawb dros 50 oed. Gallai archwiliadau iechyd fod yn ffordd bwysig o nodi a delio'n gynharach â phroblemau posibl yng nghyd-destun lleihau'r risg o gael strôc. Mae swyddogion wrthi'n cyflawni gwaith cwmpasu cychwynnol a chyn bo hir byddaf yn ystyried yr opsiynau cyntaf ar gyfer cyflenwi archwiliadau iechyd i bobl dros 50.
42. At hynny bydd materion yn ymwneud ag atal a lleihau'r risg o strôc yn rhan bwysig o ddatblygiadau yn y dyfodol, a byddant yn ymddangos yn y Cynllun Cyflawni Cenedlaethol ar gyfer Strôc, y mae Llywodraeth Cymru wrthi'n ei ddatblygu ar gyfer y cyfnod 2011-12 hyd 2015-16. Bydd hyn yn nodi'r canlyniadau a ddymunwn ar gyfer poblogaeth Cymru o ran mynd i'r afael â strôc, ac yn arwain ac yn cyfarwyddo'r camau a gymerir gan y GIG. Yn rhan o'r gwaith hwn, byddaf yn edrych yn ofalus i weld pa arweiniad strategol a gwaith partneriaeth y bydd eu hangen yn y dyfodol i helpu'r GIG i gyflawni fy nodau ar gyfer lleihau niferoedd y strociau a gwella ansawdd gofal strôc.