

National Assembly for Wales / Cynulliad Cenedlaethol Cymru
[Health and Social Care Committee / Y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol](#)

[Public Health \(Wales\) Bill / Bil Iechyd y Cyhoedd \(Cymru\)](#)

Evidence from the Older People's Commissioner for Wales – PHB 32 /

Tystiolaeth gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru – PHB 32



Older People's Commissioner for Wales
Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru

Ymateb gan Gomisiynydd Pobl Hŷn Cymru

i

ymgyngoriad Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar Fil Iechyd y Cyhoedd (Cymru)

Medi 2015

Am fwy o wybodaeth ynghylch yr ymateb hwn, cysylltwch os gwelwch yn dda â:

Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru,
Adeiladau Cambrian,
Sgwâr Mount Stuart,
Caerdydd, CF10 5FL

Ynghylch y Comisiynydd

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru yn llais ac yn eiriolwr annibynnol ar gyfer pobl hŷn drwy Gymru, sy'n sefyll ac yn siarad ar eu rhan. Mae hi'n gweithio i sicrhau bod y rhai hynny sy'n fregus ac mewn risg yn cael eu cadw'n ddiogel, ac yn sicrhau bod gan bobl hŷn lais sy'n cael ei glywed, a bod ganddyn nhw ddewis a rheolaeth, ac nad ydyn nhw'n teimlo'n unig nac yn dioddef gwahaniaethu, a'u bod yn derbyn y cymorth a'r gwasanaethau y maen nhw eu hangen. Mae gwaith y Comisiynydd yn cael ei sbarduno gan yr hyn y mae pobl hŷn yn ei ddweud sydd o'r pwys mwyaf iddyn nhw, ac mae'u lleisiau wrth galon popeth y mae hi'n ei wneud. Mae'r Comisiynydd yn gweithio i wneud Cymru yn le da i heneiddio - nid i rai pobl yn unig, ond i bawb.

Mae Comisiynydd Pobl Hŷn yn:

- Hyrwyddo ymwybyddiaeth o hawliau a buddiannau pobl hŷn yng Nghymru.
- Herio gwahaniaethau yn erbyn pobl hŷn yng Nghymru.
- Annog ymarfer gorau wrth drin pobl hŷn yng Nghymru.
- Adolygu'r gyfraith sy'n effeithiau ar fuddiannau pobl hŷn yng Nghymru.

Ymgynghoriad Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar Fil Iechyd y Cyhoedd (Cymru)

1. Fel Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru, rydw i'n croesawu'r cyfle i ymateb i ymgynghoriad Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cynulliad Cenedlaethol Cymru ar Fil Iechyd y Cyhoedd (Cymru)¹.
2. Ceir bron i 800,000 o bobl 60 oed a hŷn yng Nghymru, sef dros chwarter o'r boblogaeth, ac, yn yr ugain mlynedd nesaf, disgwylir y bydd hyn yn fwy nag un filiwn o bobl. Dylid gweld y ffaith mai cenedl o bobl hŷn yw Cymru fel rhywbeth cadarnhaol.
3. Tra bod y Bil yn cynnwys rhai cynigion a ddylai helpu i gynnal iechyd a lles pobl hŷn, credaf fod diffyg uchelgais yn y Bil ac nid yw'n ymdrin â phroblemau iechyd cyhoeddus gwirioneddol sydd o bwys i bobl hŷn drwy Gymru.
4. Mae angen Bil sydd yn fwy rhagweithiol ac uchelgeisiol er mwyn hyrwyddo'r buddion o ffordd iach o fyw ym mhob un o'r grwpiau oedran. Rhaid i'r Bil sbarduno gwelliannau mewn darparu gwasanaethau ac ymdrin â'r heriau iechyd cyhoeddus ar y strydoedd mawr yng Nghymru sy'n cael effaith niweidiol ar iechyd a lles pobl hŷn. Mae'r sialensau yma yn cynnwys, fel enghreifftiau, sefydliadau yfed (mae un ymhob pump person dros 65 oed yn yfed lefelau peryglus o alcohol ar lefel y DU²), siopau betio (mae hapchwarae ymysg pobl 55 oed a hŷn yn parhau'n bryder³), siopau benthyciadau diwrnod cyflog (mae'r twf mewn darparwyr o'r fath yn cyfrannu at fwy o ddyledion ymysg pobl hŷn⁴), a siopau bwyd cyflym (ar lefel y DU, mae 32% o ferched 65 oed a hŷn yn rhy

¹ <http://www.senedd.cynulliad.wales/mgConsultationDisplay.aspx?id=181&RPID=662102&cp=yes>

² <http://www.theguardian.com/society/2015/aug/24/over-65s-unsafe-alcohol-consumption-drinking-study>

³ <http://www.gamblingcommission.gov.uk/pdf/Trends-in-gambling-participation-2008-2014.pdf>

⁴ http://www.ageuk.org.uk/Documents/EN-GB/For-professionals/Policy/ageuk_ilc_debt_report_summary_040613.pdf?dtrk=true

drwm, tra bod 54% o ddynion yn yr un grŵp oedran hefyd yn rhy drwm⁵).

5. Mae pobl hŷn yn asedau hanfodol, sy'n werth dros £1bn i economi Cymru yn flynyddol ar hyn o bryd⁶. Mae gan Fil Iechyd y Cyhoedd ran hanfodol i chwarae mewn sefydlu 'cylch rhinweddol'; cynnal annibyniaeth pobl hŷn, sicrhau eu bod yn gallu parhau i gyfrannu at y gymdeithas, yr economïau lleol a chenedlaethol, a lleihau dibyniaeth ar wasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol sydd eisoes o dan bwysau sylweddol. Dylai'r Bil hyrwyddo model ataliol sy'n canolbwyntio ar ganlyniadau ac yn helpu i ddatgloi potensial anferth pobl hŷn i gymunedau ac economïau drwy Gymru.
6. Dylai'r Bil ategu a symud Strategaeth ar gyfer Pobl Hŷn 2013-2023⁷ ymlaen yn ogystal â phlethu'r ddau sbardun deddfwriaethol a ddylai helpu i wella bywydau pobl hŷn drwy Gymru, sef Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru) 2014⁸, a Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (LICD) (Cymru) 2015⁹.
7. Yn ogystal, dylai gyfrannu tuag at flaenoriaethau fy Fframwaith Gweithredu 2013-17, yn arbennig felly, drwy sicrhau bod iechyd a llesiant pobl yn cael eu hystyried drwy'r holl bolisïau a'r portffolios ('Ymwreiddio llesiant pobl hŷn wrth galon gwasanaethau cyhoeddus'), gweithio tuag at ddull ataliol sy'n integreiddio gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol ('Codi ansawdd, ac argaeledd a mynediad at, iechyd a gofal cymdeithasol'), ac yn cydnabod bod cyfleusterau cyhoeddus a gwasanaethau anstatudol eraill yn asedau iechyd cymdeithasol hanfodol ('Diogelu a gwella gwasanaethau, cyfleusterau ac isadeiledd cymunedol')¹⁰.

Darparu Cyfleusterau Cyhoeddus

⁵ http://www.ageuk.org.uk/Documents/EN-GB/Factsheets/Later_Life_UK_factsheet.pdf?dtrk=true

⁶ http://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Uploads/Pwysigrwydd_ac_Effaith_gwasanaethau_Cymunedol_yng_Nghymru.sflb.ashx

⁷ <http://gov.wales/docs/dhss/publications/130521olderpeoplestrategycy.pdf>

⁸ <http://gov.wales/topics/health/socialcare/act/?skip=1&lang=cy>

⁹ <http://gov.wales/legislation/programme/assemblybills/future-generations/?skip=1&lang=cy>

¹⁰ http://www.olderpeoplewales.com/wl/Publications/pub-story/13-05-23/Framework_for_Action.aspx#.Vdx32CVVikp

8. Mae'r cynnig i Awdurdodau Lleol baratoi a chyhoeddi strategaethau cyfleusterau cyhoeddus lleol yn cael ei groesawu; fodd bynnag, nid yw'n mynd mor bell â gorfodi Awdurdodau Lleol i ddarparu a chynnal a chadw cyfleusterau cyhoeddus. Yn anaml y mae pobl hŷn yn gofyn am strategaethau, ac yn lle hynny, maen nhw angen ymrwymadau a champau gweithredu cadarn er mwyn sicrhau y gallan nhw barhau â'u bywydau beunyddiol a pharhau mewn cysylltiad â'u cymunedau drwy ddarparu cyfleusterau cyhoeddus a gwasanaethau anstatudol eraill. Mae gan bobl hŷn yng Nghymru'r hawl i ddisgwyl mynediad at gyfleusterau cyhoeddus glân a hygyrch sydd ar agor.
9. Fel yr wyf wedi pwysleisio a thynnu sylw ato'n gyson yn fy adroddiad ar 'Bwysigrwydd ac Effaith Gwasanaethau Cymunedol yng Nghymru'¹¹, mae cyfleusterau cyhoeddus a gwasanaethau cymunedol eraill yn asedau anhepgor ac maen nhw'n hollol hanfodol er mwyn cynnal iechyd, annibyniaeth a llesiant pobl hŷn.
10. Mae darparu cyfleusterau cyhoeddus da yn anghenraid ar gyfer iechyd cyhoeddus. Mae cau cyfleusterau cyhoeddus yn effeithio ar iechyd corfforol (mae pobl hŷn yn fwy tebygol o ddioddef o anymataliaeth y bledren neu'r coluddyn), iechyd meddwl (gall yr ofn o fethu â chael mynediad at gyfleusterau cyhoeddus arwain at arwahanrwydd ac iselder), ac iechyd amgylcheddol (mae'r risg o haint o faeddu'r stryd yn cynyddu wrth gau cyfleusterau cyhoeddus). Mae cau neu leihau mynediad at gyfleusterau cyhoeddus yn niweidiol i iechyd y cyhoedd ac mae'n cael effaith niweidiol ar yr economi, gyda phobl hŷn, yn cynnwys preswylwyr lleol, ymwelwyr a thwristiaid, yn llai tebygol o ymweld â'r lleoedd.
11. Fel y mae'r Memorandwm Esboniadol yn cydnabod, gwyddys bod darpariaeth wael o gyfleusterau cyhoeddus yn cael effeithiau negyddol penodol ar bobl hŷn, ac effeithiau anghymesur

¹¹ http://www.olderpeoplewales.com/wl/news/news/14-02-25/The_Importance_and_Impact_of_Community_Services_within_Wales.aspx#.VxduCCWikip

yn aml. Ni fydd llawer o bobl hŷn yn gadael eu cartrefi heb y sicrwydd o allu cael mynediad at gyfleuster cyhoeddus yn eu pentref, tref neu ddinas pan maen nhw ei angen¹². Mae cau gyfleusterau cyhoeddus drwy Gymru wedi cael effaith anferth ar iechyd corfforol a meddyliol pobl hŷn. Caeodd bron i 20% o gyfleusterau cyhoeddus sy'n cael eu rheoli gan Awdurdodau Lleol rhwng 2004 a 2013, gan wneud pobl hŷn yn fwy tueddol o ddioddef unigrwydd ac arwahanrwydd cymdeithasol, a'u bod angen pecynnau iechyd a gofal cymdeithasol costus¹³.

12. Mae'r cynnig am gyfleusterau cyhoeddus i gynnwys gyfleusterau newid i fabanod a lleoedd newid i unigolion anabl yn cael ei groesawu, ond gall fynd yn llawer pellach. Mae'n rhaid i gyfleusterau cyhoeddus fod yn lleoedd glân, diogel a hygyrch i bobl hŷn ac eraill, gyda chanllawiau, rampiau ar gyfer cadeiriau olwyn a chymhorthion gweledol a chlywedol ar gyfer y rhai hynny sydd gyda phroblemau symudedd a nam ar y synhwyrau.
13. Mae'r cynnig i Awdurdodau Lleol ymgynghori â rhanddeiliaid lleol yn cael ei groesawu, a fel rwy'n pwysleisio yn fy Nghlanllaw Ymarfer Gorau ar gyfer Ymgysylltu ac Ymgynghori¹⁴, rydw i'n llawn ddisgwyl bod pobl hŷn drwy Gymru yn cael pob cyfle i leisio eu hanghenion a'u pryderon. Fel defnyddwyr rheolaidd o wasanaethau cymunedol, mae pobl hŷn yn 'arbenigwyr drwy brofiad' ac maen nhw mewn lle gwell i fesur effeithiolrwydd y ddarpariaeth gyfleusterau cyhoeddus lleol.
14. Mae'n rhaid i'r gofyniad i Awdurdodau Lleol asesu'r angen lleol am gyfleusterau cyhoeddus gael ei gefnogi gan adnoddau digonol. Rydw i'n hollol ymwybodol o'r heriau ariannol llwm sy'n wynebu Awdurdodau Lleol ac rydw i'n cefnogi'r holl ymdrechion i'w darparu gyda'r adnoddau sydd eu hangen er mwyn darparu cyfleusterau cyhoeddus. Nid wyf wedi cael fy argyhoeddi bod y

¹² <http://www.assembly.wales/laid%20documents/pri-ld10224-em/pri-ld10224-em-w.pdf>

¹³ <http://www.itv.com/news/wales/2014-06-30/public-toilet-closures-in-wales-shortsighted/>

¹⁴ http://www.olderpeoplewales.com/en/news/news/14-07-01/Canllawiau_ymarfer_gorau_ar_gyfer_ymgysylltu_ac_ymgynghori_%C3%A2_phobl_h%C5%B7n_ar_newidiau_i_wasanaethau_cymunedol_yng_Nghymru.aspx

Cynllun Grantiau Cyfleusterau Cymunedol blaenorol, trwy'r hwn y mae'r cyhoedd yn gallu defnyddio cyfleusterau mewn busnesau lleol, yn fodel a all ddisodli'r ddarpariaeth o gyfleusterau cyhoeddus yn ddigonol.

15. Mae pobl hŷn wedi fy hysbysu eu bod yn aml yn teimlo'n anniddig neu'n annifyr am ddefnyddio Cynlluniau Cyfleusterau Cymunedol, ac yn lle hynny, maen nhw angen cyfleusterau cyhoeddus dibynadwy a hygyrch. Ymhellach na hynny, mae ymgyrch Senedd Pobl Hŷn Cymru 'P am Pobl' wedi darganfod y byddai 85% o ymatebwyr yn fodlon talu swm bychan er mwyn ddefnyddio cyfleuster cyhoeddus¹⁵.
16. Fel rhan o'r Rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru¹⁶, mae'r holl Awdurdodau Lleol wedi arwyddo Datganiad Dulyn, ymrwymiad er mwyn sefydlu cymunedau cyfeillgar i oed yn eu hardal. Mae darparu cyfleusterau cyhoeddus digonol yn chwarae rhan allweddol mewn sefydlu cymunedau o'r fath, ac mae'n rhaid i'r Bil fynd ymhellach er mwyn sicrhau bod pobl hŷn ac eraill yn cael mynediad at gyfleusterau cyhoeddus drwy Gymru.

Sylwadau Cyffredinol

17. Y tu hwnt i ddarparu cyfleusterau cyhoeddus, ychydig iawn o gyfeiriad at bobl hŷn a geir yn y Bil a'r Memorandwm Esboniadol. Cyfle sydd wedi'i golli yw'r Bil yn nhermau ymdrin â'r amrediad o broblemau iechyd cyhoeddus sydd o bwys i bobl hŷn. Mae'r rhain yn cynnwys y canlynol:
 - **Unigrwydd ac Arwahanrwydd:** Problem iechyd cyhoeddus ddifrifol sy'n effeithio ar nifer cynyddol o bobl hŷn drwy Gymru, ac sydd wedi'i gwaethygu wrth gau gwasanaethau cymunedol 'hanfodol i fywyd' megis bysiau cyhoeddus, cyfleusterau cyhoeddus, llyfrgelloedd, canolfannau dydd, pryd ar glud a chynlluniau cyfeillio. Gall unigrwydd effeithio yn ddifrifol ar

¹⁵ <http://www.welshsenateofolderpeople.com/Documents/P%20is%20for%20People%20Questionnaire.pdf>

¹⁶ <http://www.ageingwellinwales.com/wl/home>

lesiant corfforol ac iechyd meddwl unigolyn, ac mae'n cael effaith ar farwolaethau sy'n debyg mewn maint i ysmegu 15 sigarét y dydd¹⁷.

Amcangyfrifir bod mwy na 75% o ferched a thraean o ddynion dros 65 oed yn byw ar eu pennau eu hunain. Heb allu gadael eu cartrefi, neu gyda llai o ymweliadau gan weithwyr cymunedol a darparwyr gwasanaethau, bydd nifer cynyddol o bobl hŷn yn dioddef o unigrwydd ac arwahanrwydd, sy'n arwain at effeithiau niweidiol i'w hiechyd meddwl a dod i gysylltiad cynyddol â chamddefnyddio alcohol. Mae angen ymdrin â'r 'lladdwyr tawel' hyn fel mater o frys, ac oherwydd hyn mae Unigrwydd ac Arwahanrwydd yn thema sy'n cael blaenoriaeth yn y Rhaglen Heneiddio'n Dda yng Nghymru¹⁸. Dylai'r Bil ategu nodau a chanlyniadau'r Rhaglen, ac yn anffodus, mae'r angen i ymdrin ag unigrwydd ac arwahanrwydd cymdeithasol yn hepgoriad amlwg yn y Bil.

- **Gwerth maethol bwyd mewn cartrefi gofal:** Fel y crybwyllais yn fy ymateb i'r ymgynghoriad ar gynigion am Fil Iechyd y Cyhoedd¹⁹, mae'n hanfodol i bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal eu bod yn cael eu darparu gyda phryd maethol, cytbwys a bod staff y cartref gofal yn ymwybodol o fuddion maeth da i bobl hŷn. Amcangyfrifir bod diffyg maethiad yn effeithio ar rhwng 16% a 29% o bobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal drwy Gymru, ac mae un mewn tri o bobl hŷn yn cael eu heffeithio gan ddiffyg maethiad pan maen nhw'n dod i mewn i gartrefi gofal preswyl.

Fel mae fy Adolygiad ar ansawdd bywyd a gofal pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal yng Nghymru yn ei ddatgan²⁰, mae camau gweithredu er mwyn sicrhau bod anghenion dietegol unigolion yn cael eu cwrdd, a bod diffyg maethiad yn cael ei

¹⁷ <http://www.campaigntoendloneliness.org/threat-to-health/>

¹⁸ <http://www.ageingwellinwales.com/wl/themes/loneliness-and-isolation>

¹⁹ <http://gov.wales/docs/phhs/consultation/141104phwhitepaperresponses15en.pdf>

²⁰ http://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Uploads/Lle_i_w_Alw_n_Gartref_-_Adolygiad_o_ansawdd_bywyd_a_gofal_pobl_hŷn_sy_n_byw_mewn_cartrefi_gofal_preswyl_yng_Nghymru.sflb.ashx

osgoi lle bynnag bo'n bosibl yn angenrheidiol i gynnal iechyd, llesiant ac ansawdd bywyd pobl hŷn sy'n byw mewn cartrefi gofal. Mae'n destun gofid nad yw cynnig y Papur Gwyn i gyflwyno safonau maethol neu safonau seiliedig ar fwyd mewn lleoliadau cartrefi gofal yn cael eu symud ymlaen yn y Bil.

- **Adeiladu asedau cymunedol ar gyfer iechyd:** Croesawais y dull hwn yn y Papur Gwyn gan ei fod yn cydnabod pwysigrwydd gwasanaethau gofal iechyd lleol wrth gynnal iechyd, annibyniaeth a llesiant pobl hŷn ac eraill. Tra bod y Bil yn cydnabod y pwysigrwydd o gael mynediad at wasanaethau fferyllol a chyfleusterau cyhoeddus, nid yw'n ymdrin â gwell mynediad at ofal a chefnogaeth integredig a gwasanaethau gofal sylfaenol wedi'u canoli ar yr unigolyn fel y cyfeiriwyd ato yn y Papur Gwyn.

Mae angen dull ataliol er mwyn sicrhau bod pobl hŷn yn aros yn ddiogel, yn annibynnol ac yn iach, a bod cefnogaeth gofal iechyd yn amserol, yn hygyrch ac yn effeithiol pan maen nhw ei hangen. Nid yw'r Bil yn ymdrin â'r rhwystrau y mae pobl hŷn yn aml yn eu hwynebu wrth gael mynediad at gefnogaeth, megis systemau bwcio apwyntiadau meddygon teulu, na'r angen i wella integreiddio rhwng practisiau meddygon teulu, practisiau deintyddol a fferyllfeydd er mwyn lleihau derbyniadau y gellir eu hosgoi i'r ysbyty a'r angen am becynnau iechyd a gofal cymdeithasol costus.

- **Gordewdra ac anweithgarwch corfforol:** Fel y tynnais sylw ato yn fy ymateb atodol ar fuddion gweithgaredd corfforol²¹, mae cynnal ffordd o fyw iach a chadw'n egniol yn fesur ataliol sylweddol ar ddechrau nifer o gyflyrau iechyd. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod lefelau gweithgaredd corfforol yn gostwng yn gyflym gyda chynnydd mewn oed; mae pobl dros 65 oed yng Nghymru yn cyrraedd llai na hanner y gweithgaredd corfforol o bobl 16-34 oed. Er gwaethaf y lefelau pryderus o

²¹ http://www.olderpeoplewales.com/Libraries/Consultation_Responses_150107/141111_-_Mesur_Iechyd_Cyhoeddus_Llywodraeth_Cymru_Ymgynghoriad_Datblygu_Polisi_Gweithgaredd_Corfforol.sflb.ashx

anweithgarwch corfforol ymysg pobl hŷn, nid yw'r Bil yn ymdrin ag anghenion pobl hŷn nac yn gwella ymwybyddiaeth pobl hŷn o gyfleoedd ar gyfer gweithgarwch corfforol sydd ar gael iddynt e.e. dosbarthiadau nofio yn rhad ac am ddim, gweithgareddau yn yr awyr agored neu ddosbarthiadau ymarfer wedi'u teilwra mewn lleoliadau yn y gymuned neu mewn cartrefi gofal preswyl.

Mae'n destun gofid nad yw'r Bil yn hyrwyddo buddion gweithgarwch corfforol ac anghenion penodol pobl hŷn. Byddai dull o'r fath, wedi'i ategu gan ddull rhagweithiol ar safonau maethol ac addysgu dinasyddion ar fwyta'n iach yn effeithiol wrth ymdrin ag argyfwng gordewdra yng Nghymru, gyda 58% o bobl 16 oed a hŷn wedi'u dosbarthu fel rhy drwm neu'n ordew²². Mae gordewdra ymysg pobl hŷn yn bryder cynyddol, gydag un mewn pedwar o bobl hŷn yn awr yn cael eu hystyried yn ordew yn y DU²³.

- **Tybaco ac Alcohol:** Mae llawer o'r drafodaeth ynglŷn â'r Bil newydd wedi canolbwyntio ar wahardd e-sigaréts mewn mannau cyhoeddus caeedig. Fodd bynnag, gallai'r Bil fynd ymhellach i ymdrin â dibyniaeth ar dybaco ac alcohol yng Nghymru ac addysgu pobl am beryglon eu camddefnyddio a buddion ffordd o fyw iach. Byddai dull o'r fath yn ddefnyddiol i ymdrin â dibyniaeth ymysg grwpiau oed gwahanol, yn cynnwys pobl hŷn.

Mae oddeutu 20% o oedolion yng Nghymru yn ysmygwyr, ac mae angen gwneud mwy i ymdrin ag ysmegu ymysg pobl hŷn. Mae rhoi'r gorau i ysmegu yn ddiweddarach mewn bywyd yn gallu arwain at fuddion iechyd sylweddol a chynyddu hirhoedledd²⁴.

Ers cyhoeddiad Bil Iechyd y Cyhoedd, gall y Bil Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) dilynol fod yn

²² <http://gov.wales/statistics-and-research/welsh-health-survey/?skip=1&lang=cy>

²³ <http://www.telegraph.co.uk/news/health/elder/10473122/Obesity-crisis-more-than-one-third-of-60-70-year-olds-now-dangerously-overweight.html>

²⁴ <http://www.ageuk.org.uk/health-wellbeing/keeping-your-body-healthy/healthy-living/smoking/>

ddefnyddiol i atal rhai unigolion rhag camddefnyddio alcohol, ond bydd yn gwneud ychydig i ymdrin ag yfed lefelau niweidiol o alcohol ymysg pobl hŷn yn y ‘dosbarthiadau canol’, gydag isafbris yn annhebygol o atal y rhai hynny gydag incymau cyson ac sy’n byw mewn cyfoeth cymharol²⁵. Mae camddefnyddio alcohol yn y grŵp hwn yn bryder cynyddol fel y dangoswyd gan astudiaeth ddiweddar yn Lloegr²⁶.

Fel y dangosodd y Papur Gwyn, roedd Arolwg Iechyd Cymru rhwng 2008 a 2012 yn dangos bod cynnydd mewn yfed ymysg pobl hŷn yn uwch na’r canllawiau dyddiol²⁷. Gyda phoblogaeth sy’n heneiddio, mae camddefnyddio alcohol ymysg pobl hŷn yn bryder cynyddol, gydag amcangyfrif o 1.4m o bobl hŷn yn yfed mwy na’r canllawiau ar lefel y DU^{28,29}.

Rydw i’n falch bod adroddiad Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol y Cynulliad Cenedlaethol ar ‘Camddefnyddio alcohol a sylweddau’, a gyhoeddwyd yn dilyn cyhoeddiad y Biliau a enwyd uchod, yn ymdrin â phobl hŷn a bod angen mwy o godi ymwybyddiaeth a hyfforddiant am y materion sy’n wynebu pobl hŷn, yn arbennig felly, gan fod camddefnyddio alcohol a sylweddau ymysg pobl hŷn ‘yn aml yn digwydd heb ei ddarganfod oherwydd ‘digwyddiadau sbardun’ megis ymddeol neu brofedigaeth’³⁰.

Dylai’r Bil fynd ymhellach drwy gyhoeddi canllawiau i wella adnabyddiaeth a chael mynediad at wasanaethau camddefnyddio sylweddau ar gyfer pobl hŷn, fel y cyfeiriwyd ato yn y Papur Gwyn. Mae angen eglurder hefyd ar sut y bydd y Bil Iechyd y Cyhoedd (Isafbris am Alcohol) (Cymru) yn gweithio a chysylltu gyda’r Bil Iechyd y Cyhoedd ehangach.

Casgliad

²⁵ <http://gov.wales/docs/dhss/consultation/150715consultation-draftcy.pdf>

²⁶ <http://bmjopen.bmj.com/content/5/7/e007684>

²⁷ <http://gov.wales/docs/phhs/consultation/140402consultationcy.pdf>

²⁸ <http://www.alcoholpolicy.net/older-people/>

²⁹ <http://www.bbc.co.uk/news/health-19509434>

³⁰ <http://www.assembly.wales/laid%20documents/cr-ld10329/cr-ld10329-w.pdf>

18. Er bod y cynnig am gyfleusterau cyhoeddus yn gam yn y cyfeiriad cywir, a bod pwysigrwydd asesu angen lleol am wasanaethau fferyllol yn cael ei ymdrin, credaf fod diffyg uchelgais yn y Bil ac mae'n gyfle a fethwyd i ymdrin â phroblemau iechyd cyhoeddus gwirioneddol sy'n effeithio ar bobl hŷn drwy Gymru; mae'n brin o'r hyn sydd eu hangen i bobl hŷn. Gyda chyfres o broblemau eang ac amrywiol sy'n amrywio o tybaco, tyllu mewn rhannau personol o'r corff a chyfleusterau cyhoeddus, rydw i'n bryderus iawn fod y Bil yn ddiffygiol mewn gweledigaeth gydlynol, ac mae'n hepgor llawer o'r cynigion cadarnhaol a gafodd eu cynnwys yn y Papur Gwyn; nid oes ymagwedd holistaidd.
19. Ni all gwasanaethau iechyd, gofal cymdeithasol a gwasanaethau cyhoeddus Cymru fforddio i beidio â chynnal annibyniaeth a llesiant pobl hŷn, ac rydw i'n bryderus na fydd y Bil yn ychwanegu gwerth mewn gwella iechyd cyhoeddus Cymru, lleihau anghydraddoldebau iechyd, cyfrannu at y Strategaeth ar gyfer Pobl Hŷn a nod llesiant cenedlaethol 'Cymru Iachach' yn y Ddeddf LICD. Yn ei ffurf bresennol fe fydd Cymru'n colli cyfle i wella ansawdd bywydau pobl hŷn drwy Gymru.