



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales



Tachwedd 2022



Yr argyfwng costau byw yng Nghymru: Drwy lens iechyd cyhoeddus

Crynodeb gweithredol

Cefndir

Nid gwasgfa economaidd dros dro yn unig yw'r argyfwng costau byw presennol: mae'n cael effeithiau eang a hirdymor ar iechyd a llesiant pobl Cymru ar hyn o bryd, a bydd yn parhau i gael effeithiau o'r fath.

Mae'n bosibl y gallai'r effeithiau hyn fod ar yr un raddfa â'r pandemig COVID-19, sydd eisoes wedi gwaethgu'r anghydraddoldebau presennol yng Nghymru.

Nodau

Mae'r crynodeb gweithredol hwn yn amlinellu'r ffyrdd y mae'r argyfwng costau byw yn effeithio ar iechyd a llesiant. Mae hefyd yn cyflwyno meysydd i weithredu arnynt ar draws nifer o feysydd polisi er mwyn mabwysiadu dull sy'n seiliedig iechyd cyhoeddus tuag at:

1. Liniaru effeithiau uniongyrchol yr argyfwng costau byw; a
2. Mynd i'r afael ag achosion sylfaenol yr anghydraddoldebau iechyd a achosir gan dlodi er mwyn creu Cymru iachach a mwy cyfartal yn yr hirdymor.

Gweler yr adroddiad llawn am ddadansoddiad manwl.

Beth yw'r argyfwng costau byw?

Nid yw cyflogau a thaliadau lles pobl yn cynyddu ar yr un cyflymder a'r cynnydd mewn costau byw, yn arbennig, costau ynni, tanwydd, tai, a bwyd. Mae busnesau a gwasanaethau cyhoeddus hefyd yn gweld **nad yw eu cyllidebau yn mynd mor bell** yn wyneb costau cynyddol. Cyfeirir at hyn fel yr 'argyfwng costau byw'.

Pam mae'r argyfwng costau byw yn fater iechyd cyhoeddus?

Mae'r argyfwng yn golygu bod mwy o bobl mewn sefyllfa lle na allant fforddio'r pethau hanfodol, ac mae hyn yn cael **effeithiau negyddol sylweddol ac eang ar iechyd meddyliol a chorfforol**. Mae hefyd yn rhoi pwysau ar fusnesau, gwasanaethau cyhoeddus a'r sector gwirfoddol, gan arwain at ganlyniadau systemig i iechyd a llesiant. Ceir crynodeb o enghreifftiau allweddol o'r cysylltiad rhwng yr argyfwng costau byw ac iechyd a llesiant yn Ffigur 1. Bydd y bobl yr effeithir arnynt a'r systemau a'r gwasanaethau sydd eu hangen i'w cefnogi yn teimlo'r effeithiau yn y **tymor hir**.

Mae'r argyfwng costau byw yn argyfwng iechyd cyhoeddus.

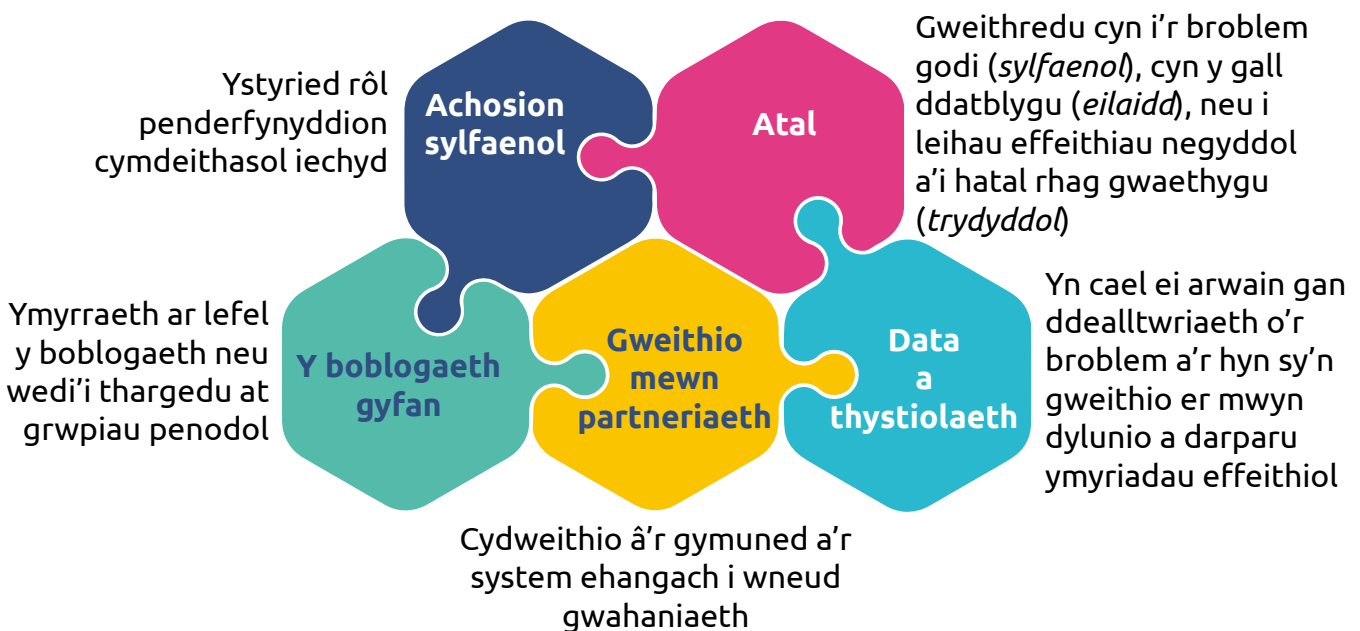
Beth mae'r argyfwng costau byw yn ei olygu i Gymru?

Mae gan yr argyfwng costau byw y potensial i effeithio ar bawb. Bydd yn gwthio mwy o bobl o sefyllfa ble maent prin yn ymdopi i sefyllfa lle maent yn wynebu anawsterau neu argyfwng, ond y rhai a oedd eisoes yn waeth eu byd yw'r rhai sydd (ac a fydd) yn cael eu taro waethaf.

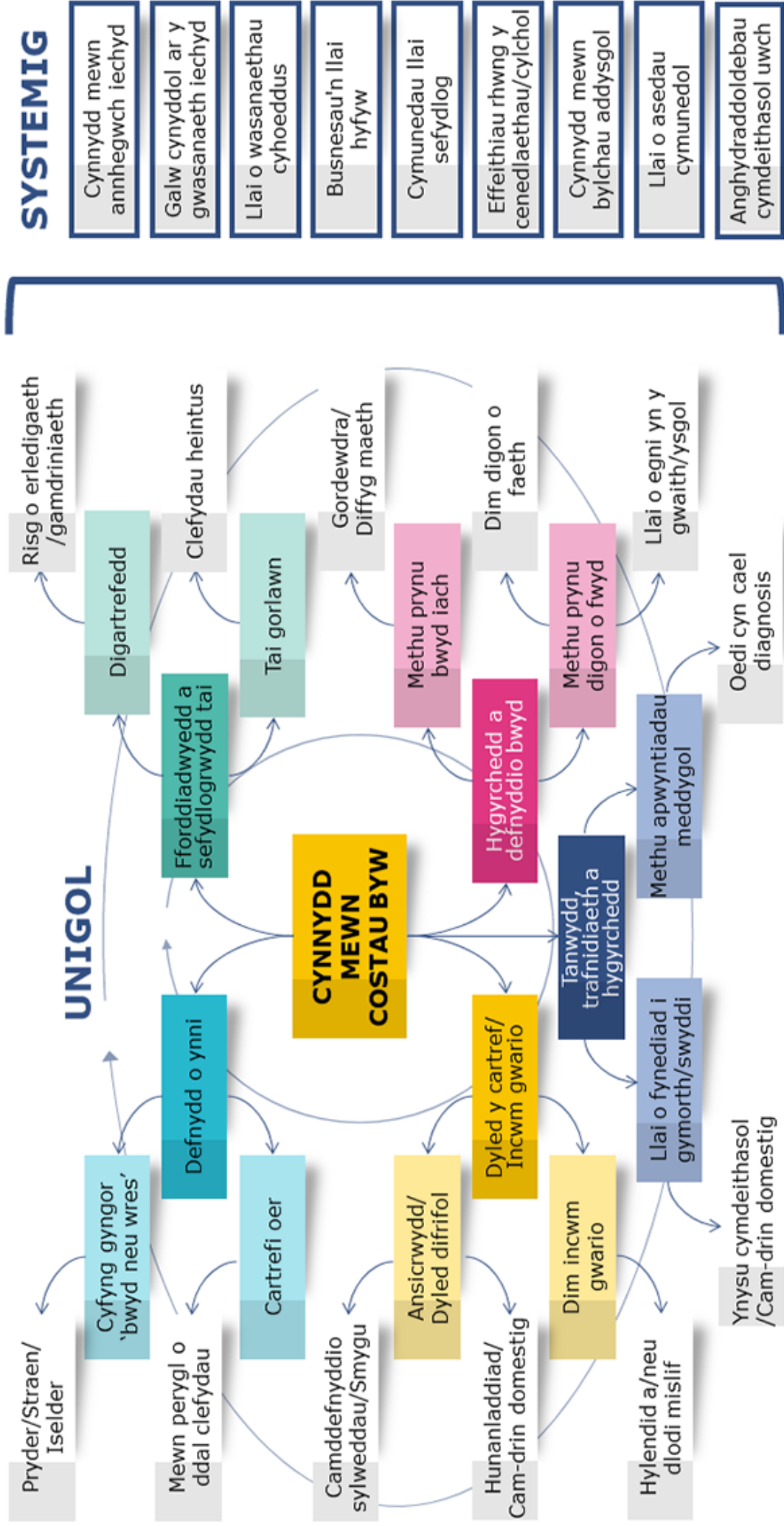
Mae pobl sy'n byw yn y rhannau tlotaf o Gymru eisoes yn marw fwy na chwe blynedd yn gynt na'r rhai yn yr ardaloedd â'r amddifadedd lleiaf ac yn treulio mwy o flynyddoedd â iechyd gwaeth. **Bydd yr argyfwng costau byw yn cyflymu'r hyn a oedd eisoes yn wahaniaethau cynyddol mewn iechyd rhwng y rhai sydd â mwy a llai o arian yng Nghymru.**

Sut olwg sydd ar ymateb iechyd cyhoeddus?

Nodir yr elfennau sy'n ffurfio dull iechyd cyhoeddus yn Ffigur 2.



Ffigur 2. Pum elfen gyffredin mewn dulliau iechyd cyhoeddus.

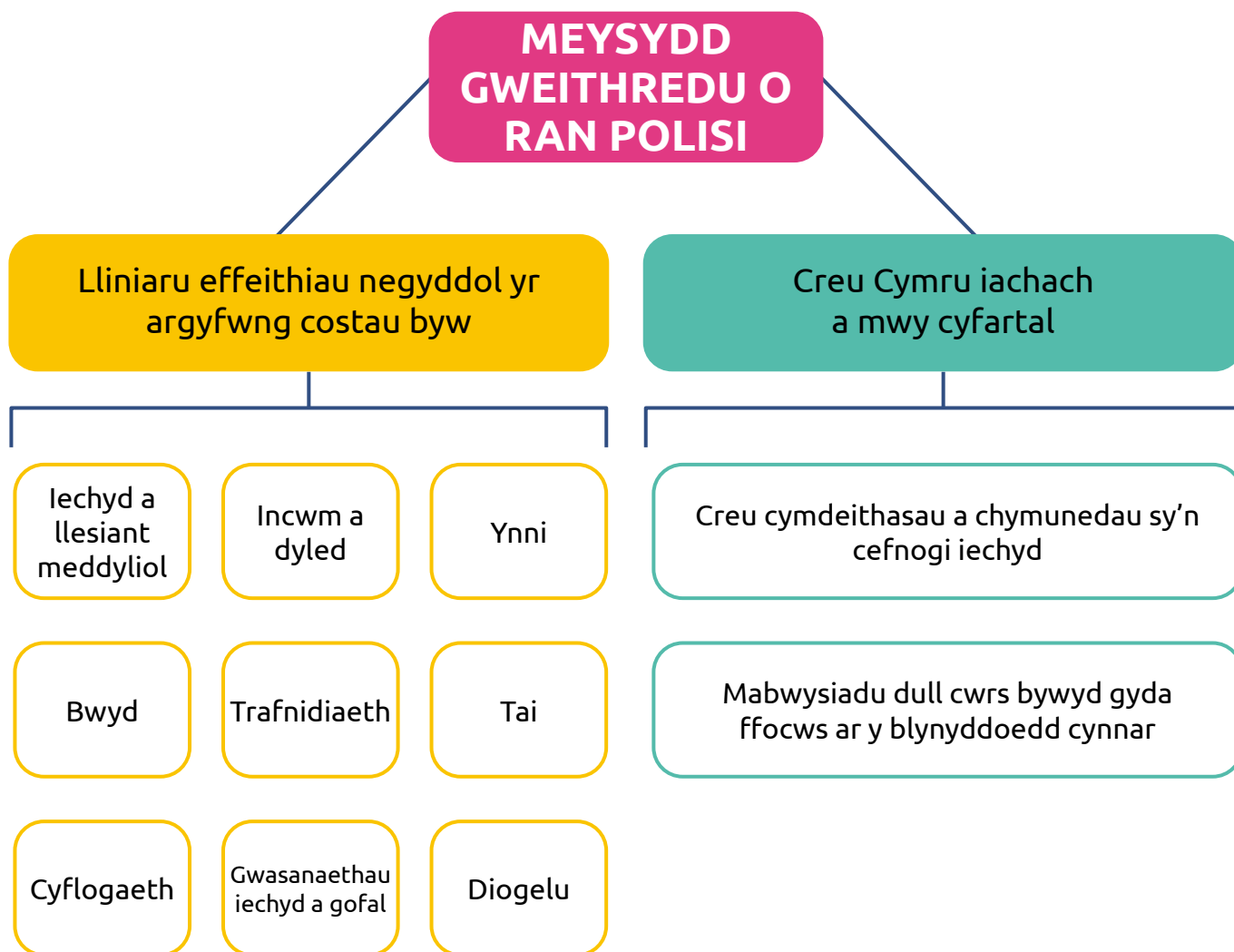


Ffigur 1. Cysyniad o'r cysylltiadau rhwng yr argyfwng costau byw ac iechyd. Ffeithlun a ddatblygwyd gan yr awduron.

Ymateb iechyd cyhoeddus tymor byr, tymor canolig a thymor hir

Mae llawer o'r mathau o niwed i iechyd a'r anghydraddoldebau sy'n ehangu y mae dinasyddion Cymru yn eu hwynebu o ganlyniad i'r argyfwng costau byw yn deillio o broblemau hirsefydlog, megis tlodi, cyflogau is, a stoc dai hŷn sy'n llai effeithlon o ran ynni.

O ganlyniad, mae'r argyfwng costau byw yn gofyn am ymateb brys gan y maes iechyd cyhoeddus er mwyn **lliniaru effeithiau negyddol yr argyfwng uniongyrchol** ar draws nifer o feysydd polisi yn ogystal â **mynd i'r afael ag achosion sylfaenol anghydraddoldebau iechyd i greu Cymru iachach a mwy cyfartal yn yr hirdymor**. Caiff y meysydd gweithredu sy'n flaenoriaeth o ran polisi eu crynhoi yn Ffigur 3 a chânt eu trafod yn fanylach yn yr adrannau canlynol.



Ffigur 3. Y meysydd gweithredu sy'n flaenoriaeth o ran polisi ar gyfer lliniaru'r argyfwng costau byw ar iechyd a llesiant a chreu Cymru iachach a mwy cyfartal

1) Lliniaru effeithiau negyddol yr argyfwng costau byw

Mae angen gweithredu ar draws ystod o feysydd yn y tymor byr i amddiffyn pobl rhag niwed uniongyrchol, yn enwedig yn ystod misoedd y gaeaf wrth i brisiau tanwydd a bwyd godi, ac wrth i'r pwysau gynyddu ar wasanaethau cyhoeddus. Yn wyneb y gostyngiadau pellach a ragwelir mewn incwm gwario aelwydydd, cynnydd mewn lefelau tlodi, ac effeithiau tymor hwy hynny ar iechyd ac anghydraddoldebau iechyd, mae camau gweithredu yn y tymor canolig i'r tymor hwy yn hanfodol hefyd.

Ymateb tymor byr

- Canolbwyntio ar gymorth ar gyfer **iechyd a llesiant meddyliol**
- **Cynyddu incwm i'r eithaf** (gan gynnwys cymorth penodol ar gyfer ynni, tai a bwyd) a chymorth ar ddyledion
- Ymdrechion i leihau **tlodi tanwydd** ac effaith cartrefi oer
- Atal **digartrefedd**
- Hyrwyddo **bwyta'n iach**
- Gwell tegwch o ran **mynediad i wasanaethau cyhoeddus**
- Mwy o amddiffyniad rhag **ynysu cymdeithasol**
- Cyflogwyr yn cefnogi staff, gan gynnwys rheoli **diswyddiadau** yn ofalus
- Rhanddeiliaid y systemau iechyd a gofal yn paratoi ar gyfer y cynnydd disgwylidig ym **mhwsau'r gaeaf**, er enghraifft y rhai sy'n gysylltiedig â chartrefi oerach a salwch tymhorol
- **Diogelu** yn erbyn risg gynyddol o drais a cham-drin domestig

Ymateb tymor canolig/tymor hwy

- Mesurau **effeithlonrwydd ynni** a newid i ddefnyddio **ynni gwyrdd, fforddiadwy**
- Gwella argaeledd, fforddiadwyedd ac ansawdd **tai**
- Datblygu **systemau bwyd lleol** iach a chynaliadwy
- Annog **teithio llesol, carbon isel** a'r defnydd o drafnidiaeth gyhoeddus
- Hyrwyddo **gwaith teg**
- Mentrau **atal trais**
- Gwella'r **cymorth i rieni** i fynd i'r afael â ffactorau sy'n creu straen i'r teulu

2) Creu Cymru iachach a mwy cyfartal

Drwy ddefnyddio'r ffocws o'r newydd ar anghydraddoldebau iechyd, mae potensial i elwa o fanteision hollbwysig yn y tymor hwy yn ogystal ag yn yr argyfwng presennol. Mae manteisio i'r eithaf ar y potensial hwn yn golygu **meddwl a chynllunio ar gyfer y tymor hwy a throï'r dystiolaeth ar fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd yn gamau ymarferol**.

Mae cyflawni'r amcanion hyn yn golygu ailystyried y dull o wneud penderfyniadau mewn meysydd polisi sy'n creu'r conglfeini ar gyfer bywyd iach. Mae'r meysydd polisi hyn yn cynnwys cyflogaeth, addysg, incwm, tai, yr amgylchedd a chymuned.

Cymru iachach a mwy cyfartal yn y tymor hwy

Yn adolygiad arloesol Marmot, *Fair Society, Healthy Lives*, amlinellwyd fframwaith yn seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer camau gweithredu i leihau'r bylchau annheg mewn iechyd a llesiant ar draws y boblogaeth.

Amlygodd ddau amcan polisi trosfwaol:

- 1) **Sicrhau bod cyfiawnder cymdeithasol, iechyd a chynaliadwyedd wrth wraidd polisiau; a**
- 2) **Creu cymdeithas alluogol sy'n gwneud y mwyaf o botensial unigolion a chymunedau.**

I Gymru, mae cyflawni'r amcanion hyn yn cynnwys:

- **Gweithredu Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, y Ddyletswydd Economaidd-Gymdeithasol a deddfwriaeth alluogi arall** er mwyn prif ffrydio'r ystyriaeth o iechyd, llesiant a thegwch ym mhob polisi ('iechyd ym mhob polisi').
- **Creu cymdeithasau a chymunedau sy'n cefnogi iechyd, gan gynnwys:**
 - o **Cadernid cymunedol, cydlyniant cymunedol a chyfalaf cymdeithasol:** Mae cymunedau iach yn rhai cysylltiedig sydd wedi'u grymuso. Yn ystod y pandemig COVID-19 gwelwyd cymunedau yn cyd-dynnu, yn defnyddio eu hadnoddau ac yn gweithio mewn partneriaeth â'r sectorau cyhoeddus, preifat a gwirfoddol. Gellir dysgu o'r profiad hwn ac adeiladu arno i gefnogi'r ymateb i'r argyfwng costau byw.
 - o **Ymddygiad iach:** Dylai hybu ymddygiad iach fod yn faes i ganolbwyntio arno wrth symud ymlaen, oherwydd yn y tymor byr gallai'r argyfwng costau byw gynyddu ymddygiad nad yw'n iach, ac yn y tymor hwy, gall hybu ymddygiad iach greu elw ar fuddsoddiad a lleihau'r baich afiechyd ar y GIG.
 - o **'Economi llesiant':** Mae blaenoriaethu iechyd a llesiant mewn penderfyniadau economaidd, a meddwl am sut y gall y system iechyd yng Nghymru weithredu fel peiriant ar gyfer sefydlogrwydd a llesiant cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol, yn creu cydfanteision i'r economi ac i iechyd a llesiant y boblogaeth.
- **Mabwysiadu dull cwrs bywyd sy'n canolbwyntio ar y blynyddoedd cynnar,** gan roi'r dechrau gorau mewn bywyd i bob plentyn, a sicrhau bod eu hanghenion a'u hawliau'n cael eu diwallu, gan gydnabod y gall anfantais ddechrau cyn i blentyn gael ei eni a chronni dros gwrs bywyd.

Casgliad

Gall yr argyfwng costau byw arwain at ganlyniadau difrifol i iechyd a llesiant, a fydd yn fater o fywyd a marwolaeth i rai pobl yng Nghymru.

Mae angen ymateb i'r argyfwng costau byw ar fyrder mewn modd sy'n lliniaru'r effeithiau negyddol ar iechyd a llesiant. Ar yr un pryd, mae'n hanfodol yn ystod yr argyfwng hwn i beidio â cholli golwg ar yr angen i fynd i'r afael ag achosion sylfaenol anghydraddoldebau iechyd.

Mae lechyd Cyhoeddus Cymru yn gobeithio bod yr adroddiad hwn yn darparu fframwaith ar gyfer blaenoriaethu iechyd a llesiant y boblogaeth yn ystod y cyfnod hwn o argyfwng, yn ogystal â phennu trywydd ar gyfer dyfodol iachach a mwy cyfartal i Gymru.

Deunydd darllen pellach



Economïau Cylchol ac Iechyd a Llesiant Cynaliadwy



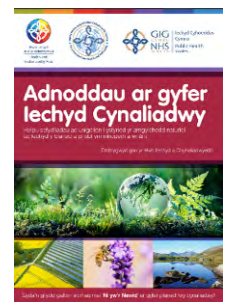
Dylanwadu ar y Bwlch Iechyd yng Nghymru: Papur trafod dadansoddiad dadelfennu



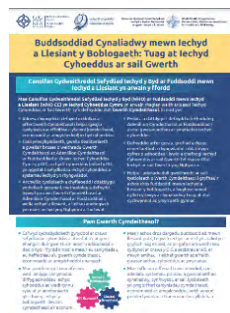
Diogelu lles meddyliol cenedlaethau'r dyfodol: dysgu o COVID-19 ar gyfer y tymor hir



Adroddiad Sganiao a Dysgu Gornweliol Rhyngwladol Yr Argyfwng Costau Byw



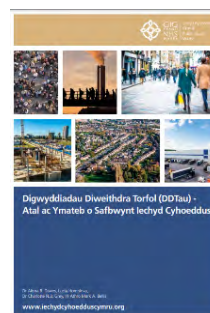
Adnoddau ar gyfer Iechyd Cynaliadwy



Buddsoddiad Cynaliadwy mewn Iechyd a Llesiant y Boblogaeth: Tuag at Iechyd Cyhoeddus ar sail Gwerth



Gwneud Gwahaniaeth Tai ac Iechyd: Yr achos dros Fuddsoddi Crynoded Gweithredol



Atal ac Ymateb i Ddiwyddiadau Torfol o Ddiweithdra (MUE) o Safbwynt Iechyd y Cyhoeddus



Anghydraddoldeb yng Nghymru'r Dyfodol



Gwneud Gwahaniaeth: Buddsoddi mewn Iechyd a Llesiant Cynaliadwy ar gyfer Pobl Cymru