

Uned iechyd meddwl â gwelyau i ddynion yng ngogledd Cymru

Y Pwyllgor Deisebau | 22 Ebrill 2024
Petitions Committee | 22 April 2024

Cyfeirnod: SR24/8142-1

Rhif y ddeiseb: P-06-1405

Teitl y ddeiseb: Mae eisiau ac mae angen uned iechyd Meddwl â gwelyau i ddynion arnom ni yng Ngogledd Cymru

Geiriad y ddeiseb: Mae cynifer o ddynion yn dioddef o broblemau iechyd meddwl. Roedd yn ddigon drwg cyn y cyfnod clo ond nawr mae'n ofnadwy. Fel landleidi, gallaf wed dros fy hun yr holl ddynion sy'n methu ymdopi â nifer o broblemau. Maen nhw'n galw'n daer am gymorth ac yn clywed bod angen iddyn nhw godi eu llais a gofyn am help, ond pan fyddan nhw'n gwneud hynny, does dim help ar gael.



1. Y cefndir

Gall natur a difrifoldeb problemau iechyd meddwl amrywio ac felly mae amrywiaeth o gymorth a thriniaethau ar gael. **Meddygon teulu** yn aml yw'r pwynt cyswllt cyntaf â gwasanaethau iechyd meddwl ac i rai, mae'r cymorth a gânt gan feddyg teulu yn ddigon i reoli eu hiechyd meddwl.

Gall meddygon teulu gyfeirio unigolion at **Wasanaethau Cymorth Iechyd Meddwl Sylfaenol Lleol** (LPMHSS) sy'n cynnig cymorth fel cwnsela, ymyriadau seicolegol, rheoli straen a phryder, grwpiau gwirfoddol neu gallant eu cyfeirio at ffynonellau cymorth eraill. I'r rhai y mae angen mwy o help arnynt nag y gall LPMHSS ei gynnig, gellir eu cyfeirio at y **Timau Iechyd Meddwl Cymunedol** sy'n cynnig cymorth mwy arbenigol.

Mae gan rai broblemau iechyd meddwl difrifol a chymhleth sy'n galw am ofal a chymorth mwy arbenigol ac mae'n bosibl y cânt eu cyfeirio at wasanaethau **gofal eilaidd**, a allai gynnwys eu trin yn yr ysbyty fel cleifion mewnol.

Mae rhagor o wybodaeth am [wasanaethau iechyd meddwl yng Nghymru](#) ar gael ar wefan GIG 111 Cymru.

Cymorth iechyd meddwl ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr

Mae gan Fwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr (BIP) [Hwb Iechyd Meddwl](#) ar ei wefan ac mae'n cynnwys gwybodaeth am adnoddau i wella iechyd meddwl a sut i gael gafael arnynt. Mae'r rhain yn cynnwys [hybiau](#) sy'n cynnig cymorth i unrhyw un sy'n galw heibio; [therapi iechyd meddwl ar-lein sy'n rhad ac am ddim](#); ; [therapiau siarad](#); ; [Llinell Gymorth C.A.L.L.](#), ac amrywiaeth o [adnoddau hunangymorth ar-lein](#).

Mae **Cymorth iechyd meddwl brys** ar gael 24 awr y dydd, saith diwrnod yr wythnos, i bobl o bob oed drwy ffonio 111 a dewis opsiwn 2. Mae gwybodaeth am [y cymorth sydd ar gael mewn argyfwng iechyd meddwl](#) ar wefan y Bwrdd Iechyd.

Mae nifer o Dimau Iechyd Meddwl Cymunedol yn ardal Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr ynghyd â **chyfleusterau i gleifion mewnol**, ac mae cynigion i agor uned iechyd meddwl newydd i gleifion mewnol yn Ysbyty Glan Clwyd yn cael eu hystyried ar hyn o bryd.

2. Camau a gymerwyd gan Lywodraeth Cymru

Mae Llywodraeth Cymru yn cyhoeddi fersiwn newydd o Strategaeth Iechyd Meddwl a Lles (2024-2034), ac mae'r ymgynghoriad cyhoeddus cysylltiedig ar agor tan 11 Mehefin 2024. Hefyd, mae wedi cyhoeddi Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed drafft. Caiff pobl eu hannog i ymateb i'r ymgynghoriadau gan y byddant yn llywio blaenoriaethau Llywodraeth Cymru yn y dyfodol.

Yn ei llythyr at y Pwyllgor (dyddiedig 19 Mawrth 2024), mae'r Dirprwy Weinidog Iechyd Meddwl a Llesiant yn dweud bod Llywodraeth Cymru yn cydnabod bod rhai grwpiau penodol mewn cymdeithas sy'n llai tebygol o ofyn am gymorth gofal iechyd, ac mae'r rhain yn cynnwys dynion. Dywed y Dirprwy Weinidog fod dynion yn parhau i fod yn grŵp blaenoriaeth yn Strategaeth Atal Hunanladdiad a Hunan-niwed Llywodraeth Cymru ac mae hefyd yn rhoi enghraifft o fenter i hybu iechyd meddwl dynion.

Mae gweledigaeth Llywodraeth Cymru ar gyfer iechyd meddwl yng Nghymru a manylion nodau a ffocws y strategaethau drafft wedi'u cynnwys yn llythyr y Dirprwy Weinidog. Mae'r strategaethau'n cydnabod bod anghenion pobl yn amrywio ac na fydd angen gwasanaethau iechyd meddwl clinigol neu arbenigol ar bawb. Nod Llywodraeth Cymru yw adeiladu ar lwyddiant cymorth sy'n hawdd ei gael fel y gwasanaeth 111 pwysu 2 a therapi gwybyddol ymddygiadol ar-lein, ochr yn ochr â dulliau gweithredu ehangach sy'n parhau i wella'r cymorth a gynigir mewn ysgolion, gweithleoedd a'r gymuned

Mae'r Dirprwy Weinidog yn tynnu sylw at y ffaith bod 41 y cant o'r rhai sy'n galw 111 pwysu 2 yn wrywaidd, "sy'n dangos bod y gwasanaeth yn llwyddo i ddarparu model o gefnogaeth y mae dynion yn fodlon ei ddefnyddio".

Mewn perthynas â sefydlu uned iechyd meddwl i ddynion, mae'r llythyr gan y Dirprwy Weinidog yn nodi'r canlynol:

Byddai angen i unrhyw ystyriaeth mewn perthynas â sefydlu uned iechyd meddwl i ddynion yn y Gogledd gyd-fynd â'r gwaith presennol sydd eisoes ar y gweill i adolygu'r gwasanaethau a ddarperir ar hyn o bryd. Mae'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant Meddyliol ddrafft wedi ei llywio gan y gwaith y mae Pwyllgor Gwasanaethau Iechyd Arbenigol Cymru wedi ei wneud i ddatblygu capasiti iechyd meddwl arbenigol yn y dyfodol. Yn ystod y 18-24 mis diwethaf, rydym hefyd wedi

edrych ar ystod o wybodaeth o Gymru a'r DU ac yn ehangach wrth lunio'r strategaethau hyn. Mae'r holl fodelu yn awgrymu y bydd cynnydd mewn anghenion iechyd meddwl os nad ydym yn parhau i fuddsoddi mewn dulliau atal, ymyrraeth gynharach a gweithio'n seiliedig ar y system gyfan.

3. Camau a gymerwyd gan Senedd Cymru

Cynhaliodd y Pwyllgor Iechyd a Gofal Cymdeithasol ymchwiliad i anghydraddoldebau iechyd meddwl a chyhoeddodd ei adroddiad, sef Cysylltu'r dotiau: mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd meddwl yng Nghymru, ym mis Rhagfyr 2022.

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