

Ein maniffesto ar gyfer iechyd plant yng Nghymru

Coleg Brenhinol Pediatrieg a Iechyd Plant - Cymru

Rhagair

Bydd etholiad 2021 i Senedd Cymru yn wahanol i unrhyw etholiad o'r blaen. Mae'r pandemig byd-eang yn golygu y byddwn yn ystyried materion nad ydym erioed wedi gorfod meddwl amdanynt yn flaenorol. Yr hyn sy'n glir i mi a fy nghydweithwyr pediatrieg ledled Cymru yw bod yn rhaid i ni roi plant a phobl ifanc yng nghanol yr etholiad hwn a gwneud eu hiechyd a'u llesiant yn flaenoriaeth genedlaethol ar gyfer y Senedd nesaf.

Mae effaith y pandemig ar wasanaethau iechyd, ysgolion ac yn arbennig ar iechyd a llesiant meddwl plant yn bryder enfawr. Rydym hefyd yn gofidio fod y cynnydd ar ystod o faterion allweddol ar gyfer iechyd plant yr oeddem wedi eu dynodi cyn y pandemig wedi arafu neu hyd yn oed symud ar yn ôl fel canlyniad i bopeth a ddigwyddodd dros y flwyddyn ddiwethaf. Rydym wedi gwneud yr achos yn gyson am gynnydd fel mater o frys ar ordewdra

plentyndod, iechyd meddwl, iechyd y geg, ar y gweithlu pediatrieg ac iechyd plant, ar ymchwil iechyd plant a llawer mwy i roi'r dechrau da y mae plant a phobl ifanc yn ei haeddu. Dros yr ychydig flynyddoedd diwethaf mae ein hadroddiadau Cyflwr Iechyd Plant wedi cyflwyno data a datrysiadau polisi manwl i ateb yr ystod eang o heriau a wynebwn.

Ar hyn o bryd, gan ystyried maint yr heriau presennol a'r effaith a gafodd y pandemig ar ein plant a'n pobl ifanc, mae ein neges i wneuthurwyr polisi, pleidiau gwleidyddol a Llywodraeth Cymru yn glir ac yn syml. Mae'n rhaid i ni ymrwymo i wneud iechyd a llesiant plant yn flaenoriaeth genedlaethol.



Dr David Tuthill,
Swyddog Cymru
Coleg Brenhinol Pediatrieg
a Iechyd Plant



Cyflwyniad

Gyda thua 19,000 o aelodau ym mhob rhan o'r byd a dros 500 yma yng Nghymru mae gan y Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant (RCPCH) rôl bwysig mewn addysg feddygol i ôl-raddedigion, safonau proffesiynol, ymchwil a pholisi. Mae'n cynrychioli pediatregwyr a hefyd y plant a wasanaethwn. Ein gweledigaeth yw dyfodol mwy iach ar gyfer plant a phobl ifanc ar draws y byd.

Defnyddiwn arbenigedd ein haelodau i lywio polisi ac ymarfer yn ogystal ag eirioli dros roi lle canolog i iechyd plant wrth ddatblygu polisi. Rydym eisiau gweld Llywodraeth Cymru yn gwneud iechyd a lles plant a phobl ifanc yn flaenoriaeth genedlaethol.

Mae hyn yn arbennig o bwysig os ydym i adeiladu byd gwell ar ôl y pandemig byd-eang, gyda phob plentyn a pherson ifanc yng Nghymru wedi teimlo effeithiau hynny. Er nad yw'r rhan fwyaf o blant a phobl ifanc yn eu harddegau yn dod yn ddifrifol wael gyda COVID-19, bu effaith enfawr ar eu bywydau, addysg, y gwasanaethau y dibynnant arnynt a'u hiechyd a'u llesiant meddwl. Fel pediatregwyr rydym yn neilltuo o bryderus am y plant hynny oedd eisoes yn fregus neu ddifreintiedig. Ein profiad yw fod y pandemig wedi gwaethygu gwahaniaethau a fodolai cyn y pandemig.

Dyma'r hyn a ddywedodd plant a phobl ifanc wrthym:

“Rydw i'n cael cymorth llesiant gan yr ysgol ond mae pob cysylltiad wedi'i dorri felly wn i ddim ble i droi.”

“Mae cymorth iechyd meddwl yn bersonol, rydych chi'n gorfod siarad amdano o flaen eich teulu nawr ar y ffôn fel 'sut wyt ti ar raddfa o 1-10' a sut wyt ti'n teimlo, mae pobl yn gallu eich clywed neu glywed drwy'r waliau, felly dyw e ddim yn breifat iawn.”

“Dylid gwella gwasanaethau iechyd meddwl gan fod cymaint o bobl ifanc yn cael trafferthion.”

Banc Llais RCPCH &Us 2020 (Cymru)

Mae ein hadroddiadau Cyflwr Iechyd Plant yn rhoi ciplun rheolaidd o iechyd plant yng Nghymru ac ar draws y Deyrnas Unedig, gan dynnu sylw at heriau y mae'n rhaid i ni eu cwrdd am iechyd meddwl, gordewdra plentyndod, iechyd y geg a llawer mwy. Mae tlodi ac anghydraddoldeb yn gyrru bron yr holl ddangosyddion hyn. Nid yw'n agos at fod yn ddigon da i fynd yn ôl i ble'r oeddem cyn COVID-19 - mae'n rhaid i ni gwrdd â'r heriau hyn a rhoi'r dechrau da y mae ein plant yn ei haeddu.

Galwn ar Lywodraeth Cymru i wneud iechyd plant yn flaenoriaeth genedlaethol a chymryd amrywiaeth o gamau mewn tri phrif faes:

- Gostwng anghydraddoldeb mewn iechyd plant.
- Rhoi blaenoriaeth i iechyd cyhoeddus, ataliaeth ac ymyriad cynnar.
- Adeiladu a chryfhau gwasanaethau plant.

Byddai gwneud ymrwymadau clir ar bob un o'r rhain yn rhoi glasbrint ar gyfer agenda trawsnewidiol ar gyfer iechyd plant yng Nghymru.

1. Gostwng anghydraddoldeb mewn iechyd plant

Mae data'n dangos yn gyson fod tlodi ac anghydraddoldeb yn effeithio ar holl fywyd plentyn yn cynnwys eu haddysg, eu cartrefi a'u hamgylchedd cymdeithasol ac yn eu tro eu deilliannau iechyd.¹ Dylai Llywodraeth Cymru wneud trechu anghydraddoldeb mewn iechyd plant yn brif flaenoriaeth. Bydd hyn yn galw am weithredu strategol, cydlynol ar draws y llywodraeth i ostwng tlodi plant a sicrhau fod pob plentyn yng Nghymru yn cael y dechrau gorau mewn bywyd.

Mae'r RCPCH yn galw ar Lywodraeth Cymru yn dilyn yr etholiad i:

- Gydabod y cyfraddau uchel o dlodi plant sy'n arwain at ddeiliannau iechyd anghyfartal a chyhoeddi strategaeth ddiwygiedig i gwrdd â'r her.
- Darparu targedau cenedlaethol i ostwng cyfraddau tlodi plant.
- Gosod targedau penodol ar gyfer meysydd allweddol o anghydraddoldeb iechyd plant, gydag atebolrwydd clir ar draws y Llywodraeth.

Dyma'r hyn a ddywedodd plant a phobl ifanc wrthym:

“Mae ysgolion yn poeni am arholiadau a dim yn gwneud digon i symud fyny felly'n poeni amdano ar gyfer disgyblion blwyddyn 10/11.”

“Mae prydau ysgol am ddim yn bwysig – mae'r clwb brechwast yn llawn iawn yn fy ysgol.”

“Mae medru siarad yn Gymraeg neu Saesneg am broblemau personol yn bwysig iawn – mae'n gwneud i blant a phobl ifanc deimlo'n saffach.”

Banc Llais RCPCH &Us 2020 (Cymru)

¹ Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (2020). Cyflwr Iechyd Plant Cymru t.5 a thrwy'r ddogfen. Ar gael yn: <https://stateofchildhealth.rcpch.ac.uk/evidence/nations/wales/>

2. Rhoi blaenoriaeth i iechyd cyhoeddus, ataliaeth ac ymyriad cynnar

Mae'n hanfodol canolbwyntio ar atal a darparu gwasanaethau ymyriad cynnar ar gyfer rhieni, plant a theuluoedd. Yn ogystal â'r arbedion economaidd hirdymor ar gyfer gwasanaethau cyhoeddus, mae'n galluogi cefnogi plant a phobl ifanc i fwynhau iechyd da ar hyd eu bywydau. Gellir gwella bron pob un o'n dangosyddion blaenoriaeth ar iechyd plant os caiff mesurau ataliol eu rhoi ar waith - yn cynnwys iechyd a llesiant meddwl, yn ogystal ag iechyd corfforol.

Mae'r RCPCH yn galw ar Lywodraeth Cymru yn dilyn yr etholiad i:

- Gyflwyno, monitro a gwerthuso *Pwysau Iach: Cymru Iach*² a *Chynllun Gweithredu Cymru Gyfan ar Fwydo ar y Fron*³, gan roi blaenoriaeth i'r ymrwymadau polisi, deddfwriaethol, cyllido ac iechyd cyhoeddus.
- Adfer a chryfhau rhaglenni ymwelydd iechyd a blynyddoedd cynnar yn dilyn y pandemig COVID-19, gan barhau i fuddsoddi yn y Rhaglen Plentyn Iach Cymru⁴ i sicrhau fod gwasanaethau'n cysylltu gyda phlant a theuluoedd bregus.
- Cefnogi, rhoi adnoddau a gwerthuso rhaglen Gyda'n Gilydd ar gyfer Plant a Phobl Ifanc i ddiwallu anghenion y 'canol coll' a chyflwyno dull gweithredu ysgol gyfan at iechyd meddwl.⁵

Dyma'r hyn a ddywedodd plant a phobl ifanc wrthym:

"Gwneud bwyd gyda llai o siwgr a braster er mwyn atal mwy o ordewdra yn y dyfodol."

"Mae angen mwy o weithgaredd corfforol i ni pan fyddwn yn mynd yn ôl a mwy o syniadau ffitrwydd oherwydd ein bod wedi bwyta mwy a heb symud cymaint pan oeddem adre."

"Rwy'n meddwl i'r ysgol wneud llawer (am iechyd), mwy o 'Ysgolion Cynradd Iach' nac ysgolion uwchradd. Mae'n bwysig ei bod yn cael sylw yn yr ysgol."

Banc Llais RCPCH &Us 2020 (Cymru)

2 Llywodraeth Cymru (2019). *Pwysau Iach: Cymru Iach*. Ar gael yn:

<https://gov.wales/healthy-weight-strategy-healthy-weight-healthy-wales>

3 Llywodraeth Cymru (2019). *Cynllun Gweithredu 5 Mlynedd Cymru Gyfan ar Fwydo ar y Fron*. Ar gael yn:

<https://gov.wales/breastfeeding-plan-2019-2024>

4 Gweler Llywodraeth Cymru (2016). *Trosolwg o Raglen Plentyn Iach Cymru*. Ar gael yn:

<https://gov.wales/healthy-child-wales-programme-0>

5 Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (2020). *Cyflwrc Iechyd Plant Cymru t24*.

3. Adeiladu a chryfhau gwasanaethau plant yn dilyn y pandemig

Dylai babanod, plant, pobl ifanc a theuluoedd gael mynediad cyfartal i wasanaethau iechyd a chymunedol integredig, adnoddau a chynghor i gefnogi eu hiechyd a'u llesiant. Yn sgil effaith pandemig COVID-19 ar staff a gwasanaethau'r GIG, mae hefyd angen i ni gefnogi adferiad yn ein gweithlu pediatrig a'r GIG yn ehangach.

Geilw'r RCPCH ar Lywodraeth Cymru yn dilyn yr etholiad i:

- Fuddsoddi yn y gweithlu iechyd plant a gweithio gydag Addysg a Gwella Iechyd Cymru i gyflenwi staffio cynaliadwy ar gyfer gwasanaethau pediatreg⁶ a galluedd ar gyfer ymchwil pediatrig i wella deilliannau ar gyfer plant.
- Cefnogi cyflenwi Llwybr Gwasanaethau Niwroddatblygiadol Gyda'n Gilydd ar gyfer Plant a Phobl Ifanc.⁷
- Sicrhau y caiff holl wasanaethau plant eu hailosod a'u bod yn cael adnoddau i ddiwallu anghenion plant y mae pandemig COVID-19 wedi ymyrryd yn ddifrifol ar eu haddysg, perthnasoedd, datblygiad a llesiant .

Dyma'r hyn a ddywedodd plant a phobl ifanc wrthym:

"[Rydym angen] gwybodaeth glir, dim malu awyr, mwy o gefnogaeth i blant a theuluoedd a medru dewis sut i weld eich meddyg."

"Mwy o gefnogaeth i blant a phobl ifanc am brofedigaeth oherwydd COVID-19."

"Ydi hi'n ddiogel i fynd tu allan?"

Banc Llais RCPCH &Us 2020 (Cymru)

6 Ar gyfer ein gwybodaeth ddiweddaraf ar y gweithlu gweler Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (2019). *Cyfrifiad Gweithlu: Ffocws ar Gymru*. Ar gael yn: <https://www.rcpch.ac.uk/resources/workforce-census-focus-wales-2019>

7 Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant (2020). *Cyflwr Iechyd Plant Cymru*, t24.

Amdanom ni

Ein Coleg yw cartref pediatreg yn y DU a'r corff proffesiynol sy'n gosod ac yn cynnal safonau ar gyfer addysg a hyfforddiant pob meddyg sy'n gweithio yn pediatreg a iechyd plant.

Rydym yn gorff ac elusen a chawn ein tywys gan dystiolaeth, sy'n gweithio i wella ansawdd arferion meddygol ar gyfer plant yn yr ysbyty ac yn y gymuned. Rydym ni'n gweithio gyda plant, pobl ifanc a'u teuluoedd i lywio ein syniadau, ein hyfforddiant a'n harfer.

Rydym wedi ymrwmo i GIG sy'n parhau i fod yn driw i'w egwyddorion sefydlu - cynhwysfawr, am ddim yn y man gofal gyda mynediad cyfartal i bawb.

I gael mwy o wybodaeth am y materion a godwn yn y ddogfen hon, yn cynnwys adnoddau ar iechyd meddwl, bwydo ar y fron, safonau gwasanaeth, gordewdra mewn plentyndod ac adroddiad Cyflwr Iechyd Plant Cymru, sy'n rhoi data o bob rhan o'r Deyrnas Unedig ar ddeg ar hugain o ddangosyddion iechyd plant a phobl ifanc, ewch i www.rcpch.ac.uk.

Rydym yn gweithio'n agos gyda phlant a phobl ifanc drwy ein rhwydwaith ymgysylltu & Us a'r dyfyniadau uchod yw'r hyn a ddywedodd plant yng Nghymru wrthym dros y 12 mis diwethaf.

I gysylltu â ni, anfonwch e-bost at ein tîm Polisi a Materion Cyhoeddus yng Nghymru yn: wales@rcpch.ac.uk.

Mae Coleg Brenhinol Pediatreg a Iechyd Plant yn elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (1057744) ac yn yr Alban (SCO 38299)