Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant

Darllen Cyflym
Cyflwr Iechyd Plant 2026: Cymru

Cyflwyniad

Mae Cyflwr Iechyd Plant 2026 yn rhoi trosolwg clir a chynhwysfawr o iechyd plant ar draws pedair gwlad y DU, gan ddadansoddi cynnydd yn erbyn 12 dangosydd allweddol iechyd plant.

Bron i ddeng mlynedd ers adolygiad cyntaf RCPCH o Gyflwr Iechyd Plant, **mae'r canlyniadau i blant yng Nghymru naill ai wedi gwaethygu neu wedi arafu ar draws bron pob dangosydd allweddol**. Teimlir yr effaith yn fwyaf amlwg mewn ardaloedd difreintiedig ac ymysg cymunedau lleiafrifoedd ethnig.

Mae dadansoddiad RCPCH yn nodi tair thema allweddol sy'n arwain at ganlyniadau sy'n gwaethygu i blant a phobl ifanc ar draws y 12 dangosydd:

- **Bylchau mewn data:** Mae data anghyson ac anghyflawn yn ei gwneud yn anoddach mesur canlyniadau, deall tueddiadau, a datblygu polisïau effeithiol sy'n seiliedig ar dystiolaeth.
- **Anghydraddoldebau yn ehangu:** Mae plant sy'n cael eu magu mewn ardaloedd difreintiedig yn fwy tebygol o brofi iechyd a llesiant gwaeth, gan dynnu sylw at ddylanwad cryf ffactorau cymdeithasol ac economaidd.
- **Tanfuddsoddi yn y gweithlu:** Mae cyllid cyfyngedig ac anghyfartal wedi lleihau capasiti mewn gwasanaethau iechyd plant ac wedi gwneud cymorth cydgysylltiedig yn anoddach.

Mae canfyddiadau ein hadolygiad yn 2026 yn dangos nad yw'r dulliau presennol yn cyflawni'r newid sydd ei angen eto. Mae methu â gwella iechyd plant heddiw yn peryglu problemau iechyd gydol oes, canlyniadau addysgol gwaeth, ac anghydraddoldebau dwfn. Heb weithredu ar frys, mae paediatregwyr yn glir ein bod mewn perygl o fagu un o'r cenedlaethau o blant lleiaf iach ers degawdau.

Rhagair

"Mae'r adroddiad hwn yn datgelu cyflwr brawychus iechyd plant a'r anghydraddoldebau cynyddol a brofir gan deuluoedd ledled Cymru. Mae effaith hyn yn ddinistriol ac yn para'n hir; gan gyfyngu ar gyfleoedd bywyd i'n cenedlaethau ieuengaf o'r cychwyn. Fel paediatregwyr ni allwn fforddio derbyn hyn fel y sefyllfa bresennol. Nid yw iechyd gwael ac anghydraddoldebau yn anochel.

Gydag ymrwymiad i ddatblygu cynllun iechyd plant, rhaid i Lywodraeth newydd Cymru nawr ddarparu ymyriadau beiddgar sy'n seiliedig ar dystiolaeth i wella canlyniadau i fabanod, plant a phobl ifanc. Heb weithredu ar frys, byddwn yn colli cenhedlaeth i iechyd gwael, cyflyrau ataliol a chyfleoedd a gollwyd."

Dr Dana Beasley, Dr Lizzy Nickerson
Cyd-Swyddogion Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant Cymru

Methodoleg

Mae Cyflwr Iechyd Plant 2026 yn defnyddio dadansoddiad o ddata sydd ar gael yn genedlaethol ar draws 12 dangosydd iechyd plant, wedi'u dewis gan ddefnyddio meini prawf y cytunwyd arnynt i sicrhau eu bod yn adlewyrchu canlyniadau blaenoriaeth i blant a phobl ifanc, ac mae'n cael ei gefnogi gan setiau data cadarn sy'n cael eu diweddaru'n rheolaidd, ac yn cynrychioli meysydd lle mae gan baediatregwyr ddealltwriaeth glinigol a rôl o ran sbarduno newid.

Mae data'n cael ei ddadansoddi i nodi tueddiadau dros amser a gwahaniaethau yn ôl ffactorau allweddol fel amddifadedd a, lle bo ar gael, ethnigrwydd, gan ganolbwyntio'n benodol ar ddeall a thynnu sylw at anghydraddoldebau iechyd. Mae pob dangosydd yn cyfuno dadansoddiad meintiol â mewnwelediad clinigol, gan gynnwys un dangosydd a ddatblygwyd ar y cyd â phlant a phobl ifanc i fynd i'r afael â bylchau mewn data sy'n cael ei gasglu'n rheolaidd, er mwyn rhoi darlun cyflawn o'r canlyniadau a'u sbardunau sylfaenol.

Prif Argymhellion

Mae Cyflwr Iechyd Plant 2026 yn nodi map ar gyfer newid. Mae ein 12 dangosydd iechyd plant yn darparu fframwaith ymarferol i lywodraethau presennol a'r dyfodol olrhain a mesur cynnydd ar ganlyniadau iechyd plant. Er mwyn gwella canlyniadau iechyd plant yng Nghymru, rhaid i Lywodraeth Cymru gyflawni ymrwymiad maniffesto Plaid Cymru i ddatblygu **Cynllun Iechyd Plant**.

Rhaid i Gynllun Iechyd Plant fod yn seiliedig ar dystiolaeth, yn seiliedig ar ddata ac wedi'i ddatblygu gyda gwybodaeth gan glinigwyr a phlant a phobl ifanc. Dylai ganolbwyntio ar dair blaenoriaeth:

1. **Data:** Cryfhau ansawdd data iechyd plant a'r broses o'i gasglu a'i rannu, gan flaenoriaethu adroddiadau hygyrch, tryloyw a safonol ar draws gwasanaethau cyhoeddus.
2. **Targedau:** Datblygu mesur cyffredinol ar gyfer iechyd plant i olrhain canlyniadau, monitro tueddiadau a llywio camau gweithredu i wella iechyd plant. Dylai hyn gyd-fynd â thargedau cadarn ac ystyrlon i gefnogi gwelliannau o ran iechyd plant a lleihau anghydraddoldebau.
3. **Buddsoddi:** Gwarantu buddsoddiad teg mewn gwasanaethau iechyd plant o'i gymharu â gofal oedolion, drwy gyflwyno Safon Buddsoddi mewn Iechyd Plant sy'n cydnabod cymhlethdod cynyddol anghenion paediatrig.

Sylw arbennig:
Pobl ifanc yn dweud wrthym pam mae angen i ni weithredu nawr

"Fy nymuniad ar gyfer iechyd plant yw i bobl ifanc deimlo eu bod yn cael eu clywed", Person Ifanc, Labordy Arloesi RCPCH&US (Caerdydd).

Roedd y plant a'r bobl ifanc y buom yn gweithio gyda nhw i ddatblygu **Cyflwr Iechyd Plant 2026** yn glir y bydd problemau iechyd emosiynol yn parhau heb weithredu. Maent yn pwysleisio nad yw cael eich gweld mewn gwasanaethau bob amser yn golygu cael eich clywed na'ch cefnogi. Eu blaenoriaeth yw bod eu meddyliau a'u profiadau o wasanaethau yn cael eu cymryd o ddifrif, a bod rhywun yn gwrando arnynt ac yn eu deall. Tynnodd llawer o bobl ifanc sylw at y ffaith bod y systemau presennol yn gallu cynyddu niwed, yn enwedig lle mae trothwyon uchel ar gyfer gofal yn cyfyngu ar fynediad at gymorth. Mae rhagdybiaethau bod pobl ifanc sydd â chyflyrau iechyd eisoes yn cael eu cefnogi, bod y rhai heb gyflyrau iechyd yn ymdopi, neu mai dim ond ar ôl argyfwng y dylid rhoi cymorth, yn gwneud i lawer deimlo nad ydynt yn cael eu cefnogi.

Roeddent yn tynnu sylw at bwysau mewn lleoliadau addysg, diffyg mannau cymunedol diogel, a rhwystrau i gymorth cynnar fel pryderon allweddol. Maent yn pwysleisio bod cyfranogiad ystyrlon yn y broses o wneud penderfyniadau yn hanfodol, a hebddo, bydd gwasanaethau'n parhau i fethu'r nod, gan wneud mynediad cynharach at gymorth a darpariaeth gymunedol gryfach yn hanfodol i atal yng Nghymru.

Sylw arbennig: Mewnwelediad gan deuluoedd

Mae arolwg* a gynhaliwyd gan YouGov ar ran RCPCH Cymru yn dangos:

- Mae llai na thraean (**27%**) o'r ymatebwyr yn teimlo bod Llywodraeth Cymru yn gwneud digon i gefnogi iechyd plant.
- Dim ond **18%** o'r ymatebwyr sy'n credu bod gwariant GIG Llywodraeth Cymru ar iechyd plant 'tua'r lefel iawn'
- Mae tua dwy ran o dair (**68%**) o'r ymatebwyr yn credu bod yr argyfwng costau byw yn cael effaith negyddol ar iechyd plant. *Dadansoddiad: Mae **33%** yn credu bod yr argyfwng costau byw yn cael yr un effaith negyddol nawr o'i gymharu â blwyddyn yn ôl, ac mae **35%** yn credu ei fod yn cael mwy o effaith negyddol.*

* Cynhaliwyd gan YouGov rhwng 10 ac 14 Awst 2026. Cyfanswm maint y sampl wedi'i bwysoli yw 1049 o bobl 16 oed a hŷn yng Nghymru.

Golwg gyffredinol ar ein dangosyddion allweddol ar gyfer iechyd plant

Ar draws ein 12 dangosydd, mae canlyniadau iechyd plant yng Nghymru yn dangos arwyddion o ddirywiad neu ddim newid, gydag anghydraddoldebau cynyddol yn ôl amddifadedd, ethnigrwydd a rhywedd. Er bod pocedi o welliant wedi bod, mae'r darlun cyffredinol yn dangos cynnydd anwastad a bylchau cynyddol mewn canlyniadau. Bydd mynd i'r afael â'r gwahaniaethau hyn yn hanfodol er mwyn gwella canlyniadau a sicrhau iechyd a datblygiad da i bob plentyn.

Marwolaethau babanod
Mae dangosyddion marwolaethau yn tanlinellu anghydraddoldebau strwythurol parhaus. Nid yw ystadegau marwolaethau babanod yng Nghymru wedi newid rhyw lawer, sef 3.5 marwolaeth fesul 1,000 o enedigaethau byw yn 2024, yr un gyfradd ag yn 2018.

Ffaith allweddol
Mae marwolaethau ymysg babanod ar ei uchaf mewn ardaloedd difreintiedig, gyda 4.7 marwolaeth fesul 1,000 o enedigaethau byw yn 2024, o'i gymharu â 3.7 yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig.

Sylwadau Paediatregydd
"Hyd yn oed os nad oedd modd atal marwolaeth, gallwn barhau i ddysgu rhywbeth o bob marwolaeth i helpu i wella gofal plant y dyfodol."

Marwolaethau plant
Mae marwolaethau plant (plant 1-15 oed) wedi gwella'n sylweddol yng Nghymru ers 2018, gan ostwng o 13 plentyn o bob 100,000 i 6.4.

Ffaith allweddol
Cymru sydd wedi gweld y gwelliant mwyaf sylweddol yng nghyfraddau marwolaethau plant (1-15 oed) o holl wledydd y DU ers yr adroddiad Cyflwr Iechyd Plant blaenorol ac erbyn hyn mae ganddi'r gyfradd isaf ar draws y pedair gwlad, ac yna Gogledd Iwerddon ar 7.1 fesul 100,000.

Sylwadau Paediatregydd
"Er ei bod yn ymddangos bod yr ystadegau wedi gwella, rhaid i ni barhau i fonitro tueddiadau. Mae marwolaeth unrhyw blentyn yn ddinistriol, ac mae angen i ni wneud yn siŵr ein bod yn gwneud popeth yn ein gallu i leihau marwolaethau plant y gellir eu hosgoi."

Imiwneiddio
Mae'r ddarpariaeth brechu wedi gostwng yn is na'r lefelau a argymhellir ac mae'n dal yn bryder sylweddol. Ychydig iawn o frechlynnau rheolaidd yn ystod plentyndod sydd bellach yn cyrraedd y targed o 95%. Mae'r data diweddaraf (2024) yn dangos bod y nifer sy'n cael yr ail ddos MMR yn 89.5%, sydd wedi gostwng o 92% yn 2020 ac mae'n is o lawer na'r trothwy 95%.

Ffaith allweddol
Roedd y bwlch anghydraddoldeb yn y nifer a oedd wedi cael eu himiwneiddio erbyn iddynt droi'n bump oed wedi cynyddu yn 2024/25 o'i gymharu â 2023/24, o 8.4 pwynt canran i 9.7, y bwlch mwyaf mewn anghydraddoldeb ers dechrau adrodd.

Sylwadau Paediatregydd
"Mwy a mwy, rydw i'n dod ar draws plant a phobl ifanc heb eu brechu… rydw i wedi gweld plant sy'n sâl iawn oherwydd y frech goch, clwy'r pennau a'r pas."

Iechyd y Geg
Mae iechyd y geg yn adlewyrchu patrymau tebyg o gynnydd araf ac anghydraddoldeb gyda nifer yr achosion o bydredd dannedd yn amlwg o 5 oed ymlaen. Mae tystiolaeth yn awgrymu bod gan dros chwarter (27%) y plant 5-6 oed yng Nghymru bydredd dannedd amlwg (2024/25).

Ffaith allweddol
Roedd plant sy'n byw yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig bron ddwywaith yn fwy tebygol o fod â phydredd dannedd (37.6%) o'i gymharu â phlant yn yr ardaloedd lleiaf difreintiedig (19.8%) yn 2024/25.

Sylwadau Paediatregydd
"Mae mentrau sy'n seiliedig ar dystiolaeth, fel fflworeiddiad dŵr cymunedol a chynlluniau cenedlaethol i frwsio dannedd dan oruchwyliaeth, yn dangos manteision clir o ran lleihau clefydau ac anghydraddoldebau."

Iechyd a llesiant staff
Mae plant a phobl ifanc yn nodi mynediad cyfyngedig at gymorth iechyd emosiynol fel pryder mawr yn gyson, gyda chymorth yn aml yn anodd cael gafael arno, yn anghyson, ac fel arfer dim ond ar gael mewn argyfwng er gwaethaf angen bob dydd eang.

Ffaith allweddol
Mae pobl ifanc yn dweud bod diffyg diagnosis yn aml yn cael ei ddefnyddio i wrthod rhoi cymorth iechyd emosiynol.

Sylwadau person ifanc
"Mae amseroedd aros a mynediad at wasanaethau yn broblem i blant a phobl ifanc gyda a heb gyflyrau iechyd."

Gordewdra
Mae gordewdra yn parhau i fod yn broblem sylweddol ymysg plant a phobl ifanc yng Nghymru. Yn 2024/25, roedd 27.3% o blant 4 oed a 5 oed dros eu pwysau neu'n byw gyda gordewdra. Dyma'r gyfradd uchaf a gofnodwyd yng Nghymru hyd yma a'r gyfradd uchaf ymysg holl wledydd y DU.

Ffaith allweddol
Roedd gordewdra mesuredig ymysg plant tua 75% yn uwch yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig (15.6%) o'i gymharu â'r ardaloedd lleiaf difreintiedig (8.9%).

Sylwadau Paediatregydd
"Rydym bellach yn gweld cyflyrau mewn plant a oedd gynt yn gymhlethdodau metabolig i oedolion ac yn anghyffredin ymysg plant."

Iechyd Meddwl
Mae'r angen am gymorth iechyd meddwl ymysg plant a phobl ifanc yng Nghymru wedi cynyddu'n sylweddol dros y degawd diwethaf, gydag amcangyfrif bod 135,000 o blant a phobl ifanc yn byw gyda chyflwr iechyd meddwl y gellir rhoi diagnosis ohono; tua 1 o bob 6 rhwng 8 a 10 oed; 1 o bob 5 rhwng 11 ac 16 oed, ac 1 o bob 4 rhwng 17 a 24 oed.

Ffaith allweddol
Mae cyfran y bobl ifanc rhwng wyth a 24 oed yr amcangyfrifir bod ganddynt gyflwr iechyd meddwl wedi dyblu dros yr 20 mlynedd diwethaf, gan gynyddu o 1 o bob 10 yn 2004 i 1 o bob 5 yn 2023, gyda nifer yr achosion yn cynyddu gydag oedran.

Sylwadau Paediatregydd
"Mae cynnydd amlwg wedi bod yn nifer y bobl sy'n wynebu argyfwng, ac maen nhw'n aml yn iau o ran oedran ac yn fwy cymhleth o ran cyflwyniad."

Fepio ac ysmygu*
Mae ysmygu ymysg plant a phobl ifanc wedi gostwng gyda 4.5% o ferched a 5.2% o fechgyn yn ysmygu'n rheolaidd erbyn eu bod yn 15 oed (2023), sy'n ostyngiad ers 2021, ond mae hyn yn cael ei wrthbwyso gan gynnydd yn y defnydd o e-sigarennau. Dywedodd tua 38.9% o fechgyn a 48.7% o ferched 15 oed eu bod wedi defnyddio fêps rywbryd yn 2023, cynnydd o 34.3% a 42.6% yn y drefn honno yn 2021.

Ffaith allweddol
Ymysg pobl ifanc 15 oed, mae 13.2% o ferched ac 8.7% o fechgyn yn dweud eu bod yn defnyddio e-sigarennau bob dydd.

Sylwadau Paediatregydd
"Mae dau [o blant] wedi cael eu derbyn i'r ysbyty'n ddiweddar gyda chymhlethdodau anadlu sy'n debygol o fod yn ddylanwad uniongyrchol fepio. Y plentyn ieuengaf i mi ofalu amdano ar y ward oedd plentyn 6 oed gyda bronciectasis difrifol ar ôl iddo gael ei ganfod yn defnyddio fêp ei rieni."

Asthma
Mae'r ffigurau diweddaraf o 2024 yn dangos cynnydd o 378% yn nifer y plant rhwng pump a 14 oed a gafodd eu derbyn i'r ysbyty ym mis Medi (110) o'i gymharu â mis Awst (23).

Ffaith Allwedd
Amcangyfrifir bod 59,000 o blant ag asthma yng Nghymru.

Sylwadau Paediatregydd
"Un newid arwyddocaol iawn yw bod gennym bellach well dealltwriaeth o sbardunau amgylcheddol...mae gofyn am yr aer y mae plant yn ei anadlu yn dod yn rhan arferol o gymryd hanes asthma."

Camddefnyddio sylweddau*
Mae'r tueddiadau camddefnyddio sylweddau ymysg plant a phobl ifanc yn dangos cynnydd anwastad. Mae cyfran y plant sy'n yfed alcohol wedi gostwng yn raddol ers 2021 ond mae'n dal yn uchel gyda 64.6% o ferched a 56.4% o fechgyn 15 oed yn dweud eu bod yn yfed alcohol. Mae rhywfaint o gynnydd wedi bod yn y defnydd o ganabis ac mae'n dal yn uchel gyda 17.8% o ferched a 15.1% o fechgyn 15 oed yn dweud eu bod wedi defnyddio canabis yn ystod eu hoes.

Ffaith allweddol
O'r plant 11-16 oed a ddywedodd eu bod yn yfed alcohol yn 2023, dywedodd 30% eu bod yn meddwi yn 13 oed neu'n iau.

Sylwadau Paediatregydd
"Mae defnyddio alcohol fel ffordd o gamfanteisio, yn enwedig ymysg ein plant a'n pobl ifanc fwyaf agored i niwed... yn tynnu sylw at ba mor bwysig yw mynd i'r afael â'r ffactorau diogelu a chymdeithasol ehangach sy'n sbarduno niwed ochr yn ochr â pholisi prisio."

Anafiadau
Mae derbyniadau brys ar gyfer anafiadau ymysg plant wedi gostwng dros amser ond maent yn dal ar eu huchaf mewn grwpiau oedran iau. Mae cyfradd y derbyniadau brys ar gyfer anafiadau damweiniol wedi gostwng o 19.0 am bob 1,000 yn 2014/15 i 8.4 yn 2025/26 ymysg plant 0-4 oed. Mae cyfradd yr anafiadau damweiniol yn dal yn uwch nag anafiadau bwriadol, 8.4 fesul 1,000 o'i gymharu â 0.06 ar gyfer plant 0-4 oed yn 2025/26.

Ffaith allweddol
Mae cyfradd gyffredinol derbyniadau brys yn uwch ar gyfer plant (0-4 oed) yn yr ardaloedd mwyaf difreintiedig, o'i gymharu â'r ardaloedd lleiaf difreintiedig, 245.7 fesul 1,000 o'i gymharu â 207.6 yn y drefn honno.

Sylwadau Paediatregydd
"Er gwaethaf mesurau iechyd y cyhoedd, rydym yn dal i weld plant a phobl ifanc yn cael eu hanafu ar ein ffyrdd ac yn ymwneud â throseddau treisgar. Rydym hefyd yn dal i weld anafiadau bwriadol, yn enwedig mewn plant dan flwydd oed."

Datblygiad cynnar plant
Nid yw dangosydd datblygiad cynnar plant wedi'i gynnwys ar gyfer Cymru oherwydd diffyg data. Mae hyn yn rhannol oherwydd bod Proffil y Cyfnod Sylfaen wedi dod i ben yn 2022 ac absenoldeb mesur cenedlaethol y cytunwyd arno i asesu canlyniadau datblygiadol plentyndod cynnar. Rydym am weld un diffiniad cyffredin yn cael ei ddatblygu ar gyfer datblygiad plant ar draws adrannau, gwasanaethau iechyd ac addysg Llywodraeth Cymru.

* Mae ystadegau ynghylch ysmygu, anweddu a chamddefnyddio sylweddau yn wahanol i'r rhai a gyflwynwyd yn y brif adroddiad ar Gyflwr Iechyd Plant, gan fod ffigurau amgen mwy cyfredol ar gael adeg y dadansoddiad.

Ein hargymhellion

Yn ogystal â'n hargymhellion cyffredinol, rydym wedi awgrymu rhagor o argymhellion ymarferol sy'n seiliedig ar dystiolaeth ar gyfer pob un o'n 12 dangosydd, sy'n cael eu crynhoi yma. I gael y sail resymegol lawn a manylion yr argymhelliad, gweler yr adran berthnasol yn yr adroddiad llawn.

Dangosydd	Argymhelliad	At sylw
Marwolaethau babanod	• Mynd i'r afael ag anghydraddoldebau drwy weithredu argymhellion yr Asesiad Sicrwydd Gwasanaethau Mamolaeth a Newyddenedigol Cymru Gyfan. • Datblygu Cynllun Gweithlu Hirdymor ar gyfer iechyd plant ar sail y galw, y bylchau a'r anghenion cadw. • Cryfhau mynediad at wasanaethau blynyddoedd cynnar yn y 1,000 diwrnod cyntaf, gan gynnwys Dechrau'n Deg a Rhaglen Plant Iach Cymru.	Llywodraeth Cymru Addysg a Gwella Iechyd Cymru
Marwolaethau plant	• Cryfhau arweinyddiaeth diogelu a chapasiti'r gweithlu i gefnogi plant sydd mewn perygl a phlant sy'n agored i niwed. • Cryfhau gwaith partneriaeth amlasiantaeth er mwyn gallu canfod risg yn gynnar ac ymyrryd yn amserol. • Cynnal a chefnogi'r Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant yng Nghymru. • Trosi dysgu am farwolaethau plant yn fesur atal seiliedig ar dystiolaeth ar draws iechyd, addysg, a gofal cymdeithasol	Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, Rhaglen Adolygu Marwolaethau Plant
Imiwneiddio	• Darparu gwybodaeth am frechlynnau mewn ffordd hygyrch, ddiwylliannol briodol ac wedi'i chyfieithu. • Ehangu'r ddarpariaeth brechu yn y gymuned i gyrraedd grwpiau nad ydynt yn cael eu gwasanaethu'n ddigonol a chynyddu'r nifer sy'n cael eu brechu. • Sefydlu adnodd adnabod plant unigryw i alluogi rhannu gwybodaeth integredig ar draws gwasanaethau. • Ehangu mynediad at y Llyfr Coch digidol ac ymwybyddiaeth ohono.	Llywodraeth Cymru, Iechyd Cyhoeddus Cymru, GIG Cymru
Datblygiad cynnar plant	• Mynd i'r afael â bylchau mewn data ar ddatblygiad plant drwy ddiffiniad cenedlaethol ar y cyd. • Buddsoddi mewn chwarae a datblygu yn y blynyddoedd cynnar. • Buddsoddi yn y gweithlu ymwelwyr iechyd a chymorth i deuluoedd yn nes at adref i ddarparu Rhaglen Plant Iach Cymru. • Ymgorffori Fframwaith Gweithredu Dechrau Gorau mewn Bywyd Iechyd Cyhoeddus Cymru ar draws pob lefel system.	Llywodraeth Cymru, GIG Cymru, Iechyd a Gofal Digidol Cymru, Addysg a Gwella Iechyd Cymru
Iechyd y geg	• Cynyddu capasiti deintyddol fel bod pob plentyn yn gweld deintydd erbyn ei fod yn flwydd oed ac yn rheolaidd ar ôl hynny. • Ymgorffori hybu iechyd y geg mewn gwasanaethau iechyd a gofal cymdeithasol blynyddoedd cynnar. • Parhau i ariannu'r Cynllun Gwên mewn meithrinfeydd ac ysgolion.	Llywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd
Cymorth gydag iechyd a llesiant emosiynol	• Buddsoddi mewn cymorth llesiant emosiynol cyffredinol, cynnar a chynhwysol ar draws systemau heb fod angen diagnosis.	Llywodraeth Cymru

Dangosydd	Argymhelliad	At sylw
Gordewdra	• Parhau â phrydau am ddim mewn ysgolion cynradd ac ehangu i ddisgyblion uwchradd, gan sicrhau y glynir wrth y safonau maeth uchaf. • Ariannu mynediad at chwaraeon, cyfleusterau hamdden a mannau gwyrdd, a hyrwyddo gweithgarwch corfforol mewn ysgolion. • Darparu olynydd i Pwysau Iach: Cymru Iach, gydag ymyrraeth gynnar gryfach a gwasanaethau arbenigol.	Llywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd
Iechyd meddwl	• Gweithredu Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant 2025-2035 gan adrodd yn flynyddol ar effaith y strategaeth ar blant a phobl ifanc. • Ehangu cymorth iechyd meddwl cynnar, gan gynnwys timau Mewngymorth Ysgolion ym mhob ysgol a choleg. • Cynyddu cyllid CAMHS i wella mynediad a lleihau amseroedd aros. • Sicrhau mynediad amserol at wasanaethau niwroddatblygiadol drwy ymyrraeth gynnar mewn partneriaeth agos â lleoliadau addysgol.	Llywodraeth Cymru
Fepio ac ysmygu	• Rhoi mesurau Iechyd Cyhoeddus Cymru ar waith i leihau fepio ymysg pobl ifanc. • Cyflwyno pecynnau fêps safonol heb frand gyda gwybodaeth glir am iechyd. • Darparu gwasanaethau pwrpasol i bobl ifanc ar gyfer rhoi'r gorau i fepio ac ysmygu.	Llywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd
Asthma	• Sicrhau bod gan bob plentyn sydd ag asthma Gynllun Gweithredu Asthma Personol. • Ehangu ardaloedd di-fwg a dim fepio gyda gorfodaeth effeithiol. • Buddsoddi mewn mesurau atal i leihau anghydraddoldebau iechyd, gan gynnwys ansawdd aer a gwelliannau tai.	Llywodraeth Cymru ac Awdurdodau Lleol
Camddefnyddio sylweddau	• Parhau â'r Isafbris Uned ar gyfer alcohol yng Nghymru. • Cryfhau camau gweithredu i leihau amlygiad plant i farchnata alcohol. • Comisiynu ymchwil ar effeithiau prisiau alcohol ar blant a grwpiau agored i niwed. • Parhau â mesurau i leihau amlygiad i farchnata alcohol a gwella addysg ar niwed.	Llywodraeth Cymru a Llywodraeth y DU
Anafiadau	• Sefydlu cronfa ddata safonol sydd ar gael i'r cyhoedd er mwyn rhoi gwybod am anafiadau damweiniol. • Ehangu cymorth wedi'i dargedu i leihau'r risg o anafiadau mewn cymunedau difreintiedig. • Gwella diogelwch ar y ffyrdd i bobl ifanc drwy ymgyrchoedd wedi'u targedu. • Cynnal y terfyn cyflymder o 20mya mewn ardaloedd lle mae plant yn bresennol.	Iechyd a Gofal Digidol Cymru, Llywodraeth Cymru ac Awdurdodau Lleol

Darllen Cyflym:

Cyflwr Iechyd Plant 2026: Cymru

I ddarllen yr adroddiad llawn, sganiwch y cod QR neu ewch i www.rcpch.ac.uk/state-of-child-health

RCPCH
Coleg Brenhinol
Pediatreg ac Iechyd Plant
Cymru
Yn arwain y ffordd ar Iechyd Plant

Cyhoeddwyd yn 2026
Coleg Brenhinol Pediatreg ac Iechyd Plant 2026
Swyddfa gofrestredig 5-11 Theobalds Road, Llundain WC1X 8SH.

Corfforir trwy Siarter Frenhinol ac yn elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr: 1057744 ac yn Yr Alban: SCO38299.
Noddwr Ei Huchelder y Dywysoges Frenhinol