

Y Grŵp Trawsbleidiol ar Anhwylderau Bwyta

Dydd Mercher 8 Hydref 2025

Hybrid (Ystafell Gynhadledd C, Tŷ Hywel, Bae Caerdydd, CF99 1SN) & Timau MS).

Yn bresennol:

Julie Morgan AS	MS ar gyfer Gogledd Caerdydd
Sarah Murphy AS	Y Gweinidog Iechyd Meddwl a Llesiant
Carol Harris	Stori
Christian Beech	BASW
Darren Griffiths	RCPH
Donna Jackson	BIPCTM
Helen Pritchard	BIPBC
Izabella Jurewicz	Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a'r Fro
Jess Williams	Canolfan Genedlaethol ar gyfer Atal Hunanladdiad, Prifysgol Abertawe
Dr Kai Thomas	Prifysgol Caerdydd
Kevin Williams	TUC Cymru
Liam Mahedy	Iechyd Cyhoeddus Cymru
Meg Moss	Cwnsela Cenedlaethol & Cymdeithas Seicotherapi
Myfina Lewis-Williams	Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda
Nivethigha Elango	Prifysgol Abertawe
Natalie Chetwynd	BIPHD
Nia Holford	BIPCTM
Nick Horn	BIPBC
Kirsty Rees	Swyddfa Mike Hedges AS
Sarah Thomas	Ffederasiwn Cenedlaethol Sefydliadau'r Merched
Steve Mulligan	BACP
Sara Tahsin	Prifysgol Abertawe
Theano Ntokou	Adferiad
Thomas Freeston	Beat
Valerie Billingham	Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru
Naomi White	Y Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC)
Sarah Witcombe-Hayes	Y Gymdeithas Genedlaethol er Atal Creulondeb i Blant (NSPCC)
MC Hunter	
Simon Jones	Mind Cymru
Jo Whitfield	Beat
Bethan Phillips	Mind Cymru
Richard Jones	Mental Health Matters Wales
Coedwig Victoria	Chwaraeon Cymru
Carly Jackson	Chwaraeon Cymru
Nicola Grey	Prifysgol Abertawe
Cherelle Mead	Cynrychiolydd NCPS
Katie Chappelle	Y Gymdeithas Strôc

Ymddiheuriadau:

Mike Hedges AS	MS ar gyfer Dwyrain Abertawe
Mark Isherwood AS	AS yn cynrychioli Gogledd Cymru
Carolyn Thomas AS	AS yn cynrychioli Gogledd Cymru
Llyr Gruffydd AS	AS yn cynrychioli Gogledd Cymru

Peredur Owen Griffiths AS	AS dros Ddwyrain De Cymru
Tamsin Speight	Gwella perfformiad
Martin Ball	
Angie Darlington	Gweithredu dros Iechyd Meddwl Gorllewin Cymru
Alex Howells	HEIW

1. Croeso gan Julie Morgan AS

Croesawodd Julie Morgan AS y mynychwyr i'r cyfarfod ac atgoffodd bawb y gallent gymryd seibiant neu gamu i ffwrdd ar unrhyw adeg, gan gydnabod sensitifrwydd y pwnc dan sylw.

2. CCB, Ethol Cadeirydd & Ysgrifenyddiaeth - Simon Jones, Mind Cymru

Cadarnhaodd Simon Jones fod dau enwebiad wedi dod i law cyn y cyfarfod. Y cyntaf gan Mark Isherwood AS yn enwebu Julie Morgan AS yn Gadeirydd a Mind Cymru a Beat yn Ysgrifenyddiaeth, eiliwyd hyn gan Mike Hedges AS. Felly penodwyd Julie Morgan AS yn Gadeirydd y Grŵp Trafodaethau, gyda Beat a Mind Cymru wedi'u penodi'n ysgrifenyddiaeth ar y cyd y grŵp.

3. Blaenoriaethau ar gyfer Llywodraeth nesaf Cymru - Jo Whitfield, Beat

Nawr yw'r Amser i Weithredu ar Anhwylderau Bwyta: Gellir dod o hyd i flaenoriaethau ar gyfer Llywodraeth nesaf Cymru [yma](#).

Rhoddodd Jo Whitfield gyflwyniad yn amlinellu blaenoriaethau Beat ar gyfer Llywodraeth nesaf Cymru, gan ganolbwyntio ar dri gofyniad polisi allweddol i drawsnewid gofal anhwylderau bwyta ledled Cymru.

Dechreuodd drwy gydnabod y cynnydd a wnaed ers yr etholiad diwethaf, gan gynnwys cyflwyno rolau arweinyddiaeth anhwylderau bwyta cenedlaethol, cyflwyno staff cymorth cyfoedion mewn rhai gwasanaethau, a hyfforddiant gwell i weithwyr gofal iechyd proffesiynol. Fodd bynnag, nododd fod darpariaeth arbenigol yn parhau i fod yn anghyson, gan ddisgrifio "loteri cod post" o ran mynediad at ofal. Mae ymyrraeth gynnar yn anghyson, mae derbyniadau i'r ysbyty yn parhau i gynyddu, ac mae rhaglenni triniaeth ddwys cymunedol a dyddiol heb eu datblygu'n ddigonol. Tynnodd Jo sylw hefyd at y diffyg buddsoddiad mewn ymchwil i anhwylderau bwyta dan arweiniad Cymru.

Esboniodd Jo fod o leiaf 62,500 o bobl yng Nghymru yn cael eu heffeithio arnynt gan anhwylderau bwyta, a all gael canlyniadau dinistriol i unigolion a theuluoedd. Anorecsia sydd â'r gyfradd marwolaethau uchaf o unrhyw salwch meddwl, ac mae un o bob chwech o bobl sydd ag anhwylder gorfwyta wedi ceisio dod â'u bywyd i ben. Er gwaethaf hyn, mae adferiad yn bosibl gyda chefnogaeth amserol, sy'n seiliedig ar dystiolaeth.

Amlinellodd y tair blaenoriaeth ganlynol:

Manyleb gwasanaeth cenedlaethol ar gyfer ymyrraeth gynnar:

Pwysleisiodd Jo yr angen am fodel gwasanaeth gorfodol, cyson ar draws pob bwrdd iechyd, yn canolbwyntio ar nodi a thrin anhwylderau bwyta yn gynnar, cyn mynd i'r ysbyty. Dylid cefnogi hyn drwy fuddsoddi yn y gweithlu, cynnwys profiad byw wrth gynllunio gwasanaethau, ac archwiliad clinigol cenedlaethol i safoni a gwella adrodd data.

Buddsoddi mewn rhaglenni triniaeth ddwys cymunedol a dyddiol:

Esboniodd fod rhaglenni o'r fath yn caniatáu i bobl aros yn agos at adref, cynnal cysylltiadau â theulu, gwaith, neu addysg, a lleihau'r angen am ofal cleifion mewnol. Gan gyfeirio at adroddiad Beat, Does Nunlle fel Adref, nododd mai dim ond un bwrdd iechyd yng Nghymru sy'n cynnig y

gwasanaethau hyn i'r safon ofynnol ar hyn o bryd, er gwaethaf tystiolaeth yn dangos eu bod yn cyflawni canlyniadau sy'n cyfateb i ofal cleifion mewnol ac am gost is.

Mwy o fuddsoddiad mewn ymchwil i anhwylderau bwyta yng Nghymru:

Galwodd Jo am greu Rhwydwaith Ymchwil Anhwylderau Bwyta Cymru i gryfhau cydweithio rhwng clinigwyr, academyddion a myfyrwyr. Esboniodd fod cyllid a chapasiti ymchwil cyfyngedig wedi creu cylch o danfuddsoddi, gyda nifer fach o ymchwilwyr yn gallu canolbwyntio ar y maes hwn yng Nghymru.

Daeth Jo i'r casgliad, heb weithredu, y bydd derbyniadau brys yn parhau i gynyddu, y bydd anghydraddoldebau o ran mynediad at driniaeth yn dyfnhau, a'r pwysau ar wasanaethau cleifion mewnol yn tyfu. Galwodd ar bob plaid wleidyddol i gynnwys blaenoriaethau Beat yn eu manifestos a'u rhaglenni polisi, gan ddatgan y byddai'r cynigion hyn sy'n seiliedig ar dystiolaeth yn gwella canlyniadau i bobl yr effeithir arnynt gan anhwylderau bwyta, yn ogystal ag i'r GIG.

Gorffennodd drwy bwysleisio brys diwygio, gan ddatgan: "Mae'r amser wedi dod i weithredu ar anhwylderau bwyta."

4. Tŷ Dysgu - Modiwl E-Ddysgu Anhwylderau Bwyta - Emma Haggerty, ABUHB

Rhoddodd Emma Haggerty, Arweinydd Clinigol Anhwylderau Bwyta ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan a Chadeirydd y Grŵp Gorchwyl a Gorffen Hyfforddiant a Chymwyseddau Anhwylderau Bwyta, gyflwyniad ar y Cyflwyniad i Anhwylderau Bwyta: Modiwl hyfforddi ar-lein Lefel Sylfaen 1, a ddatblygwyd ar gyfer platfform e-ddysgu [Y Ty Dysgu](#).

Esboniodd Emma fod y modiwl wedi'i addasu o raglen e-ddysgu GIG Lloegr, wedi'i greu mewn partneriaeth â Beat a Choleg Brenhinol y Seiciatryddion, ac wedi'i roi yng nghyd-destun Cymru. Mae'n cymryd dull sy'n canolbwyntio ar y person, gan ganolbwyntio ar y "cylchoedd cymorth" o amgylch unigolion yn hytrach na rhannu cynnwys yn ôl grŵp proffesiynol.

Nod y modiwl yw meithrin ymwybyddiaeth sylfaenol o anhwylderau bwyta, gan helpu dysgwyr i adnabod arwyddion cynnar, cyfathrebu'n sensitif â'r rhai a allai fod yn cael trafferth, a deall pryd a sut i geisio cymorth pellach. Mae hefyd yn cynnwys gwybodaeth am y canllawiau Argyfyngau Meddygol mewn Anhwylderau Bwyta (MEED) ar gyfer gweithwyr proffesiynol.

Canfyddiadau'r gwerthusiad:

- Canfu'r cyfranogwyr fod y modiwl yn addysgiadol ac yn hygyrch, yn enwedig o ran codi ymwybyddiaeth o gyflyrau llai adnabyddus fel ARFID, OSFED, ac Anhwylder Myfyrio.
- Adroddodd dysgwyr fwy o hyder wrth adnabod symptomau, cael sgysiau sensitif, a chyfeirio at wasanaethau cymorth.
- Roedd y cwrs yn hawdd i'w ddilyn ar y cyfan gyda chyfryngau deniadol, er bod rhai defnyddwyr wedi profi problemau technegol bach gyda fideos a dolenni.

Canlyniadau dysgu:

- Dealltwriaeth well o ystod a chymhlethdod anhwylderau bwyta.
- Gallu gwell i gyfathrebu mewn modd cefnogol, heb sbarduno.
- Gwell gwybodaeth am adnoddau gan gynnwys Beat, FEAST, a chanllawiau MEED.
- Tystiolaeth glir o gymhwysiad ymarferol, yn enwedig ymhlith staff mewn lleoliadau iechyd meddwl a gofal sylfaenol.

Daeth Emma i ben drwy nodi bod y rhaglen wedi cael derbyniad da gan nifer o sefydliadau a grwpiau staff a chadarnhaodd y bydd y camau nesaf yn canolbwyntio ar ehangu mynediad ac ymdrin ag adborth technegol bach.

5. Sarah Murphy MS, Gweinidog Iechyd Meddwl a Llesiant - Cynllun Iechyd Meddwl newydd Llywodraeth Cymru & Strategaeth Llesiant 2025-2035

Dolenni perthnasol:

- Gellir dod o hyd i'r strategaeth [yma](#).
- Gellir dod o hyd i Gynllun Cyflawni 2025-28 [yma](#).

Agorodd y Gweinidog y drafodaeth drwy nodi ei bod hi'n gyn-Gadeirydd y Grŵp Trawsbleidiol ar gyfer Anhwylderau Bwyta a mynegodd ei brwdfrydedd ei fod wedi'i gyfuno â'r Grŵp Trawsbleidiol ar gyfer Iechyd Meddwl. Rhoddodd ddiweddariad ar y Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant, a lansiwyd chwe mis yn ôl, a gwahoddodd y mynychwyr i rannu eu barn a'u sylwadau.

Esboniodd y Gweinidog fod y strategaeth yn weledigaeth deng mlynedd a gefnogir gan gynllun cyflawni tair blynedd treigl, a gynlluniwyd i fabwysiadu dull pob oedran, llywodraeth gyfan i wella iechyd meddwl a lles yng Nghymru. Cydnabu, ers ymgymryd â'i rôl weinidogol, ei bod wedi nodi bylchau mewn strwythurau llywodraethu ac angen am fecanweithiau cryfach i sicrhau cyd-gynhyrchu ystyrion gyda phobl sydd â phrofiad personol, gweithwyr proffesiynol, a phartneriaid yn y trydydd sector. Bydd cryfhau'r meysydd hyn yn ffocws allweddol yn y dyfodol.

Pwysleisiodd y Gweinidog fod y strategaeth wedi'i llunio gan bobl â phrofiad personol, a bod eu mewnwelediad wedi llywio ei gweledigaeth a'i hamcanion. Yn ganolog i'r weledigaeth hon mae sicrhau bod y sylfeini yn eu lle i hyrwyddo iechyd meddwl da, ymgorffori ystyriaethau iechyd meddwl ar draws adrannau'r llywodraeth, a datblygu sylfaen dystiolaeth gryfach i lywio polisi ac ymarfer.

Nododd y Gweinidog fod anghenion iechyd meddwl pobl yn newid. Er bod gwasanaethau arbenigol yn parhau i fod yn hanfodol i rai, gellir diwallu anghenion y rhan fwyaf o bobl trwy gymorth cynnar ac ataliol. Mae'r strategaeth yn ceisio creu gwasanaethau mwy integredig sy'n mynd i'r afael ag achosion sylfaenol iechyd meddwl gwael, megis caledi ariannol, ansefydlogrwydd tai a diweithdra. Tynnodd sylw at bwysigrwydd dulliau ymyrraeth gynnar sy'n seiliedig ar drawma a all leihau'r pwysau ar wasanaethau arbenigol a sicrhau bod pobl yn derbyn cymorth ar yr amser iawn.

Amlinellodd uchelgais Cymru i ddod y wlad gyntaf yn y byd i fabwysiadu model gofal cam wrth gam ar gyfer iechyd meddwl, gan nodi bod y dull hwn wedi cynhyrchu canlyniadau cadarnhaol mewn rhannau o Ganada. Rhoddodd enghraifft o Goleg Merthyr, lle mae'r model wedi'i weithredu'n llwyddiannus i gefnogi lles myfyrwyr a mynediad at gymorth amserol. Tynnodd Sarah sylw hefyd at lwyddiant y gwasanaeth iechyd meddwl 111, lle mae 46% o'r galwyr yn ddynion, fel tystiolaeth o werth llwybrau cymorth hygyrch a chymorth ar yr un diwrnod.

I gloi, pwysleisiodd y Gweinidog y bydd cyflawni'r strategaeth yn dibynnu ar y Cynllun Gweithlu Iechyd Meddwl Strategol sydd ar ddod, a fydd yn nodi sut y gall Cymru adeiladu a chynnal gweithlu medrus, sy'n canolbwyntio ar y person i ddiwallu anghenion y dyfodol.

Diolchodd Julie Morgan AS i'r Gweinidog am ei diweddariad ac ailadroddodd bwysigrwydd dulliau ataliol, cydgysylltiedig, gan gyfeirio at Goleg Merthyr fel enghraifft o arfer da. Croesawodd gwestiynau a thrafodaeth.

6. Trafodaeth - Adran Holi ac Ateb

Jo Whitfield

Cododd Jo Whitfield bryderon ynghylch sut mae bwyd yn cael ei drafod mewn ysgolion, fel labelu bwydydd fel rhai "da" neu "ddrwg" a hyrwyddo terfynau calorïau, a all gyfrannu at anhwylder bwyta. Nododd hefyd y diffyg cyfranogiad gan ddeietegwyr, arbenigwyr anhwylderau bwyta, a phobl sydd â phrofiad byw o ddatblygu pecyn cymorth cwricwlwm Ffocws ar Fwyd a Maeth Iechyd

Cyhoeddus Cymru. Gofynnodd Jo sut y bydd y strategaeth newydd yn sicrhau cyfranogiad ystyrlon y grwpiau hyn mewn gwaith yn y dyfodol a pha gamau y gellir eu cymryd ar unwaith i fynd i'r afael â'r pryderon presennol.

Ymateb - Sarah Murphy AS, y Gweinidog Iechyd Meddwl a Llesiant

Cydnabu'r Gweinidog y pryderon a chadarnhaodd ei bod yn ymwybodol o'r mater, gan nodi ei bod wedi clywed adroddiadau tebyg yn ystod ymweliad â gwasanaeth CAMHS am ysgolion yn dysgu plant am fwydydd "da" a "drwg". Cyfeiriodd at y strategaeth Pwysau Iach, Cymru Iach, gan ddatgan ei bod wedi cyflwyno'r achos dros gydnabyddiaeth fwy o agweddau seicolegol bwyd a phwysau. Soniodd hefyd fod Julie Morgan AS a Mark Isherwood AS wedi ysgrifennu llythyr ar y cyd ar y mater hwn a chadarnhaodd y byddai'n darparu ymateb cynhwysfawr gan y Llywodraeth yn amlinellu'r camau i fynd i'r afael ag ef. Mynegodd ei rhwystredigaeth ynghylch y mater, yn enwedig mewn perthynas â dadleuon ynghylch labelu calorïau ar fwydlenni.

Mewn perthynas â'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant, sicrhodd y Gweinidog y byddai gan Beat lais cryf o fewn y gweithgornau. Diolchodd Jo i'r Gweinidog a dywedodd ei bod yn edrych ymlaen at dderbyn yr ymateb i'r llythyr ar y cyd.

Julie Morgan AS

Gofynnodd Julie pryd y byddai'r grwpiau cynghori ar gyfer y Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant yn cael eu sefydlu.

Ymateb - Matt Downton, Dirprwy Gyfarwyddwr Iechyd Meddwl, Camddefnyddio Sylweddau a Grwpiau Agored i Niwed - Llywodraeth Cymru:

Ymatebodd Matt fod y rhain yn cael eu sefydlu ar hyn o bryd, gan nodi bod y grŵp llywio mynediad ar yr un diwrnod eisoes ar waith ac yn archwilio profiad byw ac elfennau o'r gwasanaethau dan arweiniad cyfoedion. Fe ychwanegodd fod gwybodaeth a chyfleoedd i gymryd rhan ar gael ar dudalen we'r Rhaglen Strategol ar gyfer Iechyd Meddwl.

Dr Nick Horn

Croesawodd Dr Nick Horn, Seicolegydd Clinigol ac Arweinydd Straen Trawmatig ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr, ddyheadau'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant newydd, yn enwedig ei ffocws ar fynediad agored at wasanaethau. Fodd bynnag, cododd bryderon ynghylch y sail dystiolaeth sy'n sail i'r dull gweithredu, gan nodi nad yw canllawiau presennol NICE a fframweithiau cysylltiedig o reidrwydd yn cyd-fynd â'r model hwn.

Mynegodd rybudd hefyd ynghylch sut y bydd y strategaeth yn cael ei rhoi ar waith yn ymarferol, gan fyfyrion ar brofiadau'r gorffennol o gyfarwydddebau o'r brig i lawr â bwriadau da sydd wedi creu pwysau o fewn systemau'r GIG. Cwestiynodd Dr Horn a oedd digon o ystyriaeth wedi'i rhoi i sut y gallai gwasanaethau, sydd eisoes dan straen, ymateb i'r newidiadau hyn a sut y gallai "ymatebion i fygythiadau" systemig effeithio ar y ddarpariaeth. Gofynnodd sut mae'r Llywodraeth yn bwriadu sicrhau bod y gweithrediad yn osgoi'r peryglon hyn ac yn cefnogi gweithio cynaliadwy a chydweithredol ar draws gwasanaethau.

Ymateb - Sarah Murphy AS, y Gweinidog Iechyd Meddwl a Llesiant:

Cydnabu'r Gweinidog bryderon Dr Horn a chytunodd fod blinder ar draws y system, nid yn unig o fewn y GIG. Pwysleisiodd fod y strategaeth yn ceisio newid y diwylliant hwn drwy hyrwyddo cyfrifoldeb a rennir ar draws sectorau, yn hytrach na rhoi'r baich ar wasanaethau iechyd yn unig.

Esboniodd fod y pedwar datganiad gweledigaeth wedi'u cynllunio i weithio gyda'i gilydd i sicrhau dull mwy integredig, sy'n seiliedig ar dystiolaeth, a chydweithredol, gyda chefnogaeth y grŵp llywio mynediad agored newydd. Nododd Sarah fod tystiolaeth o wledydd eraill wedi llywio'r strategaeth a

bod byrddau iechyd wedi dangos brwdfrydedd dros newid, gan gydnabod yr angen i atal sefyllfaoedd argyfwng yn hytrach na throï pobl i ffwrdd yn barhaus.

Ailadroddodd fod llywodraethu priodol yn cael ei sefydlu, gyda phrif weithredwyr byrddau iechyd bellach yn cymryd rhan yn uniongyrchol i sicrhau atebolrwydd a chynrychiolaeth iechyd meddwl mewn mannau gwneud penderfyniadau allweddol. Daeth Sarah i ben drwy fynegi gobaith na fyddai'r strategaeth yn cael ei gweld fel baich ychwanegol ond fel fframwaith sy'n grymuso gweithwyr proffesiynol i ddarparu'r gefnogaeth sydd ei hangen ar bobl.

Steve Mulligan:

Mynegodd Steve gefnogaeth i'r Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant a chytunodd ar bwysigrwydd sicrhau nad oes neb yn cael ei droi i ffwrdd o wasanaethau, gan dynnu sylw at werth dull cofleidiol. Cyfeiriodd at enghreifftiau cynharach a grybwyllwyd gan Sarah ynghylch cwnsela a myfyriodd ar briodoldeb y model presennol. Pwysleisiodd Steve fod Cymdeithas Cwnsela a Seicotherapi Prydain (BACP) yn awyddus i fod yn rhan o'r ateb ac i gyfrannu'n adeiladol at wella gwasanaethau. Cynigiodd gymryd rhan mewn trafodaethau pellach gyda Sarah neu swyddogion, gan gynnwys aelodau BACP wrth archwilio sut y gall darpariaeth cwnsela gefnogi amcanion y strategaeth orau.

Ymateb - Sarah Murphy AS, y Gweinidog Iechyd Meddwl a Llesiant:

Eglurodd y Gweinidog nad oedd ei sylwadau'n feirniadaeth o gwnsela, gan fynegi cefnogaeth gref i ddulliau therapiwtig a nodi bod cwnsela wedi'i helpu'n bersonol yn ystod anhwylder bwyta. Esboniodd mai ei phryder yw'r arosiadau hir y mae pobl yn eu hwynebu cyn cael mynediad at gwnsela, a all ei gwneud hi'n anoddach ymgysylltu'n effeithiol. Croesawodd Sarah gynnig BACP i fod yn rhan o'r broses ac fe'u hanogodd i gysylltu drwy dudalen we'r Rhaglen Strategol ar gyfer Iechyd Meddwl i ymgysylltu â'r gweithgorau newydd.

Yr Athro Nicola Gray

Cyflwynodd yr Athro Nicola Gray ei hun fel Athro Seicoleg ym Mhrifysgol Abertawe a Seicolegydd Clinigol a Fforensig gyda Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe. Adleisiodd sylwadau Steve, gan fynegi bod cangen Gymreig o Gymdeithas Seicolegol Prydain yn awyddus i gefnogi gweithredu'r strategaeth. Tynnodd yr Athro Gray sylw at y ffaith bod y Gymdeithas yn cynrychioli ystod eang o seicolegwyr, gan gynnwys arbenigwyr clinigol, fforensig, addysgol a galwedigaethol, a bod pob un ohonynt yn gallu cynnig safbwyntiau gwerthfawr i helpu i gyflawni'r strategaeth yn effeithiol.

Ymateb - Sarah Murphy AS, y Gweinidog Iechyd Meddwl a Llesiant

Croesawodd y Gweinidog a Julie Morgan AS y negeseuon cadarnhaol hyn o gefnogaeth a mynegwyd anogaeth am y brwdfrydedd i gymryd rhan.

Liam Mahedy

Cyflwynodd Liam ei hun fel aelod o'r Tîm Ymchwil a Gwerthuso yn Iechyd Cyhoeddus Cymru. Cyfeiriodd at Ddatganiad Gweledigaeth 2 y cynllun cyflawni a gofynnodd â phwy o fewn Llywodraeth Cymru y dylai ei dîm gysylltu i sicrhau bod eu hymchwil yn cyd-fynd â blaenoriaethau tystiolaeth y cynllun. Gofynnodd am fanylion cyswllt neu enwau swyddogion perthnasol i gydlyn ymdrechion ymchwil a chryfhau tystiolaeth feintiol ac ansoddol.

Ymateb - Matt Downton:

Ymatebodd Matt eu bod nhw yn gysylltiedig ag Emily van de Venter, Ymgynghorydd Iechyd Meddwl, a chadarnhaodd y byddai Emily yn hapus i rannu manylion cyswllt Matt gyda Liam i drefnu sgwrs.

Isabella Jurewicz

Cyflwynodd Isabella ei hun fel Seiciatrydd Ymgynghorol a Chadeirydd y Gyfadran Anhwylderau Bwyta yng Ngholeg Brenhinol y Seiciatryddion yng Nghymru.

Mynegodd Isabella bryder nad yw anhwylderau bwyta yn cael eu crybwyll yn benodol yn y strategaeth deng mlynedd, gan nodi bod hyn wedi achosi pryder ymhlith Cyfadran Anhwylderau Bwyta Coleg Brenhinol y Seiciatryddion. Pwysleisiodd bwysigrwydd sicrhau bod anhwylderau bwyta yn cael eu cydnabod a'u blaenoriaethu'n briodol o fewn ei weithrediad.

Tynnodd Isabella sylw at y ffaith, mewn gwledydd eraill fel Awstralia, bod anhwylderau bwyta yn cael eu trin fel busnes pawb ac yn cael eu cefnogi gan strategaethau cenedlaethol pwrpasol. Pwysleisiodd na ddylid anwybyddu anhwylderau bwyta, sydd ymhlith y cyflyrau iechyd meddwl mwyaf marwol, o fewn strategaeth iechyd meddwl gyffredinol. Gofynnodd Isabella sut mae Llywodraeth Cymru yn bwriadu sicrhau bod anhwylderau bwyta yn cael eu hintegreiddio'n llawn i'r strategaeth newydd a'u bod yn cael eu cydnabod fel cyfrifoldeb a rennir ar draws pob sector.

Cododd Isabella ail bwynt yn ymwneud â'r Rhwydwaith Anhwylderau Bwyta o Ansawdd (QED). Nododd fod aelodaeth o'r rhwydwaith cyfatebol ar gyfer ymyrraeth gynnar mewn gwasanaethau seicosis yn cael ei hariannu gan y llywodraeth a gofynnodd am gydraddoldeb ar gyfer gwasanaethau anhwylderau bwyta, gan ofyn bod eu haelodaeth o Rwydwaith QED hefyd yn cael ei noddi gan Llywodraeth Cymru.

Diolchodd y Gweinidog i Isabella am ei chyfraniad ac eglurodd fod anhwylderau bwyta wedi'u cynnwys yn y Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant ehangach, sy'n mabwysiadu dull gofal cam wrth gam cyffredinol i sicrhau mynediad at gymorth ar gyfer pob cyflwr. Sicrhodd nad yw hyn yn lleihau ffocws y Llywodraeth ar anhwylderau bwyta, gan dynnu sylw at y ffaith bod adolygiad o wasanaethau ar y gweill gan Goleg Brenhinol y Seiciatryddion, GIG Cymru, a Beat i nodi a mynd i'r afael â bylchau. Cadarnhaodd Sarah y bydd Beat, clinigwyr, a'r rhai sydd â phrofiad bywydol yn rhan o'r grwpiau mynediad agored newydd i sicrhau bod cynrychiolaeth benodol a phrofiad bywydol o anhwylderau bwyta wedi'i wreiddio drwy gydol y gwaith.

Cydnabu Sarah amrywiadau mewn gwasanaethau anhwylderau bwyta a sut mae model gwasanaeth seicosis ar draws byrddau iechyd wedi bod yn llwyddiannus, a chytunodd i godi'r mater gyda Pherfformiad a Gwella GIG Cymru i archwilio sut y gellid cymhwyso dull tebyg, cyson i wasanaethau anhwylderau bwyta.

Kevin Williams, Dewi Druce-Perkins, a Sarah Thomas

Cymerwyd y tri chwestiwn olaf gyda'i gilydd.

Rhannodd Kevin Williams fanylion digwyddiad iechyd meddwl a lles sydd ar ddod a gynhelir ar 6 Tachwedd ym Mharc y Scarlets, yn cynnwys siaradwyr gwadd, gweithdai a stondinau sy'n canolbwyntio ar hyrwyddo lles yn y gweithle ac ymgysylltu â'r gymuned. Gwahoddodd unrhyw un sydd â diddordeb mewn cynnal stodin i gysylltu ag ef yn kwilliams@tuc.org.uk a gofynnodd a allai Llywodraeth Cymru greu tudalen we yn cyfeirio at sefydliadau iechyd meddwl.

Diolchodd Dewi Druce-Perkins i Jo am gynrychioli dietegwyr a thynnodd sylw at fwlch posibl rhwng gwasanaethau anhwylderau bwyta haen 3 a haen 4. Pwysleisiodd bwysigrwydd sicrhau y gellir cefnogi pobl na ellir eu rheoli yn y gymuned, ond nad oes angen mynediad haen 4 arnynt, yn ddiogel o hyd trwy ddarpariaeth gymunedol well.

Cyfeiriodd Sarah Thomas, a oedd yn cynrychioli Ffederasiwn Cenedlaethol Sefydliadau Menywod, at ymchwil gan WI sy'n dangos bod menywod niwroamrywiol yn wynebu rhwystrau wrth gael mynediad at gymorth. Gofynnodd sut y bydd y Strategaeth Iechyd Meddwl a Llesiant yn cysylltu â mentrau ehangach i gefnogi menywod, gan gynnwys Strategaeth Iechyd Menywod Cymru.

Ymateb - Matt Downton a Sarah Murphy AS:

Mewn ymateb i gwestiwn Kevin, nododd Matt Downton, o safbwynt hunanladdiad a hunan-niweidio, fod porth eisoes ar gael ar dudalen we Rhaglen Strategol y GIG. Awgrymodd Julie Morgan AS y gellid dosbarthu hyn i'r mynychwyr.

Ychwanegodd Jo Whitfield fod adnodd ar-lein tebyg ar gyfer anhwylderau bwyta wedi'i lansio'n ddiweddar a bod modd ei rannu hefyd.

Mewn ymateb i gwestiwn Dewi, cytunodd Sarah Murphy AS ar bwysigrwydd cryfhau gwasanaethau dydd ar gyfer anhwylderau bwyta, gan nodi nad yw gofal cleifion mewnol bob amser yn briodol. Cadarnhaodd y bydd yr adolygiad parhaus gan y Pwyllgor Comisiynu ar y Cyd, Coleg Brenhinol y Seiciatryddion, a Beat yn blaenoriaethu gwella'r ddarpariaeth rhwng gwasanaethau haen 3 a haen 4. Ychwanegodd Sarah fod y gwaith hwn yn gofyn am ymrwymiad parhaus gan fyrddau iechyd ond ei fod yn ffocws allweddol wrth symud ymlaen.

Mewn ymateb i gwestiwn Sarah, cadarnhaodd y Gweinidog ei bod wedi lansio'r Cynllun Iechyd Menywod ac wedi siarad yn ddiweddar yn nigwyddiad y WI ar fenywod niwroamrywiol. Dywedodd fod y Llywodraeth yn cynyddu ei ffocws ar y cysylltiad rhwng niwroamrywiaeth ac iechyd meddwl, gan gynnwys gwaith gyda Pherfformiad a Gwelliant y GIG i fynd i'r afael â rhestrau aros ADHD oedolion. Sicrhaodd Sarah fod iechyd menywod a niwroamrywiol yn parhau i fod yn flaenoriaethau allweddol ac y bydd lens rhywedd yn parhau i lywio cyflawniad y strategaeth.

7. Y camau nesaf a chloi'r cyfarfod

Diolchodd Julie Morgan AS i Sarah Murphy AS am fynychu a chadarnhaodd y bydd ymatebion yn cael eu darparu i'r cwestiynau a godwyd yn sgwrs MS Teams. Nododd hefyd y bydd copi o llythyr Sarah yn cael ei ddosbarthu i bawb a oedd yn bresennol. Cydnabu Julie hefyd, oherwydd cyfyngiadau amser, nad oedd cyfle i ateb cwestiynau ar eitemau 3 a 4.

CAM I'W GYMRYD: Julie Morgan AS i ddosbarthu'r llythyr gan Sarah Murphy AS unwaith y bydd wedi'i dderbyn. Bydd y llythyr yn darparu ymateb cynhwysfawr Llywodraeth Cymru i bryderon ynghylch sut mae bwyd a maeth yn cael eu trafod mewn ysgolion, gan gynnwys y diffyg cyfranogiad arbenigol wrth ddatblygu pecyn cymorth cwricwlwm Canolbwyntio ar Fwyd a Maeth, a bydd yn nodi'r camau y mae'r Llywodraeth yn bwriadu eu cymryd i fynd i'r afael â'r materion hyn.

CAM I'W GYMRYD: Nododd Julie Morgan AS y bydd cwestiynau a gyflwynir ar-lein ond na chânt eu trafod yn ystod y cyfarfod yn cael ymateb.

CAM I'W GYMRYD: Awgrymodd Julie Morgan AS y dylid dosbarthu manylion tudalen we bresennol Rhaglen Strategol y GIG, sy'n darparu cyfeiriadau at adnoddau iechyd meddwl a hunan-niweidio, i'r holl fynychwyr yn dilyn y cyfarfod. Bydd Jo Whitfield yn rhannu gwybodaeth am yr adnodd ar-lein newydd ar gyfer anhwylderau bwyta a fydd yn cael ei gynnwys ochr yn ochr â hyn.

Mae cwestiynau heb eu hateb yn cynnwys:

- **MC Hunter:** Rwy'n cael fy nghalonogi'n fawr gan gefnogaeth Ms Murphy i wasanaethau integredig a faint yn fwy effeithiol ydyn nhw wrth helpu pobl sy'n dioddef o broblemau iechyd meddwl. O ystyried pwysigrwydd ymyrraeth gynnar gydag anhwylderau bwyta (ac mae'n un o'r "gofynion" a amlinellwyd gan Jo) tybed sut mae'r gweinidog yn rhagweld ymgorffori ymwybyddiaeth ac atal anhwylderau bwyta yn y "bwyta'n iach" sy'n cael ei ddysgu mewn ysgolion.
- **MC Hunter:** A yw'r Senedd yn rhagweld hwyluso gwahanol sefydliadau arbenigol i gydweithio i ddysgu oddi wrth ei gilydd ac i fyfyrio ar sut y gall un cyflwr (boed yn gyflwr iechyd meddwl neu'n gyflwr amgylcheddol ac ati) effeithio ar un arall? Gallai hyn ganiatáu iddynt drafod sut y gallant ddatblygu dull cydlynol i gefnogi pobl sy'n dioddef yn well.

Yna, daethpwyd â'r cyfarfod i ben am 12:00pm.