



# Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru Older People's Commissioner for Wales

Vaughan Gething AC  
Y Gweinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol  
Llywodraeth Cymru  
Tŷ Hywel  
Bae Caerdydd  
CF99 1NA

8 Awst 2019

*Annwyl Vaughan,*

## Ymgynghoriad ar y Cynllun Cyflawni ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau 2019 - 2022

Gan fod Llywodraeth Cymru wedi lansio ymgynghoriad ar y Cynllun Cyflawni ar gyfer Camddefnyddio Sylweddau 2019-22, byddwn yn ddiolchgar am ragor o wybodaeth ynghylch sut bydd y cynllun hwn yn ymdrin yn benodol ag anghenion pobl hŷn y mae camddefnyddio sylweddau'n effeithio arnynt.

Fel y gwyddoch, gall yfed gormod o alcohol wrth heneiddio gael effeithiau arbennig o ddifrifol ar iechyd corfforol a meddyliol, yn ogystal â rhyngweithio'n negyddol o bosib â meddyginiaethau ar bresgripsiwn.<sup>1</sup> Mae'r prosiect 'Yfed yn Ddoeth, Heneiddio'n Dda' a fu'n rhedeg yn ardal Cwm Taf wedi bod yn effeithiol o ran codi ymwybyddiaeth o'r mater hwn.

Mae canran y bobl sy'n yfed mwy na'r canllawiau wythnosol sy'n cael eu hargymell yng Nghymru ar ei uchaf ymhlith pobl 45-54 oed, 55-64 oed a 65-74 oed, ac mae'n broblem fawr i ddynion hŷn gyda 35% o ddynion 55-64 oed yn yfed mwy na 14 uned yr wythnos.<sup>2</sup> Roedd pobl dros 50 oed hefyd yn cyfrif am 54.7% o'r rhai sydd wedi cael eu derbyn i'r ysbyty am gyflyrau sy'n ymwneud ag alcohol yn benodol yng Nghymru yn 2017-18, sydd 32% yn uwch nag yn ystod 2008-09.<sup>3</sup>

Yn ogystal â chynnydd mewn lefelau o gamddefnyddio alcohol ymhlith pobl hŷn, mae lefel gynyddol o gamddefnyddio cyffuriau ymhlith pobl hŷn. Er enghraifft, mae

**03442 640 670**

Rydym yn croesawu galwadau yn Gymraeg

Adeiladau Cambrian  
Sqwâr Mount Stuart  
Caerdydd CF10 5FL

Cambrian Buildings  
Mount Stuart Square  
Cardiff CF10 5FL

Rydym yn croesawu derbyn gohebiaeth yn Gymraeg. Byddwn yn ateb gohebiaeth a dderbynnir yn Gymraeg yn Gymraeg ac ni fydd gohebu yn Gymraeg yn arwain at oedi.

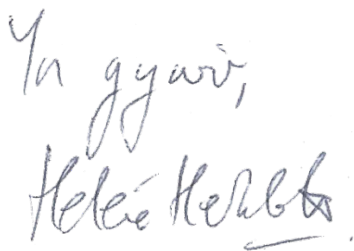
We welcome receiving correspondence in Welsh. Any correspondence received in Welsh will be answered in Welsh and corresponding in Welsh will not lead to a delay in responding.

tair gwaith yn fwy o bobl dros 50 oed yn cael eu hanfon i'r ysbyty yng Nghymru ar ôl defnyddio opioidau.<sup>4</sup> Roedd adroddiad diweddar gan y Cyngor Cynghorol ar Gamddefnyddio Cyffuriau i'r Ysgrifennydd Cartref yn cyfeirio at y mater hwn ac yn argymhell cymryd camau i helpu pobl hŷn gael gafael ar wasanaethau sy'n diwallu eu hanghenion.<sup>5</sup>

Mae Panel Cynghori ar Gamddefnyddio Sylweddau (APoSM) Llywodraeth Cymru wedi nodi er gwaethaf y nifer gynyddol o bobl hŷn yng Nghymru, sy'n fwy tebygol na chenedlaethau cynharach i ddatblygu problemau camddefnyddio sylweddau, "nid yw'r rhan fwyaf o wasanaethau camddefnyddio sylweddau wedi'u ffurfweddu i ddiwallu anghenion oedolion hŷn yn y ffordd orau, ac mae gwasanaethau arbenigol i oedolion hŷn yn brin".<sup>6</sup>

Roedd strategaeth flaenorol Llywodraeth Cymru *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed* yn cyfeirio'n benodol at waith i adnabod a chefnogi pobl hŷn sydd mewn perygl,<sup>7</sup> ac mewn gohebiaeth ddiweddar rhyngoch chi a Mark Isherwood AC, gwnaethoch ymrwymo i "sicrhau y rhoddir ystyriaeth i anghenion pobl hŷn" yng nghynllun cyflawni 2019-22.<sup>8</sup>

Felly, byddwn yn ddiolchgar pe gallech chi roi rhagor o wybodaeth i mi ynghylch y camau y bydd Llywodraeth Cymru yn eu cymryd i fynd i'r afael ag anghenion penodol pobl hŷn y mae camddefnyddio sylweddau'n effeithio arnynt.



Heléna Herklots CBE  
**Comisiynydd Pobl Hŷn Cymru**

CC: Mark Isherwood, Aelod Cynulliad dros Ogledd Cymru

<sup>1</sup> Yfed yn Ddoeth, Heneiddio'n Dda (2019) Pam bod alcohol a heneiddio'n fater?; <http://bit.ly/2Y0mrf>

<sup>2</sup> Stats Cymru (2019) Ffordd o fyw oedolion yn ôl oedran a rhyw; <http://bit.ly/30XoOg9>

<sup>3</sup> Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018) Data mining Wales: The annual profile for substance misuse 2017-18; t.45

<sup>4</sup> Iechyd Cyhoeddus Cymru (2018) Data mining Wales: The annual profile for substance misuse 2017-18; t.47

<sup>5</sup> Cyngor Cynghorol ar Gamddefnyddio Cyffuriau (2019) Ageing cohort of drug users

<sup>6</sup> Panel Cynghori ar Gamddefnyddio Sylweddau (2017) Substance Misuse in an Ageing Population; t.4

<sup>7</sup> Llywodraeth Cymru (2008) *Gweithio Gyda'n Gilydd i Leihau Niwed: Strategaeth Camddefnyddio Sylweddau Cymru 2008-2018*

<sup>8</sup> Vaughan, G. (2019) Llythyr i Mark Isherwood. 20 Mehefin. Cyf. MA-P/VG/2308/19; <http://bit.ly/2XXfUSF>