

Mesur iechyd meddwl mewn argyfwng costau

byw: adolygiad cyflym

Gorffennaf 2023

Alison Cooper, Clare England, David Jarrom, Jenni Washington, Elise Hasler, Leona Batten, Ruth Lewis, Rhiannon Tudor Edwards, Jacob Davies, Elizabeth Doe, Asha Mahamed, Brendan Collins, Adrian Edwards

Cefndir

I'r rhan fwyaf o bobl, nid yw cyflogau na thaliadau lles wedi cadw i fyny â chostau cynyddol, gan arwain at **argyfwng costau byw**.

Mae tystiolaeth yn dangos bod argyfyngau economaidd yn **niweidiol i iechyd meddwl y boblogaeth a bod rhai grwpiau'n arbennig o agored i niwed**.

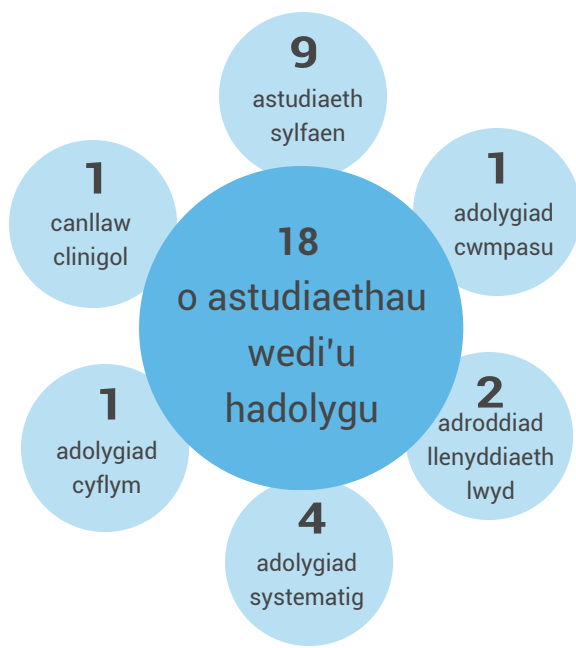
Nodau

1. Nodi ac adolygu'r **mesurau a'r dulliau sydd ar gael ar gyfer asesu effaith** unrhyw ymateb iechyd cyhoeddus i'r argyfwng costau byw **ar iechyd meddwl**.
2. Adolygu priodoldeb y mesurau ar gyfer **poblogaethau penodol, bregus**.

Sylfaen Dystiolaeth

Daeth y rhan fwyaf o dystiolaeth o'r cyfnod **cyn ac ar ôl argyfwng economaidd 2008/2009**.

Adolygwyd astudiaethau o Y DU, Ewrop, Awstralia a Seland Newydd.



Ffocws yr Adolygiad



Oedolion a chartrefi



Roedd y canlyniadau a fesurwyd yn gysylltiedig ag iechyd meddwl e.e. lles, ymdrechion hunanladdiad

Canfyddiadau allweddol

Grwpiau bregus | Y rhai sy'n wynebu'r risg fwyaf yw'r rhai sy'n byw:



Ar incwm llai



Mewn ansicrwydd ariannol neu ansicrwydd tai



Mewn ardaloedd mwy difreintiedig cyn yr argyfwng



Gyda phroblemau iechyd meddwl oedd yn bodoli eisoes

Mae tystiolaeth bod yr **offer mesur a'r dulliau** a nodir yn yr adolygiad hwn yn **addas ar gyfer mesur iechyd meddwl mewn pobl â gwahanol sefyllfaoedd economaidd-gymdeithasol a sefyllfaoedd ariannol**, gan gynnwys y rhai sy'n ansicr yn ariannol.

Nid oedd yn bosibl pennu a oedd y dulliau a'r offer yn cipio data o grwpiau lleiafrifoedd ethnig yn effeithiol.

Ystyriaethau Economaidd

- Nid yw effeithiau argyfwng costau byw wedi **cael eu teimlo'n gyfartal**.
- Mae aelwydydd tlotach yn cael eu heffeithio'n fwy oherwydd **chwyddiant sylweddol** ar eitemau fel bwyd ac ynni.
- Mae problemau iechyd meddwl yn costio **£4.8 biliwn y flwyddyn** i economi Cymru.



Goblygiadau ymchwil

Mae gan y DU **lawer o arolygon ar lefel poblogaeth**, sy'n darparu data cyfoethog y gellir ei ddefnyddio i archwilio iechyd meddwl y boblogaeth.

Gallai astudiaethau sy'n defnyddio data o arolwg panel cartref (fel Astudiaeth Hydredol Aelwydydd y DU), **fod yn addas ar gyfer mesur effaith iechyd meddwl grwpiau penodol**.

Dylai adroddiadau ac astudiaethau sy'n defnyddio arolygon ar lefel y boblogaeth neu gofnodion meddygol **gyflwyno data ar ethnigrwydd** a, lle bo'n bosibl, haenu dadansoddiadau yn ôl ethnigrwydd.

Am yr adroddiad llawn, a mynediad at gyhoeddiad y **Cyfnodolyn Polisi Iechyd** cysylltiedig, cliciwch yma:

<https://researchwalesevidencecentre.co.uk/measuring-mental-health-cost-living-crisis-rapid-review>