

# Adolygiad cyflym o effeithiolrwydd ymyriadau at ddibenion gwella mynediad teg neu gyffredinol at wasanaethau iechyd meddwl gan grwpiau ethnig lleiafrifol

Mai 2024

Deborah Edwards, Judit Csontos, Elizabeth Gillen, Sioned Gwyn, Juliet Hounscome, Meg Kiseleva, Mala Mann, Abubakar Sha'aban, Ruth Lewis, Rhiannon Tudor Edwards, Jacob Davies, Hannah Furness, Elizabeth Doe, Alison Cooper, Adrian Edwards

## Cefndir

Bydd oddeutu 1 o bob 4 o bobl yn profi problem iechyd meddwl yn ystod eu hoes.



Mae'r dystiolaeth yn awgrymu y gallai ymyriadau sy'n gwella mynediad at wasanaethau iechyd meddwl ac ymgysylltiad â nhw helpu i leihau'r gwahaniaethau sy'n effeithio ar leiafrifoedd ethnig.

## Y nod

Asesu effeithiolrwydd ymyriadau at ddibenion gwella mynediad teg at wasanaethau iechyd meddwl gan grwpiau lleiafrifoedd ethnig.

## Sylfaen y dystiolaeth

14 astudiaeth wedi'u cyhoeddi mewn 17 o adroddiadau.



9 x UDA



5 x DU

5

Fe wnaeth 5 astudiaeth gymharu'r canlyniadau rhwng unigolion o leiafrifoedd ethnig ac unigolion gwyn a gymerodd ran.

Ymhlith y rheiny a gymerodd ran yn yr adolygiadau oedd

- Unigolion sydd â chyflyrau iechyd meddwl penodol (h.y. anhwylderau emosiynol ac ymddygiadol yn ystod plentyndod, iselder (gan gynnwys iselder ôl-enedigol), gorbryder)
- Unigolion 'iach'
- Unigolion a gafodd eu hatgyfeirio i'r gwasanaeth Gwella Mynediad at Therapiau Seicolegol
- Unigolion a brofodd argyfwng iechyd meddwl

Cafodd yr ymyriadau eu rhoi mewn categorïau yn ôl y newid a wnaed ar y lefelau a ganlyn:

- Personol
- Y tu mewn i'r person
- Cymunedol
- Sefydliadol

Bu ymdrech i geisio gwybodaeth gan grwpiau Sipsiwn, Teithwyr a Roma hefyd, ond doedd dim ymchwil ar gyfer y boblogaeth benodol hon ar gael.

## Prif ganfyddiadau

Yn gryno, mae'r canfyddiadau'n cefnogi:



Ymyriadau wedi'u cyflwyno mewn ffordd sy'n briodol yn ddiwylliannol, gan ddefnyddio taflenni, fideos, neu gyflwyniadau i annog 'ymddygiad ceisio iechyd'.



Ymgorffori gwasanaethau iechyd meddwl arbenigol yn y lleoliad gofal sylfaenol.



Cynnig cymorth iaith (e.e. cyfieithwyr ar y pryd proffesiynol).



Hyfforddiant i ddarparwyr gofal iechyd ar sensitifrwydd a chymhwysedd diwylliannol i godi ymwybyddiaeth o'r gwahaniaethau ym maes cael mynediad at ofal iechyd meddwl a chanlyniadau a ddaw yn ei sgil.

At hynny, dyma nodi bod grwpiau lleiafrifoedd ethnig yn cael eu heffeithio'n anghymesur gan benderfynyddion economaidd iechyd meddwl gwael, gan gynnwys posibilrwydd uwch o gael incwm isel.

## Goblygiadau'r gwaith ymchwil a bylchau yn y dystiolaeth

Dylai ymchwil yn y dyfodol flaenoriaethu dylunio astudiaethau mewn modd trwyadl, sy'n cynnwys hapdreialon dan reolaeth ac astudiaethau hydredol.

Mae'r adolygiad cyflym llawn ar gael i'w ddarllen yma:

<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2024.05.16.24307468v2.full.pdf>