



Arolwg Fepio Ieuenctid ASH Cymru Cyhoeddwyd Mai 2024

Mae ASH Cymru wedi cynnal arolwg ymhlith disgyblion ysgolion uwchradd yng Nghymru i archwilio eu hagweddau a'u profiadau o fepio ac ysmegu.

Roedd yr arolwg, a gynhaliwyd rhwng 20 Medi hyd at 20 Rhagfyr, 2023, yn archwilio canfyddiadau, amlygiad, defnydd, caffael cynnyrch, dylanwadau a theimladau ynghylch dibyniaeth a thynnu'n ôl.

Ymatebodd cyfanswm o **12,524** o ddisgyblion o flwyddyn 7 hyd at flwyddyn 13 i'r arolwg gydag ymatebion sylweddol (n=100+) gan 34 o'r 195 o ysgolion a cholegau y cysylltwyd â nhw, a 14 o'r 22 awdurdod unedol yng Nghymru.

Mae ASH Cymru yn diolch i Gareth R Davies, y Sefydliad Gwyddoniaeth Glinigol a Thechnoleg, am ei arbenigedd a'i gymorth wrth lunio'r adroddiad hwn.

Crynodeb Gweithredol

Mae bron i chwarter yr holl blant (**24%**) **ym mlynnyddoedd 7 i 11 wedi rhoi cynnig ar fêp** ac mae **7%** yn dweud eu bod yn **fepio'n bresennol** rheolaidd. Mae mwy na thraean (**37%**) o blant sy'n fepio'n bresennol, blynnyddoedd 7 i 11, hefyd yn dweud eu bod yn **ysmygu** ar hyn o bryd. Roedd merched yn hytrach na gwrywod yn fwy tebygol o fepio'n rheolaidd (**8% o'i gymharu â 6%**). Roedd fepwyr presennol o gymharu a byth fepwyr ddwywaith yn fwy tebygol o fyw gyda rhywun sy'n fepio neu'n ysmegu (**66% o'i gymharu â 32%**).

Mae mwy na 9 o bob 10 (92%) o'r holl fepwyr presennol yn defnyddio **fêp sy'n cynnwys nicotin** ac mae bron i hanner (**45%**) yn dweud na allant fynd am y diwrnod ysgol cyfan heb fepio. Mae mwy na **4 o bob 10 (42%)** o holl ddisgyblion blwyddyn 7 i 11 yn dweud ei bod yn hawdd cael fêp ac mae dros hanner (**57%**) yn gweld fêps yn gyffredin ymhlith eu grŵp blwyddyn.

Dywedodd mwy na hanner (55%) yr holl ddisgyblion a wedi fepio eu bod wedi defnyddio cynhyrchion fêp sy'n debygol iawn o fod yn gynhyrchion anghyfreithlon, heb eu rheoleiddio sy'n cynnwys dros 600 o bwff.

Cyffredinrwydd Fepio

- Dywedodd bron chwarter (**24%**) o'r holl blant blwyddyn 7 i 11 eu bod wedi **fepio erioed**, gan godi i **44%** o blant blwyddyn 12 a 13
- Roedd **7%** o blant blwyddyn 7 i 11 yn fepwyr presennol, gan godi i **13%** o blant 15/16 oed (blwyddyn 11)
- Dywedodd **26%** o'r holl fepwyr presennol yr hoffent roi'r gorau i fepio
- Roedd fepio presennol yn sylweddol uwch ymhlith benywod na gwrywod ar draws yr holl grwpiau blwyddyn gan godi i **17%** o fenywod ym mlwyddyn 13 o gymharu â **10%** o wrywod

Cyffredinrwydd Ysmygu a Fepio

- Dywedodd **3%** o blant blynyddoedd 7 i 11 eu bod yn ysmygu ar hyn o bryd gan godi i **5%** o blant 15/16 oed (blwyddyn 11)
- Mae **37%** o fepwyr presennol blwyddyn 7 i 11 hefyd yn dweud eu bod yn ysmygu ar hyn o bryd
- Dywedwyd nad oedd **22%** o fepwyr presennol blwyddyn 7 i 11 byth yn ysmygu

Amgylchedd

- Roedd fepio yn cael ei ystyried yn anghymesur yn gyffredin gyda dros hanner yr holl ddisgyblion yn nodi bod fepio yn gyffredin (**57%**)
- Roedd disgyblion sy'n fepio ar hyn o bryd ddwywaith yn fwy tebygol o fyw gydag ysmygwr neu fepiwr na disgyblion nad oeddent erioed wedi fepio (**66% o'i gymharu â 32%**)

Cynnyrch

- Mae'r mwyafrif helaeth o fepwyr presennol yn defnyddio fêp sy'n cynnwys nicotin (**92%**)
- Mae bron i hanner (**45%**) o'r holl fepwyr presennol yn dweud na allant fynd am y diwrnod ysgol cyfan heb fepio
- Dywedodd mwy na chwarter (**26%**) o'r holl fepwyr presennol yr hoffent roi'r gorau i fepio
- Dywedodd mwy na hanner yr holl ddisgyblion sy'n defnyddio fêp ar hyn o bryd (**55%**) eu bod yn defnyddio fêp sy'n debygol iawn o fod yn anghyfreithlon ac sy'n cynnwys dros 600 o baffiau

Mynediad

- Mae mwy na **4 o bob 10 (42%)** o holl ddisgyblion blynyddoedd 7 i 11 yn dweud ei bod yn hawdd cael gafael ar fêp, yn codi drwy'r grwpiau blwyddyn gyda (**62%**) o ddisgyblion 15/16 oed yn dweud ei fod yn hawdd neu'n hawdd iawn i gael gafael ar fêp
- Mae bron i hanner (**47%**) o'r holl fepwyr presennol yn dweud eu bod wedi cael eu fêp cyntaf gan ffrind

- Mae ffynonellau anffurfiol (ffrindiau, teulu a rhywun y maent yn eu hadnabod) yn cyfrif am **36%** o'r holl bryniannau fêp a adroddir gan fepwyr cyfredol, gyda manwerthwyr yn cyfrif am **26%** o'r pryniannau a adroddwyd

Casgliad

Mae nifer yr achosion o fepio gan bobl ifanc, arbrofol a chyfredol, yn peri cryn bryder, gyda bron i chwarter yr holl flynyddoedd 7 i 11 wedi rhoi cynnig ar fêp. Mae mwyafrif y disgyblion yn gweld cynhyrchion yn hawdd i gael gafael arnynt ac mae fêp yn cael ei weld yn gyffredin ymhlith eu grŵp blwyddyn.

Mae'r defnydd o gynhyrchion heb eu rheoleiddio, a gaffaelir trwy sianeli heb eu rheoleiddio yn bryder mawr a bydd angen i unrhyw gamau i leihau fepio ieuenctid gynnwys mesurau i fynd i'r afael â ffynonellau anffurfiol o fêp.

Mae mwyafrif helaeth y fepwyr presennol yn defnyddio dyfeisiau sy'n cynnwys nicotin, gyda chyfran sylweddol yn methu ag ymatal rhag fepio trwy gydol y diwrnod ysgol. At hynny, mae nifer nodedig o fepwyr presennol yn mynegi awydd i roi'r gorau iddi, gan nodi problemau dibyniaeth posibl.

Dylai dylanwad amgylcheddau cymdeithasol ac ymddygiadau risg uchel eraill hefyd fod yn ystyriaeth allweddol mewn polisiau a chamau gweithredu i fynd i'r afael ag fepio ieuenctid. Mae disgyblion sy'n fepio yn fwy tebygol o ysmegu eu hunain ac o fyw gyda rhywun sy'n ysmegu neu'n fepio na disgyblion nad ydynt yn fepio.

Mae angen amlwg am ymgyrch gyfathrebu gyhoeddus i dynnu sylw at faterion defnyddio cynhyrchion heb eu rheoleiddio ac i atgyfnerthu negeseuon ar fêp fel arf effeithiol i roi'r gorau i ysmegu yn hytrach na gweithgaredd hamdden.

I gloi, mae'r astudiaeth hon yn amlygu'r angen dybryd am ymyriadau cynhwysfawr i fynd i'r afael ag fepio ieuenctid. Dylai strategaethau gwmpasu ymgyrchoedd addysg wedi'u targedu, mwy o wybodaeth am gynnyrch, rheoliadau llymach a chymorth i helpu pobl ifanc i roi'r gorau i fêp.

Trosolwg

Mewn ymateb i bryderon cynyddol ynghylch fepio ieuenctid, mae ASH Cymru wedi archwilio'r angen am ddata ychwanegol i lywio polisiau a chamau gweithredu i fynd i'r afael â mynediad pobl ifanc at gynhyrchion fêp a'u defnydd ohonynt.

Gan gynnwys partneriaid academiaidd o Grŵp Ymchwil Caerdydd DECIPHer, arweinwyr tybaco Iechyd Cyhoeddus Cymru (PHW), gweithwyr addysg proffesiynol, pobl ifanc a swyddogion safonau masnach, datblygodd ASH Cymru arolwg ieuenctid ar ysmegu a fepio.

Roedd datblygiad yr arolwg ym mis Mehefin 2023 yn cydreddeg â sefydlu Grŵp Ymateb i Ddigwyddiad (IRG) a sefydlwyd gan Iechyd Cyhoeddus Cymru i ymchwilio i'r cynnydd mewn fepio ymhlith plant a phobl ifanc.

Ffocws yr IRG oedd nodi ac asesu mesurau rheoli posibl i fynd i'r afael â fepio ieuencid. Archwiliodd y grŵp y data a'r dystiolaeth oedd ar gael a chreu cyfres o argymhellion.

Cynlluniwyd arolwg ASH Cymru i ategu canfyddiadau'r IRG ac i gefnogi camau gweithredu gwybodus. Yn seiliedig ar fethodolegau sefydledig ac arolygon cenedlaethol y gellir eu cyfnewid, datblygodd ASH Cymru dempled o gwestiynau yn archwilio agweddau ac ymddygiad pobl ifanc tuag at fepio ac ysmegu.

Gan ddefnyddio'r meddalwedd arolwg cwmwl, SurveyMonkey, rhannwyd fersiwn prawf o'r arolwg gyda rhanddeiliaid allweddol gan gynnwys carfan o bobl ifanc 14 i 15 oed.

Arweiniodd adborth rhanddeiliaid at ystyried ffactorau allweddol gan gynnwys:

- Hygyrchedd yr arolwg gan bobl ifanc o wahanol oedrannau a gallu
- Diogelu anhysbysrwydd disgyblion
- Dylai'r amser cyfartalog a gymerir i lenwi'r arolwg fod cyn lleied â phosibl
- Hwylustod mynediad i'r ffurflen ar-lein drwy offer ysgol neu ffonau disgyblion
- Mae angen llenwi'r arolwg yn ystod amser dosbarth neu yn ystod cofrestru

Er mwyn lleihau'r tebygrwydd o geisiadau dyblyg, cynlluniwyd yr arolwg fel mai dim ond unwaith y gallai disgyblion ei lenwi ac ni ellid newid eu hatebion.

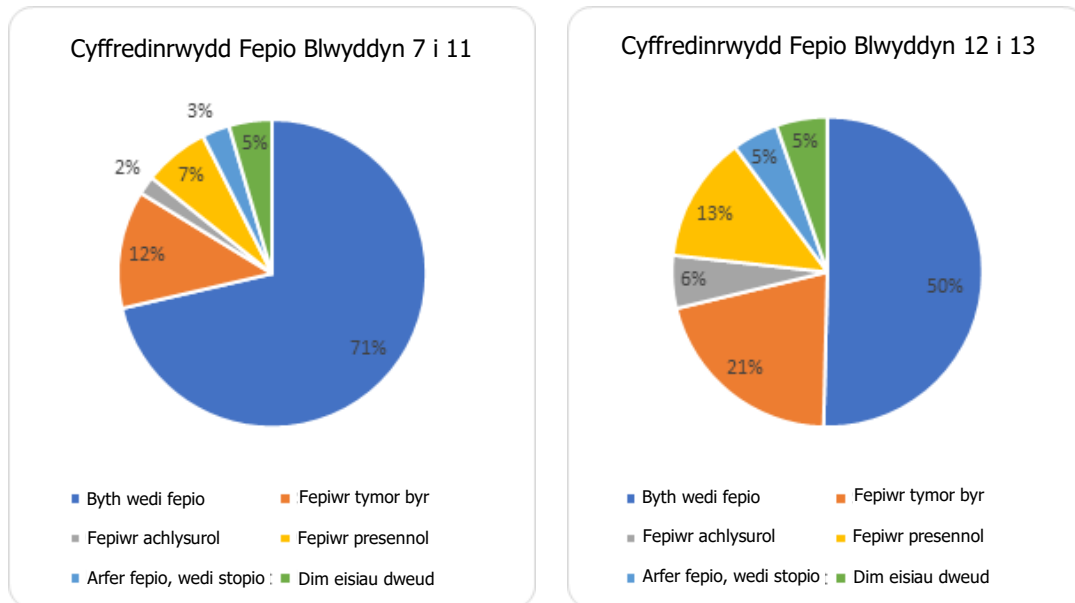
Ym mis Medi 2023, anfonwyd dolenni i'r arolwg yn Gymraeg a Saesneg a gwybodaeth i rieni yn egluro sut y byddai'r data'n cael ei ddefnyddio, drwy gronfa ddata ASH Cymru i bob ysgol uwchradd a nifer o golegau AB yng Nghymru.

Dosbarthwyd yr arolwg a oedd yn darparu ar gyfer disgyblion o flwyddyn 7 hyd at flwyddyn 13 i gronfa ddata ASH Cymru o ysgolion uwchradd a cholegau a oedd â manylion cyswllt 195 o sefydliadau. Er mwyn sicrhau bod yr arolwg yn cael ei ddsbarthu'n eang, fe wnaethom hefyd ddsbarthu dolenni trwy ein cysylltiadau â swyddogion Ysgolion Iach ledled Cymru.

Roedd yr ymateb ar draws y grwpiau blwyddyn yn gyson ar draws yr holl grwpiau oedran o flwyddyn 7 hyd at flwyddyn 11 gyda llawer llai o ymatebion o flwyddyn 12 a 13. Roedd nifer yr ymatebwyr a nododd eu bod yn fenywod (48%) a gwrywaidd (45%) yn gymharol gyfartal â anneauidd yn cyfrif am 1% a thrawsrywiol fel 1% o ymatebwyr. Dewisodd cyfanswm o 3% o ddisgyblion yr opsiwn testun rhydd o "gadewch i mi deipio", tra dewisodd 2% yr opsiwn "gwell gennyf beidio â dweud". Cynlluniwyd yr arolwg i archwilio canfyddiadau, amlygiad, defnydd, caffael cynnyrch, dylanwadau a theimladau ynghylch dibyniaeth a diddyfnu.

Cyffredinrwydd

Fepio: Holwyd pob disgybl am eu harferion fepio.

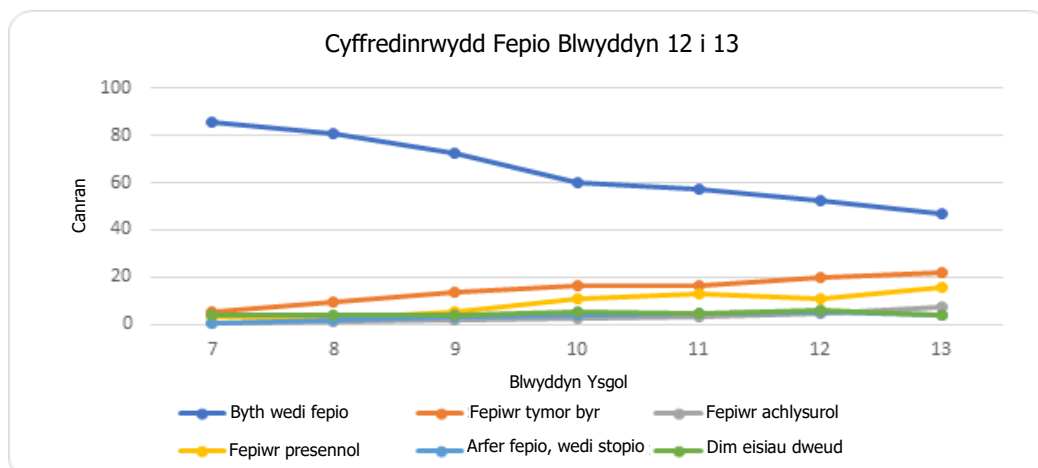


Cyffredinrwydd Fepio Blwyddyn 7 i 11

- Roedd bron i chwarter (24%) o'r holl blant blwyddyn 7 i 11 erioed wedi ceisio fepio (tymor byr, achlysurol, presennol a rhoi'r gorau iddi), gan godi i 38% o blant 15/16 oed (blwyddyn 11)
- Roedd 7% o blant blwyddyn 7 i 11 yn fepio'n presennol (mwy nag unwaith yr wythnos), gan godi i 13% o blant 15/16 oed (blwyddyn 11) yn fepwyr cyfredol
- Dywedodd 3% eu bod wedi rhoi'r gorau i fepio

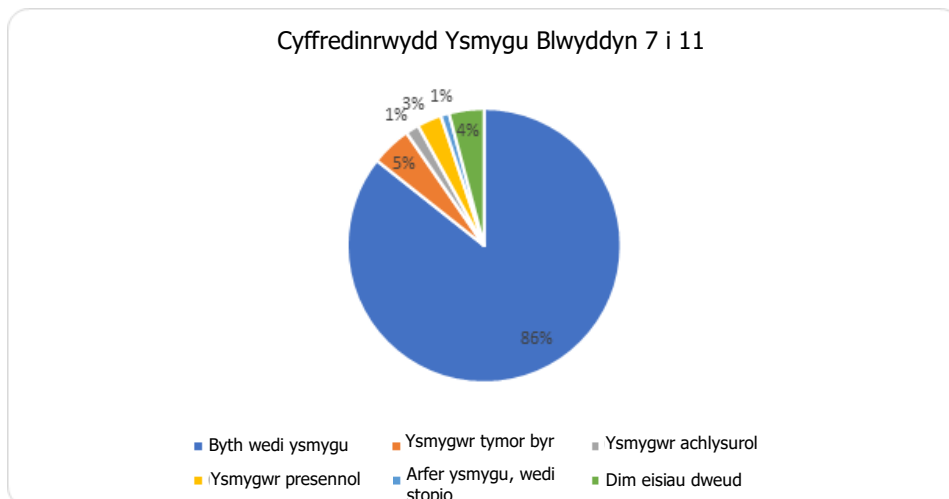
Cyffredinrwydd Fepio Blwyddyn 12 i 13

- Dywedodd 44% ym mlwyddyn 12 a 13 eu bod wedi ceisio fepio (tymor byr, achlysurol, presennol a rhoi'r gorau iddi)
- Dywedodd 13% o flynyddoedd 12 a 13 eu bod yn fepio'n cyfredol
- Dywedodd 5% eu bod wedi rhoi'r gorau i fepio



- Nid oedd y mwyafrif o blant blwyddyn 7 i 11 erioed wedi ceisio fepio (71%), fodd bynnag, gostyngodd canran yr fepwyr byth yn gynyddol flwyddyn ar ôl blwyddyn o 86% o flynyddoedd 7 i lawr i 57% o blant blwyddyn 11
- Roedd cynnydd sydyn yn nifer yr fêps cyfredol yr adroddwyd amdanynt o flwyddyn 9 (5%) hyd at flwyddyn 10 (11%)
- Gostyngodd canran yr ymatebwyr nad oedd erioed wedi fepio i lai na hanner holl ddisgyblion blwyddyn 13 ar 47%
- Arbrofi a defnydd achlysurol oedd yn cyfrif am y mwyafrif o ddefnydd fêp ar draws y grwpiau blwyddyn, gyda 60% o'r holl ddisgyblion a ddywedodd eu bod wedi fepio neu'n fepio ar hyn o bryd, yn defnyddio fêp dim mwy nag unwaith yr wythnos
- Dywedodd 14% o ymatebwyr blwyddyn 7 i 11 eu bod yn arbrofi neu'n fepio'n achlysurol

Ysmygu: Holwyd pob disgybl am eu harferion ysmygu.

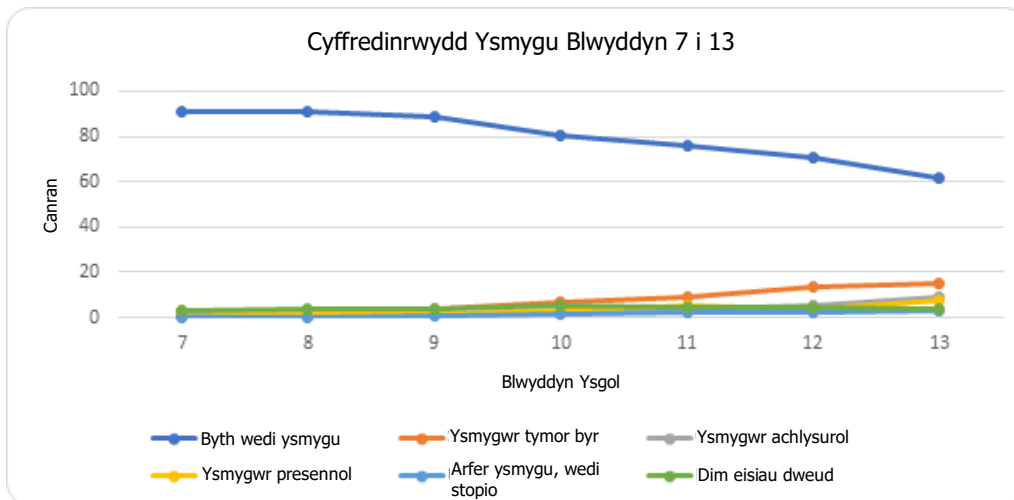


Cyffredinrwydd Ysmygu Blwyddyn 7 i 11

- Dywedodd 10% o flynyddoedd 7 i 11 eu bod erioed wedi rhoi cynnig ar ysmygu (tymor byr, achlysurol, presennol a rhoi'r gorau iddi) gan godi i 20% o bobl ifanc 15/16 oed (blwyddyn 11)
- Dywedodd 3% o flynyddoedd 7 i 11 eu bod yn ysmygu ar hyn o bryd (mwy nag unwaith yr wythnos) gan godi i 5% o bobl ifanc 15/16 oed (blwyddyn 11)
- Dywedodd 1% eu bod wedi rhoi'r gorau i ysmygu

Cyffredinrwydd Ysmygu Blwyddyn 12 i 13

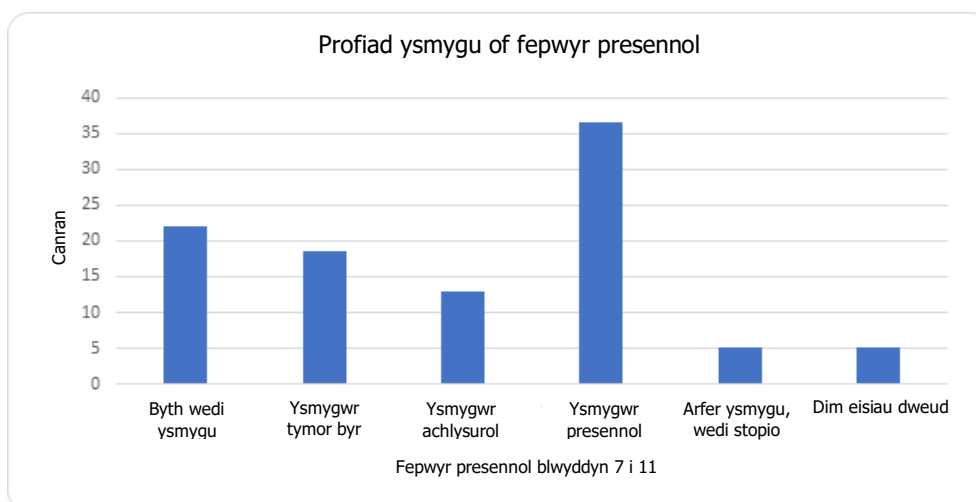
- Dywedodd 29% ym mlwyddyn 12 a 13 eu bod erioed wedi rhoi cynnig ar ysmygu (tymor byr, achlysurol, presennol a rhoi'r gorau iddi)
- Dywedodd 5% o flynyddoedd 12 a 13 eu bod yn ysmygu ar hyn o bryd
- Dywedodd 2% eu bod wedi rhoi'r gorau i ysmygu



Ysmygu Vs Fepio

- Roedd cyfran yr ysmygwyr presennol ymhlith plant blynyddoedd 7 i 11 yn is na'r fepwyr presennol (3% o gymharu â 7%)
- Roedd cyfran y plant blwyddyn 7 i 11 a oedd erioed wedi rhoi cynnig ar ysmygu hefyd yn sylweddol is na'r rhai a oedd wedi rhoi cynnig ar fêp (10% o'i gymharu â 24%)
- Roedd arbrofion ysmygu (tymor byr ac achlysurol) yn sylweddol is nag arbrofi fepio ymhlith plant grwpiau blwyddyn 7 i 11 (6% yn ysmygu o gymharu â 14% yn fepio)
- Mae arbrofi ysmygu yn codi i lefelau tebyg o arbrofion fêp ym mlynyddoedd 12 i 13 (21% yn ysmygu o gymharu â 26% yn fepio)

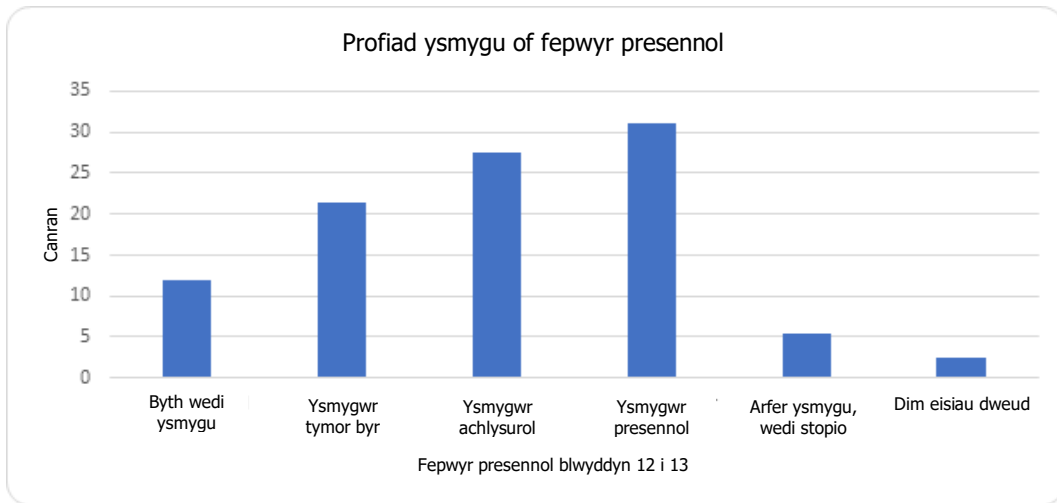
Profiad ysmygu o fepwyr: Holwyd fepwyr presennol (mwy nag unwaith yr wythnos) am eu profiad ysmygu.



Fepwyr Presennol Blwyddyn 7 i 11

- Mae 37% o fepwyr presennol hefyd yn dweud eu bod yn ysmygu ar hyn o bryd – o gymharu â 3% o holl ddisgyblion blwyddyn 7 i 11
- Mae canran sylweddol o'r fepwyr presennol (22%) yn dweud nad ydyn nhw byth yn ysmygu

- Dim ond 5% o fepwyr presennol yr adroddwyd eu bod wedi rhoi'r gorau i ysmegu
- Roedd gan gyfanswm o 73% o'r fepwyr presennol brofiad o ysmegu

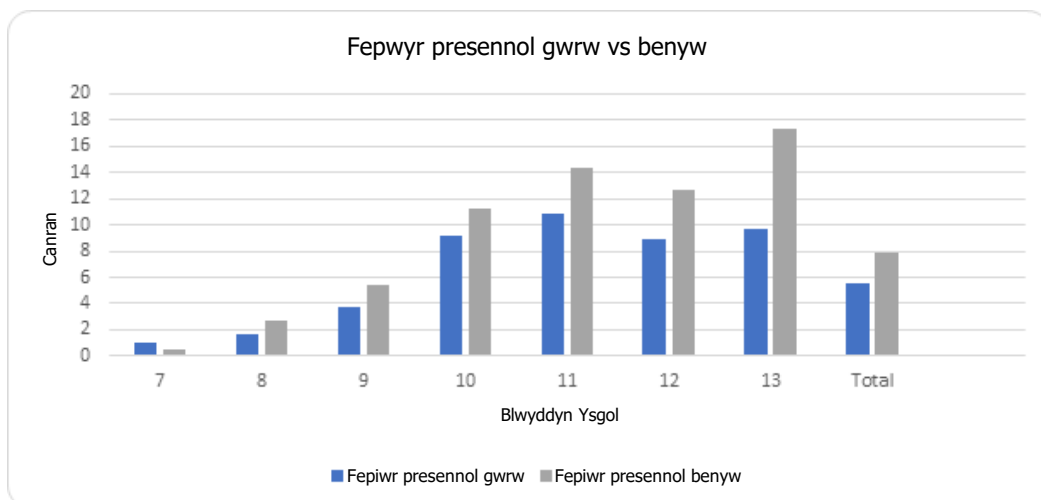


Nodwyd patrymau tebyg ym mlynnyddoedd 12 i 13, ond gyda chyfran is o'r rhai nad ydynt byth yn ysmegu.

Fepwyr Presennol Blwyddyn 12 i 13

- Dywedodd 31% o fepwyr presennol eu bod yn ysmegu ar hyn o bryd
- Dim ond 12% o'r fepwyr presennol a adroddwyd nad ydynt byth yn ysmegu
- Dywedodd 6% o fepwyr presennol ym mlynnyddoedd 12 i 13 eu bod wedi rhoi'r gorau i ysmegu
- Roedd cyfanswm o 86% o fepwyr presennol naill ai wedi ceisio/yn achlysurol/ar hyn o bryd neu wedi rhoi'r gorau i ysmegu

Cyffredinrwydd Ysmegu a Fepio: Gwryw Vs Benyw



Grŵp blwyddyn ysgol	7	8	9	10	11	12	13	Cyfanswm
Fepiwr gwrw presennol %	1.0	1.6	3.7	9.1	10.8	8.9	9.7	5.5
Fepiwr benyw presennol %	0.6	2.7	5.4	11.2	14.3	12.7	17.4	7.9

- Adroddwyd bod cyffredinrwydd fepio presennol yn uwch ymhlith benywod na gwrywod ar draws yr holl grwpiau blwyddyn gan godi ym mlwyddyn 13 i 17% o fenywod yr adroddwyd amdanynt o gymharu â 10% o wrywod yr adroddwyd amdanynt

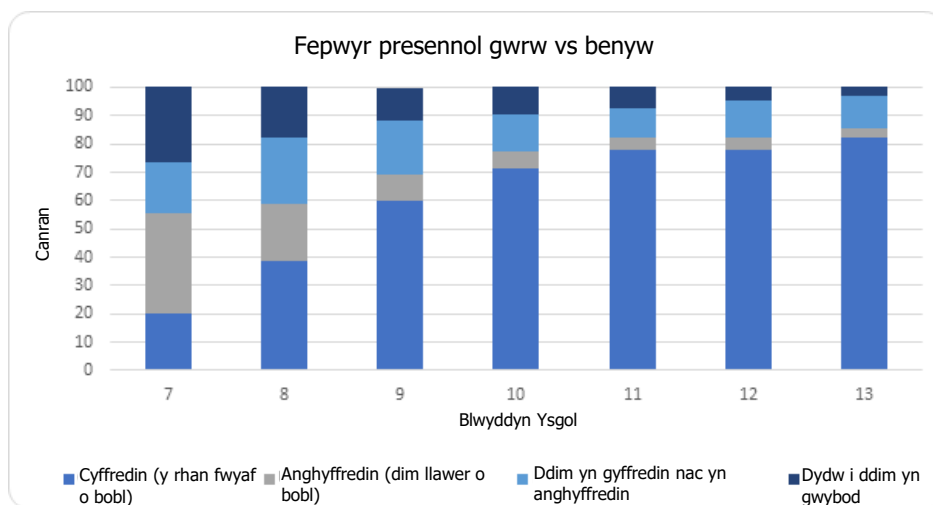
Grŵp blwyddyn ysgol	7	8	9	10	11	12	13	Cyfanswm
Ysmygwr gwrw presennol %	1.2	1.1	1.1	3.3	4.8	2.9	3.8	2.3
Ysmygwr benyw presennol %	0.3	1.1	1.4	2.4	4.7	3.1	6.2	2.3

- Dosbarthwyd patrymau ysmegu yn fwy cyfartal ymhlith merched a gwrywod gyda chyfanswm o 2% o ymatebwyr benywaidd a gwrywaidd ym mlynedd 7 i 13 yn dweud eu bod yn ysmegu ar hyn o bryd.
- Roedd yn werth nodi bod nifer yr achosion o ysmegu a fepio ymhlith y rhai sy'n nodi eu bod yn anneauaidd a thrawsrywiol yn sylweddol uwch nag ar draws yr holl grwpiau.

Amgylchedd

Gan archwilio rhai o'r ffactorau y gwyddys amdanynt y gellir eu haddasu sy'n ymwneud â'r nifer sy'n ymgymryd ag ymddygiadau risg uchel ymhlith pobl ifanc, gofynnwyd i ddisgyblion am eu canfyddiadau o fepio a'u hamgylchedd cartref.

Cyffredin/anghyffredin: Gofynnwyd i bob disgybl a oeddent yn gweld fepio yn gyffredin neu'n anghyffredin yn eu grŵp blwyddyn.



Canran	Grŵp blwyddyn ysgol							Cyfanswm
	7	8	9	10	11	12	13	
Cyffredin (y rhan fwyaf o bobl)	19.9	38.4	59.7	71.6	77.7	77.8	82.5	56.9
Anghyffredin (dim llawer o bobl)	35.6	20.3	9.7	5.5	4.3	4.5	2.9	13.4
Ddim yn gyffredin nac yn anghyffredin	18.3	23.4	18.9	13.2	10.8	12.9	11.6	16.6
Dydw i ddim yn gwybod	26.2	17.9	11.6	9.7	7.2	4.9	3.0	13.1

- Roedd fepio yn cael ei ystyried yn anghymesur yn gyffredin gyda dros hanner y disgyblion yn nodi bod fepio yn gyffredin (57%) ymhlith eu grŵp blwyddyn
- Canfyddiadau o gynnydd cyffredin ar draws y grwpiau blwyddyn o 20% ym mlwyddyn 7, gan godi i 83% o ddisgyblion blwyddyn 13
- Bu cynnydd nodedig o flynyddoedd 7, 8 a 9 gyda lefelu allan dros flynyddoedd 10,11 a 12

Pobl maen nhw'n byw gyda nhw: Holwyd pob disgybl am arferion fepio ac ysmegu'r bobl roedden nhw'n byw gyda nhw.

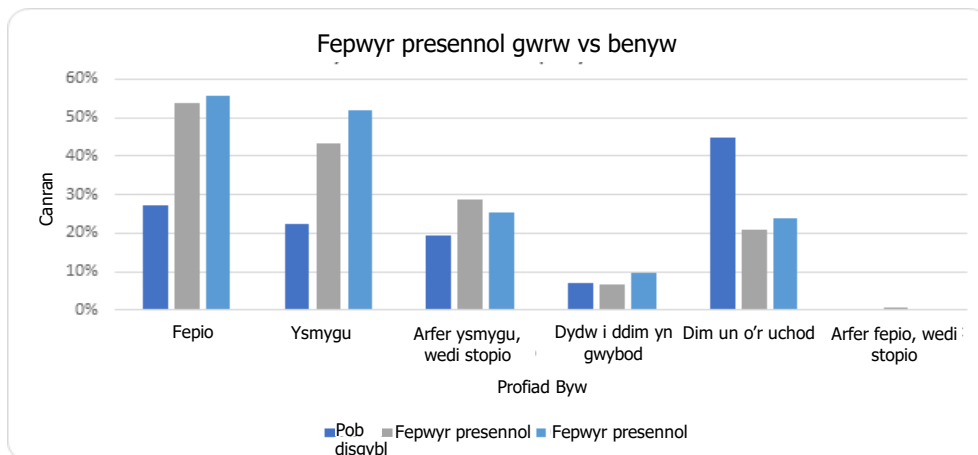
Canran	Grŵp blwyddyn ysgol							Cyfanswm
	7	8	9	10	11	12	13	
Fepio	31.7	28.7	28.4	25.7	25.7	19.8	21.2	27.1
Wedi arfer fepio	0.2	0.4	0.5	0.4	0.6	0.1	0.2	0.4
Ysymygu	24.7	24.6	22.3	22.5	21.7	15.1	21.2	22.5
Wedi arfer ysmegu	19.3	18	18.7	19.2	19.8	21	21.5	19.2
Dim un o'r uchod	38.8	42	43.9	44.9	48.3	55.6	52.5	44.9

Roedd ymatebion ar draws pob grŵp oedran yn gymharol gyson gyda disgyblion yn gallu dewis mwy nag un opsiwn.

- Dywedodd 27% o'r holl ddisgyblion eu bod yn byw gyda rhywun oedd yn fepio
- Dywedodd 23% o'r holl ddisgyblion eu bod yn byw gyda rhywun oedd yn ysmegu
- Dywedodd 19% o'r holl ddisgyblion eu bod yn byw gyda rhywun a oedd yn arfer ysmegu
- Roedd disgyblion sy'n fepio ar hyn o bryd ddwywaith yn fwy tebygol o fyw gydag ysmygwr neu fepiwr na disgyblion nad oeddent erioed wedi fepio **(66% o'i gymharu â 32%)**

Mae'n werth nodi bod 45% o'r holl ymatebwyr wedi dweud nad oeddent yn byw gyda rhywun presennol neu flaenorol, ysmygwr neu fepiwr.

Wrth gymharu disgyblion sy'n ysmegu a/neu fepio ar hyn o bryd â'r holl ymatebion, roedd disgyblion a ddywedodd eu bod yn ysmegu neu'n fepio ar hyn o bryd bron ddwywaith yn fwy tebygol o fyw gyda rhywun a oedd yn ysmegu neu'n fepio.

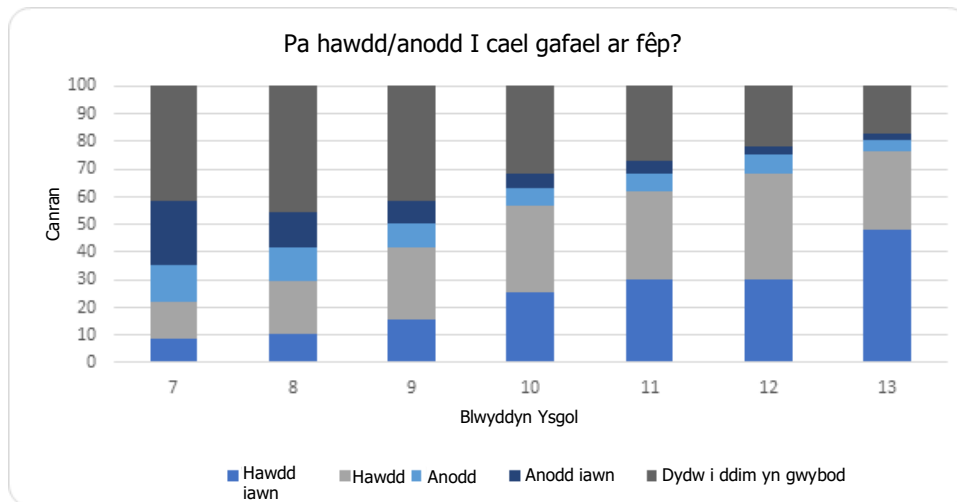


	Pob Disgybl	Fepwyr Disgybl Presennol	Ysmygwyr Disgybl Presennol
Byw gyda rhywun sy'n %			
Fepio	27.1	53.8	55.7
Ysmegu	22.5	43.4	51.9
Yn arfer ysmegu, ond nid yw'n ysmegu mwyach	19.2	28.6	25.4
Dydw i ddim yn gwybod	7.2	6.5	9.8
Dim un o'r uchod	44.9	20.8	23.7
Arferai fepio, ond nid yw'n gwneud hynny mwyach	0.4	0.7	0.3

Gwybodaeth Cynnyrch

Holwyd disgyblion am argaeledd cynnyrch, arferion prynu, cyfyngiadau oedran a defnydd o gynnyrch. Roedd cyfres o gwestiynau yn archwilio eu dealltwriaeth o ba mor oedd ar gael i gynhyrchion fepio.

Caffael cynnyrch: Gofynnwyd i bob disgybl pa mor hawdd fyddai hi iddynt brynu neu gael gaffael ar fêp.



Canran	Grŵp blwyddyn ysgol						
	7	8	9	10	11	12	13
Hawdd iawn	8.9	10.2	15.6	25.2	30.2	30.3	48
Hawdd	13	19.4	26.2	31.8	31.6	38.3	28.7
Anodd	13.5	12	8.4	6.4	6.7	6.8	3.8
Anodd iawn	23.1	12.9	8.3	4.9	4.6	2.9	2.4
Dydw i ddim yn gwybod	41.6	45.5	41.6	31.8	27	21.7	17.1

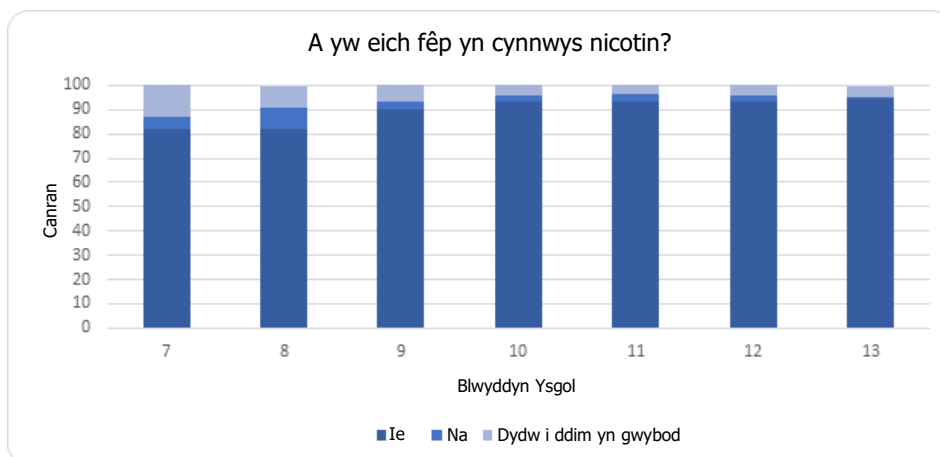
- Mae rhwyddineb a gofnodwyd i gael cynhyrchion yn cynyddu'n sylweddol ar draws y grwpiau blwyddyn gyda 22% o blant blwyddyn 7 yn dweud ei bod yn hawdd iawn neu'n hawdd cael gafael ar fêps o gymharu â 62% o blant blwyddyn 11.
- Mae 42% o flynyddoedd 7 i 11 yn dweud ei bod yn hawdd iawn neu'n hawdd cael gafael ar fêps

Mae wedi bod yn anghyfreithlon yn y DU i werthu dyfeisiau fepio a nwyddau traul i unrhyw un o dan 18 oed ers 2015.

- Gan ymateb i gwestiwn ar faint yw eich oed i brynu fêp yn gyfreithlon, atebodd 71% o'r holl ddisgyblion 18, gan gynnwys 67% o ddisgyblion blwyddyn 7

Cynnwys Nicotin

Cynnwys nicotin: Gofynnwyd i fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13 a oedd eu fêp yn cynnwys nicotin.



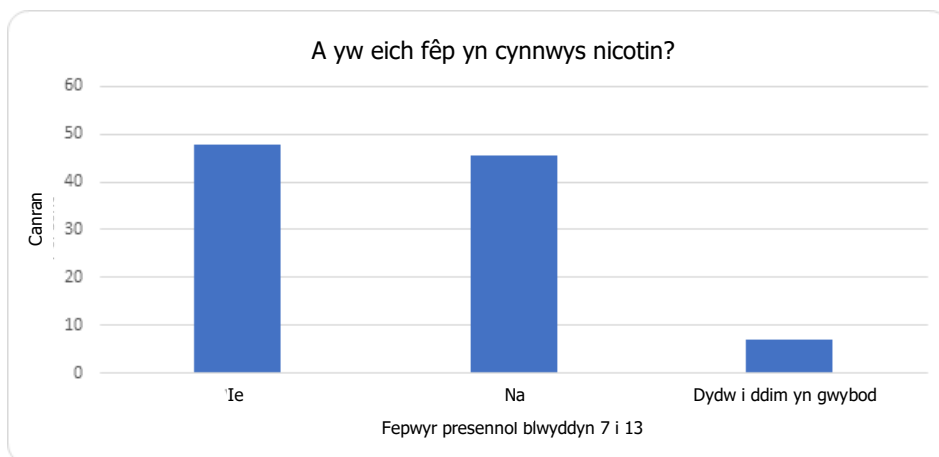
Canran	Grŵp blwyddyn ysgol							Cyfanswm
	7	8	9	10	11	12	13	
Ydy	82.3	82.1	90.2	93.2	93.4	93.6	94.4	91.5
Nac ydy	4.8	8.9	3.3	2.7	3.3	2.2	1.1	3.3
Dydw i ddim yn gwybod	12.9	8.9	6.6	4.1	3.3	4.3	4.4	5.2

Ymatebodd fepwyr presennol blwyddyn 7 i flwyddyn 13 (n=883) i'r cwestiwn a oedd eu fêp yn cynnwys nicotin.

- Dywedodd 92% ie, dywedodd 3% na a doedd 5% ddim yn gwybod
- Roedd y defnydd o fêps yn cynnwys nicotin yn gyson ar draws y grwpiau blwyddyn gydag 82% o fepwyr presennol ym mlwyddyn 7 yn dweud eu bod yn defnyddio fêp yn cynnwys nicotin
- Roedd lefel y sicrwydd yn dangos gogwydd graddol ar draws y grwpiau blwyddyn gyda dim ond 4% ym mlwyddyn 13 ddim yn gwybod a oedd eu fêp yn cynnwys nicotin.

Diddyfnu Nicotin

Gofynnwyd i fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13 a oeddent yn teimlo y gallent fynd am y diwrnod ysgol cyfan heb fepio.



Fepwyr presennol: Allwch chi fynd y diwrnod ysgol cyfan heb fepio?

Canran	Grŵp blwyddyn ysgol							Cyfanswm
	7	8	9	10	11	12	13	
Allai	13	36	54	49	44	63	60	48
Na allai	81	54	39	43	49	35	34	45
Dydw i ddim yn gwybod	7	11	7	9	7	2	6	7

- Dywedodd 45% o ddisgyblion a adroddodd eu bod yn fepwyr cyfredol eu bod yn teimlo na allent fynd trwy'r diwrnod ysgol cyfan heb fepio
- Arhosodd y canran yn weddol gyson ar draws y grwpiau blwyddyn ac eithrio blwyddyn 7 a adroddodd enghraifft uwch o fethu â mynd am y diwrnod ysgol cyfan heb fepio.

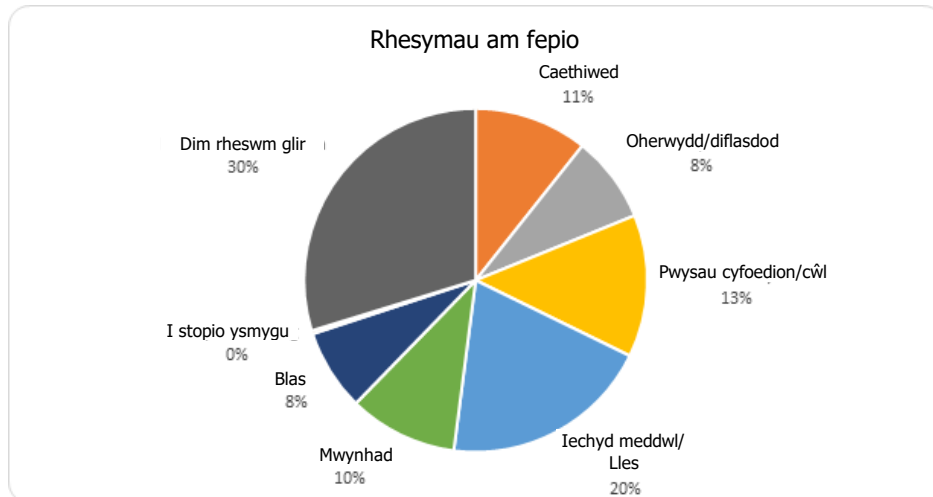
Fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13: Hoffech chi roi'r gorau i fepio?

Canran	Grŵp blwyddyn ysgol							Cyfanswm
	7	8	9	10	11	12	13	
Na hoffwn	77	63	51	47	47	36	40	48
Hoffwn	17	20	24	25	30	29	29	26
Dydw i ddim yn gwybod	6	16	26	28	23	35	31	25

- Dywedodd 26% o'r holl fepwyr presennol y byddent yn hoffi rhoi'r gorau i fepio
- Dywedodd 48% na fyddent

Fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13: Pam ydych chi'n meddwl eich bod chi'n fepio?

Cafodd ymatebion mynediad testun rhydd eu hadolygu a'u categorïddio, e.e., cafodd unrhyw beth a oedd yn cyfeirio at helpu gydag unrhyw straen meddyliol ei categorïddio fel 'ymdopi'.



- Dywedodd 20% fod rhesymau wedi'u nodi dros fepio y gellid eu categorïddio fel eu hiechyd meddwl neu eu lles
- 13% fel 'pwysau cyfoedion' neu i oherwydd ei fod yn 'cŵl'
- Dywedodd 11% rhesymau'n ymwneud â 'chaethiwed'
- Mae 10% yn gweld fepio yn blesurus ac yn gyffredinol, yn brofiad 'Neis'
- Rhestrod 8% 'blas' fel eu prif reswm
- 8% 'oherwydd' neu 'diflastod'
- Dywedodd llai nag 1% ei fod am roi'r gorau i ysmegu
- Darparodd 30% ymatebion nad oedd yn hawdd eu categorïddio

Bc it helps

FAT ADDICTION

cus its nice

It relaxes me

cause i love the niccy rush

cuz its cool. obvi.

class ini **coping mechanism**

bc its fun

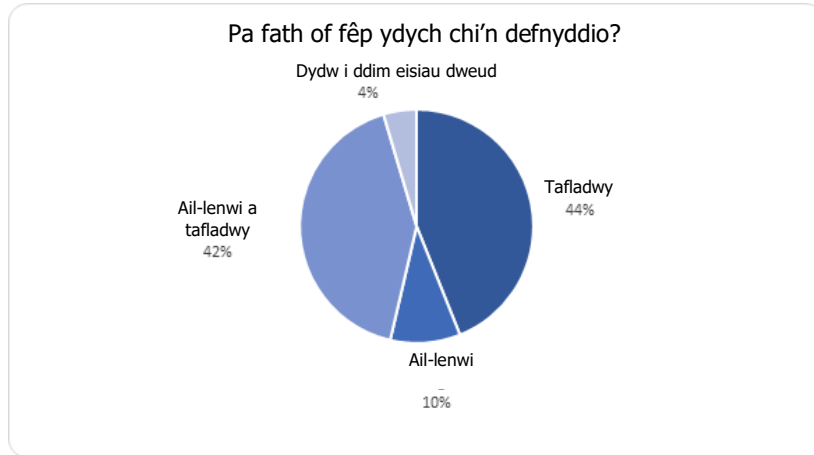
pressure of everyone

its addicting

Helps calm me down

Cynhyrchion Fepio a Ddefnyddir

Gofynnwyd i'r fepwyr presennol pa fath o gynhyrch yr oeddent yn ei ddefnyddio a darparwyd dewis o gynhyrchion tafladwy, ail-lenwi neu'r ddau.

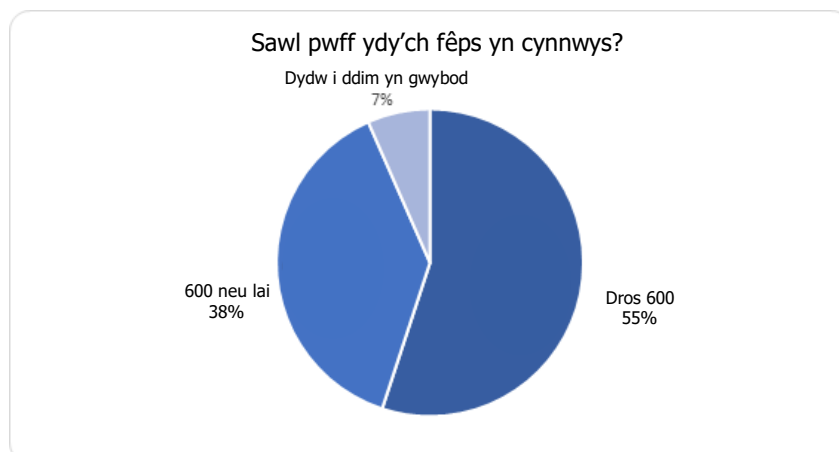


Pa fath o fêp ydych chi'n ei ddefnyddio? Fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13

- Dim ond 10% o'r fepwyr presennol yr adroddwyd eu bod yn defnyddio fêp y gellir ei ail-lenwi yn unig
- Dywedodd 44% eu bod yn defnyddio fêp untro yn unig
- Dywedodd 42% eu bod yn defnyddio'r ddau

Mae rheoliadau'r DU ar gynhyrchion fepio yn cyfyngu ar faint tanciau fêps i gynhwysedd o ddim mwy na 2ml. Er nad oes unrhyw gyfyngiad ar nifer y pwff, ystyrir yn gyffredinol bod fêps sy'n cynnwys dros 600 o bwff yn mynd y tu hwnt i gyfyngiad maint y tanc ac felly'n anghyfreithlon.

Gofynnwyd i fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13 faint o bwff oedd yn eu fêp.

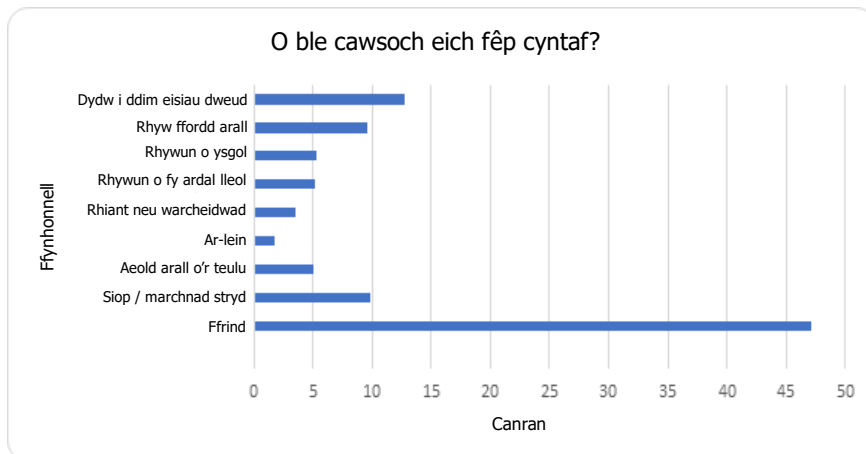


Canran	Cyfanswm Fepwyr Presennol
Drop 600	55
600 neu lai	38
Dydw i ddim yn gwybod	7

- Dywedodd dros hanner yr holl fepwyr presennol (55%) eu bod wedi defnyddio cynnyrch sy'n debygol iawn o fod yn anghyfreithlon a heb ei reoleiddio sy'n cynnwys dros 600 o bwff.
- Dywedodd 7% o'r disgyblion sy'n defnyddio fêp ar hyn o bryd nad oeddent yn gwybod faint o bwff oedd yn eu fêp

Caffaeliad fêp

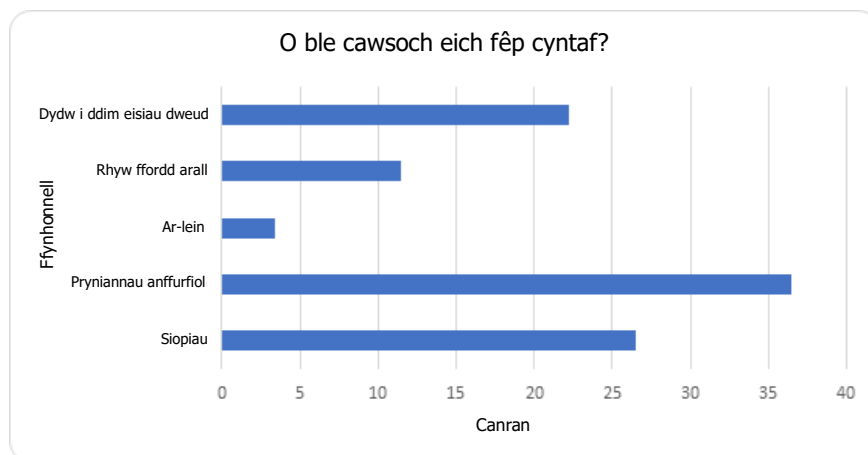
Fêp cyntaf: Gofynnwyd i fepwyr presennol ym mlwyddyn 7 i 13 ble cawsant eu fêp cyntaf.



Fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13: O ble cawsoch chi eich fêp cyntaf

- Dywedodd 47% eu bod yn ei gael gan ffrind
- Dywedodd 10% eu bod wedi ei gael o siop
- Dim ond 2% ddywedodd eu bod wedi cyrchu'r cynnyrch ar-lein

Fepwyr presennol blwyddyn 7 i 13: O ble ydych chi'n prynu/cael eich fêps?



- Mae ffynonellau anffurfiol (ffrindiau / teulu a rhywun maen nhw'n eu hadnabod) yn cyfrif am 36%
- Mae siopau'n cyfrif am 26% o'r pryniannau a adroddwyd
- Gwerthiannau ar-lein sy'n cyfrif am 3% o'r pryniannau a adroddir
- Gwrthododd nifer sylweddol o fepwyr presennol (22%) adrodd eu ffynhonnell brynu

Mewnwelediadau allweddol o arolwg ASH Cymru:

- Mae bron i chwarter y disgyblion ym mlynnyddoedd 7 i 11 wedi rhoi cynnig ar fêp, gyda 7% yn dweud eu bod yn defnyddio'n rheolaidd.
- Mae cyfran sylweddol o'r fepwyr presennol hefyd yn ysmegu, ac mae benywod yn fwy tebygol o fepio'n rheolaidd na gwrywod
- Mae'r mwyafrif o fepwyr presennol yn defnyddio dyfeisiau sy'n cynnwys nicotin, gyda llawer yn methu mynd heb fepio trwy gydol y diwrnod ysgol
- Mae dros hanner yr holl ddisgyblion sy'n fepio yn defnyddio cynhyrchion sy'n debygol o fod yn anghyfreithlon a heb eu rheoleiddio
- Mae fepio yn cael ei ystyried yn gyffredin ymhlith disgyblion, gyda llawer yn dweud eu bod yn hawdd cael gafael ar gynhyrchion fêp
- Mae ffynonellau anffurfiol, fel ffrindiau a theulu, yn sianeli cyffredin ar gyfer cael fêps

Mae'r arolwg yn amlygu pryderon ynghylch fepio ieuencid, gan gynnwys nifer yr achosion o arbrofi, mynediad hawdd at gynhyrchion, a'r defnydd o gynhyrchion heb eu rheoleiddio.

Ymhlith yr argymhellion mae ymgyrchoedd addysg wedi'u targedu, rheoliadau llymach, a chymorth i bobl ifanc roi'r gorau i fepio ac ysmegu. Mae mynd i'r afael â ffynonellau anffurfiol o fêps a deall dylanwad amgylcheddau cymdeithasol hefyd yn cael eu nodi fel strategaethau hanfodol.