



Y RHWYDWAITH YMCHWIL  
IECHYD MEWN YSGOLION

SCHOOL HEALTH  
RESEARCH NETWORK

# Polisiau ysmegu ysgolion, a defnydd myfyrwyr o faco, e-sigaréts a chanabis

Brîff Ymchwil Iechyd a Lles Ysgolion, Tachwedd 2016

Mae ysgolion wedi chwarae rôl bwysig mewn atal pobl ifanc rhag dechrau ysmegu ac mae cyfraddau ysmegu ymhlith pobl ifanc wedi gostwng yn sylweddol yn ystod y 30 mlynedd diwethaf. Mae gweithgarwch atal ysmegu mewn ysgolion, fodd bynnag, wedi cyd-fynd â pholisiau cenedlaethol eang i 'ddadnormaleiddio' ysmegu, fel deddfwriaeth difwg. A yw'r newidiadau hyn mewn cymdeithas ehangach wedi gwneud polisiau ysmegu ysgolion yn ddiangen?

## Yr hyn rydym ni eisoes yn ei wybod...

Caiff polisiau ysgrifenedig sy'n targedu'r amgylchedd cymdeithasol eu defnyddio'n gyffredin gan ysgolion i sefydlu eu hethos a'u disgwyliadau ynghylch y defnydd o faco.

Fe wnaeth ymchwil gynnar yng Nghymru ganfod bod polisiau ysmegu ysgolion yn gysylltiedig â thebygolrwydd is o ysmegu dyddiol neu wythnosol ymhlith myfyrwyr, ond mae astudiaethau mwy diweddar yn dangos efallai bod y cysylltiad hwn wedi gwanhau dros amser.

Mae ysmegu'n aml yn digwydd gyda'r defnydd o sylweddau eraill, fel canabis neu e-sigaréts, ond nid yw'r ddeddfwriaeth sy'n mynd i'r afael â'r sylweddau hyn wedi bod mor gyson â'r ddeddfwriaeth sy'n mynd i'r afael â'r defnydd o faco.



## Yr hyn a wnaethom...

- Defnyddiom ddata o Arolwg Ymddygiad Iechyd Plant Oedran Ysgol yng Nghymru 2013/14, a'r holiadur amgylchedd ysgol a oedd yn cyd-fynd ag ef.
- Fe wnaeth myfyrwyr ym mlynedd 7 i 11 ateb cwestiynau ar eu defnydd o sigaréts, e-sigaréts a chanabis.
- Darparodd ysgolion wybodaeth am eu polisiau ysmegu. Dosbarthwyd cryfder eu polisi yn ôl **gwan** (dim polisi ysgrifenedig), **cymedrol** (polisi ysgrifenedig ar waith, ond nid oedd yn berthnasol i bawb ym mhob lleoliad), neu **gryf** (polisi ysgrifenedig ar waith, ac roedd yn berthnasol i bawb ym mhob lleoliad).
- Nododd yr ysgolion hefyd pa grwpiau blwyddyn oedd yn derbyn addysg am faco, cyffuriau ac alcohol, ac a oeddent yn cynnig mentrau stopio ysmegu.
- Fe wnaethom ymchwilio a oedd cryfder polisiau ysmegu ysgolion yn gysylltiedig â defnydd myfyrwyr o faco, e-sigaréts a chanabis.
- Fe wnaeth cyfanswm o 7,376 o fyfyrwyr o 67 o ysgolion gymryd rhan.

## Yn gryno

- Roedd cryfder polisiau ysmegu ysgolion yn amrywio, ac roedd gan 39% ohonynt bolisi cryf, ac 17% ohonynt yn ddim polisi o gwbl.
- Nid oedd cael polisi ysmegu cymedrol neu gryf yn gysylltiedig â defnydd myfyrwyr o faco.
- Roedd polisiau ysmegu cryfach yn gysylltiedig â lefelau is o ddefnydd diweddar o ganabis.
- Roedd addysg fwy cynhwysfawr am ddefnyddio sylweddau yn gysylltiedig â chynnydd mewn defnydd o ganabis ym Mlwyddyn 11.



@SHRNWales



SHRN@cardiff.ac.uk



SHRN.org.uk

## Yr hyn a ganfuom...

### Amgylchedd yr ysgol

- Roedd gan **39%** o'r ysgolion bolisi ysmegu cryf, roedd gan **44%** ohonynt bolisi cymedrol, ac roedd gan **17%** ohonynt bolisi gwan.
- Roedd **55%** o'r ysgolion yn darparu mentrau stopio ysmegu ac roedd **65%** ohonynt yn cyflwyno addysg am y defnydd o alcohol, baco a chyffuriau i bob grŵp blwyddyn.

### Ymddygiadau myfyrwyr

- Dywedodd **5%** o'r myfyrwyr eu bod nhw'n ysmegu, roedd **11.5%** ohonynt wedi defnyddio e-sigarét, ac roedd **3%** ohonynt wedi defnyddio canabis yn ystod y mis diwethaf.
- Roedd yr holl ymddygiadau hyn yn fwy cyffredin ymhlith myfyrwyr Blwyddyn 11: roedd 11% ohonynt yn ysmegu, 20% ohonynt wedi defnyddio e-sigarét a 7% ohonynt wedi defnyddio canabis yn ddiweddar.
- Roedd y defnydd o ganabis ymhlith myfyrwyr Blwyddyn 11 yn uchel iawn mewn ysgolion penodol.

### Polisiau ysmegu a'r defnydd o sylweddau

- Nid oedd unrhyw gysylltiad rhwng cryfder polisiau

ysmegu ysgolion a chyfran y myfyrwyr a oedd yn ysmegu, neu wedi defnyddio e-sigarét.

- Roedd myfyrwyr ym mhob grŵp blwyddyn yn llai tebygol o fod wedi defnyddio canabis yn ystod y mis diwethaf os oedd gan eu hysgol bolisi cryfder cymedrol.
- Roedd y defnydd o ganabis hefyd yn llai cyffredin ymhlith myfyrwyr Blwyddyn 11, os oedd gan yr ysgolion bolisiau ysmegu cymedrol neu gryf.

### Stopio ysmegu, addysg a'r defnydd o sylweddau

- Nid oedd darparu mentrau stopio ysmegu yn gysylltiedig â'r defnydd o faco, e-sigaréts na chanabis.
- Roedd darparu addysg am faco, alcohol a chyffuriau ar draws nifer fwy o flynyddoedd ysgol yn gysylltiedig â thebygolrwydd *cynyddol* o ddefnyddio canabis.



## Materion i'w hystyried

Roedd yr astudiaeth hon yn cynnwys nifer fawr o bobl ifanc sy'n gynrychiadol o blant yng Nghymru yn ei chyfanwaith.

Fe wnaeth myfyrwyr adrodd eu defnydd eu hunain o sylweddau, ond nid ydym yn gwybod a oedd eu hatebion yn gywir.

Ni fesurwyd gorfodiad ysgolion o bolisiau ysmegu.

Gallai'r berthynas rhwng addysg ar y defnydd o ganabis ac addysg fwy cynhwysfawr ar y defnydd o sylweddau adlewyrchu 'gwrthachosiaeth', lle mae ysgolion sy'n cydnabod problem â defnydd myfyrwyr o ganabis yn cynyddu addysg mewn ymateb i hyn.

Ariannwyd Arolwg Ymddygiad Iechyd Plant Oedran Ysgol yng Nghymru gan Lywodraeth Cymru.

### Beth mae hyn yn ei olygu i'm hysgol i?

- **Mae cymdeithas ehangach, yn gynyddol, yn ystyried peidio â ysmegu fel y norm, yn enwedig mewn lleoedd lle mae plant yn bresennol. Felly, efallai bod polisiau ysgol sy'n gwahardd ysmegu ar diroedd ysgol, neu'n agos atynt, yn gwneud llai o wahaniaeth ar ganfyddiadau pobl ifanc i ysmegu fel y norm, nag yr oeddent yn arfer eu gwneud.**
- **Er gwaethaf y gostyngiad ymddangosiadol mewn effaith polisiau ysmegu ysgolion ar y defnydd o faco, dylai ysgolion barhau i weithredu'r polisiau hyn yn sgil eu heffeithiau posibl ar sylweddau eraill, fel canabis.**

Darllenwch y papur ymchwil yn llawn. Gallwch ei lawrlwytho'n rhad ac am ddim yma:

<http://eurpub.oxfordjournals.org/content/early/2016/07/15/eurpub.ckw093>

Hallingberg B et al (2016) Do stronger school smoking policies make a difference? Analysis of the health behaviour in school-aged children survey. European Journal of Public Health doi: 10.1093/eurpub/ckw093