



Y RHWYDWAITH YMCHWIL
IECHYD MEWN YSGOLION

SCHOOL HEALTH
RESEARCH NETWORK

Tueddiadau o ran ysmegu a defnyddio canabis ymhlith pobl ifanc, a'r cysylltiad rhyngddynt

Brîff Ymchwil Iechyd a Lles Ysgolion, Tachwedd 2020

Er gwaethaf gostyngiadau sylweddol yn nifer y bobl ifanc sy'n ysmegu tybaco mewn degawdau diweddar yn dilyn rheoleiddio a rheolaethau cynyddol, mae gostyngiadau mewn niferoedd wedi dechrau arafu. Yn aml, dangosir bod ysmegu a defnyddio canabis yn digwydd ar y cyd, a cheir tystiolaeth y gallai defnyddio canabis fod ar gynydd. Felly, a allai newidiadau yn y defnydd o ganabis gan bobl ifanc fod yn gyfrifol am oedi gostyngiadau yn nifer y bobl ifanc sy'n ysmegu?

Yr hyn rydym ni eisoes yn ei wybod...

Mae tystiolaeth ddiweddar o arolygon iechyd pobl ifanc y Deyrnas Unedig yn dangos bod gostyngiadau yn y niferoedd sy'n ysmegu wedi aros yr un fath, tra bod y defnydd o ganabis wedi cynyddu.

Ymhlith y glasoed, dangosir yn aml fod ysmegu a chanabis yn digwydd ar y cyd; naill ai fel defnydd unigol o'r naill a'r llall neu o'u defnyddio ar yr un pryd (e.e. 'sbliffiau').

Mae cyfuno canabis â thybaco yn ffordd boblogaidd o ddefnyddio canabis. Felly, gallai newidiadau mewn defnyddio canabis ymhlith pobl ifanc effeithio'n fawr ar nifer y bobl ifanc sy'n ysmegu tybaco.



Yr hyn a wnaethom...

- Fe wnaethom gyfuno 4 ton o ddata o Arolwg Iechyd a Lles Myfyrwyr y Rhwydwaith Ymchwil Iechyd mewn Ysgolion, rhwng 2013 a 2019.
- Roedd data ar gyfer plant a phobl ifanc 11-16 mlwydd oed yn unig.
- Cafodd myfyrwyr a ddywedodd eu bod yn ysmegu tybaco o leiaf bob wythnos eu dosbarthu'n ysmygwyr rheolaidd.
- Cafodd myfyrwyr a ddywedodd eu bod wedi defnyddio canabis yn y mis diwethaf eu dosbarthu'n ddefnyddwyr presennol.
- Fe wnaethom archwilio newid yn lefelau'r defnydd a wneir o ysmegu a chanabis er 2013, gan gyfrif am rywedd myfyrwyr, blwyddyn ysgol a lefel cyfoeth.
- Fe wnaethom hefyd archwilio'r berthynas rhwng ysmegu a defnyddio o ganabis i asesu'r tebygolrwydd o ysmegu tybaco ymhlith defnyddwyr canabis.
- Yn olaf, fe wnaethom archwilio sut gellid bod wedi disgwyl i lefelau ysmegu tybaco newid dros gyfnod pe bai defnyddio canabis heb newid er 2013.

Yn gryno

- Ni newidiodd mynychter ysmegu tybaco ymhlith pobl ifanc rhwng 2013 a 2019.
- Bu cynnydd sylweddol yng nghyfran y glasoed yn defnyddio canabis ar hyn o bryd dros y cyfnod hwn.
- Roedd defnyddwyr canabis gryn dipyn yn fwy tebygol na'r rhai nad ydynt yn defnyddio canabis o ysmegu tybaco yn rheolaidd.
- Pe bai defnyddio o ganabis wedi aros ar yr un lefel ag ydoedd yn 2013, gallai nifer y bobl ifanc sy'n ysmegu tybaco fod wedi parhau i ddisgyn yng Nghymru.



@SHRNWales



SHRN@caerdydd.ac.uk



SHRN.org.uk

Yr hyn a ganfuom...

Ysmegu

- Roedd **3.7%** o blant a phobl ifanc 11-16 mlwydd oed yn ysmegu'n rheolaidd (o leiaf bob wythnos) yn 2019, i fyny o **3.3%** yn 2013 — fodd bynnag, nid oedd arwyddocâd ystadegol i'r twf hwn.
- Yn yr un modd, ni sylwyd ar unrhyw newid arwyddocaol yn y nifer sy'n ysmegu ymhlith y naill rywedd na'r llall neu fyfyrwyr o gyfoeth uwch / is.
- Roedd myfyrwyr hŷn a myfyrwyr llai cyfoethog yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn ysmegu'n rheolaidd.

Defnyddio canabis

- Gwelwyd bod cynnydd sylweddol yng nghyfran y plant a'r bobl ifanc 11-16 mlwydd oed yn defnyddio canabis ar hyn o bryd (bob mis, o leiaf) rhwng 2013 a 2019 – o **2.7%** i **4.3%**.
- Roedd maint y twf hwn mewn canabis yn gyson ar draws y ddau rywedd a grwpiau cyfoeth uwch / is.
- Roedd bechgyn, myfyrwyr hŷn, a myfyrwyr llai cyfoethog yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn defnyddio canabis.

Materion i'w hystyried

Mae'r dadansoddiad hwn yn seiliedig ar ddata o sampl fawr, yn gynrychioliadol genedlaethol, o'r glasod yng Nghymru. Yn yr arolwg, gofynnir i fyfyrwyr am eu defnydd o ysmegu a chanabis ar wahân. Mae hyn yn golygu nad ydym ni'n gwybod i ba raddau y mae pobl ifanc yn defnyddio'r sylweddau hyn ar yr un pryd (e.e. 'sbliffiau'), neu p'un a yw ysmegu a defnyddio canabis yn ymddygiadau risg ar wahân a wneir gan yr un bobl ifanc.

Mae cyfuno data o donnau lluosog arolwg a lenwyd gan sampl gynrychioliadol o bobl ifanc, yn hytrach nag olrhain yr un bobl ifanc dros gyfnod, yn golygu, er y gallwn ni gydnabod bod cysylltiad amlwg rhwng y ddau sylwedd, na allwn ddod i gasgliad ynghylch natur y cysylltiad hwn.

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

- Gallai strategaethau rheoli presennol fod wedi cyrraedd terfyn yr hyn sy'n gyflawnadwy ran lleihau ysmegu ymhlith pobl ifanc ymhellach. Efallai y bydd angen archwilio ymyriadau newydd, neu addasu dulliau presennol.
- Efallai bydd angen mwy o ddulliau cydgysylltiedig sy'n mynd i'r afael â defnyddio tybaco a chanabis ar y cyd, o ystyried y cysylltiadau cryf rhwng y sylweddau hyn.

Cysylltiadau rhwng ysmegu a defnyddio canabis

- Roedd defnyddwyr canabis gryn dipyn yn fwy tebygol na'r rhai nad ydynt yn defnyddio canabis o ysmegu tybaco yn rheolaidd.
- Fe wnaeth yr hyn sy'n cyfrif am y twf yn y defnydd o ganabis o fewn ein dadansoddiad ysmegu effeithio'n sylweddol ar y duedd o ran amser. Yn hytrach na dangos dim newid er 2013, sylwyd bod gostyngiad sylweddol yn y nifer sy'n ysmegu.
- Mae hyn yn awgrymu pe bai defnydd o ganabis wedi aros ar lefelau 2013, y gallai cyfraddau ysmegu tybaco ymhlith pobl ifanc fod wedi parhau i ostwng yng Nghymru.



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

<https://academic.oup.com/jpubhealth/advance-article/doi/10.1093/pubmed/fdaa174/5912582?searchresult=1>

Page N et al (2020) Change over time in adolescent smoking, cannabis use and their association: findings from the School Health Research Network in Wales. Journal of Public Health. <https://doi.org/10.1093/pubmed/>