Ymchwiliad Covid-19 y DU

Mae Pob Stori o Bwys

Cofnod Mae Pob Stori o Bwys Yn Gryno: System Profi, Olrhain ac Ynysu

Mae Ymchwiliad Covid-19 y DU yn ymchwiliad cyhoeddus annibynnol sy'n archwilio'r ymateb i'r pandemig Covid-19, a'i effaith, er mwyn dysgu gwersi ar gyfer y dyfodol.

Mae gwaith yr Ymchwiliad wedi ei rannu'n archwiliaid ar wahân, a adnabyddir fel modiwlau. Mae pob modiwl yn canolbwyntio ar bwnc gwahanol, â'i wrandawiadau cyhoeddus ei hun lle mae'r Cadeirydd yn gwrando ar dystiolaeth. Yn dilyn y gwrandawiadau, mae adroddiad y modiwl yn cael ei gyhoeddi, sy'n cynnwys canfyddiadau o'r dystiolaeth a gasglwyd ar draws pob modiwl ac argymhellion y Cadeirydd ar gyfer y dyfodol.

Sut mae Mae Pob Stori o Bwys yn ffitio i mewn i waith yr Ymchwiliad

Mae'r crynodeb hwn yn ymwneud â'r cofnod Mae Pob Stori o Bwys ar gyfer Modiwl 7, sy'n archwilio'r System Profi, Olrhain ac Ynysu a ddefnyddiwyd yn ystod pandemig Covid-19. Bydd cofnodion Mae Bob Stori o Bwys yn y dyfodol yn canolbwyntio ar wahanol agweddau ar fywyd yn ystod y pandemig megis gofal cymdeithasol, plant a phobl ifanc a chymorth ariannol.

Mae cofnod Mae Pob Stori'n Bwysig ar gyfer y System Profi, Olrhain ac Ynysu yn dod â phrofiadau pobl a rannwyd â ni at ei gilydd:

- ar-lein yn everystorymatters.co.uk;
- yn y cnawd mewn digwyddiadau galw heibio mewn trefi a dinasoedd ledled y DU; a
- thrwy ymchwil wedi ei dargedu gyda grwpiau penodol o bobl.

Mae pob stori'n ddienw, yn cael ei dadansoddi a'i threfnu'n gofnodion modiwl-benodol Mae Pob Stori o Bwys. Rhoddir y cofnodion hyn yn dystiolaeth ar gyfer y modiwl perthnasol.

Mae'r cofnod yn cyfeirio at niwed sylweddol a gall rhai o'r straeon a'r themâu a gynhwysir yn y cofnod hwn ysgogi atgofion a theimladau gofidus. Gall fod o gymorth i gymryd egwyl os yw darllen y cofnod yn peri gofid. Darperir rhestr o wasanaethau cefnogol ar [wefan Ymchwiliad Covid-19 y DU.]

Cyflwyniad

Nid yw Mae Pob Stori o Bwys yn arolwg nac yn ymarferiad cymharol. Ni all fod yn gynrychioliadol o holl brofiad y DU, ac ni chafodd ei gynllunio i fod yn hynny chwaith. Ei werth yw clywed amrediad o brofiadau, dal y themâu a rannwyd â ni, dyfynnu straeon pobl yn eu geiriau eu hunain ac, yn hollbwysig, sicrhau bod profiadau pobl yn rhan o gofnod cyhoeddus yr Ymchwiliad. Mae'r crynodeb hwn yn nodi rhai o'r profiadau a rannwyd gan bobl o brofion Covid-19, olrhain cysylltiadau a hunan-ynysu yn ystod y pandemig. Ar gyfer y cofnod hwn, mae hunanynysu yn cyfeirio at rywun yn ynysu ar ôl derbyn canlyniad prawf Covid-19 positif neu hysbysiad am gyswllt agos yn cael Covid-19 trwy'r system olrhain cysylltiadau. Nid yw'r cofnod yn cynnwys profiadau o fod yn ynysig na theimladau o unigedd o ganlyniad i gyfyngiadau symud cenedlaethol.

Dealltwriaeth ac ymwybyddiaeth o Brofi, Olrhain ac Ynysu

Rhai o'r meysydd y dywedodd bobl wrthym amdanynt oedd:

- Teimlai llawer o gyfranwyr fod y canllawiau ynghylch profi yn glir i ddechrau, ond tyfodd dryswch dros amser oherwydd rheolau newidiol a diffyg ymwybyddiaeth o olrhain cysylltiadau.
- Cafodd pobl eu gadael mewn penbleth o ganlyniad i newidiadau i ganllawiau swyddogol y llywodraeth ynghylch pryd i brofi a hunanynysu. Roedd ansicrwydd ynghylch y rheolau a oedd ar waith ar unrhyw adeg yn golygu bod rhai pobl wedi penderfynu gwneud yr hyn a oedd yn briodol yn eu barn nhw, heb ystyried a oedd yn cyd-fynd â'r rheolau ai peidio.
- Disgrifiodd rhai cyfranwyr sut y tyfodd eu hymwybyddiaeth a'u hyder o ran gwybod pryd i brofi dros amser o ganlyniad i gael symptomau a phrofi'r firws neu glywed am brofiadau pobl eraill sydd â Covid-19. Fodd bynnag, dywedodd rhai cyfranwyr wrthym hefyd eu bod wedi drysu ynghylch gwybod y gwahaniaeth rhwng symptomau Covid-19 a salwch tebyg eraill, fel annwyd a'r ffliw.
- Disgrifiodd cyfranwyr anawsterau wrth gael gafael â gwybodaeth neu gadw i fyny â gwybodaeth am brofion. Roedd hyn yn cynnwys pobl nad oeddent yn defnyddio'r rhyngrwyd a phobl nad oedd y Saesneg yn iaith gyntaf iddynt.

- Eglurodd rhai cyfranwyr eu bod wedi canfod bod gwybodaeth olrhain cysylltiadau yn aneglur, ei bod yn anodd deall ei diben a dilyn y canllawiau yn gywir.
- Ychydig iawn o bobl oedd yn ymddangos yn ymwybodol o'r cymorth ariannol ac ymarferol oedd ar gael wrth hunanynysu.

Beth wnaeth helpu neu annog pobl i gymryd rhan mewn profion, olrhain cysylltiadau a hunanynysu?

Rhai o'r meysydd y dywedodd bobl wrthym amdanynt oedd:

- **Amddiffyn y bobl a oedd o bwys iddynt ac eraill:** Cafodd llawer o bobl eu hysgogi gan eu hymdeimlad o ddyletswydd foesol i amddiffyn eu hanwyliaid, eu cymunedau a'r rhai a oedd yn agored i niwed.
- **Gofynion:** Roedd yn ofynnol i rai pobl brofi (heb ystyried symptomau) cyn dod i'r gwaith ac i gysylltiad â phobl eraill. Disgrifiodd rhai hyn fel rhan o'u 'dyletswydd gofal' i amddiffyn eraill.
- **Mynediad at gymorth:** Roedd rhai'n teimlo bod y cymorth ymarferol a gawsant – gan deulu a ffrindiau, sefydliadau lleol a grwpiau cymunedol – wedi'u galluogi i gymryd rhan mewn profion, olrhain cysylltiadau ac i hunanynysu.
- **Cynyddu rhyddid:** Wrth i amser fynd heibio dywedodd cyfranwyr fod eu hawydd i fynychu ysgolion, colegau a phrifysgolion, i deithio ac i gymysgu a chymdeithasu ag eraill wedi dod yn rheswm i brofi.
- **Lleihau pryder:** Mynegodd cyfranwyr eu bod yn ofni dal y feirws, mynd yn ddifrifol wael, neu ei drosglwyddo, a arweiniodd at gael eu profi, cymryd rhan mewn olrhain cysylltiadau, a hunanynysu.
- **Mynediad a chyfleustra:** Dywedodd cyfranwyr wrthym ei bod yn hawdd cael prawf pan oedd yn hawdd cyrraedd canolfannau profi a bod nifer dda o apwyntiadau ar gael. Pan oedd profion llif unffordd ar gael i bawb ym mis Ebrill 2021, roedd llawer yn croesawu rhwyddineb a hwylustod citiau am ddim i allu profi gartref. Roedd gallu profi gartref hefyd yn galonogol i bobl oedd yn pryderu am y risg o haint mewn canolfannau profi neu ar y ffordd i'r canolfannau hynny.

Beth oedd y rhwystrau rhag i bobl gymryd rhan mewn profion, olrhain cysylltiadau a hunanynysu?

Rhai o'r meysydd y dywedodd bobl wrthym amdanynt oedd:

- **Ymddiriedaeth:** Daeth pobl yn fwyfwy amheus a drwgdybus o brofi ac olrhain cysylltiadau oherwydd eu bod yn meddwl eu bod yn anghywir neu'n aneffeithiol. Bu newid yn agwedd pobl o ran dilyn canllawiau unwaith y torrodd newyddion am wleidyddion a swyddogion yn torri rheolau.

- **Canfyddiad o risg:** Dylanwadodd canfyddiadau personol o risg ar gyfranogiad pobl mewn profion, olrhain cysylltiadau, a hunanynysu, a symudodd hyn trwy gydol y pandemig.
- **Mynediad:** Roedd systemau archebu prawf cymhleth neu brinder y profion llif unffordd a oedd ar gael yn ei gwneud yn anodd cael mynediad at brofion.
- **Anhawster defnyddio:** Clywsom hefyd fod pobl wedi profi rhwystrau wrth ddefnyddio profion llif unffordd yn gywir, gan ddehongli canlyniadau a newid rhwng y gwahanol amrywiadau o gitiau profi.
- **Anesmwythder a thrallod:** Rhannodd pobl eu profiadau o anghysur a thrallod o brofion, yn ogystal â heriau hunanynysu, a oedd yn cynnwys ymdeimlad o ryddid personol coll.
- **Trefniadau byw:** I rai, nid oedd bob amser yn ymarferol dilyn y canllawiau – yn enwedig ynghylch hunanynysu – er enghraifft, os oeddent yn byw mewn cartrefi llai neu gyfyng.
- **Diffyg cymorth:** Lle nad oedd gan bobl fynediad at gymorth, roeddent yn cael trafferth cynnal profion, olrhain cysylltiadau a hunanynysu. Er enghraifft, pan ddywedodd cyfranwyr wrthym nad oedd ganddynt ffrindiau a theulu gerllaw, roeddent weithiau'n cael trafferth â hunanynysu ac nid oeddent bob amser yn gwybod ble i geisio cymorth yn ystod yr amseroedd hyn.

Hysbysiadau cosb benodedig

Rhai o'r meysydd y dywedodd bobl wrthym amdanynt oedd:

- Roedd gan gyfranwyr farn gymysg am effeithiolrwydd hysbysiadau cosb benodedig i'w hatal rhag torri rheolau hunanynysu. Teimlai rhai fod y bygythiad o ddirwyon yn annog cydymffurfio, tra bo eraill yn credu bod angen cosbau llymach ar gyfer mwy o effeithiolrwydd.
- Roedd nifer o gyfranwyr yn gweld y dirwyon yn aneffeithiol.
- I gyfranwyr a oedd wedi mewnfudo i'r DU, roedd pryder ynghylch goblygiadau ehangach derbyn dirwy, a oedd yn gwaethygu eu pwyll wrth gadw at y rheolau.

Beth oedd profiadau grwpiau penodol o'r System Profi, Olrhain ac Ynysu?

Rhai o'r meysydd y dywedodd bobl wrthym amdanynt oedd:

Rhieni:

- Disgrifiwyd profi eu plant fel her.

- Wedi dweud eu bod yn ei chael yn arbennig o anodd pan oedd angen iddynt gynnal profion ar blant ag awtistiaeth, ADHD ac anghenion cymhleth eraill oherwydd anawsterau synhwyraidd.
- Wedi rhannu pryderon ynghylch priodoldeb profi plant ifanc iawn oherwydd y trallod a'r anghysur a achoswyd ganddo.
- Wedi dweud wrthym eu bod yn gweld hunanynysu yn anodd gyda phlant ifanc.

Mae'r rhai a helpodd pobl hŷn:

- Wedi dweud wrthym fod angen ar bobl hŷn â chyflyrau fel arthritis neu gryndod i gael pobl eraill yn aml i'w helpu i brofi. Teimlai rhai cyfranwyr y gallai profion fod wedi bod yn fwy cynhwysol i bobl â medrusrwydd corfforol cyfyngedig i ganiatáu iddynt ddefnyddio profion yn annibynnol.
- Wedi rhannu bod profi pobl hŷn â chyflyrau niwroseicolegol, megis dementia, yn ei chael hi'n heriol gwneud hynny oherwydd diffyg dealltwriaeth ymhlith y rhai a oedd yn cael eu profi ynghylch beth oedd profion a pham yr oedd ei angen.

Pobl fyddar[1] ac anabl:

- Wedi dweud wrthym fod cyfarwyddiadau'r pecyn prawf yn anodd eu deall a'u defnyddio; ac y byddai cael cyfarwyddiadau mewn fformatau eraill wedi eu gwneud yn haws i'w defnyddio.
- Wedi cael profiadau cymysg o ran hygyrchedd canolfannau profi, gan gynnwys rhai canolfannau profi nad oedd yn hygyrch i ddefnyddwyr cadeiriau olwyn; tra bo eraill yn rhannu bod staff yn eu canolfan brawf leol wedi'u paratoi'n dda ar gyfer darparu cymorth ychwanegol megis cyfarwyddiadau gweledol i bobl b/Byddar.
- Soniodd rhai am eu profiad o rwystrau cyfathrebu mewn canolfannau prawf, a dywedasant nad oedd yn ymddangos bod y staff oedd yn gweithio yno â'r modd i gynorthwyo pobl ag amrywiaeth o anghenion. Roedd eraill yn rhannu sut roedd staff wedi'u paratoi'n dda i gynorthwyo'r rhai ag anghenion mynediad megis cael deunyddiau printiedig hawdd eu darllen ychwanegol.
- Wedi'u heffeithio'n arbennig gan gau neu leihau gwasanaethau sefydliadau cymunedol. Er enghraifft, nid oedd gan rai cyfranwyr unrhyw un i'w helpu i drefnu cyflenwadau bwyd ar-lein o archfarchnadoedd gan ei gwneud hi'n anodd cael gafael â'r hanfodion wrth hunanynysu.

---

1 Mae'r Ymchwiliad yn cydnabod y term cynhwysol ehangach "b/Byddar" er bod y bobl y siaradwyd â nhw fel rhan o'r cofnod yn nodi eu bod yn "Byddar".

Pobl ag anawsterau llythrennedd a/neu allgáu digidol:

- Weithiau yn cael anhawster deall y cyfarwyddiadau ysgrifenedig mewn pecynnau profi a byddai angen cymorth gan ffrindiau neu deulu i ddefnyddio profion.
- Teimlwyd weithiau nad oedd eu hanghenion yn cael eu diwallu gan y systemau archebu prawf.
- Adroddwyd eu bod yn teimlo'n ddryslyd ynglŷn â sut i gael mynediad at apiau olrhain a'u defnyddio, a oedd yn gwneud iddynt deimlo'n bryderus.

Mae'r bobl a gollodd anwyliaid:

- Wedi rhannu sut roedd canllawiau hunanynysu wedi eu hysgogi i fyfyrio ar eu penderfyniadau i ymweld ag anwylyn a oedd yn marw yn yr ysbyty.
- Wedi dweud wrthym fod y doll emosiynol yn ddifrifol os na allent alaru neu alaru ag eraill oherwydd hunanynysu.

Dioddefwyr a goroeswyr cam-drin domestig:

- Wedi dweud wrthym sut roedden nhw'n teimlo dan bwysau gan eu partner i ddilyn neu i beidio â dilyn canllawiau hunanynysu yn unol â'r safiad a fabwysiadwyd gan eu partner.

Awgrymiadau ar gyfer gwelliannau i'r dyfodol

Wrth fyfyrio ar sut y gellid gwella profion, olrhain cysylltiadau a hunanynysu mewn pandemig yn y dyfodol, nododd cyfranwyr y gallai'r canlynol fod o gymorth:

- Mwy o gysondeb ac eglurder ym mholisïau a negeseuon y llywodraeth ar draws y gwledydd datganoledig.
- Gwell defnydd o arweinwyr cymunedol wrth ledaenu gwybodaeth i gymunedau.
- Gwybodaeth hygyrch ar gael mewn gwahanol ieithoedd a fformatau, gan gynnwys mwy o ddiagramau mewn taflenni pecynnau prawf, a dolenni i fideos ar-lein yn dangos y camau gan ddefnyddio Iaith Arwyddion Prydain (BSL).
- Mwy o addysg gyhoeddus ar yr angen am brofi, olrhain cysylltiadau a hunanynysu.
- Gwell mynediad at gymorth iechyd meddwl i bobl yn ystod cyfnodau o hunanynysu.
- Gwell mynediad at gymorth ariannol ac ymarferol i bobl yn ystod cyfnodau o hunanynysu.
- Opsiynau amgen ar gyfer pobl sydd wedi'u hallgáu'n ddigidol a'r rhai sy'n byw mewn ardaloedd anghysbell neu wledig.

I gael gwybod mwy neu i lawrlwytho copi o'r cofnod llawn neu fformatau hygyrch eraill, ewch i: https://covid19.public-inquiry.uk/cy/materion-pob-stori/records/