P-05-1078 Cynyddu cyllid ar gyfer gwasanaethau iechyd meddwl a gwella amseroedd aros i bobl sydd angen help mewn argyfwng. Mae angen newid!

Cyflwynwyd y ddeiseb hon gan Laura Williams, ar ôl casglu cyfanswm o 5,159 lofnodion.

Geiriad y ddeiseb:
Ers i COVID-19 a'r cyfyngiadau symud ddod i'r amlwg, mae pobl wedi bod yn gaeth i'w haelwydydd fis ar ôl mis ac roedd llawer o'r bobl hynny'n dioddef cyn y cyfyngiadau symud, a thra'r oeddent ar waith. Roeddwn i'n rhywun a ddioddefodd yn sgil y cyfyngiadau symud ac rwy'n pryderu am nifer yr achosion o hunanladdiad yn fy ardal cyn y cyfyngiadau symud, a thra'r oeddent ar waith. Mae'r cyfyngiadau symud wedi gwaethygu iechyd meddwl pobl ac wedi gosod gwasanaethau iechyd meddwl o dan gryn straen – mae plant ifanc yn dioddef, ac mae oedolion a'r henoed yn dioddef hefyd o ganlyniad i'r cyfyngiadau symud.

Dylai Senedd Cymru fod yn cymryd camau ynghylch iechyd meddwl ac yn ariannu mwy o wasanaethau, mae pobl yn disgwyl am amser hir cyn gweld rhywun, neu cyn iddyn nhw gael help. Nid yw llawer o feddygon a nyrsys lleol wedi'u hyfforddi ym maes iechyd meddwl.

Cynyddodd canran y bobl wnaeth roi gwybod eu bod yn dioddef problemau iechyd meddwl o 23.3% yn 2017-2019 i 36.8% ym mis Ebrill 2020 (astudiaeth hydredol o aelwydydd y DU). Os nad yw hynny'n ei gwneud yn gwbl glir sut mae'r cyfyngiadau symud yn newid i'r eithaf y modd rydym yn byw ein bywydau ac yn ymladd y brwydrau sy'n ein wynebu'n ddyddiol, wn i ddim beth fydd yn gwneud.

Gwybodaeth Ychwanegol
Fy enw i yw Laura ac rwy'n dioddef nifer o faterion iechyd meddwl, sef Anhwylder Straen Wedi Trawma (PTSD), Anhwylder Obsesiynol Cymhellol (OCD), iselder ysbryd, gorbryder ac anhwylder panig. Creais ddeiseb a oedd

hefyd yn nodi’r ffaith bod iechyd meddwl mewn cyfyngder mawr, ac mae gofyn cael cymorth ychwanegol ar ei gyfer. Llwyddodd y ddeiseb ac ers fy neiseb ddiwethaf, penderfynais mai'r ffordd orau i wireddu newid oedd dechrau gyda fi fy hun. O ganlyniad, gorffennais fy therapi PTSD yn llwyddiannus.

Etholaeth a Rhanbarth y Cynulliad

- Gorllewin Caerdydd
- Canol De Cymru