

## **P-05-902 Iechyd Meddwl Tadau (Iechyd Meddwl Tadau Newydd)**

Cyflwynwyd y ddeiseb hon gan Mark Williams, ar ôl casglu cyfanswm o 116 lofnodion.

### **Geiriad y ddeiseb:**

Mae GIG Lloegr wedi cymryd y "cam pwysig" i sgrinio iechyd meddwl tadau a'u cefnogi yn hynny o beth lle mae ar eu partneriaid salwch meddwl amenedigol.

Hunanladdiad yw'r achos marwolaethau mwyaf ymhlith dynion o dan 50 oed, a chyda dadl newydd yn Senedd y DU, teimlwn y dylai Llywodraeth Cymru fod yn dilyn yr un trywydd ac ariannu iechyd meddwl tadau newydd oherwydd, heb y gefnogaeth hon, gallai effeithio ar famau ac ar ddatblygiad y plant.

Yn 2015, canfu adroddiad Ymddiriedolaeth Genedlaethol Geni Plant, "Dads in Distress", fod 38 y cant o dadau yn poeni am eu hiechyd meddwl eu hunain a bod 73 y cant yn poeni am iechyd meddwl eu partneriaid.

Mae 1 o bob 10 tad yn dioddef iselder ôl-enedigol, sy'n ymddangos yn wahanol, mwy o ddicter, yfed, camddefnyddio sylweddau ac, wrth gwrs, mae tadau'n ei chael hi'n anodd bondio â'u plant hefyd.

Mae'r pwysau ar dadau yn wahanol i'r hyn welwyd flynyddoedd yn ôl, mae cyplau o'r un rhyw, ac mae angen cefnogaeth ar dadau sy'n aros gartref.

Oherwydd y diffyg cefnogaeth a'r diffyg sgrinio, mae tadau yn aml yn troi at wasanaethau eraill pan fydd hi'n argyfwng ar ôl i'r berthynas ddod i ben, gwaetha'r modd.

Mae arbrawf Wyneb Llonydd gyda thadau yn dangos pwysigrwydd cefnogi tadau er lles eu hiechyd meddwl oherwydd pwysigrwydd y 1001 diwrnod cyntaf, sef y cyfnod cyn geni ac ôl-enedigol.

O gefnogi pob rhiant, bydd canlyniadau llawer gwell i'r teulu cyfan.

Hoffem weld Cymru yn dilyn cynllun hirdymor newydd GIG Lloegr trwy gynnwys tadau

### **Etholaeth a Rhanbarth y Cynulliad**

- Ogwr
- Gorllewin De Cymru