Working together

NATIONAL AIDS TRUST | HIVOutcomes BEYOND VIRAL SUPPRESSION

The HIV Outcomes UK programme is funded by Gilead Sciences, ViiV Healthcare and MSD as co-sponsors

Gwasanaethau HIV ar y groesffordd – Cymru

Cyflwyniad

Mae Llywodraeth Cymru wedi dangos arweinyddiaeth gref ac ymrwymiad i'r ymateb HIV. Yn 2023, cyhoeddwyd Cynllun Gweithredu HIV I Gymru 2023–2026[1] ganddo, sy'n amlinellu gweithredoedd allweddol er mwyn ceisio cyflawni'i od o ddod â throsglwyddiadau newydd o HIV i ben erbyn 2030, ynghyd â stigma sy'n gysylltiedig â HIV. Mae Cymru wedi creu hanes hefyd drwy ddod yn genedl Llwybr Cyflym gyntaf y byd, gyda phob bwrdd iechyd ar draws y wlad yn ymrwymo i ddod â throsglwyddiadau newydd o HIV i ben.[2]

Ym mis Mai 2025, cyhoeddodd Llywodraeth Cymru fod £9 miliwn o gyllid ar gael i roi Cynllun Gweithredu HIV Cymru ar waith – a chyfran o'r arian hwnnw i gael ei fuddsoddi mewn Rhwydwaith Cefnogi Cyfoedion Cenedlaethol – yr ydym ni'n gobeithio'i weld yn cael ei gomisiynu'n fuan – a chyllid o'r newydd i Gwlwm Cymru Gyfan.

Serch hynny, cynyddodd cyfradd cael diagnosis newydd o HIV yng Nhgymru rhwng 2021 a 2023[3] gyda bron i un o bob tri (31%) o'r rhain yn ddiagnosis hwyr ble dechreuodd HIV niweidio ar system imiwnedd unigolyn eisoes. Mae angen arweinyddiaeth a buddsoddiad parhaus i gefnogi pobl i fyw'n iach gyda HIV a chyflawni'r nod o ddod â throsglwyddiadau newydd o HIV i ben.

Mae canfyddiadau o adroddiad Prydain-gyfan 'Gwasanaethau HIV ar y groesffordd' yn tynnu sylw at y ffaith fod Mentrau Gwirfoddol, Cymunedol a Chymdeithasol HIV (VCSEau) yn bartneriaid allweddol yn yr ymateb i HIV – gan gynnig perthynas ymddiriedol â chymunedau, cyrhaeddiad eang, a chefnogaeth o ansawdd uchel sy'n canoli ar y person, nad yw'n bosib i wasanaethau statudol eu darparu ar eu pen eu hunain. Ac eto, ledled y DU, mae gwasanaethau hanfodol a ddarperir gan VCSEau HIV o dan bwysau difrifol a chynyddol, gan fygwth ein gallu i gyflawni targedau

Cyfyng yw gwasanaethau VCSE HIV i bobl sy'n byw gyda HIV ac a effeithir ganddo yng Nghymru. Cydnabu Cynllun Gweithredu HIV Llywodraeth Cymru nad oes gan y wlad ar hyn o bryd wasanaethau cefnogi HIV wedi'u comisiynu ar draws y wlad na chwaith rwydwaith cefnogaeth gyfoed benodol.[4] O'i chymharu â chenhedloedd eraill y DU, mae lefel ac ystod y gefnogaeth sydd ar gael i bobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru'n parhau i fod yn sylweddol fwy cyfyng.

Mae'r argymhellion a geir yn y papur briffio hwn yn adeiladu ar y seiliau cryfion a'r cynlluniau strategol sydd eisoes ar y gweill, gyda ffocws ar yr hyn y mae Llywodraeth Cymru eisoes wedi ymrwymo i'w weithredu.

Argymhellion ar gyfer Llywodraeth Cymru

- **Cyflawni nodau Cynllun Gweithredu HIV i Gymru a sicrhau fod y blaenoriaethau a'r uchelgeisiau'n cael eu cynnal drwy weithredu o'r newydd yn y Senedd nesaf** a chyda dull strategol ac unol ar draws y dirwedd bolisi ac iechyd, gan gynnwys, ond heb ei gyfyngu i Gynllun Gweithredu Iechyd Menywod a'r Cynllun Gweithredu LHDTC+

- **Blaenoriaethu rhwydwaith gefnogi gan gyfoedion genedlaethol.** Mae Llywodraeth Cymru wedi amlinellu ymrwymiad cyn hyn i gomisiynu rhwydwaith gefnogi gan gyfoedion fel rhan o Gynllun Gweithredu HIV. Mae'n hanfodol cael cefnogaeth cyfoedion i bawb sy'n byw gyda HIV yng Nghymru er mwyn iddyn nhw fyw'n iach.

- **Blaenoriaethu ail-ymgysylltu â gofal HIV.** Gan adeiladu ar Brosiect Ymgysylltu HIV (HIVE) yng Nghaerdydd, wnaeth beilota model ail-ymgysylltu i gyrraedd at y rheiny nad oedden nhw'n cael eu gwasanaethu gan y gwasanaethau oedd yn bodoli eisoes dylai Llywodraeth Cymru sicrhau darpariaeth gweithwyr cefnogi ymgysylltu a rhwydweithiau lleol amlasiantaethol ym mhob un o'r Byrddau Iechyd.

- **Sefydlu ymgyrch gwrth-stigma genedlaethol i HIV.** Dylai Llywodraeth Cymru weithio i sefydlu a chefnogi ymgyrch gwrth-stigma HIV i Gymru er mwyn codi ymwybyddiaeth o HIV a thaclo camganfyddiadau cyffredin am y feirws. Rhaid darparu hyn ar y cyd â VCSEau a'i addysgu gan brofiadau pobl sy'n byw gyda HIV.

- **Gwella casglu data.** Dylai Llywodraeth Cymru, mewn partneriaeth â Iechyd Cyhoeddus Cymru, wella dulliau casglu data am HIV a gwyliadwriaeth drosto, gyda gwell ffocws ar bobl syn cael diagnosis o HIV ond nad ydynt ar hyn o bryd yn ymwneud â gofal a thriniaeth am HIV. Yn ganolog i'r dull hwn o weithredu rhaid darparu system reoli achosion iechyd rhyw, fel yr ymrwymwyd iddo yn y Cynllun Gweithredu HIV.

1 https://www.gov.wales/sites/default/files/publications/2023-03/hiv-action-plan-for-wales-2023-to-2026.pdf
2 https://www.pressreader.com/uk/western-mail/20250728/281968908736994?srsltid=AfmBOoocn-gwARZ-1yjJJv753A8-_6lA-TRPurMzmblEWGzZVwSK0FxNQ
3 https://phw.nhs.wales/publications/publications1/annual-hiv-report-2024
4 https://www.gov.wales/sites/default/files/publications/2023-03/hiv-action-plan-for-wales-2023-to-2026.pdf

Sut y mae gwasanaethau VCSE HIV yn allweddol i ddod â throsglwyddo HIV i ben a chefnogi pobl i fyw'n iach gyda HIV yng Nghymru

Mae pobl sy'n byw gyda HIV ledled Prydain yn tynnu sylw at werth gwasanaethau VCSE HIV, fel cefnogaeth gan gyfoedion, wrth gyflawni'u hanghenion i reoli'u triniaeth, delio â stigma, lleihau ynysrwydd a gwella'u hiechyd meddwl a'u llesiant.

Mae cefnogaeth gan gyfoedion yn ddull cost-effeithiol i wella iechyd meddwl a llesiant, a lleihau stigma i bobl syn byw gyda HIV. Canfuwyd ei fod yn cael effaith o ran cryfhau cymunedau, creu cysylltiadau cymdeithasol, a chyfrannu at iechyd cyhoeddus ac atal.[6]

Ar hyn o bryd mae'r rhan fwyaf o bobl yng Nghymru sy'n byw gyda HIV yn gallu cael mynediad i gefnogaeth gan gyfoedion ar lein. Mae'r gwasanaethau digidol hyn (gan gynnwys Fy Nghymuned Ymddiriedolaeth Terence Higgins [THT] a chefnogaeth cyfoedion ar lein PlusHealth) yn helpu i feithrin cymuned a mynd i'r afael â rhwystrau rhag derbyn cefnogaeth i bobl sy'n byw gyda HIV, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig.

Serch hynny, dim ond yn un o'r saith Bwrdd Iechyd y gellir cael darpariaeth cefnogaeth gan gyfoedion wyneb yn wyneb ar hyn o bryd, ac mae absenoldeb cefnogaeth y sector wirfoddol yn lleol wedi gadael llawer wedi'u hynysu a heb gefnogaeth, yn enwedig mewn ardaloedd gwledig.

Rhannodd un dyn sy'n byw gyda HIV yng Nghaerdydd nad oedd dim gwasanaethau cefnogaeth CVCSE ar gael iddo yntau yng Nghymru pan dderbyniodd ei ddiagnosis. Dim ond wyth mlynedd yn ddiweddarach, ac yntau wedi gallu cael mynediad i gefnogaeth drwy wasanaeth Prydain-gyfan Ymddiriedolaeth Terrence Higgins, y bu iddo deimlo ei fod wedi 'cael ei fywyd yn ôl'. Dywedodd rhywun arall sy'n byw gyda HIV wrthym fod dibynnu'n llwyr ar wasanaethau ar lein wrth fyw mewn llety ar y cyd 'yn gallu teimlo fel ymosodiad', gan bwysleisio'r angen am 'amgylched diogel y tu fas i'r cartref'. Tynnodd eraill sy'n byw gyda HIV yng Nghymru sylw at y diffyg gwasanaethau wyneb yn wyneb wedi'u teilwra ar gyfer grwpiau penodol, gan gynnwys pobl ifanc a menywod. Yng ngoleuni'r bylchau hyn, croesewir ail-ymrwymiad Llywodraeth Cymru'n ddiweddar i ddarparu rhwydwaith cefnogaeth HIV gan gyfoedion i Gymru. Dyma wasanaeth y bu hir ddisgwyl amdano a rhaid darparu arian ar ei gyfer fel mater o flaenoriaeth.

5 https://nat.org.uk/publications/living-well-with-hiv-in-wales/
6 ibid

Fast Track Cymru

Mae Fast Track Cymru yn elusen a leolir yng Nghymru sy'n canolbwyntio ar HIV a chyflyrau cysylltiedig, gan gydlynu ymdrechion i roi terfyn ar drosglwyddiadau newydd o HIV yng Nghymru gan fynd i'r afael â stigma a gwella canlyniadau i bobl sy'n byw gyda HIV ar yr un pryd.

Fel cwlwm draws-sector, gwelodd y fenter gynnydd sylweddol wrth ymgorffori HIV mewn blaenoriaethau cenedlaethol ac ymarfer dan arweiniad y gymuned dros y flwyddyn ddiwethaf.

Datblygiad arwyddocaol oedd gweld Cymru'n dod yn Genedl Llwybr Cyflym gyntaf y byd. Mae'r garreg filltir hon yn adlewyrchu ymrwymiad cenedlaethol ar draws Llywodraeth Cymru, Byrddau Iechyd, awdurdodau lleol a'r trydydd sector i gyflawni yn wyneb Cynllun Gweithredu HIV Cymru ac i gyflawni targedau UNAIDS 95-95-95.

Dros y chwe mis diwethaf, darparodd Fast Track Cymru hyfforddiant wedi'i dargedu i nifer o sefydliadau ledled Cymru, sydd wedi'i gyd-gynllunio gan bobl sy'n byw gyda HIV. Mae'r sesiynau hyn yn gyrru newid diwylliannol ac yn helpu i adeiladu Cymru fwy hyderus, sy'n ymwybodol o stigma. Ymgynghorodd Fast Track Cymru hefyd â phobl ifanc yn ogystal ag addysgwyr i lunio eu hadnoddau Addysg Cyd-berthynas a Rhywioldeb (RSE) a ariennir gan Gilead, a Chystadleuaeth Gelf Genedlaethol, a lansiwyd yn genedlaethol ym mis Medi.[7]

Mae'r adnoddau hygyrch a diddorol hyn yn ymgorffori ymwybyddiaeth o HIV a stigma yng nghwricwlwm Cymru gan sicrhau y gellir hysbysu a grymuso pob person ifanc yng Nghymru, waeth beth fo'u hoedran, eu cyfnod neu eu cefndir. Ochr yn ochr â hyn, mae Fast Track Cymru yn lansio cystadleuaeth gelf genedlaethol i bob person ifanc yng Nghymru, gan arwain at arddangosfa yn y Senedd ar gyfer Diwrnod AIDS y Byd.

Cymerodd Fast Track Cymru ran mewn cannoedd o ddigwyddiadau cymunedol, gan gynnwys digwyddiadau Pride, digwyddiadau ymgysylltu cymunedol ac ymgyrchoedd ymwybyddiaeth Iechyd Cyhoeddus Cymru, ac yn ddiweddar cefnogodd y Prosiect Rhuban Coch, a oedd yn cynnwys adrodd straeon a cherddoriaeth bwerus gan glinigwyr a phobl sy'n byw gyda HIV, gan gryfhau ymgysylltiad y cyhoedd trwy ddiwylliant a sgwrs. Maent hefyd yn bartner yn astudiaeth Testun i Brofi (T4T) Prifysgolion Caerdydd. Mae Fast Track Cymru yn parhau i ymgysylltu â channoedd o bobl yng Nghymru bob wythnos trwy ein dull amlochrog, cydweithredol.

Drwy ddulliau arloesol sy'n cael eu gyrru gan degwch, mae Fast Track Cymru yn cyrraedd at ac yn cynnwys grwpiau sydd wedi'u hymylu a grwpiau sydd heb ddigon o wasanaeth, gan gynnwys ceiswyr lloches, pobl o gefndiroedd mwyafrifol byd-eang, cymunedau ffermio ac eraill sy'n cael eu heithrio'n rhy aml o'r broses gwneud penderfyniadau. Mae eu llwyddiant wrth weithio ar draws pob rhanbarth o Gymru, gan gydnabod a gwerthfawrogi cymunedau gwledig a threfol, yn dangos fod cynhwysiant ystyrlon nid yn unig yn bosibl ond yn drawsnewidiol. Mae'r model ymarfer hwn yn cynnig glasbrint cymhellol ar gyfer mentrau cenedlaethol eraill, fel dod yn Genedl Marmot, i sicrhau bod pob llais yn cael ei glywed, bod pob cymuned yn cael ei chynrychioli, ac nad oes neb yn cael ei adael ar yr ymylon.

Fel rhan o'u gweledigaeth sy'n esblygu, mae Fast Track Cymru yn ehangu ei flaenoriaethau i gynnwys firysau eraill a gludir yn y gwaed a chyflyrau cysylltiedig, fel hepatitis B ac C, twbercwlosis, a heintiau a drosglwyddir yn rhywiol, gan gydnabod natur gydgysylltiedig anghydraddoldebau iechyd a'r angen am ymatebion integredig wrth wneud yn fawr o'r effaith y mae eu cyfleoedd ymgysylltu cymunedol yn ei chael.

7 https://fasttrack.wales/hiv-education-for-all-in-wales/

Pam fod taclo anghydraddoldebau'n hanfodol i ymateb Cymru i HIV

Fe wnaeth cyfranogwyr yn ein grŵp ffocws ymchwil yng Nghymru dynnu sylw at y newid mewn demograffeg o ran y bobl a effeithir gan HIV yng Nghymru, gydag effaith gynyddol ar gymunedau difreintiedig a chroenddu.

Heb roi ffocws bwriadol ar gyrraedd at y rheini a eithrir yn strwythurol, rhybuddiodd cyfranogwyr y byddai'r Cynllun Gweithredu'n 'taro'n fyr o'r nod'. Croesewir y ffaith fod Cynllun Gweithredu HIV Llywodraeth Cymru eisiau symud gwaith ymlaen gyda phob cymuned amrywiol, gan gynnwys lleiafrifoedd ethnig.

Gall effaith cefnogaeth gan gyfoedion gael ei gryfhau'n sylweddol pan gaiff ei ddarparu fel rhan o ofal holistig sy'n lapio o gwmpas y derbynnydd, a ddarperir yn aml gan VCSEau HIV yng ngwledydd eraill y Deyrnas Unedig. Mae'r gwasanaethau hyn yn mynd ymhellach na gofal HIV, gan gynnig cefnogaeth wedi'i deilwra, fel gwybodaeth, cyngor ac eiriolaeth, cefnogaeth ynghylch budd-daliadau a thai, arweiniad ar ryw a chynnal perthynas, cefnogaeth seicolegol. Dengys ein hymchwil ledled y DU fod cael mynediad i'r gefnogaeth ehangach hon yn helpu i ateb anghenion iechyd a chymdeithasol ehangach pobl syn byw gyda HIV – anghenion sy'n effeithio'n uniongyrchol ar eu gallu i ddal i ymgysylltu â gofal a'u deilliannau iechyd cyffredinol.

Ar hyn o bryd, nid yw VCSEau HIV yng Nghymru'n cael eu hariannu gan gyrff statudol i ddarparu'r gefnogaeth ehangach hon. Er bod rhai Byrddau, fel Caerdydd a'r Fro a Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, yn cyflogi gweithiwr cefnogi gwasanaethu HIV sy'n adeiladu cysylltiadau â gwasanaethau eraill ac sy'n helpu i ateb gofynion ehangach pobl sy'n byw gyda HIV, dyw'r gefnogaeth hon ddim ar gael gan na darparwyr GIG na VCSE ledled Cymru. Heb hyn, gall gyfrannu at ddeilliannau iechyd gwaeth a cholli cyfleoedd i fynd 'r afael â phenderfynwyr cymdeithasol iechyd sy'n aml yn sail i ddatgysylltu â gofal. Er mai cyfyng yw'r adnoddau statudol, dyma faes ble dylid ystyried gwneud buddsoddiad mwy hirdymor er mwyn cryfhau ymateb Cymru i HIV a chefnogaeth i bobl sy'n byw gyda HIV.

Tynnodd ein hymchwil sylw at angen brys am fwy o fuddsoddi mewn gwasanaethau i gefnogi cadw pobl mewn gofal ac ailymgysylltu ag ef ledled Prydain. Mae peidio ag ymgysylltu â gofal yn cyflwyno peryglon difrifol i iechyd pobl, yn cynyddu tebygolrwydd trosglwyddo i rywun arall, ac yn effeithio ar ymdrechion Cymru i gyflawni targed 2030. Bydd pobl yn datgysylltu â'u gofal HIV am ystod o ffactorau gwahanol, sy'n rhyng-gysylltu, gan gynnwys stigma HIV, eu hamgylchiadau cymdeithasol-economaidd, camddefnyddio cyffuriau ac alcohol, ac iechyd meddwl drwg.

Fe wnaeth Prosiect Ymgysylltu HIV (HIVE) yng Nghaerdydd beilota rôl Gweithiwr Cefnogi Ymgysylltiad HIV yn llwyddiannus, a weithiodd i ailgysylltu pobl â gofal HIV. Roedd rhan o'u gwaith yn golygu cysylltu â sefydliadau yn y gymuned y gallai cleifion fod yn gysylltiedig â nhw ac adeiladu perthynas gyfatebol rhyngddyn nhw a'r tîm gofal HIV, fel ym maes tai, cefnogaeth, timau iechyd meddwl, cymorth ariannol, sefydliadau elusennol.

Mae prosiect HIVE wedi creu argraff go iawn ar fywydau pobl sy'n byw gyda HIV. Er enghraifft, cafodd Emily, sy'n 32 oed ac yn dod o Gaerdydd, ddiagnosis o HIV yn 2023, ac roedd hi'n teimlo wedi'i llethu ganddo i ddechrau. Cafodd ei chyfeirio'n fuan at gefnogaeth drwy gyfrwng prosiect HIVE a'i gwahodd i ymuno â pheilot Rhaglen Claf Arbenigol. Mae Fast Track Cymru wedi tynnu sylw at y ffaith fod y cwrs chwe wythnos hwn wedi'i helpu hi i gynyddu'i hyder, deall ei thriniaeth, a chysylltu ag eraill sy'n byw gyda HIV. Drwy gydol ei thaith, cydweithiodd clinigwyr a gweithwyr cefnogi ynghyd i sicrhau ei bod hi'n derbyn gofal oedd yn canoli ar yr unigolyn. Mae Emily bellach yn byw'n iach gyda llwyth firol anghanfyddadwy ac mae hi'n cymryd rhan weithredol mewn ymgyrchoedd ymwybyddiaeth drwy gyfrwng Fast Track Cymru, gan ddefnyddio'i phrofiad i herio stigma a chefnogi eraill yng Nghymru sy'n byw gyda HIV.

Gan adeiladu ar Brosiect HIVE, dylai Llywodraeth Cymru sicrhau cyllid ar gyfer gweithwyr cefnogi ymgysylltu (wedi'u lleoli naill ai gyda VCSE neu'r GIG) a rhwydweithiau amlasiantaethol lleol ymhob Bwrdd Iechyd.

Tafod+, darpariaeth cefnogaeth gan gyfoedion Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru

Ar draws 2024-2025, mae Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru (THT) wedi buddsoddi mewn datblygu gwasanaeth cymorth gan gyfoedion i bobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru, gan weithio i sicrhau nad oes neb yn wynebu eu diagnosis na'u taith ar eu pen eu hunain.

Yn ganolog i'r cynnig hwn mae gwasanaeth cymorth gan gyfoedion ar-lein cenedlaethol Ymddiriedolaeth Terrence Higgins, 'Fy Nghymuned'. Mae Fy Nghymuned yn ofod preifat a chyfrinachol, rhad ac am ddim, ar-lein ble gall bobl sy'n byw gyda HIV gysylltu â'i gilydd. Gall aelodau rannu eu profiadau personol o fyw gyda HIV, ceisio cyngor gan gyfoedion a chael mynediad at wybodaeth ddibynadwy am HIV gan gynnwys diagnosis, triniaethau a rheoli cyflyrau iechyd lluosog. Mae'r ddarpariaeth ar gael ym mhob gwlad yn y DU ac yn cael ei gymedroli gan staff a gwirfoddolwyr sy'n byw gyda HIV; mae hefyd yn darparu mannau preifat ar gyfer cymunedau penodol, gan gynnwys lle i fenywod ac i bobl drawsryweddol ac anneuaidd.

Mae lle pwrpasol ar gyfer pobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru ar gael ar Fy Nghymuned hefyd, wedi'i lywio gan leisiau ac anghenion pobl sy'n byw gyda HIV yn y wlad. Mae grŵp cymorth cyfoedion Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru, Tafod+, bellach yn cynnal sesiynau bywiog ar-lein bob pythefnos, gan feithrin ymdeimlad o gysylltiad rheolaidd. Cafodd y cymorth ei deilwra ac mae'n hyblyg: cynigir sesiynau un-i-un hefyd mewn lleoliadau cymunedol ac ar-lein, gan ddarparu ar gyfer gwahanol ddewisiadau ac anghenion. Mae'r holl wasanaethau cymorth i bobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru ar gael yn Gymraeg ac yn Saesneg. Mae Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru bellach yn gweithio gyda phartneriaid ledled Cymru i sicrhau bod cymorth cyfoedion wedi'i integreiddio i lwybrau gofal HIV. Mae hyn yn golygu bod pobl sydd newydd gael diagnosis o HIV, yn ogystal â phobl sydd angen cymorth cymunedol, yn cael eu cyflwyno'n ddi-dor i'r adnoddau a'r cymorth sydd ar gael, ar-lein ac yn bersonol.

Mae taith cymorth cyfoedion Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru wedi'i diffinio gan gydweithio, grymuso, ac ymrwymiad cadarn i sicrhau bod pob person sy'n byw gyda HIV yng Nghymru yn teimlo ei fod yn cael ei weld, ei glywed, a'i gefnogi.

Rhywun a gefnogir gan Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru

Cafodd "M", rhywun yn ei ugeiniau hwyr, sy'n mynychu clinig lled-wledig, ddiagnosis o fewn y flwyddyn ddiwethaf. Mae M yn derbyn gofal yn y clinig hwn ond aeth ymlaen i fyw yn rhywle arall o fewn Cymru. Roedd M yn teimlo'n ynysig ac yn ofni datgelu, ac nid oedd erioed wedi cwrdd ag unrhyw un arall sy'n byw gyda HIV. Ar ôl i M dderbyn cyfeiriad gan eu clinig trwy e-bost at brosiect cymorth cyfoedion Ymddiriedolaeth Terrence Higgins Cymru, mynychodd asesiad un-i-un, cofrestru gyda Fy Nghymuned, ymgysylltu â'r gwahanol ffrydiau ar y llwyfan i ddeall sut mae eraill â HIV yn ffynnu, ac yn mynd i'r afael ag unrhyw heriau y maent yn eu hwynebu. Mae M bellach yn mynychu "Tafod+," a chofrestrodd ar gyfer y cwrs i rai sydd newydd gael diagnosis. Gyda dilyniant parhaus, mae M bellach yn gwybod am ystod o wasanaethau ac mae'n dod yn fwy abl i ddod o hyd i lwybr drwy fywyd gyda HIV.

Mae THT Cymru yn cynnal gwefan gwbl ddwyieithog tht.cymru, gwasanaeth darparu pecynnau profi cartref HIV rhad ar-lein, ymgyrchoedd atal am PrEP, profi, stigma a'u hymgyrch arobryn Can't Pass It On i gyfleu fod anhysbysadwy yn hafal ag anhrosglwyddadwy. Ar hyn o bryd mae THT yn cymryd rhan mewn prosiect ar y cyd â Gofal Cymdeithasol Cymru i ddarparu adnoddau addysg dwyieithog i'r gweithlu gofal cymdeithasol.

Mae gan ddefnyddwyr gwasanaeth yng Nghymru fynediad at holl wasanaethau Ymddiriedolaeth Terrence Higgins y DU, gan gynnwys THT Direct. I bobl sy'n byw gyda HIV mae cronfa caledi, 12 awr o gwnsela am ddim, cefnogaeth gan gyfoedion, gweithdai stigma mewnol a'r rhaglen Gwaith a Sgiliau.

Gwerth cynnal mentrau profi ac atal VCSE HIV yng Nghymru

Amcangyfrifir fod rhwng 11-18% o'r bobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru ddim yn ymwybodol eu bod nhw'n byw gyda'r feirws.[8] Mae hi'n hanfodol bod y bobl hyn yn gallu cael eu profi a'u cysylltu â gofal.

Mae allgyrraedd VCSE, ymgyrchoedd a phrofi cymunedol yn hanfodol wrth gynyddu profi a chyrraedd at gymunedau nad ydynt o reidrwydd yn cael mynediad i wasanaethau traddodiadol.

Mae Wythnos Brofi HIV Cymru, dan arweiniad Iechyd Cyhoeddus Cymru gyda chefnogaeth gan Fast Track Cymru, yn codi ymwybyddiaeth a mynediad uwch i brofi HIV. Mae'r ymgyrch yng Nghymru'n cyfeirio pobl i archebu pecynnau profi STI rhad ac am ddim a chyfrinachol drwy'r post, y gellir eu hanfon unrhyw le yng Nghymru gydol y flwyddyn. Fe arweiniodd hyn at gynnydd gweladwy yn nifer y bobl sy'n cael mynediad i'r pecynnau profi HIV a'u harchebu i'w cartref.[9]

Serch hynny, fel y pwysleisiodd un cyfwelai sy'n byw gyda HIV, nid yw profi ar ei ben ei hun yn ddigon heb gefnogaeth ddilynol briodol, ac fel arall bydd pobl sydd newydd gael diagnosis yn "cwympo drwy'r craciau". Er bod ehangu gwasanaeth profi HIV ar-lein Cymru i'w groesawu, rhaid i hyn gyd-fynd â buddsoddiad parhaus mewn cefnogaeth ôl-ddiagnosis. Dylai Llywodraeth Cymru a'r Byrddau Iechyd sicrhau llwybrau atgyfeirio cadarn a mynediad amserol at wasanaethau priodol i'r rhai sydd newydd gael diagnosis. Gall ymyriadau fel cyrsiau strwythuredig ar gyfer rhai sydd newydd gael diagnosis, a mynediad at gyfeirwyr cyfoedion, chwarae rhan hanfodol wrth helpu pobl i brosesu eu diagnosis, meithrin hyder, ac ymgysylltu'n dda â thriniaeth.

Mae VCSEau yng Nghymru yn gwneud gwaith hanfodol hefyd wrth atal trosglwyddiadau HIV trwy ymgyrchoedd ac allgymorth cymunedol, dosbarthu condomau, a gwella ymwybyddiaeth o PEP a PrEP. Cadarnhaodd Llywodraeth Cymru y bydd Iechyd Cyhoeddus Cymru, mewn cydweithrediad â phartneriaid, yn datblygu'r ymgyrch ymwybyddiaeth bresennol y tu hwnt i Wythnos Profi HIV er mwyn ei chynnal drwy gydol y flwyddyn. Bydd VCSEau'n parhau i fod yn ganolog i ddylunio a chyflwyno'r ymgyrchoedd hyn, gan ddefnyddio eu cysylltiadau cymunedol dibynadwy i deilwra negeseuon yn effeithiol a chyrraedd poblogaethau amrywiol a allai fel arall gael eu heithrio rhag atal HIV.

Rhwng

11 and 18%

o'r bobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru ddim yn ymwybodol eu bod nhw'n byw gyda'r feirws

8 **https://tht.org.uk/hiv/about-hiv/hiv-statistics?utm_source=chatgpt.com**
9 Fast Track Cymru (2025) Wales HIV Testing Week. Available at: **https://fasttrack.wales/wp-content/uploads/2025/05/poster-bhiva-2025-ac-print.pdf**

Herio stigma a gwahaniaethu

Mae stigma sy'n gysylltiedig â HIV yn dal i fod yn un o'r heriau mwyaf arwyddocaol sy'n wynebu pobl sy'n byw gyda HIV yng Nghymru. Siaradodd cyfranogwyr mewn cyfweliadau ac mewn grwpiau ffocws yn rymus am effaith barhaus stigma – mewn lleoliadau iechyd a gofal cymdeithasol ac yn y gymdeithas ehangach.

Rhannodd un dyn sy'n byw gyda HIV yng Nghymru fod nyrs unwaith wedi cwestiynu eu hangen am frechiad ffliw, gan ddweud, "Pam mae angen brechiad ffliw arnoch chi? Rydych chi'n ffit ac yn iach." Ar ôl rhannu eu statws, "saethodd y nyrs ar draws yr ystafell i gau'r drws". Mewn achos arall, dywedodd technegydd deintyddol wrtho, "Rydyn ni'n eu cadw nhw [pobl sy'n byw gyda HIV] tan ddiwedd y dydd... mae'n rhoi amser i ni lanhau."

Mae mentrau cymdeithasol, VCSE HIV yng Nghymru wedi arwain y ffordd o ran mynd i'r afael â stigma ar lefel y system iechyd a chymdeithasol. Er enghraifft, mabwysiadwyd pecyn cymorth ymgyrch Stop HIV Stigma Trac Cyflym Cymru gan dros 440 o grwpiau ledled Cymru, gan arfogi'r cyhoedd a sefydliadau i herio stereoteipiau niweidiol a gwybodaeth anghywir.

Mae yna hefyd sawl menter VCSE effeithiol sydd wedi gwella addysg ac ymwybyddiaeth o HIV yng Nghymru. Er enghraifft, mae rhaglen Lleisiau Cadarnhaol Ymddiriedolaeth Terrence Higgins yn darparu sgyrsiau addysgiadol a sesiynau addysg i gynulleidfaoedd addysg, corfforaethol, y sector cyhoeddus a chynulleidfaoedd eraill am eu profiadau personol o fyw gyda HIV. Yn ogystal, mae prosiect etifeddiaeth Tair Llythyren Fast Track Cymru, menter sy'n seiliedig ar y celfyddydau, yn darparu adnoddau addysg HIV creadigol i bob dysgwr ysgol yng Nghymru.

Cyflwynodd Fast Track Cymru sawl sesiwn hyfforddi i sbectrwm eang o sefydliadau ledled Cymru sy'n canolbwyntio ar leisiau pobl sy'n byw gyda HIV.

Mae Iechyd Cyhoeddus Cymru, mewn partneriaeth â Fast Track Cymru, wedi cynhyrchu fideos animeiddio Ymwybyddiaeth HIV hefyd, a chyflwynwyd fersiwn benodol ar gyfer gweithwyr gofal iechyd i staff cyflogres y GIG. Mae hefyd yn galonogol bod y Llywodraeth yn gweithio i addasu / cyfieithu modiwlau hyfforddi HIV presennol a ddatblygwyd gan VCSEau ar gyfer adnoddau i staff gofal cymdeithasol yng Nghymru. Mae hyn yn cynnwys addasu fersiynau o'r e-fodiwl nod siarter Hyderus o Ran HIV ac adnodd 'Methu Â'i Drosglwyddo' Ymddiriedolaeth Terrence Higgins.

Gan adeiladu ar yr ymyriadau hyn, sydd i'w croesawu, a chydnabod y stigma parhaus mewn amrywiol leoliadau a'r angen am ymgysylltu dyfnach â chymunedau dan anfantais, dylai Llywodraeth Cymru ariannu datblygiad ymgyrch gwrth-stigma genedlaethol HIV i Gymru sy'n codi ymwybyddiaeth ac yn herio camsyniadau am y feirws.

Rhagor o wybodaeth a phartneru

Am ragor o wybodaeth am HIV Outcomes UK, ac i lawrlwytho holl adroddiad 'HIV Services at the Crossroads', ewch i: **www.nat.org.uk/hiv-outcomes**.

Os oes gennych unrhyw gwestiynau neu os hoffech drefnu cyfarfod, cysylltwch â ni yn **HIV.Outcomes@nat.org.uk**.

NP-GB-HVU-BRF-250009
November 2025