GIG CYMRU NHS WALES

## Mae eich cofnodion iechyd yn achub bywydau

# Beth? Sut? Pam?

# Beth yw ymchwil iechyd?

Mae ymchwil yn rhan bwysig o wasanaethau iechyd yn y DU.

I'r rhan fwyaf ohonom mae ymchwil yn golygu pobl mewn labordai, neu feddygon yn cynnal treialon i brofi cyffuriau, ond mae llawer mwy i ymchwil iechyd na hynny.

Mae ymchwil iechyd yn fuddiol i bawb, p'un a ydynt yn holliach neu wedi bod yn sâl am amser hir. Mae'n helpu meddygon i ddod o hyd i achosion afiechyd ac i ddatblygu meddyginiaethau a gofal iechyd newydd, y gellir eu defnyddio cyn gynted ag y bydd afiechyd yn dechrau.

Mae ymchwil hefyd yn helpu'r Gwasanaeth Iechyd i wella'i gyflenwi, fel bod pawb yn cael y gofal sydd ei angen arnynt yn y ffordd orau bosibl.

**Mae'r cofnodion o'ch iechyd, eich ffordd o fyw a'ch arferion iechyd (eich data) eisoes yn cyfrannu'n sylweddol at ymchwil, drwy ddarparu ystadegau am afiechyd yn y DU. Mae'r daflen hon yn dweud wrthych sut mae data'n cael eu defnyddio, pam mae'n bwysig a beth y gallwch ei wneud i helpu.**

**1950au**

Cyfrannodd data iechyd yn fawr at ddatgelu'r cyswllt rhwng ysmygu a chanser yr ysgyfaint.

**1960au**

Defnyddiwyd data cleifion i ddangos y cysylltiad rhwng rhagnodi Thalidomid ar gyfer mamau beichiog a phlant yn cael eu geni â diffygion.

Mae gwahanol fathau o ymchwil iechyd yn defnyddio data unigolion. Weithiau caiff y rhain eu galw'n astudiaethau ymchwil arsylwadol ac yn dreialon clinigol:-

Mae ***astudiaethau ymchwil arsylwadol*** yn edrych ar gofnodion nifer fawr o bobl i weld a oes cysylltiadau rhwng pethau fel deiet, neu hanes teuluol, ac afiechydon penodol. Maent yn helpu i ateb cwestiynau am beth sy'n achosi afiechyd a sut i'w drin a'i atal.

Astudiaethau ymchwil sy'n cynnwys pobl yw ***treialon clinigol***. Maent yn rhoi triniaethau ar brawf i weld a ydynt yn ddiogel ac yn effeithiol. Gallant roi meddyginiaethau newydd a chyfuniadau o driniaethau presennol ar brawf, neu gynnal profion i weld a yw rhoi triniaeth mewn ffordd wahanol yn ei gwneud yn fwy effeithiol neu'n lleihau sgîl-effeithiau.

Nod rhai treialon yw dod o hyd i ffyrdd gwell o atal neu ddiagnosio clefyd, neu o gyflenwi gwasanaethau iechyd.

**Plant y 90au** – prosiect ymchwil iechyd hirdymor yw hwn sy'n astudio iechyd a datblygiad plant dros 14,000 o famau beichiog a gytunodd i gymryd rhan ym 1991 a 1992.

Mae'r astudiaeth yn parhau, ond mae eisoes wedi gwneud rhai darganfyddiadau pwysig, fel dangos bod rhoi babanod i gysgu ar eu cefnau yn lleihau'r perygl o farwolaeth yn y crud.

**'Dw i'n gallu gweld y manteision, yn enwedig oherwydd yr holl ymchwil sydd wedi deillio ohono ac sydd wedi'i chyhoeddi ar y BBC, ac ati. Mae'n eitha syfrdanol.'**

*Polly, Bryste, Plentyn y 90au.*

## 1970au

Nododd sawl astudiaeth nodedig, gan ddefnyddio data, fod mwy o berygl o glefyd coronaidd y galon a strôc ymhlith pobl â phwysedd gwaed uchel.

## 1980au

Bu dadansoddi data iechyd yn help i ymchwilwyr sylweddoli bod modd trosglwyddo'r feirws HIV/AIDS o berson i berson drwy nodwyddau heintiedig, drwy waed halogedig, a thrwy gyfathrach rywiol heb ddiogelwch.

# Beth yw data iechyd?

Data iechyd yw'r holl wybodaeth a gofnodir amdanoch gan unrhyw un sy'n gofalu am eich iechyd. Mae hyn yn cynnwys meddygon teulu, meddygon ysbytai, nyrsys, ffisiotherapyddion a therapyddion galwedigaethol. Efallai eich bod wedi clywed data iechyd yn cael eu galw'n **'gofnodion cleifion'**.

Cofnodir eich data lle bynnag y cewch ofal iechyd. Gellir eu cadw mewn sawl lle ar y tro, o feddygfa'r meddyg teulu i gofrestr glefydau os oes gennych gyflwr penodol, fel canser.

Gellir cofnodi data ar bapur neu fel ffeiliau electronig ar gyfrifiadur. Maent yn ymdrin yn bennaf ag iechyd (e.e. lefelau colesterol, neu ddiagnosis o ddiabetes) ond maent hefyd yn cynnwys manylion personol eraill (fel eich cod post, eich swydd neu eich gwlad enedigol).

Y DU yw'r unig wlad yn y byd sydd wedi cofnodi data, ers y 1940au, ar bob person sydd wedi'i gofrestru gyda'r gwasanaeth iechyd – o'r crud i'r bedd. Felly, mae toreth o ddata ar gael y gall ymchwilwyr ddysgu ohoni i helpu i achub bywydau.

## 1990au

Bu data plant ag awtistiaeth, a anwyd er 1979 yn wyth o ardaloedd iechyd y DU, yn help i wyddonwyr ddarganfod nad oes cysylltiad rhwng brechiad y Frech Goch, Clwy'r Pennau a Rwbela (MMR) ac awtistiaeth.

## 2000au

Dadansoddodd ymchwilwyr ddata yn ymwneud â'r 252 achos cyntaf o Ffliw Moch i nodi symptomau cyffredin, a'r grwpiau oedran mwyaf agored i'r feirws. O ganlyniad, gallent gymryd camau i'w atal rhag lledu'n ehangach.

# Sut mae data iechyd yn cael eu defnyddio mewn ymchwil?

Mae data iechyd ymhlith yr adnoddau mwyaf gwerthfawr sydd gennym.

Mewn ymchwil, deuir â'r data ynghyd o'r holl leoedd y'u cedwir ac eir ati i'w cysylltu er mwyn darparu'r darlun gorau posibl o iechyd a'r hyn sy'n gallu effeithio arno.

Bydd ymchwilwyr yn defnyddio data ar wahanol ffurfiau:-

***Data adnabyddadwy*** – gwybodaeth sy'n datgelu pwy ydych, fel enwau, cyfeiriadau a dyddiadau geni. Defnyddir y data hyn i ddod o hyd i bobl i gymryd rhan mewn treialon, neu i ateb cwestiynau ychwanegol am hanes eu hiechyd. Er enghraifft, gellid eu defnyddio i weld a yw ble mae rhywun yn byw yn cynyddu ei siawns o gael clefyd penodol.

***Data dienw*** – gwybodaeth na ellir ei holrhain yn ôl i gofnodion claf penodol, sy'n golygu ei bod yn amhosibl adnabod y person hwnnw. Defnyddir y data hyn pan na fydd angen i ymchwilwyr gysylltu'n uniongyrchol â chi. Weithiau, bydd cod ar y data fel y gellir eu cysylltu â pherson go iawn os bydd angen gwybodaeth ychwanegol. Mae hyn yn ddefnyddiol iawn wrth ymchwilio ac fe'i rheolir yn dynn.

# Sut mae data'n cael eu cadw'n ddiogel?

Mae cyfraith (Deddf Diogelu Data 1998) wedi'i sefydlu i sicrhau na ellir camddefnyddio'ch data. Bydd ymchwilwyr yn cael eu disgyblu, neu hyd yn oed eu herlyn, os na fyddant yn defnyddio'ch data'n gyfrifol.

Bydd pwyllgor moeseg, yn cynnwys aelodau o'r cyhoedd a gweithwyr proffesiynol, yn asesu risgiau a manteision astudiaethau ymchwil unigol cyn iddynt gychwyn.

Pan fydd modd adnabod pobl drwy eu data, dim ond pobl benodol a gaiff weld yr wybodaeth, mewn lle diogel.

## 2010au

Mae astudiaeth yr EPIC* yn dilyn arferion bwyta a ffyrdd o fyw dros 500,000 o bobl yn Ewrop, dros lawer o flynyddoedd, i ddatgelu'r cysylltiad rhwng deiet, ffordd o fyw a'r perygl o gael canser. Mae eisoes wedi darganfod bod alcohol yn achosi o leiaf 13,000 o achosion o ganser bob blwyddyn yn y DU. **Ymchwiliad Rhagolygol Ewrop i Ganser*

# Sut mae data'n cael eu defnyddio?

## Eich data

Cesglir eich data o nifer o leoedd ar ffurf ddienw neu adnabyddadwy.

### Data a all ddatgelu pwy ydych (Data Adnabyddadwy)

Ni fydd gweithwyr proffesiynol yn rhannu gwybodaeth sy'n datgelu pwy ydych oni bai eu bod wedi gofyn i chi am ganiatâd a chwithau wedi'i roi. Mae rhai eithriadau i hyn pan roddir caniatâd arbennig i ddefnyddio gwybodaeth sy'n datgelu pwy ydych heb eich caniatâd, ar gyfer ymchwil, i gadw cofrestrau o gleifion canser, neu i archwilio ansawdd gofal. Yng Nghymru rhoddir y caniatâd hwn gan Weinidog Llywodraeth Cymru dros Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, o dan amodau llym.

### Data nad ydynt yn datgelu pwy ydych (Data Dienw)

Nid oes angen caniatâd. Am na fydd yr ymchwilydd yn gwybod pwy ydych, ni fydd neb yn cysylltu â chi i gael eich caniatâd.

## Ymchwilydd

Bydd yr ymchwilydd yn defnyddio'r data i ddod o hyd i bobl i gymryd rhan mewn astudiaeth. Gall hyn gynnwys cymryd rhan mewn treial clinigol neu ateb ambell gwestiwn i ychwanegu at eu data.

Bydd un o'u gweithwyr gofal iechyd proffesiynol – eu meddyg teulu neu feddyg ysbyty – yn cysylltu â phobl i'w gwahodd i gymryd rhan.

**Eir ati i ymchwilio a chyhoeddir y canfyddiadau.**

Mae'r ymchwilydd yn dadansoddi'r data ac yn nodi canfyddiadau'r ymchwil.

**Cyhoeddir y canfyddiadau.**

# Pam fi? Pam fy nata i?

Mae defnyddio'ch data mewn ymchwil yn ffordd seml, ond hanfodol, o wneud bywyd yn well i bawb. Rydych yn helpu i greu darlun pwysig o'r hyn sy'n achosi afiechyd ac o'r camau y gellir eu cymryd i ddatblygu gofal iechyd sy'n gweithio i bawb ohonom.

Mae ymchwil yn defnyddio data iechyd wedi ein helpu i ddarganfod y cyswllt rhwng ysmygu a chanser yr ysgyfaint, wedi helpu menywod i wneud dewisiadau diogel o ran defnyddio therapi adfer hormonau (HRT), ac wedi gwella'r ffordd y trinnir canserau, diabetes ac asthma.

Mae wedi dod o hyd i bobl ar gyfer treialon meddyginiaethau a gofal iechyd ac wedi bod o fudd i lawer o'r bobl sydd wedi cymryd rhan ynddynt.

Mae hefyd wedi ein helpu i fesur llwyddiant ein gwasanaethau iechyd, ac i barhau i'w gwella.

Heb ymchwil iechyd byddem yn dal i farw'n gynharach ac i fyw gydag afiechydon sy'n boenus ac yn bygwth bywyd, gan adael gwaddol o afiechyd ar gyfer y dyfodol.

Pan ddefnyddir eich data mewn ymchwil, bydd yn helpu i achub bywydau.

Roedd trigolion a swyddogion y cyngor yn Abertawe yn poeni y gallai lefelau uchel o asthma yn yr ardal fod yn gysylltiedig â llygredd aer lleol. Aeth ymchwilwyr Iechyd Cyhoeddus ati i ddadansoddi data dienw ac, er bod 8.4% o blant yn Abertawe wedi'u diagnosio ag asthma, cafwyd bod y patrwm yn debyg iawn ar draws y sir ac nad oedd yn uwch yn yr ardal dan sylw.

**'Roedd y cyhoedd yn poeni'n fawr am asthma yn nwyrain Abertawe cyn cynnal yr astudiaeth. Aeth y canfyddiadau i'r afael â'u pryderon ac fe'u croesawyd gan y grŵp trigolion lleol a'r cyngor. Heb fynediad at gofnodion dienw practisau cyffredinol, byddai wedi bod yn amhosibl i ni ddarparu'r math hwn o wybodaeth.'**

*Dr Ciaran Humphreys.*
*Ymgynghorydd Iechyd Cyhoeddus, Ymddiriedolaeth GIG Iechyd Cyhoeddus Cymru.*

# Beth galla' i ei wneud?

Mae eich data dienw eisoes yn help mawr i wasanaethau iechyd ledled y DU. Diolch.

Po fanylaf y data a ddefnyddiwn, mwya'n y byd o ddarganfyddiadau a wnawn.

Dyma gamau syml y gallwch eu cymryd i sicrhau ein bod yn cael y math o ddata sydd ei angen arnom:-

- **Anogwch eich meddyg teulu i gyflwyno'ch data** ar gyfer astudiaethau a threialon ymchwil sy'n berthnasol i'ch iechyd neu'ch afiechyd penodol
- **Rhowch eich caniatâd os gofynnir i chi gytuno i ddata a allai ddatgelu pwy ydych gael eu defnyddio ar gyfer ymchwil bwysig** – os nad ydych yn teimlo'n gryf na ddylai eich gwybodaeth gael ei defnyddio fel hyn
- **Dywedwch wrth y rhai sy'n agos atoch mor bwysig yw ein cofnodion** i ymchwil ac anogwch nhw i ganiatáu i'w data gael eu defnyddio.

I gael rhagor o wybodaeth ewch i:
**www.wales.nhs.uk/ymchwilacadnoddau/ymchwil**

I gael gwybodaeth leol cysylltwch â:

Cefnogir gan:

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

NISCHR
Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Ymchwil Gofal Cymdeithasol ac Iechyd
National Institute for Social Care and Health Research