Health and Care Research Wales Evidence Centre
Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru
GIG Cymru NHS Wales | Y Weithrediaeth Executive
Public Health Scotland
SuRE Uned Arbenigol ar Dystiolaeth Adolygu – Specialist Unit for Review Evidence

Adolygiad cyflym o ymyriadau i leihau'r niferoedd sy'n meddwl am hunanladdiad, ymdrechion i gyflawni hunanladdiad, a marwolaethau mewn lleoliadau cyhoeddus

Ebrill 2025

Meg Kiseleva, Juliet Hounsome, Mala Mann, Abubakar Sha'aban, Riya Reji, Adrian Edwards, Alison Cooper, Elizabeth Doe, Micaela Gal, Rhiannon Tudor Edwards, Jacob Davies, Nathan Davies, Ruth Lewis

RHYBUDD

Mae'r ffeithlun hwn yn cynnwys **cyfeiriadau at hunanladdiad a hunan-niweidio** a allai beri gofid i rai darllenwyr. Mae gwybodaeth am gymorth yng Nghymru ar gael yma: https://www.sshp.wales/cy/cael-cymorth-nawr/

Cefndir

Mae **hunanladdiadau sy'n digwydd mewn mannau cyhoeddus** nid yn unig yn cael effaith ar yr unigolyn sydd wedi marw a'i deulu a'i ffrindiau, ond hefyd ar aelodau'r cyhoedd.

Mae ymchwil gyfredol yn galluogi llunwyr polisïau a sefydliadau sy'n **rheoli'r lleoliadau hyn** i ddewis y strategaethau mwyaf priodol i atal hunanladdiadau.

Bydd yr adolygiad hwn yn sail i'r gwaith o ddatblygu canllawiau cenedlaethol yng Nghymru, ac yn datblygu gwaith presennol ynghylch 'lleoliadau sy'n peri pryder' o hunanladdiad a ddatblygwyd gan Iechyd Cyhoeddus yr Alban.

Sylfaen y Dystiolaeth

Cafodd 29 o ddogfennau eu canfod, gan adrodd ar **24 o astudiaethau gwahanol** a gyhoeddwyd ers 2014.

Roedd y lleoliadau a gafodd eu hadolygu'n cynnwys:

- Gorsafoedd a chledrau rheilffyrdd
- Pontydd
- Adeiladau uchel
- Clogwyni ac uchderau naturiol eraill

Ni wnaeth yr adolygiad roi sylw i **gyfyngu ar allu'n unig** oherwydd y cyfoeth o dystiolaeth sydd ar gael yn barod ynghylch hyn.

Prif Ganfyddiadau

Technolegau gwyliadwriaeth sy'n **cynyddu'r potensial i drydydd parti ymyrryd** a ddangosodd yr **addewid mwyaf.**

Awgrymodd un astudiaeth fod unedau teledu cylch cyfyng yn gysylltiedig â llai o **hunanladdiadau mewn gorsafoedd rheilffyrdd.**

Dangosodd astudiaeth arall a wnaeth **brofi deledu cylch cyfyng, ffensys diogelwch isgoch a system adnabod a rhybuddio am ymddygiad hunanladdol** welliant yn nifer yr hunanladdiadau a gafodd eu hatal.

Ni chanfu astudiaethau eraill unrhyw newid yn nifer yr hunanladdiadau.

Hyrwyddo'r defnydd o **linellau cymorth hunanladdiad**

- Cafodd **cynnydd** mewn hunanladdiadau ei nodi mewn dwy astudiaeth.
- Cafodd **dim newid** ei nodi mewn tair astudiaeth.
- **Nid oedd modd pennu'r** effaith mewn dwy astudiaeth.

Fodd bynnag, mae asesiad o'r **dystiolaeth drwyddi draw** yn dangos bod **lefel yr hyder yn y dystiolaeth ar gyfer y deilliannau uchod yn isel.**

Beth yw hyder isel?
Pan fydd y tîm adolygu'n teimlo, oherwydd sut mae'r astudiaethau'n cael eu cynnal, **nad yw'n bosibl dod i gasgliadau pendant am y canlyniadau.**

Ar hyn o bryd, mae technolegau atal hunanladdiadau **deallusrwydd artiffisial**, megis systemau canfod, yn cael eu datblygu sy'n debygol o gael eu gwerthuso mewn ymchwil yn y dyfodol.

Nid oedd digon o dystiolaeth y naill ffordd neu'r llall bod rhoi ymyriadau ar waith mewn lleoliadau yn gwneud i bobl **fynd i rywle gwahanol neu newid y ffordd y byddan nhw'n cyflawni hunanladdiad.**

Roedd ymyriadau eraill a werthuswyd yn cynnwys:

- hyfforddiant staff
- y defnydd o staff arbenigol
- caffi argyfwng
- goleuadau glas mewn gorsafoedd rheilffyrdd
- negeseuon atal hunanladdiad, cofebau neu nodiadau heblaw arwyddion llinell argyfwng swyddogol
- ymgyrchoedd i annog pobl i ymyrryd
- rholwyr sy'n troelli ar ben ffensys sy'n atal unigolion rhag gafael ynddyn nhw

Nid oedd modd pennu effaith yr ymyriadau hyn yn bendant ond gallai rhai fod yn addawol a dylid eu harchwilio trwy ymchwil yn y dyfodol.

Goblygiadau Polisi

Mae angen gwell cymorth wrth **gasglu a rhannu tystiolaeth** ar effeithiolrwydd gwahanol ymyriadau, gan ystyried **sensitifrwydd** y pwnc.

Goblygiadau Ymchwil

Mae angen y canlynol ar frys:

- **rhagor o ymchwil o ansawdd** uchel sy'n cynnwys rhanddeiliaid ac academyddion yn gynnar yn y broses, gan werthuso ymyriadau sy'n ceisio lleihau hunanladdiadau mewn lleoliadau cyhoeddus sy'n peri pryder.

Mae hyn yn arbennig o wir os oes risg y gallai ymyriadau gael effeithiau negyddol anfwriadol.

The full rapid review, **including economic considerations**, is available to view here:
https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2025.04.09.25325515v1