Health and Care Research Wales Evidence Centre

Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru

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

Ebrill 2025

Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru
Health and Care Research Wales

Ariennir gan Lywodraeth Cymru
Funded by Welsh Government

JBI
The Wales Centre For Evidence Based Care
A JBI Centre of Excellence

Uned Arbenigol ar Dystiolaeth Adolygu
SURE
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

Rhif yr adroddiad - RR0044 (Ebrill 2025)

CRYNODEB GWEITHREDOL

Beth yw Adolygiad Cyflym?
Mae ein Hadolygiadau Cyflym (RR) yn defnyddio amrywiad ar y dull adolygu systematig, gan dalfyrru neu hepgor rhai cydrannau i gynhyrchu'r dystiolaeth i hysbysu rhanddeiliaid yn brydlon gan gadw sylw at ragfarn ar yr un pryd.

Ar gyfer pwy mae'r adolygiad hwn?
Mae'r adolygiad cyflym hwn ar gyfer llunwyr polisïau sy'n gyfrifol am atal hunanladdiad yn ogystal â sefydliadau ac unigolion sy'n rheoli lleoliadau cyhoeddus lle gallai pobl gyflawni hunanladdiad.

Cefndir / Nod yr Adolygiad Cyflym

Mae marwolaethau o ganlyniad i hunanladdiad yn ddigwyddiadau trasig ac mae'r rhai sy'n digwydd mewn mannau cyhoeddus yn effeithio ar y cyhoedd yn ogystal â'r rhai sy'n marw, eu teuluoedd a'u ffrindiau. Mae cael y wybodaeth ddiweddaraf am effeithiolrwydd ymyriadau nad ydynt wedi'u cyfyngu i gyfyngiadau corfforol yn galluogi llunwyr polisïau a sefydliadau sy'n rheoli lleoliadau sy'n peri pryder i ddewis y strategaethau atal hunanladdiad mwyaf priodol ar sail tystiolaeth ar gyfer lleoliadau penodol.

Canlyniadau'r Adolygiad Cyflym

Pa mor ddiweddar yw'r sylfaen dystiolaeth

Aethpwyd ati i chwilio drwy'r gronfa ddata lyfryddol ddiwedd mis Hydref 2024 yn ogystal â phrosesau chwilio atodol rhwng mis Tachwedd 2024 a mis Ionawr 2025 ar gyfer llenyddiaeth a gyhoeddwyd ers 2014.

Maint y sylfaen dystiolaeth

- Nodwyd 24 o astudiaethau a adroddwyd mewn 29 o ddogfennau. Cafodd y rhain eu cynnal yn y DU (n=8), Awstralia (n=7), De Corea (n=3), Canada (n=2), UDA (n=2), Denmarc (n=1), a Japan (n=1).
- Roedd yr astudiaethau'n cynnwys gorsafoedd rheilffordd neu danddaearol (n=10), pontydd (n=8), clogwyni neu fannau uchel naturiol eraill (n=3), adeiladau uchel (n=1), a sawl math o leoliad heb unrhyw ddadansoddiad o ddata yn ôl math o leoliad (n=2).
- Gallai'r un astudiaeth gynnwys sawl math o leoliad ac ymyriad.

Prif ganfyddiadau

- Technolegau gwyliadwriaeth fel modd o rhoi rhagor o gyfleoedd i drydydd partïon ymyrryd oedd y dull mwyaf addawol, ond prin a chyfyngedig oedd y dystiolaeth o'u heffeithiolrwydd. Edrychwyd ar dechnolegau o'r fath mewn naw astudiaeth, gan gynnwys tair a roddodd sylw i'r un lleoliad a chyfres o ymyriadau, ond dim ond unwaith yr ydym yn eu cyfrif isod. Mewn un astudiaeth, nodwyd bod cael mwy o unedau teledu cylch cyfyng (CCTV) yn gysylltiedig â llai o hunanladdiadau mewn gorsafoedd rheilffordd. Mewn astudiaeth arall a brofodd gyfres o ymyriadau gan gynnwys teledu cylch cyfyng, ffensys diogelwch isgoch, a system adnabod a

rhybuddio ymddygiad hunanladdol, cafwyd rhywfaint o ddata disgrifiadol cychwynnol addawol a ddangosodd gynnydd yn nifer yr hunanladdiadau a gafodd eu hatal. Dangosodd tair astudiaeth arall na fu unrhyw newid mewn deilliannau ar ôl gosod ymyriadau a oedd yn cynnwys technolegau gwyliadwriaeth. Nid oedd modd pennu'r effaith yn y ddwy astudiaeth arall. Yn seiliedig ar asesiad o'r dystiolaeth drwyddi draw, mae lefel yr hyder yn y canfyddiadau sy'n ymwneud â thechnolegau gwyliadwriaeth yn isel oherwydd ansawdd yr astudiaethau a'r ffordd y maent wedi'u dylunio.

- Cafodd hyrwyddo llinellau cymorth fel ymyriad i atal hunanladdiad a chynyddu cyfleoedd i gael help eu hystyried mewn naw astudiaeth, gan gynnwys tair o'r un lleoliad a'r un gyfres o ymyriadau (dim ond unwaith y maent wedi'u cyfrif isod). Nododd dwy astudiaeth fod nifer yr hunanladdiadau wedi cynyddu ar ôl cyflwyno'r ymyriad. Mewn tair astudiaeth lle na welwyd unrhyw newid, fe edrychodd dwy ohonynt ar gyfres o ymyriadau a oedd yn cynnwys llinellau cymorth. Nid oedd modd pennu'r effaith mewn dwy astudiaeth. Mae'r asesiad o'r dystiolaeth drwyddi draw yn dangos bod lefel yr hyder yn y dystiolaeth ar gyfer y deilliant hwn yn isel.
- Roedd yr ymyriadau eraill a werthuswyd yn cynnwys hyfforddi staff; defnyddio staff arbenigol; ymgyrchoedd sy'n annog pobl sydd gerllaw i ymyrryd; caffi argyfwng; goleuadau glas mewn gorsafoedd rheilffordd; negeseuon, cofebion neu nodiadau atal hunanladdiad heblaw am arwyddion llinell argyfwng swyddogol; rholeri troelli ar frig ffensys sy'n atal pobl rhag cydio; ac eraill. Nid oedd modd pennu effaith yr ymyriadau hyn yn bendant ond roedd rhai ohonynt yn addawol yn ôl pob golwg ac yn haeddu ymchwil pellach.
- 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'n newid y ffordd y maent yn cyflawni hunanladdiad.

Goblygiadau'r gwaith ymchwil a bylchau yn y dystiolaeth

- Mae angen brys am ragor o ymchwil o ansawdd uchel i werthuso ymyriadau sy'n ceisio lleihau hunanladdiadau mewn lleoliadau sy'n peri pryder heblaw am atal ar bobl yn gorfforol. Mae hyn yn arbennig o wir os oes risg y gallai ymyriadau gael effeithiau negyddol anfwriadol.
- Dylai ymchwil yn y dyfodol edrych ar ba ymyriadau sy'n gweithio ac i bwy, ac o dan ba amgylchiadau.

Goblygiadau o ran polisïau ac arferion

- Mae angen gwerthusiadau mwy trylwyr cyn bod modd argymell rhoi unrhyw un o'r ymyriadau a adolygir yma ar waith. Er mwyn creu sylfaen dystiolaeth well, dylid cynorthwyo ac annog gwerthusiadau o ansawdd uchel.

Ystyriaethau Economaidd

- Dylai ymchwil yn y dyfodol a gynhelir i werthuso ymyriadau sy'n ceisio lleihau nifer yr hunanladdiadau mewn lleoliadau cyhoeddus ystyried effeithiau economaidd hunanladdiadau mewn lleoliadau o'r fath o safbwynt cymdeithasol ehangach.
- Mae hunanladdiadau yn ddigwyddiadau trasig i deuluoedd a chymunedau, ond maent hefyd yn costio o leiaf £1.6 miliwn i'r economi am bob bywyd a gollir. Mae'r costau hyn yn cynnwys gwasanaethau brys, gofal iechyd, a cholledion posibl mewn cynhyrchiant.
- Gallai'r bywydau a gollir o ganlyniad i hunanladdiad yng Nghymru gostio o leiaf £537 miliwn y flwyddyn i economi Cymru.

Darllenwch yr adroddiad llawn