Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru
Health and Care Research Wales

Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru

Adroddiad blynyddol

2023/2024

Llywodraeth Cymru
Welsh Government

This document is also available in English

Cynnwys

Rhagair gweinidogol 3

Ein blwyddyn mewn ymchwil 4

Cyflawniadau ymchwil 9

Mae ymchwil yn bwysig – pobl mewn ymchwil 10

Edrych i'r dyfodol / diweddglo 13

+44 (0) 2920 230 457

YmchwilIechydAGofal@wales.nhs.uk

www.YmchwilIechydAGofalCymru.org

@YmchwilCymru

Rhagair gweinidogol

Wrth i ni fyfyrio ar flwyddyn arall o ymchwil arloesol a blaengar ar draws ein cymuned, hoffwn ddiolch o'r galon i bawb sy'n parhau i arwain a chefnogi gweithgarwch ymchwil yng Nghymru, ac i bawb sydd wedi ymroi o'u hamser i helpu i lunio a chymryd rhan yn yr ymchwil hon. Mae'n wych gweld cymaint o bobl yn cymryd rhan.

Mae heriau wedi bod, ac yn parhau i fod. Rhaid i ymchwil a datblygu bob amser gadw i fyny â newidiadau mewn polisi, diwydiant, cyllid a darpariaeth - dyma sut rydym yn arloesi, yn dysgu ac yn tyfu. Ein gweledigaeth yw edrych yn hyderus tuag at ddyfodol disglair i ymchwil yng Nghymru i wireddu ein huchelgeisiau - boed hynny'n cynyddu ein capasiti a'n gallu i gynnal mwy o dreialon clinigol; gwneud Cymru y prif le i fuddsoddi ynddo; hybu ymchwil ar draws ein prifysgolion a'n seilwaith a ariennir, neu ymgorffori ymchwil a darpariaeth ar draws ein gwasanaethau GIG. Byddwn yn sicrhau bod ymchwil heddiw yn dod yn ofal yfory.

Eleni gwelwyd cynnydd da yn erbyn ein cynlluniau i ysgogi gwelliannau mewn ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol, cefnogi llwybrau i yrfaoedd ymchwil ac i ariannu a threfnu ymchwil. Rydym wedi gweld cynnig Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru yn cael sylw ar y llwyfan byd-eang, gan weithio'n agosach gyda phartneriaid ym maes gofal cymdeithasol yng Nghymru, a datblygu Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Mae prosiect mawr newydd i hyrwyddo ymchwil ymhlith nyrsys, bydwragedd a'r 13 proffesiwn iechyd perthynol wedi'i lansio ac mae Cyfadran Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru yn mynd o nerth i nerth gyda datblygiadau allweddol wrth ddarparu mentrau cynnwys y cyhoedd yn rhedeg ochr yn ochr â phopeth a wnawn.

Trwy Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, mae Llywodraeth Cymru yn hyrwyddo ac yn cefnogi ymchwil iechyd a gofal i sicrhau ei fod o'r ansawdd gwyddonol rhyngwladol uchaf, yn berthnasol i anghenion a heriau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru, ac yn gwella bywydau pobl a chymunedau.

Mae'r defnydd o'r sylfaen dystiolaeth ymchwil ym maes iechyd a gofal cymdeithasol yn parhau i fod mor hanfodol ag erioed, ac fel yr Ysgrifennydd Cabinet sydd newydd ei benodi ar gyfer y portffolio hwn, rwyf am bwysleisio pwysigrwydd Ymchwil a Datblygu wrth wella canlyniadau gofal iechyd, ac edrychaf ymlaen at weithio gyda'n cymuned ymchwil yng Nghymru i fanteisio ar gyfleoedd ac ategu'r hyn yr ydym wedi'i ddysgu hyd yn hyn, gan ddod â buddion ymchwil i bawb.

Jeremy Miles AS
Ysgrifennydd y Cabinet dros Iechyd a Gofal Cymdeithasol

Ein blwyddyn mewn ymchwil

Y llynedd, lansiwyd ein cynllun tair blynedd – Materion ymchwil: ein cynllun ar gyfer gwella ymchwil iechyd a gofal yng Nghymru, gyda phedwar nod allweddol – gosod yr agenda ar gyfer ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol, ariannu a threfnu ymchwil, meithrin capasiti a gallu mewn ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol, a defnyddio ymchwil i wella iechyd a gofal cymdeithasol. Ers hynny, mae llawer iawn o waith wedi digwydd i weithredu'r cynllun uchelgeisiol hwnnw, nid yn unig gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ond ar draws ein partneriaid yn Llywodraeth Cymru, diwydiant, y byd academaidd a sefydliadau'r GIG, er mwyn cefnogi ein nod cyffredin o wella ymchwil iechyd a gofal yng Nghymru.

Mae cyflawniadau arbennig yn ystod y deuddeg mis diwethaf yn cynnwys gwaith i ddatblygu strategaethau ymchwil ar draws ystod o feysydd gyda'n partneriaid – er enghraifft, ym maes iechyd y cyhoedd, nyrsio a phroffesiynau perthynol i iechyd, gwyddorau iechyd a genomeg. Mae creu cynlluniau ymchwil realistig ond uchelgeisiol sy'n ymgorffori ymchwil ac arloesi yng ngwaith sefydliadau iechyd a gofal cymdeithasol ac a berchenogir gan y sefydliadau hynny wedi bod yn nod allweddol i ni. Yn allweddol i'r ymdrech hon oedd fframwaith y GIG ar gyfer Ymchwil a Datblygu, a gyd-gynhyrchwyd gyda byrddau iechyd ac ymddiriedolaethau a rhanddeiliaid eraill ac sydd bellach wedi'i gyhoeddi'n ffurfiol gan Lywodraeth Cymru fel Cylchlythyr Iechyd Cymru.

Rydym hefyd wedi gwneud cynnydd da wrth adolygu ein buddsoddiadau seilwaith presennol mewn ymchwil iechyd a gofal dros y 12 mis diwethaf ac ymgysylltu â phrifysgolion ac eraill i ddatblygu cynlluniau ar gyfer buddsoddiadau yn y dyfodol i gefnogi meysydd newydd lle gall ymchwilwyr o Gymru wneud gwahaniaeth gwirioneddol yng Nghymru, ar draws y DU ac yn rhyngwladol.

Mae ymdrechion mawr wedi bod ar draws y DU – gyda Chymru'n chwarae ei rhan lawn – i wella'r ffordd rydym yn gweithio gyda phartneriaid diwydiant i ddarparu ymchwil glinigol fasnachol ac i gefnogi'r sector gwyddorau bywyd. Mae partneriaethau newydd â chwmnïau unigol fel Moderna a BioNTech ac, yn fwy diweddar, gyda Chymdeithas Diwydiant Fferyllol Prydain, yn denu mwy o fuddsoddiad gan ddiwydiant yn ein seilwaith cyflawni ymchwil ac yn arwain at berthnasoedd gwaith agosach ar ymchwil ac arloesi.

Byddaf yn gorffen fy secondiad pum mlynedd i Lywodraeth Cymru fel cyfarwyddwr Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ym mis Medi 2024. Cafodd dwy flynedd gyntaf y cyfnod hwnnw eu dominyddu gan bandemig COVID-19 – fe ddangosodd hynny, yn y byd go iawn, pa mor bwysig yw ymchwil ac arloesi i wella iechyd a gofal yng Nghymru a ledled y DU. Roedd llawer o wersi o'r ffordd y gwnaeth ymchwil gyflwyno diagnosteg, therapiwteg a brechlynnau newydd a mynd i'r afael â phroblemau newydd fel COVID Hir – rhaid i ni beidio â cholli golwg ar y gwersi hynny a cheisio eu cario ymlaen i'n gwaith yn y dyfodol.

Rwy'n hynod ddiolchgar i lawer o gydweithwyr yr wyf wedi gweithio gyda nhw dros y pum mlynedd diwethaf – yn Llywodraeth Cymru ac yn Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, mewn byrddau iechyd ac ymddiriedolaethau a sefydliadau darparwyr eraill, mewn prifysgolion, ac yn system ehangach llywodraeth y DU a chyllidwyr eraill ar gyfer ymchwil iechyd a gofal. Mae wedi bod yn bum mlynedd prysur a heriol, ond er gwaethaf yr holl heriau a rhwystredigaethau a phrysurdeb y gwaith, mae mor bwysig nad ydym yn colli golwg ar ei bwrpas. Yn y bôn, mae'r gwaith hwn yn ymwneud â chleifion, pobl a chymunedau – a'r ffordd y gall ymchwil wella eu bywydau trwy well iechyd a gofal cymdeithasol.

Kieran Walshe

Yr Athro Kieran Walshe
Cyfarwyddwr Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru

Ein blwyddyn mewn ymchwil

Ym mis Mehefin 2023, roedd Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru yn rhan o daith fasnach Llywodraeth Cymru i'r Unol Daleithiau i arddangos Cymru fel lleoliad unigryw a deniadol i gyflawni ystod eang o astudiaethau. Cyfarfu'r tîm ag arloeswyr a gwyddonwyr o bob cwr o'r byd i dynnu sylw at ein cynnig i'r sector gwyddorau bywyd, sy'n cynnwys adnabod safleoedd a gydlynir yn genedlaethol; dull Cymru'n Un o gostio a chontractio, a phrosesau cyflawni ymchwil hyblyg. Roedd ein profiad mewn sawl maes clefyd yn cynnwys oncoleg, hematoleg, diabetes, a chlefydau anadlol, cardiofasgwlaidd a heintus.

Ym mis Mehefin 2023 hefyd, gwelwyd yr ail ddigwyddiad mewn cyfle newydd i weithwyr gofal cymdeithasol proffesiynol ledled Cymru ymgynnull i drafod ymchwil gofal cymdeithasol. Rhoddodd y gyfres o sioeau teithiol ymchwil gofal cymdeithasol, a gynhaliwyd ar y cyd rhwng Ymchwil Iechyd a Gofal Cymdeithasol Cymru a Gofal Cymdeithasol Cymru, lwyfan ar gyfer dysgu gan gymheiriaid, rhwydweithio a rhannu arfer gorau. Mynychwyd y digwyddiad gan dros 100 o gynadleddwyr a gymerodd ran mewn trafodaethau a sesiynau cyfochrog a oedd yn ymdrin â themâu amrywiol. Bu cyflwynwyr o Brifysgolion Aberystwyth, Bangor, Caerdydd ac Abertawe, Prifysgol De Cymru, Coleg y Brenin Llundain a'r Ganolfan Polisi Cyhoeddus yn trafod themâu gan gynnwys Deddf Gwasanaethau Cymdeithasol a Llesiant (Cymru), cefnogaeth i ofalwyr di-dâl, gofalu am y person hŷn cyfan, gan gynnwys cydraddoldeb, amrywiaeth a chynhwysiant ac iechyd meddwl, a'r defnydd o dechnoleg ym maes gofal cymdeithasol i oedolion.

Yn dilyn ei lansiad y llynedd, cyhoeddodd Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ei rhaglen waith gyntaf a oedd yn amlinellu blaenoriaethau ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol y Ganolfan ar gyfer haf/hydref 2023. Rhannodd y rhaglen fanylion 12 o bynciau adolygu tystiolaeth a chwe astudiaeth ymchwil newydd i roi tystiolaeth hanfodol i Weinidogion a llunwyr penderfyniadau eraill i fynd i'r afael â'r heriau iechyd a gofal cymdeithasol sy'n wynebu Cymru. Gan ganolbwyntio ar fynd i'r afael ag ystod eang o faterion, megis cymorth gwrth-ysmygu, mynediad at wasanaethau iechyd meddwl ac anghenion cleifion ym maes gofal deintyddol brys, mae'r Ganolfan yn gweithio gyda phartneriaid sy'n cydweithio ledled Cymru i gyflawni'r rhaglen newydd.

Ein blwyddyn mewn ymchwil

Gwnaeth y cyn Weinidog Iechyd a Gwasanaethau Cymdeithasol, Eluned Morgan AS, ganmol rôl hanfodol ymchwil dda wrth wella gwasanaethau a chanlyniadau iechyd a gofal cymdeithasol yng Nghymru cyn cynhadledd flynyddol Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Thema'r gynhadledd y llynedd oedd "**Pobl sy'n gwneud ymchwil**", gyda siaradwyr a phynciau'n tynnu sylw at y rhan hanfodol mae unigolion a thimau cyflawni wedi'i chwarae yn llwyddiannau ymchwil Cymru dros y flwyddyn ddiwethaf.

Roedd y gynhadledd, a gynhaliwyd yn Arena Abertawe, ac adroddiad blynyddol 2022-23, yn rhoi cyfleoedd i edrych ar sut i fanteisio ar y momentwm hwn, gwella a diogelu dyfodol ymchwil iechyd a gofal yng Nghymru; o gyfleoedd datblygu gyrfa i staff ymchwil ar bob lefel, i ymrwymiadau cyllido newydd sylweddol a galwadau am gyllid mwy cyfartal ledled y DU.

Bydd prosiect BLAENORIAETH, a gomisiynwyd gan Brif Swyddog Nyrsio Cymru, y Prif Gynghorydd Proffesiynau Perthynol i Iechyd a Chyfarwyddwr Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, ac a gyd-arweinir gan Jayne Goodwin, Pennaeth Cenedlaethol Cyflawni Ymchwil (NMAHPs) yn Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, ac Anita Atwal, yn datblygu cynllun gweithredu i gynyddu capasiti a gallu i wneud a defnyddio ymchwil yn y proffesiynau nyrsio, bydwreigiaeth a 13 o broffesiynau perthynol i ofal iechyd. Mae ymarfer a arweinir gan ymchwil yn cael canlyniad cadarnhaol sylweddol i gleifion ac mae gwreiddio ymchwil ym mhob rhan o iechyd a gofal cymdeithasol yn elfen allweddol o Fframwaith GIG Cymru ar gyfer Ymchwil a Datblygu Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, a gyhoeddwyd yn 2023.

Bydd cynllun gweithredu yn cael ei gyd-gynhyrchu gyda'r proffesiynau, byrddau iechyd ac ymddiriedolaethau, yn ogystal â phrifysgolion, a fydd yn cael cyfle i rannu'r capasiti presennol a mynd i'r afael â rhwystrau i ymgymryd ag ymchwil yn eu rolau ac yn y GIG a gofal cymdeithasol. Bydd y cynllun yn cymryd ymagwedd gweithlu a system gyfan i sicrhau bod nyrsys, bydwragedd a gweithwyr proffesiynol perthynol i iechyd yn gallu cyrchu, croesawu a gwerthfawrogi ymchwil, yn ogystal ag adeiladu talent ymchwil ar gyfer Cymru yn y dyfodol.

Ein blwyddyn mewn ymchwil

Drwy gydol 2023-24, rydym wedi cefnogi gwaith ymchwil yng Nghymru drwy astudiaethau fel CMVibe, TIPTOE a STRAVINSKY, gan weithio gyda darparwyr gofal sylfaenol ac eilaidd i helpu i sefydlu treialon yn gyflym a darparu cyfleoedd i bobl gymwys gymryd rhan.

Ym mis Mawrth 2024, roedd hi'n ddwy flynedd ers i Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru, ochr yn ochr â chyllidwyr, rheoleiddwyr a sefydliadau ymchwil eraill, gytuno ar ymrwymiad newydd ar y cyd i wella cyfranogiad hanfodol y cyhoedd mewn ymchwil. Mae aelod-sefydliadau, gan gynnwys yr Awdurdod Ymchwil Iechyd, y Sefydliad Cenedlaethol ar gyfer Ymchwil Iechyd a Gofal (NIHR) a GIG Lloegr, yn gweithio gyda'r cyhoedd i sicrhau newidiadau a fydd yn codi safonau mewn ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol. Drwy gyfeirio a darparu adnoddau, nod yr ymrwymiad ar y cyd yw helpu ymchwilwyr i ymgysylltu ag aelodau'r cyhoedd, er mwyn helpu i sicrhau bod eu hymchwil yn gynhwysol, yn foesegol ac yn ymateb i anghenion a diddordebau eu poblogaeth darged.

Mae ein Cyfadran Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru yn parhau i fynd o nerth i nerth, gan ddarparu dull cydgysylltiedig o ddatblygu a chefnogi gyrfa ar bob lefel. Ar hyn o bryd, mae gan y Gyfadran dros 200 o aelodau a thros £3 miliwn o fuddsoddiad wedi'i ymrwymo. Mae wedi cynnal ei chynhadledd gyntaf, diwrnodau dysgu a datblygu, diwrnod ysgrifennu'r Gymrodoriaeth a 13 o weminarau sydd wedi ymdrin â phynciau gan gynnwys deall unigrwydd ac ynysigrwydd cymdeithasol, profiadau a mewnwelediadau o ailymgeisio am gyllid ymchwil, a pham mae angen ychydig o economeg iechyd ar bob un ohonom yn ein bywydau.

Ein blwyddyn mewn ymchwil

Yn ogystal, mae wedi hwyluso rhaglen Datblygu Arweinyddiaeth sydd â 13 o aelodau, a rhaglen fentora'r Gyfadran sy'n cynnwys 12 o barau. Rydym hefyd wedi datblygu cynllun Dysgu a Datblygu Cyfadran.

Y Gyfadran yw un o'r mentrau pwysicaf yr ydym wedi'u sefydlu, ac rydym wedi ymrwymo i barhau i annog sylfaen eang o dalent ar draws y system iechyd a gofal a'r byd academaidd, a datblygu a chefnogi arweinwyr ymchwil y dyfodol.

Yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, buom yn cydweithio â'r NIHR ar waith cynghreiriaeth, gan ganolbwyntio ar yr hyn y mae angen i ymchwilwyr fod yn ymwybodol ohono wrth gynnwys grwpiau cymunedol sydd heb eu gwasanaethu'n ddigonol. Mae'r cydweithio hwn wedi bod yn allweddol wrth dynnu sylw at bwysigrwydd cynwysoldeb a dealltwriaeth yn y gymuned ymchwil.

Rydym wedi llwyddo i gwblhau cylch pedair blynedd cyntaf cynllun gweithredu Cynnwys y Cyhoedd "[Darganfod Eich Rôl]", a oedd â'r nod o wella cyfranogiad y cyhoedd mewn ymchwil iechyd a gofal yng Nghymru.

Yn dilyn hyn, cynhaliwyd tri fforwm Ymgysylltu a Chynnwys y Cyhoedd i nodi rhwystrau i gyfranogiad y cyhoedd, megis materion sy'n ymwneud ag adnoddau, cynwysoldeb, effaith a thaliadau.

Mae'r mewnwelediadau a gafwyd o'r fforymau hyn wedi llywio datblygiad cam nesaf ein cynllun gweithredu cyfranogiad y cyhoedd "Darganfod Eich Rôl".

Cyflawniadau ymchwil

Cyflawni ymchwil

20,223
o gyfranogwyr wedi'u recriwtio i astudiaethau ymchwil o ansawdd uchel

210
o astudiaethau gweithredol a noddir yn fasnachol

620
o astudiaethau ymchwil gweithredol anfasnachol o ansawdd uchel

Ein canolfannau a ariennir

£44.1m
o grantiau wedi'u hennill

129
o grantiau llwyddiannus wedi'u hennill

248
o swyddi newydd wedi'u creu

775
o gyhoeddiadau ymchwil

Ein cynlluniau a ariennir*

Total: £5,137,181

ar draws **10** cynllun a **27** o ddyfarniadau

*galwadau a agorodd ym mlwyddyn ariannol 2023-24 - nid yw'r Dyfarniadau Hyfforddiant Ymchwil diweddaraf o fis Gorffennaf 2024 wedi'u cynnwys

Mae ymchwil yn bwysig – pobl mewn ymchwil

Mae gan Gymru gyfoeth o bobl hynod dalentog sy'n dylunio, yn hwyluso ac yn cymryd rhan mewn ymchwil, ac rydym yn falch o ddathlu eu cyflawniadau. Dim ond llond llaw ohonynt a nodir isod:

Arweiniodd Dr Manju Krishnan, Meddyg Strôc Ymgynghorol ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe a Dirprwy Arweinydd Arbenigedd Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ar gyfer Strôc, dîm yn Ysbyty Treforys ar astudiaeth ryngwladol sylweddol a oedd yn edrych ar pryd y dylid rhoi meddyginiaeth teneuo gwaed hanfodol i gleifion strôc. Daeth astudiaeth ELAN i'r casgliad bod rhoi gwrthgeulyddion i gleifion yn fuan ar ôl strôc oherwydd ffibriliad atrïaidd yn ddiogel ac yn effeithiol, ni waeth p'un a oedd y strôc yn ysgafn, yn gymedrol neu'n ddifrifol.

Bydd hyn yn llywio canllawiau ar gyfer cleifion strôc, gan helpu i leihau'r risg o achosion pellach o strôc ac, yn y pen draw, achub bywydau. Roedd y tîm yn Ysbyty Treforys, a chanolfan Gymreig arall, Ysbyty Glan Clwyd yn y Rhyl, yn y pump uchaf allan o 103 o ganolfannau recriwtio ar draws Ewrop, y Dwyrain Canol ac Asia. Dywedodd Dr Krishnan ei bod yn gobeithio y byddai'r astudiaeth yn rhoi hwb i enw da Cymru ym maes ymchwil iechyd yn rhyngwladol, gan ychwanegu: "Bydd gweld Cymru'n cymryd rôl mor amlwg mewn astudiaeth ryngwladol fawr yn ein helpu i ehangu ein portffolio ymchwil a thrwy hynny gynyddu'r cyfle i ddefnyddwyr gwasanaethau o Gymru gymryd rhan mewn ymchwil strôc. Byddwn wrth fy modd yn gweld treialon strôc newydd yn cychwyn yng Nghymru yn y dyfodol."

Mae'r cyllid a reolir gan Gyfadran Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru wedi galluogi'r Athro Alex Tonks, o'r Is-adran Canser a Geneteg ym Mhrifysgol Caerdydd, i gefnogi Owen Hughes, myfyriwr PhD ac aelod o'r Gyfadran, ar ymchwil i driniaeth "fanwl" ar gyfer Lewcemia Myeloid Acíwt, math o ganser y gwaed. Canser y gwaed yw'r pumed canser mwyaf cyffredin yn y DU ond, yn hanesyddol, mae ei amrywiadau niferus wedi ei wneud yn anodd iawn ei drin. Mae dros 100 o wahanol fathau o Lewcemia Myeloid Acíwt (AML), pob un yn cael ei achosi gan fwtatiad gwahanol. Dywedodd yr Athro Tonks: "Rwy'n angerddol am gefnogi ymchwilwyr ar ddechrau eu gyrfa ac addysgu'r genhedlaeth nesaf o wyddonwyr a fydd yn bwrw ymlaen â'r ymchwil hon ac yn cynhyrchu'r triniaethau hynny i'r cleifion hynny."

Ychwanegodd Owen: "Rhoddodd fy astudiaethau israddedig ddealltwriaeth dda ac eang i mi o ganser, ond roeddwn i'n gwybod fy mod am ei astudio'n fanylach. Cefais fy nenu i'r astudiaeth benodol hon gan fy mod yn gyffrous y gallai arwain at ddatblygu therapïau newydd wedi'u targedu, gan wella canlyniadau i gleifion. Rwy'n teimlo fy mod yn cael cefnogaeth dda iawn gan y rhai o'm cwmpas yn yr adran hematoleg. Rydw i wedi dysgu llawer mewn cyfnod byr ac rwy'n awyddus i barhau i ddysgu. Rwy'n ddiolchgar iawn i Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru am ariannu'r prosiect. Heb eu cefnogaeth nhw, fyddwn i ddim wedi gallu cychwyn ar y daith hon a symud ymlaen trwy gamau cynnar gyrfa mewn ymchwil."

Daeth **Hajar Al Ghabari**, 26, o Fangor (mewn coch yn y llun) i fyw yng Ngogledd Cymru tua thair blynedd yn ôl ar ôl ffoi o'r rhyfel yn Syria. Ar ôl cael diagnosis o glefyd yr arennau yn ei harddegau, mae hi bellach yn aros am ei hail drawsblaniad wedi methiant trawsblaniad blaenorol.

Ar ddiwedd 2023, ymunodd â threial Nightlife yn Ysbyty Gwynedd, sef yr ysbyty cyntaf yng Nghymru i gymryd rhan yn y gwaith o asesu a oedd dialysis dros nos, dair gwaith yr wythnos mewn ysbyty, yn gwella ansawdd bywyd pobl â methiant yr arennau o'i gymharu â'r rhai sy'n cael sesiynau dialysis byrrach yn ystod y dydd. Ers ymuno â'r treial, dywedodd Hajar fod ei hansawdd bywyd wedi gwella'n aruthrol.

Ychwanegodd: "Pan rwy'n cael fy nhriniaeth yn y dydd rwy'n teimlo llawer mwy blinedig ac rwy'n cael cur pen, felly mae cael fy nhriniaeth yn ystod y nos pan rwy'n cysgu wedi gwneud cymaint o wahaniaeth i fi. Rwy'n llawer mwy effro yn ystod y dydd nawr, rwy'n gallu treulio amser gyda fy ffrindiau a fy nheulu ac rwy'n teimlo bod gen i gymaint mwy o egni – rwy'n teimlo fel mod i wedi cael fy mywyd yn ôl."

Dechreuodd taith ymchwil **Libby Humphris** yn 2016 ar ôl blynyddoedd o fyw gyda chyflyrau iechyd cronig gan gynnwys arthritis, annigonolrwydd adrenal, ffibromyalgia, syndrom blinder cronig a mwy, a arweiniodd at gymryd rhan yn astudiaeth STAR, a edrychodd ar ddechrau teulu tra'n byw gyda chlefyd gwynegol awto-imiwn, ac yna dod yn rhan o gymuned cynnwys y cyhoedd trwy astudiaeth FAMILIAR dan arweiniad Zoë Abbott. Ei rhan hi yn yr astudiaethau hynny a'i harweiniodd at sicrhau ei rôl bresennol fel Cyd-arweinydd Canolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru ar gyfer Cynnwys Cleifion a'r Cyhoedd.

Mae ei rôl yn cynnwys cyd-gadeirio cyfarfodydd gydag aelodau'r Grŵp Partneriaeth Gyhoeddus, paratoi agendâu a phynciau trafod, a gweithio gyda Dr Denitza Williams ar dasgau amrywiol megis adolygu dogfennau a chynllunio cyllidebau. Mae hi hefyd yn mynychu cyfarfodydd y Bwrdd Cynghori a chyd-ymgeiswyr, gan gynrychioli llais y cyhoedd. Dywedodd Dr Williams: "Mae hi wedi bod yn bleser dilyn taith Libby i mewn i ymchwil ac i weithio ochr yn ochr â hi yn ei rôl fel cyd-arweinydd cynnwys y cyhoedd gyda Chanolfan Dystiolaeth Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Mae Libby yn aelod craidd o'r tîm yn y ganolfan sy'n ymwneud â phob lefel o lywodraethiant. Fel rhywun sydd â phrofiad bywyd o nifer o gyflyrau iechyd cronig, mae Libby wedi gallu darparu mewnwelediadau gwerthfawr i helpu i lywio ymchwil, ac mae ei chyfraniad at gynnwys cleifion a'r cyhoedd wedi bod yn rhagorol."

Mae **Regina Reyes** yn Nyrs Arbenigol Ymchwil Glinigol ym Mwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan, ac fe'i penodwyd yn Gadeirydd Cymdeithas Nyrsys Philipinaidd y DU (PNA UK) yng Nghymru eleni, sydd wedi cyfrannu at brosiect BLAENORIAETH Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru.

Yn eiriolwr cryf dros ymchwil, cyfarfu Regina â'r Brenin Siarl III ym Mhalas Buckingham fel rhan o gynrychiolaeth o nyrsys a addysgwyd yn rhyngwladol, a arweiniodd at gyfleoedd rhwydweithio o fewn Cymdeithas Nyrsys Philipinaidd y DU a chyfle i Regina gadeirio rhwydwaith PNA UK yng Nghymru. Yn y rôl hon, mae hi wedi gallu dechrau sgwrs ymwybyddiaeth o ymchwil ymhlith y gymuned nyrsio ryngwladol.

Dywedodd: "Roedd llawer o bobl wedi eu synnu – roedden nhw eisiau gwybod sut y cyrhaeddais i lle ydw i, oherwydd dydy e' ddim yn hysbys iawn bod ymchwil yn digwydd ac yn cael ei harwain gan bobl o'n cymuned ni. Dyna pam roedd prosiect BLAENORIAETH yn ffitio'n berffaith – mae'n ffordd o ddangos beth allwn ni ei wneud i helpu pobl i wneud ymchwil ac i gefnogi a gwreiddio ymchwil ar draws ein GIG yng Nghymru.

"Fy neges i bawb, ac yn enwedig y gymuned nyrsio ryngwladol, yw bod yr ymchwil ar gyfer pawb – does dim rhaid i chi feddu ar PhD, does dim rhaid bod gennych chi radd Meistr na deng mlynedd o brofiad. Gallwch chi fod yn rhan o ymchwil o wahanol gefndiroedd ac mae llawer o gyfleoedd."

Ym mis Medi 2023, penodwyd yr Athro Paul Willis yn Gyfarwyddwr cyntaf CARE – y Ganolfan Ymchwil Gofal Cymdeithasol i Oedolion, a sefydlwyd gyda £3m o gyllid gan Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru.

Yn Athro Gofal Cymdeithasol i Oedolion, mae'n weithiwr cymdeithasol cofrestredig a gymhwysodd yn Tasmania, Awstralia, ac mae wedi bod yn addysgwr gwaith cymdeithasol ers 15 mlynedd. Mae cefndir ymchwil yr Athro Willis mewn gerontoleg gymdeithasol ac mae ei ymchwil yn canolbwyntio ar faterion sy'n ymwneud â chynhwysiant cymdeithasol a gofal yn ddiweddarach mewn bywyd, yn enwedig i bobl hŷn sy'n perthyn i grwpiau lleiafrifiedig sydd ag anghenion gofal a chymorth.

Rhwng 2016 a 2023, roedd yr Athro Willis yn Uwch Gymrawd Ysgol Ymchwil Gofal Cymdeithasol NIHR.

Dywedodd: "Rwy'n falch o fod yn gweithio gyda'r tîm a chydweithwyr yn CARE i adeiladu rhaglen ymchwil newydd i helpu i lywio a gwella'r ddarpariaeth o ofal cymdeithasol o ansawdd uchel i bobl sydd ag anghenion gofal a chymorth yng Nghymru."

Ers i Paul gael ei benodi, mae 10 aelod ychwanegol o'r tîm wedi'u penodi i CARE, gan gynnwys saith ymchwilydd a phedwar aelod o staff cymorth proffesiynol.

Erbyn hyn, mae gan y ganolfan fwrdd cynghori profiad byw, sy'n cynnwys pobl o wahanol oedrannau sydd â phrofiad o ddefnyddio gwasanaethau gofal cymdeithasol, ac mae hefyd yn sefydlu fforwm ymarferwyr i gynghori ar bynciau a blaenoriaethau ymchwil.

Ar hyn o bryd, mae tîm CARE yn cynllunio ar gyfer lansiad swyddogol y ganolfan ar 17 Hydref 2024.

Edrych i'r dyfodol

Mae wedi bod yn flwyddyn gynhyrchiol arall eto i Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru. Ers cyhoeddi **Materion Ymchwil: Ein cynllun ar gyfer gwella ymchwil iechyd a gofal yng Nghymru 2022-25**, rydym wedi symud yn gyflym i'w weithredu, a'r partneriaethau a'r cydweithio helaeth sy'n digwydd ar draws holl weithgarwch Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru sy'n gwneud llawer o'n cyflawniadau yn bosibl.

Mae'n gyfnod cyffrous iawn ar gyfer ymchwil. Mae mwy o gyfleoedd ariannu ar gael drwy ein buddsoddiad mewn rhaglenni NIHR, drwy ein **Cynllun Ariannu Integredig** newydd a thrwy **gynlluniau dyfarniadau personol y Gyfadran**. Mae angen i ni barhau i fanteisio ar y cyfleoedd hyn ac ar y datblygiadau mewn gofal a thriniaeth a gynhyrchir. Yn dilyn gweithredu ein dull newydd o ariannu canolfannau ymchwil, byddwn yn gweld ystod o ddyfarniadau newydd – bydd rhai ohonynt yn darparu cyllid cynaliadwyedd i gefnogi canolfannau sy'n perfformio ar lefel uchel eisoes, a bydd rhai ohonynt yn darparu cyllid catalytig i hybu gweithgarwch mewn meysydd ymchwil cryf yng Nghymru a all wneud gwahaniaeth gwirioneddol i fynd i'r afael ag anghenion iechyd a gofal cymdeithasol sydd heb eu diwallu.

Rydym yn cydnabod bod y gweithlu ymchwil yng Nghymru yn hanfodol i'n llwyddiant a byddwn yn parhau i sicrhau bod pob ymchwilydd iechyd a gofal cymdeithasol yn cael cynnig gyrfa gwerth chweil a heriol, er mwyn i ni ddenu'r bobl fwyaf talentog. Bydd ein **Cyfadran** yn tyfu hyd yn oed ymhellach wrth i ni fynd i mewn i'r flwyddyn nesaf, gan helpu i ddatblygu'r genhedlaeth nesaf o brif ymchwilwyr a phrif ymchwilwyr safleoedd yn y GIG, y sector gofal cymdeithasol ac yn ein sefydliadau addysg uwch. Ochr yn ochr â hyn, byddwn yn cyhoeddi cynllun gweithredu gan brosiect **BLAENORIAETH** a fydd yn gosod y camau y byddwn yn eu cymryd i gynyddu capasiti a gallu i wneud a defnyddio ymchwil ym meysydd nyrsio a bydwreigiaeth ac yn y 13 o broffesiynau perthynol i ofal iechyd. Byddwn hefyd yn cefnogi'r **strategaeth Ymchwil ac Arloesi ar gyfer Gweithwyr Gwyddor Gofal Iechyd** sydd ar ddod ac yn gweithio gyda'r gymuned fferyllwyr i gefnogi twf ymchwil yn eu proffesiwn nhw.

Bydd gwyddorau bywyd yn parhau i fod yn uchel ar ein hagenda ac mae'n hanfodol bod Cymru'n chwarae ei rhan lawn mewn rhai datblygiadau pwysig ar lefel y DU, yn enwedig: partneriaethau ledled y DU a brocerwyd gan y Swyddfa Gwyddorau Bywyd gyda chwmnïau fferyllol mawr; adolygiad yr Arglwydd O'Shaughnessy o gefnogaeth ar gyfer ymchwil a ariennir gan ddiwydiant, a gychwynnwyd oherwydd pryderon bod y DU yn colli tir i wledydd eraill ym maes ymchwil fasnachol; a Gweledigaeth Gwyddorau Bywyd y DU, a lansiwyd yn 2021, gyda chyfres o feysydd cenhadol fel dementia, canser, gordewdra, iechyd meddwl a dibyniaeth. Yn ein barn ni, bydd y buddsoddiad o'r **Cynllun Gwirfoddol newydd ar gyfer Prisio, Mynediad a Thwf Meddyginiaethau wedi'u Brandio** yn cael effaith fawr ar seilwaith y GIG, a byddwn yn gweithio'n agos gyda'n GIG a phartneriaid yn y diwydiant i gynyddu ein gallu i ymgymryd ag ymchwil fasnachol a chryfhau ein dull **Cymru'n Un**. Bydd hyn yn cyflymu ein darpariaeth a fydd, yn y pen draw, yn sicrhau manteision gwirioneddol i ofal iechyd a gofal cleifion, gan chwarae ein rhan wrth hybu safle'r DU mewn ymchwil fasnachol fyd-eang. Ochr yn ochr â hyn, byddwn yn cefnogi'r rhaglen Mynd i'r Afael â Chanser a arweinir gan weinidogion ac yn gosod targedau ymchwil uchelgeisiol i'n hunain, gan gynnwys darparu'r brechlynnau canser arbrofol ar gyfer cleifion o Gymru a ddatblygwyd gan BioNTech a Moderna.

Mae pobl Cymru wrth wraidd ein strategaethau a byddwn yn cyhoeddi Cynllun Cynhwysiant cyntaf Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru yn yr Hydref. Bydd y cynllun hwn yn nodi sut y byddwn yn cofleidio'r amrywiaeth yn ein cymunedau ar draws ein gweithgareddau a sut y gall ymchwil gynhwysol helpu i fynd i'r afael ag anghydraddoldebau hirsefydlog yn ein system iechyd a gofal a chynyddu tegwch ymchwil. Byddwn hefyd yn edrych o'r newydd ar ein rhaglen cynnwys y cyhoedd, **Darganfod Eich Rôl**, er mwyn sicrhau ein bod yn mynd i'r afael â'r heriau a'r rhwystrau ond hefyd yn dathlu'r llwyddiannau a welwn ar draws y system ymchwil.

Byddwn yn parhau i ganolbwyntio ar wella ein galluoedd data ar gyfer ymchwil, gan weithio ochr yn ochr â phartneriaid fel SAIL ac Iechyd a Gofal Digidol Cymru. Mae hwn yn faes lle mae gan Gymru, diolch i'n buddsoddiad hirsefydlog yn SAIL, fantais gystadleuol amlwg a chydnabyddedig ar draws y DU a thu hwnt. Byddwn yn datblygu ac yn adeiladu ar gyfleoedd i ddefnyddio data mewn ymchwil mewn ffyrdd arloesol i gefnogi polisi ac ymarfer a darparu ymchwil ar draws y GIG a gofal cymdeithasol.

Byddwn yn gweld newid mewn arweinyddiaeth yng Nghymru yn ystod y flwyddyn nesaf gyda phenodiad Prif Gynghorydd Gwyddonol newydd ar gyfer Iechyd. Unwaith y bydd y Prif Gynghorydd yn ei swydd, bydd yn chwarae rhan hanfodol wrth bennu blaenoriaethau'r dyfodol, hyrwyddo pwysigrwydd a gwerth ymchwil ar y lefel uchaf, a gwella'r gwaith rydym yn ei wneud gydag eraill ledled Cymru ac ar lefel y DU. Credwn y bydd yn etifeddu system ymchwil iechyd a gofal cymdeithasol ffyniannus ac effeithiol ac y bydd yn gallu adeiladu ar gyflawniadau ein cyfarwyddwr sy'n gadael, yr Athro Kieran Walshe, a thîm Ymchwil Iechyd a Gofal Cymru.

Hoffem estyn ein gwerthfawrogiad a'n diolch diffuant i bawb sy'n chwarae rhan yn ein helpu i wireddu ein huchelgais, sef sicrhau bod ymchwil heddiw yn arwain at ofal yfory.

Carys Thomas

Pennaeth Polisïau
Is-adran Ymchwil a Datblygu
Llywodraeth Cymru

Michael Bowdery

Pennaeth Rhaglenni
Is-adran Ymchwil a Datblygu
Llywodraeth Cymru

Ymchwil Iechyd
a Gofal Cymru
Health and Care
Research Wales

Ymchwil heddiw, gofal yfory

+44 (0) 2920 230 457

YmchwilIechydAGofal@wales.nhs.uk

www.YmchwilIechydAGofalCymru.org

@YmchwilCymru

Llywodraeth Cymru
Welsh Government