

## Naloxone Cymheiriaid

Gwirfoddolwyr sydd â phrofiad personol yn lleihau niwed a achosir gan opiadau

Mae **Bwrdd Cynllunio Ardal (APB) Caerdydd a'r Fro** wedi gweithredu rhaglen cymheiriaid o wirfoddolwyr sydd â phrofiad personol o ddefnyddio cyffuriau a dibyniaeth ar gyffuriau, er mwyn gwella ei strategaethau atal gwenwyno â chyffuriau. Gan gydnabod y llwyddiannau sy'n aml yn ddyledus i'r arbenigedd, y profiad a'r cysylltiadau cymdeithasol a enillir gan unigolion sydd â phrofiadau personol, nod y rhaglen yw eirioli dros unigolion sy'n defnyddio sylweddau a'u cefnogi, gan ddod â chwmpas a chwasiti ychwanegol i raglenni a gomisiynwyd eisoes.

**Gwenwyno damweiniol** gan gyffuriau yw prif achos marwolaeth y gellir ei hatal ymhlith pobl sy'n defnyddio opioidau yn y Deyrnas Unedig o hyd. Mae'r Swyddfa Ystadegau Gwladol yn nodi bod marwolaethau o ganlyniad i gamddefnyddio cyffuriau ledled Cymru yn parhau i fod yn uchel, gydag opioidau (e.e. heroin/morffin) yn cael eu cynrychioli mewn tua thri chwarter y marwolaethau yr adroddwyd amdanynt. Mae mynediad hawdd at ymyriadau lleihau niwed fel dosbarthiad Naloxone (gwrthweithydd derbynnydd opioid cael ei ddefnyddio i wrthdroi, dros dro, effeithiau gorddos a achosir gan opioidau fel heroin) yn hanfodol i atal gwenwyno angheuol gan gyffuriau.

**Fel rhan o Gynllun Cyflawni Camddefnyddio Sylweddau Llywodraeth Cymru**, mae gan bob APB ledled Cymru gyfrifoldeb dros sicrhau bod Naloxone ar gael a hyfforddi pobl i'w ddefnyddio gyda'r nod o achub bywydau.



Credyd llun: Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Caerdydd a'r Fro (CAVDAS)

**Mae mynediad** i Naloxone wedi bod ar gael ledled Caerdydd a Bro Morgannwg drwy Wasanaethau Camddefnyddio Sylweddau arbenigol a gomisiynwyd a Rhaglenni Nodwyddau a Chwistrellau ers 2011. Fodd bynnag, roedd gwyladwriaeth reolaidd yn dangos bod cyfraddau dosbarthu a chwmpas ymhlith poblogaethau mewn perygl wedi sefydlogi. Roedd hyn yn nodi bod angen modelau dosbarthu newydd er mwyn cael mynediad pellach i Naloxone ymhlith poblogaethau nad ydynt fel arfer mewn cysylltiad â gwasanaethau. Lle maent wedi'u sefydlu yn y DU ac yn rhyngwladol, dangoswyd bod rhaglenni cymheiriaid yn fecanweithiau effeithlon a chost isel o ran ymestyn cyrhaeddiad a gostwng trothwy gwasanaethau lleol.

**Ym mis** Hydref 2021, gweithredodd yr APB ei raglen cymheiriaid Take-Home Naloxone gyntaf a oedd yn cynnwys 5 gweithiwr cymheiriaid gwirfoddol â phrofiad personol parhaus o ddefnyddio cyffuriau opioid, a digartrefedd. Canolbwyntiodd y gwirfoddolwyr i ddechrau ar ganol dinas Caerdydd, a chafodd gwirfoddolwyr eu hyfforddi i ymgysylltu a chefnogi unigolion sy'n defnyddio cyffuriau i adnabod arwyddion gorddos, ochr yn ochr â defnyddio a chyflenwi naloxone. Yn ystod ei blwyddyn gyntaf o weithredu, llwyddodd y rhaglen i ymgysylltu, hyfforddi a dosbarthu naloxone i 303 o unigolion ar draws awdurdod lleol Caerdydd, gan gynnwys 196 o unigolion nad oeddent erioed wedi derbyn naloxone o'r blaen. Roedd hyn felly yn cyfrif am 21% o'r holl becynnau naloxone a gyflenwyd yng Nghaerdydd yn ystod yr un cyfnod.

**Fel rhan** o'i gweithredu cafodd y rhaglen ei hintegreiddio ag is-grŵp lleihau niwed APB a fforymau gwenwyno â chyffuriau, gan alluogi Tîm Cymorth APB a phartneriaid cysylltiedig i nodi ardaloedd lle cafwyd llawer o broblemau er mwyn darparu allgymorth wedi'i dargedu a llywio tueddiadau newydd mewn perthynas â niwed sy'n gysylltiedig â chyffuriau.

**Ers hynny**, mae hyn wedi arwain at sawl canlyniad anfwriadol fel hyfforddiant atal gorddos a naloxone yn cael ei roi i staff mewn busnesau yng nghanol y ddinas gan gynnwys McDonalds, Tesco a Costa Coffee. Mae datblygiad y rhaglen yn cynnwys gwirfoddolwyr sydd bellach yn cario offer chwistrellu brys a biniau gwaredu offer miniog fel rhan o broses lleihau niwed wedi'i thargedu i leihau cyfraddau trosglwyddo clefydau heintus, ac offer sy'n hyrwyddo dewisiadau amgen i chwistrellu. Fel rhan o gamau nesaf y rhaglenni, bydd y gwirfoddolwyr yn cael eu hyfforddi i ddarparu profion Feirysau a Gludir yn y Gwaed (BBV), a bwriedir ehangu'r rhaglen er mwyn ei hailadrodd ym Mro Morgannwg.



Credyd llun: Gwasanaeth Cyffuriau ac Alcohol Caerdydd a'r Fro (CAVDAS)

**Mae'r rhaglen** hon wedi helpu'r APB i ddeall anghenion a phrofiadau'r rhai sy'n defnyddio sylweddau yn well trwy wella dysgu, cynnig cyd-destun i ddata, a galluogi deallusrwydd uniongyrchol ynghylch tueddiadau a newidiadau mewn niwed sy'n gysylltiedig â chyffuriau a bygythiadau sy'n dod i'r amlwg. Mae defnyddio dull cymheiriaid wedi bod yn ganolog i wella argaeledd Naloxone a darparu ystod o fuddion ychwanegol wrth i gyfleoedd i leihau niwed gael eu nodi.