Codi'r oedran ar gyfer gwerthu tybaco

Gwybodaeth i bobl ifanc yn eu harddegau

Beth sy'n digwydd?

O **ddydd Llun, 1af Hydref 2007**, bydd y gyfraith o ran gwerthu tybaco yn newid. Bydd yn anghyfreithlon gwerthu cynhyrchion tybaco i unrhyw un o dan 18 oed (o gymharu ag 16 oed ar hyn o bryd) yng Nghymru a Lloegr. Disgwylir i'r newid yn y gyfraith ddod i rym yn yr Alban hefyd o'r un dyddiad.

Pam bod hyn yn digwydd?

Dechreuodd y rhan fwyaf o oedolion sy'n gaeth i nicotin ysmygu yn eu harddegau. Bwriad y newid hwn yn y gyfraith yw helpu i atal plant a phobl ifanc rhag dechrau yn y lle cyntaf, a thrwy hynny osgoi peryglon iechyd difrifol ysmygu.

- Bydd hanner y bobl ifanc yn eu harddegau sy'n ysmygu ar hyn o bryd yn marw o ganlyniad i glefydau a achosir gan dybaco os byddant yn parhau i ysmygu. Bydd chwarter ohonynt yn marw ar ôl 70 oed a bydd chwarter yn marw cyn hynny, gyda'r rhai fydd yn marw cyn 70 oed yn byw 23 mlynedd yn llai ar gyfartaledd.

- Po gynharaf y bydd ysmygwr yn dechrau, y mwyaf tebygol y bydd o gael canser yr ysgyfaint, clefyd y galon neu afiechyd anadlu niweidiol.

- Bydd rhywun fydd yn dechrau ysmygu yn 15 oed deirgwaith yn fwy tebygol o farw o ganser o ganlyniad i ysmygu na rhywun sy'n dechrau yn eu 20au canol.

Sut y bydd yn effeithio ar bobl ifanc?

- O 1af Hydref 2007, bydd angen i bobl ifanc fod yn 18 oed i brynu sigaréts a chynhyrchion tybaco eraill. Bydd yn ofynnol i siopau wrthod eu gwerthu i bobl ifanc o dan 18 oed, yn unol â'r gyfraith, a gallent gael eu herlyn a chael dirwy o hyd at £2,500 os byddant yn gwneud hynny.

- Cynghorir pobl ifanc 18 a 19 oed sydd am brynu sigaréts i gario cerdyn profi oedran achrededig neu fath arall o brawf adnabod dilys (pasbort, trwydded yrru â llun) i brofi eu hoedran.

Pa help sydd ar gael i'r rhai sydd am roi'r gorau i ysmygu?

- I'r rhai sydd am roi'r gorau i ysmygu, mae'r GIG yn cynnig amrywiaeth o wasanaethau a all eu helpu. Gall y rhai sydd am roi'r gorau iddi ffonio Llinell Gymorth Ysmygu'r GIG ar 0800 169 0 169 neu ymweld â www.gosmokefree.co.uk i ddod o hyd i'r opsiwn sy'n addas iddynt hwy.

- Ers dechrau 2006, mae therapi amnewid nicotin (NRT) wedi bod ar gael ar bresgripsiwn i bobl ifanc rhwng 12 a 18 oed am y tro cyntaf. Yn ogystal â chael presgripsiwn NRT gan eu meddyg teulu, gall pobl ifanc yn eu harddegau hefyd ei gael gan eu Gwasanaeth Rhoi'r Gorau i Ysmygu Lleol a ddarperir gan y GIG.

- Mae llawer o bobl ifanc eisoes yn ceisio rhoi'r gorau i ysmygu. Yn y naw mis rhwng mis Ebrill a mis Rhagfyr 2006, pennodd 11,258 o bobl ifanc o dan 18 oed ddyddiad i roi'r gorau iddi gyda Gwasanaeth Rhoi'r Gorau i Ysmygu'r GIG lleol, gyda 37% yn llwyddo ar ôl pedair wythnos. *(Ystadegau Gwasanaethau Rhoi'r Gorau i Ysmygu lleol y GIG yn Lloegr, mis Ebrill 2006 i fis Rhagfyr 2006 (C3 - Adroddiad chwarterol))*

Ffeithiau ategol

- Gall ysmygu gael effaith ddifrifol ar y ffordd y mae pobl ifanc yn edrych. Mae'n heneiddio'r croen rhwng 10 ac 20 mlynedd yn gynnar; mae'n arwain at wedd llwydfelyn afiach ac wyneb llwm; mae'n achosi afiechyd y deintgig ac anadl drwg; mae'n staenio dannedd a bysedd; ac mae'n cynyddu'r risg o 'cellulite'. *(Adroddiad y Prif Swyddog Meddygol 2003/ASH)*

- Gall ysmygu hefyd wneud pobl yn llai deniadol. Dywed mwy na dwy ran o dair o bobl ifanc fod ysmygu yn lleihau eu hatyniad rhywiol; mae bron hanner y dynion yn cysylltu ysmygu â chrychau, croen gwael, a chusanu llai pleserus; ac mae bron hanner yr ysmygwyr yn dweud y byddent yn rhoi'r gorau iddi i wella eu hapêl rywiol. *(Arolwg a gynhaliwyd gan ICM Research i Linell Gymorth Ysmygu'r GIG)*

Am ragor o wybodaeth am y newid yn y gyfraith, ffoniwch **020 7492 0980**. Caiff gwefan benodol i bobl ifanc y bydd y newid yn effeithio arnynt ei lansio yng nghanol mis Awst.