Cyngor Triniaeth Deintddol Brys

Os oes angen apwyntiad deintyddol brys arnoch neu os ydych yn awyddus i gofrestru gyda deintydd y GIG i gael triniaeth arferol, ffoniwch y:

Llinell Cymorth Deintyddol ar 01633 744387

E-bost: ABBDental.Helpline@wales.nhs.uk

Beth yw argyfwng deintyddol?

Mae'r canlynol yn cael eu hystyried yn argyfyngau:

- Gwaedu deintyddol nad yw'n stopio.
- Haint deintyddol
- Dannedd wedi torri gyda phoen

Ar gyfer poen difrifol yn y dannedd gallwch gysylltu â'r Llinell Cymorth Deintyddol i ofyn am gyngor.

Beth ddylwn i ei gymryd ar gyfer poen?

Fodd bynnag, mae cyffuriau lleddfu poen, fel **Paracetamol, neu Co-Codamol** yn ddefnyddiol i leddfu poen, ond mae'n well eu cymryd yn rheolaidd am ychydig ddyddiau yn hytrach na bob hyn a hyn. Gellir prynu'r rhain dros y cownter o fferyllfa neu siopau lleol. Gwnewch yn siŵr nad ydych yn cymryd unrhyw gynnyrch arall sy'n cynnwys Paracetamol hefyd. **Gyda phob meddyginiaeth mae'n hanfodol eich bod yn dilyn y cyfarwyddiadau ar y pecyn neu'r botel yn ofalus**	Gellir defnyddio**cyffuriau lladd poen gwrthlidiol** (fel Ibuprofen). Mae'r rhain yn lleddfu poen a gallant hefyd gyfyngu ar lid a chwyddo. Fodd bynnag, os ydych chi'n feichiog neu'n ceisio beichiogi ni ddylech eu defnyddio. Y peth gorau i'w wneud yw eu hosgoi os ydych ar dabled teneuo gwaed. Ceir sgîl-effeithiau o bryd i'w gilydd gyda chyffuriau lladd poen gwrthlidiol - poen stumog a gwaedu o'r stumog yw'r rhai mwyaf difrifol. Efallai na fydd rhai pobl ag asthma, pwysedd gwaed uchel, methiant yr arennau neu fethiant y galon yn gallu eu cymryd ychwaith. Gellir prynu'r rhain dros y cownter o fferyllfa neu siopau lleol.

Cyfeiriadau:
Y Gwasanaeth Deintyddol Cymunedol - Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan