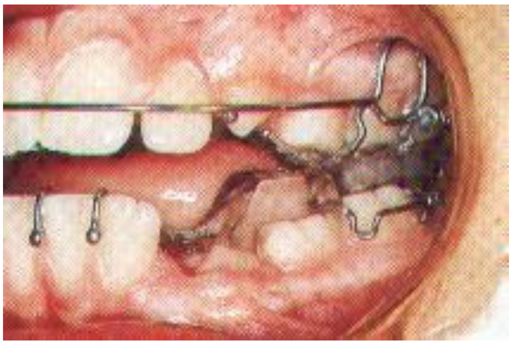
Gwybodaeth I Gleifion

Bresys Ymarferol

Adran Orthodonteg

Mae bresys ymarferol yn rhai y gellir eu tynnu. Mae'r rhain fel arfer mewn dwy ran (yn dibynnu ar ba fath sydd gennych). Maen nhw wedi'u cynllunio i helpu i symud dannedd a gênau i guddio dannedd sy'n ymwthio allan. Mae'n bwysig bod y ddwy ran yn cael eu gwisgo drwy'r amser. Ni fydd un darn yn gweithio heb y llall.



Ydyn nhw'n boenus?

Yn gyffredinol, nid yw'r mathau hyn o fresys yn boenus er y gallan nhw deimlo'n lletchwith gan y gallan nhw fod ychydig yn swmpus.

Fodd bynnag, oherwydd eu bod yn dal eich gênau mewn lle annaturiol, mae'n bosibl y bydd cyhyrau eich gênau ychydig yn boenus. Os bydd hyn yn digwydd, gallwch gymryd poen laddwyr y byddech chi'n eu cymryd ar gyfer pen tost **(Peidiwch â chymryd mwy nag sydd i fod).** Peidiwch â thynnu'r bresys neu byddan nhw'r un mor boenus pan fyddwch chi'n dechrau eu gwisgo eto.

Alla i fwyta â'r bresys yn fy ngheg?
Bydd eich orthodontydd yn dweud wrthych os bydd disgwyl i chi eu gwisgo wrth i chi fwyta. Mae'n bosibl gwneud hynny **gyda rhai mathau'n unig.** Os nad ydych chi'n sicr - gofynnwch i'ch orthodontydd. Fodd bynnag, peidiwch â bwyta losin na gwm cnoi **o gwbl** gyda'r math hyn o fresys a cheisiwch osgoi diodydd melys a rhai swigod (hyd yn oed rhai diet).

Sut alla i eu cadw'n lân?
Cadwch hwy'n lân drwy eu brwsio gydag ychydig o bâst dannedd ar eich brws. Defnyddiwch ddŵr claear. **Peidiwch byth â defnyddio dŵr berwedig.**

Pa mor hir fydd y driniaeth yn para?
Fel arfer, rhaid gwisgo'r bresys hyn am 6-9 mis. Gall gymryd llai neu mwy o amser yn dibynnu pa mor ddifrifol yw'r broblem. Fel arfer, bydd cwrs o driniaeth yn dilyn sy'n cynnwys bresys sefydlog.

Pwyntiau pwysig eraill am eich bresys

- Tynnwch hwy ar gyfer chwaraeon cyffwrdd.
- Storiwch hwy bob amser mewn bocs diogel pan na fyddan nhw'n eich ceg.
- Byddwch chi'n cael apwyntiadau rheolaidd i gadw llygad ar eich cynnydd (fel arfer bob 8 wythnos mwy neu lai).
- Cofiwch fynd at eich deintydd yn rheolaidd i gael 'Archwiliadau' drwy gydol eich triniaeth Orthodonteg
- Os na allwch chi wisgo'r bresys, mae'n bosibl na fydd dewis arall a bydd yn rhaid i chi dderbyn eich dannedd fel ag y maen nhw.

Os byddwch chi'n cael unrhyw broblem a'ch bod yn methu â'u gwisgo, cysylltwch â'ch orthodontydd gynted ag sy'n bosibl. Rhif ffôn: 01633 – 234516.

Nodiadau ____

____

____