

Gwybodaeth I Gleifion

Dalwyr

Adran Orthodonteg

Rydych newydd gael tynnu eich bresys sefydlog ac yn meddwl tybed pam mae'n rhaid i chi wisgo math arall o fresys.

Bydd eich dannedd yn dal i symud ar ôl tynnu'r bresys sefydlog; bydd dalwyr yn atal hyn rhag digwydd. Os na fyddwch chi'n gwisgo dalwyr, bydd eich dannedd yn dueddol o fynd yn ôl i'r lle'r oedden nhw ar y dechrau!

Felly, mae'n bwysig iawn eich bod yn eu gwisgo fel yr oedd eich orthodontydd yn dweud wrthyich; neu bydd eich triniaeth gyda'r bresys sefydlog wedi bod yn wastraff amser!

Sut byddan nhw'n affeithio arna i?

Mae'n bosibl y bydd eich lleferydd yn wahanol am gyfnod byr - bydd yn cymryd amser i chi ddod yn gyfarwydd â nhw. Darllenwch yn uchel i chi eich hun gartref - bydd hyn yn helpu i'ch lleferydd ddyod yn ôl yn normal.



Alla i fwyta'n normal?

Bydd eich orthodontydd yn dweud wrthyich a ddylech dynnu'r dalwyr i fwyta ai peidio. Rhaid i chi osgoi losin gludiog a gwm cnoi, diodydd swigod a gormod o sudd ffrwythau.

Am ba hyd fydda i'n gorfod eu gwisgo?

Fel arfer, bydd dalwyr yn cael eu gwisgo am flwyddyn ar ôl y driniaeth. Pa un a fydd hyn yn llawn amser neu'n rhan amser, bydd hyn yn dibynnu ar y math o ddalwyr a gawsoch a pha mor gymhleth oedd y driniaeth. Bydd eich orthodontydd yn eich cynghori.

Beth am lanhau?

Mae'n bwysig iawn eich bod yn cadw eich dannedd yn lân wrth wisgo dalwyr. Bydd yn rhaid eu tynnu i lanhau eich dannedd (heblaw mai math sefydlog ydyn nhw) a bydd yn rhaid glanhau'r dalwyr hefyd. Gellir eu glanhau gyda brws dannedd ac ychydig o bâst dannedd ond mae'n well eu socian o bryd i'w gilydd mewn toddiant arbennig o'r enw 'Brace Mate' (ar gael o'r rhan fwyaf o fferyllfeydd).

Peidiwch â defnyddio dŵr twym gan y gall hwn wneud niwed i rai mathau o ddalwyr.

Pwyntiau pwysig eraill am eich dalwyr

- Dylech dynnu'r dalwyr (os mai rhai sy'n gallu cael eu tynnu ydyn nhw) ar gyfer chwaraeon cyffwrdd.
- Cadwch nhw mewn bocs diogel pan na fyddwch yn eu gwisgo.
- Os ydych chi'n mwynhau llawer o chwaraeon, prynwch orchudd dannedd (gofynnwch i'ch orthodontydd/ deintydd).
- Cofiwch fynd i gael 'archwiliadau' cyson gyda'ch deintydd wrth wisgo'r dalwyr.
- Bydd yn rhaid i chi fynd yn rheolaidd i weld eich orthodontydd.

Os byddwch chi'n colli/ torri eich dalwyr, cysylltwch â'r adran gynted ag sy'n bosibl. Rhif ffôn: 01633 – 234516

Nodiadau