



Grŵp Diddordeb Arbennig Cymru Gyfan mewn Deintyddiaeth Gofal Arbennig

Gofal y geg

i Oedolion â phroblemau llyncu

(Dysffagia)



Bydd y llyfryn hwn yn cefnogi gofal y geg i oedolion sydd â phroblemau llyncu



Beth yw Dysffagia?

Dysffagia yw pan nad yw bwyd a diod neu feddyginiaeth yn pasio'n hawdd o'r geg i'r gwddf.

Gall arwain at:

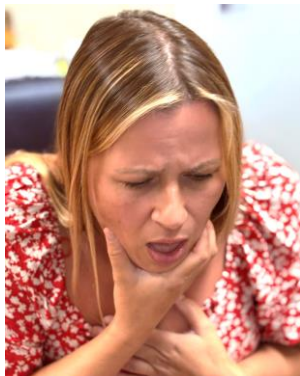
- Tagu
- Bwydo gwael
- Dioddef o ddadhydradu
- Heintiau ar y frest

Mae yna lawer o resymau pam y gall hyn ddigwy



Sut ydym ni'n gwybod a oes gan rywun Ddysffagia?

Gall yr arwyddion fod yn wahanol o un person i'r llall.



Rhestrir rhai o'r arwyddion isod:

- Driblo parhaus
- Ei chael yn anodd llyncu
- Teimlad bod bwyd yn sownd yn y gwddf
- Pesychu
- Tagu
- Chwydu/chwydu wrth fwyta
- Gyrglo wrth fwyta/yfed
- Haint ar y frest dro ar ôl tro
- Colli pwysau

Pam ydw i wedi derbyn y daflen hon?

Mae gofalu am eich dannedd a bod gyda ceg iach yn bwysig iawn i bobl â dysffagia.

Mae hyn yn cynnwys cael archwiliadau rheolaidd gyda'ch deintydd a'ch timau deintyddol.

Gobeithiwn y bydd y daflen hon o gymorth ac yn rhoi awgrymiadau i chi.



Gofal y Genau i Oedolion â Dysffagia

Os na allwch chi neu rywun rydych chi'n gofalu amdano frwsio ei ddannedd, efallai y bydd angen help arno.

Rhaid i oedolion sy'n cael anhawster llyncu fod yn ofalus nad ydyn nhw'n anadlu unrhyw hylif i mewn.



Awgrymiadau i helpu rhywun sydd â Dysffagia

- Eglurwch i'r person bob amser beth rydych chi'n mynd i'w wneud
- Cadwch y person mor unionsyth â phosibl
- Os yw'r person yn gorwedd, ceisiwch godi ei ben a'i gorff neu droi ei ben i un ochr
- Gwnewch yn siŵr bod gobenyddion o dan y gwddf
- Cadwch y geg mor sych â phosibl gan ddefnyddio brws dannedd sugno lle gallwch chi
- Defnyddio lliain/tywel/rhwyllen glân sydd ddim yn rhwygo fel opsiwn arall os nad oes sugno ar gael

Glanhau dannedd

- Defnyddiwch **frws dannedd sych** bach
 - Defnyddiwch bast dannedd sydd ddim yn ewynnu
 - Defnyddiwch swm maint pysen o bast dannedd.
 - Efallai y byddwch yn cael past dannedd gan y deintydd
 - Gwthiwch y past dannedd i mewn i flew y brws
 - Brwsiwch y dannedd yn dda
 - Efallai y bydd angen brws dannedd sugno arnoch chi
 - Cofiwch gynnwys seibiannau
- Gellir defnyddio gel clorhecsidin
- **NI** ddylai pobl â dysffagia ddefnyddio hylif golchi ceg yn rheolaidd
- Gofynnwch i'ch deintydd am unrhyw gyngor arall

GOFAL CEG I OEDOLION Â DANNEDD FFUG

- Tynnwch ddannedd ffug cyn dechrau gofal y geg
- Defnyddiwch frws dannedd bach sydd wedi'i wlychu ychydig i frwsio y tu mewn i'r geg
- Defnyddiwch frwsh dannedd gosod i frwsio dannedd gosod bob dydd
- **PEIDIWCH** â defnyddio past dannedd
- Sociwch y dannedd gosod mewn toddiant glanhau dannedd gosod bob dydd gan ddilyn cyfarwyddiadau'r pecyn
- Tynnwch ddannedd gosod allan yn y nos a'u storio mewn pot o ddŵr glân



Dewisiadau Offer Deintyddol

Brwsys Dannedd Sugno

Kimberly-Clark Kim Vent:



Brws dannedd sugno Orocare Aspire



Brwsys Dannedd

Dr Barman's superbrush/duo-power



Brws dannedd Collis Curve



Brws dannedd silicon blaen bysedd gofal
y geg OraNurse

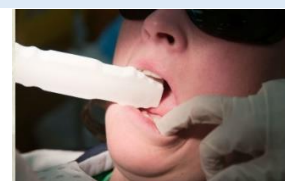


Brws Dannedd 360



Gorffwysfeydd ceg

Gorffwys ceg defnydd unto y i agor y geg
yn llydan agored



Tarian Deintyddol



Siaradwch â'ch deintydd am ragor o wybodaeth

