

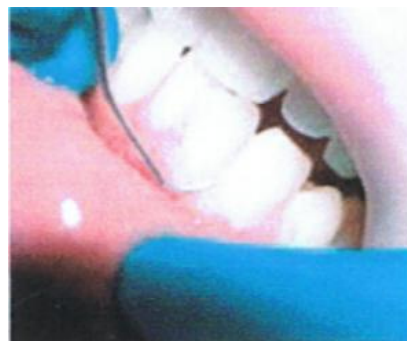
Plaenio'r gwreiddyn/ciwretiad

Beth ydi clefyd y gorchfan?

Mae clefyd y gorchfan* yn effeithio ar y gorchfannau a'r asgwrn sy'n cynnal eich dannedd.

Mae'n dechrau gyda phlac, sylwedd meddal, gludiog sy'n cronni ar eich dannedd. Mae'r rhan fwyaf ohono wedi ei wneud o facteria, sydd yn bwydo ar siwgr o fwyd a diod. Mae cen*, wedi ei ffurfio o blac wedi caledu, yn helpu plac i ymgasglu ac yn ei gwneud hi'n anoddach i gael gwared ohono.

Os ydi plac yn cael llonydd i gronni, mae'r bacteria ynddo yn gallu gwneud eich gorchfannau'n ddolurus a heintus*; byddant yn edrych yn goch a chwyddedig, ac mae'n debygol y byddant yn gwaedu wrth i chi frwsio'ch dannedd.



Bydd y gorchfan wedyn yn dechrau dod yn rhydd oddi wrth y dant, gan ffurfio 'pocedi' lle mae plac yn cronni – a bydd yr asgwrn sy'n cynnal y dant yn cael ei golli'n araf. Oherwydd bod y broses yma fel arfer yn ddi-boen, mae'n gallu mynd yn ddrwg iawn heb i chi sylweddoli hynny. Os ydi'r sefyllfa'n cael ei gadael heb ei thrin, bydd clefyd y gorchfan yn arwain at golli dannedd.

Beth ydi plaenio'r gwreiddyn/ciwretiad?

Mae plaenio'r gwreiddyn yn ffordd o helpu i atal clefyd y gorchfan. Mae'n golygu digennu* 'dwfn', er mwyn glanhau rhannau o'r dannedd islaw ffin y gorchfan* na ellir cyrraedd ato gyda brws dannedd. Mae plaenio'r gwreiddyn yn glanhau'r pocedi ac yn tynnu plac a chen o wreiddiau'r dannedd.

Beth mae'r deintydd neu'r hylenydd* yn ei wneud?

Mae deintyddion a hylenyddion yn defnyddio dau fath o offer yn ar gyfer plaenio'r gwreiddyn:

- Ceir digenyddion llaw* o wahanol feintiau a siapiau er mwyn gallu cyrraedd gwahanol rannau o'r dannedd. Dyma pam y byddwch yn gweld y deintydd/hylenydd yn newid offer yn bur aml.
- Mae digenyddion trydan* â blaen sy'n dirgrynu* yn gyflym iawn mewn llif o ddŵr. Caiff y dŵr ei dynnu o'r geg gyda dyfais allsugno* fechan. Caiff digennydd llaw ei ddefnyddio hefyd ynghyd â digennydd trydan, er mwyn gwneud yn siŵr bod y gwreiddiau'n hollol lân.

Wedi plaenio gwraidd dant, dylai'r boced grebachu, gan wneud i'r gorchfan orwedd yn nes at y dant. Bydd yn rhaid i chi wedyn fod yn hynod ofalus ynglŷn â glanhau'r dannedd uwchlaw ffin y gorchfan. Mae'n debygol y bydd yn rhaid ailblaenio'r gwreiddyn yn rheolaidd.

Mae plaenio'r gwreiddyn yn cymryd mwy o amser na digennu a llathru* cyffredin, ac yn cael ei wneud gan amlaf dan anesthetig lleol. Efallai mai fesul rhan y bydd eich ceg yn cael ei thrin a hynny yn ystod mwy nag un ymweliad.

Pethau i'w cofio:

- Gall plaenio'r gwreiddyn helpu i atal clefyd y gorchfan rhag gwaethygu a rhag i chi golli dant/dannedd.
- Fel digennu a llathru, mae plaenio'r gwreiddyn yn eich helpu i gadw eich dannedd a'ch gorchfannau'n lân gartref. Ni all deintyddion a hylenyddion ar eu pennau'u hunain gadw eich ceg yn iach. Mae'r glanhau a wnewch chi eich hun yr un mor bwysig.
- Er mwyn lleihau'r risg i glefyd y gorchfan ledaenu, peidiwch ag ysmegu, a bwytwch ddietau iach a chytbwys.

GEIRFA: cen = tartar; clefyd y gorchfan = gum disease; digennu = to scale / scaling; digenydd(ion) llaw = hand scaler(s); digenydd(ion) trydan = electric scaler(s); dirgrynu = to vibrate; dyfais allsugno = suction device; ffin y gorchfan = gumline; gorchfan(nau) – 'gym(s)' ar lafar = gum; heintus = infected; hylenydd(ion) = hygienist(s); llathru = to polish / polishing