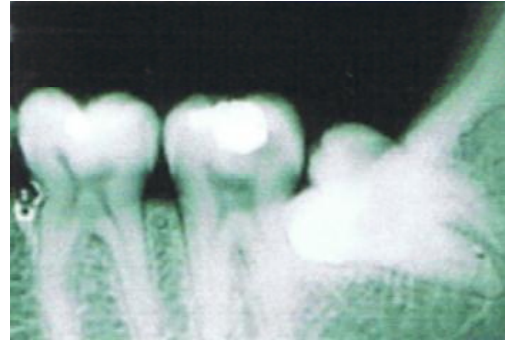


Trydydd Cilddannedd*

Beth ydyn nhw?

Y trydydd cilddannedd ydi'r dannedd olaf i ymddangos, yng nghefn y geg, o'r ardegau hwyr ymlaen. Pedwar trydydd cilddant sydd gan y rhan fwyaf o bobl ond nid yw'n anghyffredin i fod â llai na hynny – neu ddim un o gwbl hyd yn oed.

Gan mai'r rhain ydi'r dannedd olaf a ffurfir, nid oes, weithiau, ddigon o le iddynt. Maent yn torri drwodd ar ongl, gan bwysu yn erbyn y dannedd o'u blaen neu'r asgwrn y tu ôl iddynt.



Beth a wna'r deintydd?

Mae gwyllo sut y mae eich dannedd a'ch genau'n datblygu yn rhan o'ch gofal deintyddol rheolaidd. Gofalwch ddweud wrth eich deintydd pe baech yn meddwl bod unrhyw broblem.

- Gall lluniau pelydr-x ddangos ym mhle mae'r trydydd cilddannedd yn yr ên a faint o le sydd iddyn nhw dorri drwodd, yn ogystal â dangos a ydynt yn achosi unrhyw niwed i'r dannedd sydd o'u blaenau.
- Bydd y pelydrau-x hefyd yn dangos pa mor hawdd neu anodd y gall tynnu trydydd cilddant fod.

Fel y daw'r trydydd cilddannedd drwodd, gall y gorchfan* o'i gwmpas fynd yn llidiog* a dolurus. 'Perigoronitis' ydi'r enw ar hyn. Gall ddod ato'i hun neu fynd a dod dros gyfnod o amser. Fel arfer mae'n well tynnu trydydd cilddant os cewch hyrddiau o berigoronitis yn aml.

Os bydd angen i chi gael tynnu trydydd cilddant, dylech fedru gwneud hynny heb amharu ar eich patrwm gwaith arferol a galwadau eraill.

Efallai y bydd angen eich cyfeirio at arbenigwr i gael tynnu trydydd cilddant problemus mewn ysbyty.

Tynnir y rhan fwyaf o'r trydydd cilddannedd dan anesthetig lleol ond, â dibynnu ar ba mor anodd y gall tynnu'r dant fod, fe ellir ystyried tawelydd* (rhywbeth i'ch gwneud yn gysglyd) neu anesthetig cyffredinol (dim ond mewn ysbytai).

Â dibynnu ar eich gwaith, efallai y bydd yn rhaid i chi aros gartref am ddau neu dri diwrnod i ddod dros eich triniaeth i dynnu trydydd cilddant/cilddannedd. Pe baech wedi cael anesthetig cyffredinol, yna bydd yn rhaid i chi gymryd amser rhydd o'ch gwaith i ddod dros effeithiau'r anesthetig.

Weithiau, caiff rhai nerfau eu difrodi pan fo'r trydydd cilddannedd gwaelod yn cael eu tynnu. Mae hyn yn achosi i ran o'ch tafod neu rai o'ch dannedd a rhan o'r wefus isaf fod yn ddideimlad – ond dim ond effaith dros dro ydi hynny.

Beth ydi manteision cael tynnu trydydd cilddannedd, sy'n achosi problemau?

- Os cewch dynnu eich trydydd cilddannedd, ni chewch boen na haint* eto.
- Fel arfer bydd yn haws i chi gadw eich ceg yn lân.

Fel rheol, ni fydd angen tynnu trydydd cilddannedd onid ydynt yn achosi problemau i chi.

GEIRFA: difrodi = to damage; gêm, genau = jaw(s); gorchfan(nau) – 'gym' ar lafar = gum(s); haint = infection; llidiog = inflamed; tawelydd = sedative; trydydd cilddant/cilddannedd = wisdom tooth/teeth