Cynhadledd 2013 – Cynhadledd ar y cyd gyda'r Gymdeithas Feddygol
Gwesty'r Park Plaza, Caerdydd
12 – 13 Hydref, 1013

'Be' 'di "oral sex" yn Gymraeg?' Dyna oedd geiriau agoriadol ein cynhadledd eleni, cynhadledd arbennig a drefnwyd ar y cyd gyda'r Gymdeithas Feddygol. Dr Olwen Williams, Ymgynghorydd Iechyd Rhyw a HIV yn Ysbyty Maelor, Wrecsam, oedd yn agor y Gynhadledd gyda darlith yn dwyn y teitl 'Y Gusan Beryglus'. Wedi rhyw fân siarad a chyngor gan aelodau'r Gymdeithas Ddeintyddol, penderfynwyd mai 'rhyw geneuol' yw'r term priodol a chafwyd darlun clir wedyn o'r sefyllfa yng Nghymru o safbwynt afiechydon rhyw. Dywedodd Dr Williams fod rhyw geneuol yn aml y math o ryw a arbrofir gyntaf ymysg pobl ifanc gan eu bod yn tueddu i feddwl bod rhyw geneuol yn cario llai o risg. Fodd bynnag, profodd ystadegau a siartiau Dr Williams fod hyn ymhell o'r gwir. Cafwyd disgrifiadau a lluniau o bob math o afiechydon rhyw megis Herpes, Gonorrhoea a chlamidia yn ogystal â syphilis, sydd yn parhau i ymddangos mewn clinigau o dro i dro, ac wrth gwrs HIV. 'Roedd gan Dr Williams lun da iawn o Sarcoma Kaposi sydd yn nodweddiadol o'r cyflwr HIV. Y pwnc wnaeth ennyn diddordeb y mwyafrif ohonom oedd y cynnydd mewn diagnosis o gancr y geg a'r gwddf yn sgîl y gwaith ymchwil ar y feirws HPV1, feirws sy'n cael ei drosglwyddo trwy gyfrwng rhyw geneuol yn ôl pob tebyg.

Trosglwyddwyd yr awenau, wedi hynny, i Dr Mererid Evans , Ymgynghorydd Oncoleg Clinigol yn Ysbyty Felindre, arbenigwraig ar y feirws HPV1. Eglurodd Dr Evans fod cynnydd wedi bod mewn diagnosis o gancr y pen a'r gwddf yn Ne Cymru yn enwedig yn ystod y blynyddoedd diwethaf. Soniodd hefyd fod y cyfryngau wedi tynnu cryn sylw at yr afiechyd hwn yn dilyn diagnosis yr actor Michael Douglas. Aeth Dr Evans ymlaen i egluro bod y diddordeb hwn yn peri pryder a stigma i lawer o'r cleifion sydd yn dioddef o'r cyflwr. Er hynny, dywedodd fod cleifion sy'n cyflwyno gyda chancr wedi'i achosi gan HPV1, yn ymateb yn dda iawn i driniaeth. Ar ddiwedd y ddarlith, roedd cyfle i holi'r ddwy arbenigwraig am y pynciau cyfoes hyn ac roedd yn amlwg, yn ôl y cwestiynau a ofynnwyd, fod llawer un wedi mwynhau rhan gyntaf y gynhadledd.

Yn dilyn y ddwy ddarlith arbennig yma, cafwyd cyfle i fynychu stondinau noddwyr y Gynhadledd. Hoffem fel cymdeithas ddiolch o galon i Heraeus Kulzer, Dental Directory a Denplan am eu cyfraniadau hael tuag at y Gynhadledd arbennig hon.

Wedi i bawb gael paned, cafwyd cyfle i wrando ar sesiwn arbennig i'r myfyrwyr a'r meddygon iau. Mr Alun Yewlett, Cofrestrydd Orthopaedeg yn Ysbyty Brenhinol Morgannwg, oedd y cyntaf i draddodi a chawsom gyflwyniad i'r byd orthopaedeg yn sgîl ei sgwrs am dorasgwrn. Cafwyd enghreifftiau o'r gwahanol doriadau yn y glun, y fraich a'r pelfis. Yna daeth Dr Emyr Humphreys, Cofrestrydd Gwynegonoleg Ysbyty Athrofaol Cymru i'r llwyfan i gyflwyno sgwrs ddifyr ar osteoporosis. Cafwyd disgrifiad o'r gwahanol raddau o'r cyflwr a'r triniaethau perthnasol. Dywedodd Dr Humphreys fod osteoporosis yn gyflwr cyffredin iawn yn enwedig mewn merched dros 50 oed er bod cryn dipyn o ddynion yn dioddef o'r cyflwr hefyd. Dywedodd hefyd fod osteoporosis yn gallu arwain at gymhlethdodau yn enwedig yn dilyn trawma. Fe soniodd am driniaeth gyda steroidau a hefyd, o ddiddordeb i ni'r deintyddion, triniaethau gyda Bisphosphonates. Er hynny, dywedodd Dr Humphreys fod triniaeth hir dymor gyda steroidau, yn rhyfedd iawn, yn gallu gwneud y cyflwr yn waeth. Neges Dr Humphreys yn syml iawn oedd i yfed peint o lefrith bob dydd a gwneud digon o ymarfer corff! Roedd cael ychydig bach o haul er mwyn cynhyrchu Fitamin D hefyd yn cael ei ystyried yn llesol i'r esgyrn. Yn dilyn y sesiwn yma, cafwyd bwffe bys a bawd a chyfle i'r meddygon a'r deintyddion ddod i adnabod ei gilydd yn well.

Ar ôl cinio, daeth yr awdures a'r gyflwynwraig Bethan Gwanas ymlaen i gyflwyno darlith goffa T. Arfon Williams. Teitl ei darlith oedd 'Gwneud iddyn nhw deimlo'n glyfar' a'r hyn a gafwyd oedd sgwrs hwyliog yn dilyn gyrfa Bethan fel awdures. Eglurodd y cefndir i rai o'i nofelau a chafwyd hanesion ambell gymeriad ynddynt. Yn wir, rhyfeddodd pawb at y nifer y nofelau a ysgrifennwyd ganddi, nofelau megis *Amdani*, *Gwrach y Gwyllt* a *Pen Dafad*. Dywedodd Bethan ei bod wedi gweld newid mawr yn agwedd pobl tuag at ei llyfrau dros y blynyddoedd. Ystyrid rhai o'i nofelau 'n ddi-chwaeth ar un cyfnod ond bellach mae'r nofel *Amdani* yn cael ei hastudio ar gyfer TGAU. Prawf arall o'i dawns fel awdures yw fod rhai o'i nofelau bellach wedi eu trosi i Saesneg megis *Ramboy* sy'n drosiad o *Pen Dafad*. Un peth oedd yn amlwg iawn yn dilyn ei sgwrs oedd fod darllen nofelau yr un mor boblogaidd heddiw ag y bu erioed, a bod nofelau ffuglen yn boblogaidd ymysg y meddygon a'r deintyddion fel ei gilydd.

Wedi paned sydyn, cynhaliwyd y cyflwyniad cyntaf o gystadleuaeth Tlws Bryn Morris Jones i'r deintyddion. Roedd pwyllgor y Gymdeithas Ddeintyddol wedi dewis pedwar cystadleuydd sef Lois Jones, sydd yn llawfeddyg yn yr adran macsilo-wynebol Ysbyty'r Tywysog Siarl ym Merthyr Tudful, Euros Jones sydd yn Ymarferwr Deintyddol Cyffredinol ym Mhont-hir ger Cwm-brân, Huw Cadwaladr Owen, Uwch Swyddog Tŷ yn yr adran macsilo-wynebol Ysbyty'r Tywysog Siarl ym Merthyr Tudful, a Meilir Tee-Evans, myfyriwr ar ei bedwaredd flwyddyn yn Ysgol Ddeintyddol Prifysgol Caerdydd.

Agorwyd y gystadleuaeth gan Lois gyda sgwrs ar y testun 'Antur yn Uganda'. Rhoddodd fraslun o'i hymweliad ag Uganda pan oedd yn gweithio gyda'r elusen Dentaid. Eglurodd wrthym fod ymweld â gwlad o'r fath yn her enfawr gan fod yr amodau mor anodd yno. Daeth yn amlwg o'r dechrau fod galw mawr am wasanaeth deintyddol yn y pentrefi a fynychodd. Eglurodd hefyd fod gweithio yn y gwres llethol yn her gan fod rhaid newid lleoliad yr offer yn gyson fel nad oedd y deunyddiau'n caledu'n gyflym dan y gwres tanbaid. Soniodd hefyd am draddodiadau a diwylliant y wlad yn cynnwys yr arfer 'Infant Oral Mutilation'.

Yna daeth Meilir ymlaen yn syth o'r cae rygbi lle bu'n chwarae i dîm myfyrwyr Ysgol Ddeintyddol Prifysgol Caerdydd mewn cystadleuaeth chwaraeon rhyng-golegol. Cyflwynodd Meilir hanes ei daith i Ghana gyda Brigâd Ddeintyddol Ysgol Ddeintyddol Caerdydd y flwyddyn honno pan aeth criw o fyfyrwyr yno i gynnig gwasanaethau deintyddol. Yn ôl Meilir, roedd galw mawr am eu gwasanaeth a daethant yn fedrus mewn echdynnu yn fuan iawn. Eglurodd Meilir fod y gwres tanbaid yno yn peri i'r deunyddiau, sy'n gyffredin i'n gwlad ni, galedu'n llawer rhy gyflym ac felly bu'n rhaid addasu'r technegau i gyd-fynd â'r amodau. Roedd y dulliau o lanhau a sterileiddio yn gyntefig o gymharu â'r hyn yr oedd y criw wedi'i brofi ym Mhrydain a gwnaeth Meilir bwynt o drafod y cyfyngderau moesol o orfod ailddefnyddio offer oedd heb ei sterileiddio. Gweithiai'r myfyrwyr fesul pâr a chynyddodd eu rhestr o gleifion fel y deuai pobl i wybod bod y deintyddion yno.

Huw oedd y nesaf i gystadlu a chafwyd cyflwyniad diddorol iawn ganddo am lawdriniaeth adferol ar y wefus yn dilyn brathiad dynol. Cyfeiriodd at un achos penodol gan roi disgrifiad manwl o'r archwiliad yn gyntaf ac yna'r rheolaeth yn cynnwys y technegau adferol a'r gofal ôl-lawfeddygol. Roedd hi'n amlwg fod hwn yn achos anodd iawn yn gofyn am gynllunio manwl a chryn fedrusrwydd llawfeddygol. Difyr iawn oedd deall bod llawer o'r technegau hyn wedi'u datblygu'n wreiddiol gan lawfeddygon milwrol ac, yn wir, roedd y canlyniad terfynol yn anhygoel.

Yn olaf, daeth Euros ymlaen i gyflwyno sgwrs yn dwyn y teitl 'Fy mhrofiad i o ddeintyddiaeth America Ladin' sef disgrifiad manwl o'i ymweliad â De America pan oedd yn fyfyriwr yn Ysgol Ddeintyddol Prifysgol Dundee. Roedd y prosiect wedi'i leoli ym Mrasil a'r Amazon ac roedd hi'n amlwg fod hyd yn oed cyrraedd rhai o bentrefi'r Amazon yn dipyn o dasg. Gwelwyd tlodi difrifol a galw mawr am wasanaeth deintyddol yn sgîl yr effaith a gaiff deiet y gorllewin ar iechyd geneuol y boblogaeth. Gwelwyd bod tirwedd anodd a thlodi yn cael effaith negyddol ar iechyd y geg yn enwedig yn yr Amazon. Yna cawsom flas ar y gwaith deintyddol sydd yn cael ei gyflawni ym Mrasil. Cafwyd disgrifiad o'r driniaeth arbennig sydd yn cael ei gynnig ar wefus a thafod bylchog ac anomalïau creuan-wynebol a sut y mae'r driniaeth hon yn cymharu â'r driniaeth gyffelyb ym Mhrydain.

Roedd pawb yn gytûn fod safon y gystadleuaeth wedi bod yn uchel iawn a phawb wedi mwynhau'r cyflwyniadau proffesiynol. Y gynulleidfa oedd i ddewis yr enillydd a hynny trwy ddefnyddio system marcio benodol. Huw Cadwaladr Owen a aeth â'r wobr yn dilyn ei sgwrs wreiddiol ac addysgiadol ar lawdriniaeth adferol ar y wefus.

Cynhaliwyd cinio arbennig yn y gwesty fin nos lledr oedd oddeutu cant o ddeintyddion a meddygon yn cyd-wledda. Pleser mawr i ni fel deintyddion oedd cael cyflwyno tystysgrif a thlws arbennig i Huw Cadwaladr Owen yn sgîl ei lwyddiant yng nghystadleuaeth Tlws Coffa Bryn Morris Jones. Yn dilyn y seremonïau gwobrwyo, cynhaliwyd talwrn barddol, yn ôl traddodiad y meddygon. Bethan Gwanas a gafodd y dasg o osod llinyn mesur ar yr englynion a'r limrigau a braf yw cael dweud bod ambell wobr wedi dod i gyfeiriad y deintyddion! Yna cawsom gymdeithasu i gyfeiliant cefndirol grŵp gwerin cyn i'r criw ifanc yn ein plith godi canu. Ac felly y bu hyd oriau mân y bore!

Trannoeth, â phawb ychydig yn fregus, agorwyd ail ddiwrnod y gynhadledd gan Manon Pritchard, deintydd rhan amser sydd yn gweithio ar ddoethuriaeth ar y cyd rhwng Prifysgol Caerdydd a Phrifysgol Abertawe. Mae gwaith ymchwil Manon yn ymwneud â thrin bioffilmiau trwy ddefnyddio alginad a chafwyd blas ar y gwaith arloesol hwn wrth iddi gyfeirio at ei gwaith yn ceisio trin ffibrosis codennog (*cystic fibrosis*) yn benodol. Eglurodd Manon fod noddwyr ei gwaith ymchwil wedi eu lleoli yn Norwy a'u bod yn defnyddio gwymon arbennig i greu'r alginad priodol. Yn wir, roedd yn amlwg fod y canlyniadau yn addawol iawn gan fod yr alginad yn lladd y bacteria trwy ei orchuddio. Y gobaith yw y bydd alginad yn gallu cael ei ddefnyddio i wella cyflyrau megis ffibrosis codennog gan fod dyddiau gwrthfiotigau yn dirwyn i ben yn sgîl y ffaith fod cymaint o facteria bellach yn llwyddo i'w gwrthsefyll. Dalier ati Manon - mae gwobr Nobel yn disgwyl amdanat!

Yna daeth Dr Gareth Llewelyn, Ymgynghorydd Newroleg yn Ysbyty Athrofaol, Caerdydd, i'r llwyfan i gyflwyno sgwrs ryngweithiol ar y testun 'Poen yn yr Wyneb'. Cawsom enghreifftiau o gleifion yn dioddef o wahanol gyflyrau a'n tasg ni fel cynulleidfa oedd gwahaniaethu rhyngddynt, e.e. Trigeminal Neuralgia, Cluster headaches, TMJ, Sinusitis, a hyd yn oed dannodd!

I gloi'r gynhadledd lwyddiannus, cafwyd cwis ar feddygaeth geneuol dan ofal Quentin Jones, Darlithydd rhan-amser yn Ysgol Ddeintyddol Prifysgol Caerdydd ac Ymarferydd Deintyddol yn Abertawe. Hoffai'r Gymdeithas ddiolch yn arbennig i'r Athro Mike Lewis, Deon a Chyfarwyddwr yr Ysgol Ddeintyddol yng Nghaerdydd am ddarparu cwis mor ddiddorol. Yna, wedi tamaid o ginio, daeth Cynhadledd 2013 i ben. Y teimlad cyffredinol oedd fod y gynhadledd arbennig hon wedi bod yn llwyddiant ysgubol! Diolch i bawb a gymerodd ran a phawb a fu'n gweithio mor galed yn y cefndir.