Torri dannedd

Taflen Wybodaeth i Gleifion

Gwasanaeth Anhwylderau Cyffredin

Dim ond os yw'ch fferyllydd wedi eich cynghori ynglŷn â'ch cyflwr neu gyflwr eich babi y dylech chi ddefnyddio'r ffurflen hon.

Bydd dannedd cyntaf eich babi yn dechrau dod trwy'r deintgig pan fydd rhwng 4 a 12 mis oed. Enw hyn yw torri dannedd. Fel arfer, mae'r dannedd blaen gwaelod yn dod gyntaf.

Bydd eich babi yn aml yn dangos arwyddion bod ei ddannedd ar fin torri tua 3 i 5 diwrnod cyn i ddant ymddangos.

Mae arwyddion o dorri dannedd fel arfer yn fach ac nid ydyn nhw yn para'n hir, ond gall torri dannedd fod yn boenus i'ch babi. Oherwydd hyn, efallai:

- bydd eich babi'n bwyta neu'n cysgu llai
- bydd yn fochgoch
- bydd y deintgig yn chwyddo ac yn goch
- bydd poer yn dod i'r dannedd/allan o'r geg
- bydd yn brathu, yn cnoi neu'n sugno pethau
- bydd yn rhwbio ei ddeintgig
- bydd yn anniddig

Nid yw torri dannedd fel arfer yn gwneud eich plentyn yn sâl gyda dolur rhydd na thymheredd. Gall y symptomau hyn awgrymu rhywbeth arall fel haint.

Triniaeth

Mae torri dannedd yn broses normal. Dim ond ychydig o symptomau fydd gan lawer o fabanod ac os felly ni fydd angen triniaeth.

Sut i helpu eich babi i deimlo'n well

Os oes gan eich babi symptomau, gallwch chi ei helpu drwy roi rhywbeth glân ac oer iddo gnoi arno. Gall pethau wedi'u rhewi niweidio deintgig eich babi, felly defnyddiwch yr oergell i oeri pethau ar gyfer cnoi.

Mae **enghreifftiau diogel** yn cynnwys:

- modrwy torri dannedd oer, solet (nid rhai hylif/gel oherwydd gall yr hylif ddod allan)
- fflannel oer, gwlyb
- ffrwythau neu lysiau wedi'u hoeri (os yw'ch babi wedi'i ddiddyfnu neu *weaned*)

Gallwch chi hefyd **leddfu poen** babi drwy:

- rhwbio ei ddeintgig gyda bys glân
- cwtsho a chwarae gyda nhw
- rhoi diod oer a di-siwgr iddo/iddi

Er mwyn helpu i **osgoi tagu**, gwnewch yn siŵr

- nad ydych chi'n rhoi unrhyw beth i'ch babi gnoi arno a allai dorri'n ddarnau caled
- nad ydych chi'n clymu modrwyau dannedd o amgylch gwddf eich babi
- eich bod yn aros yn agos pan fydd eich babi'n bwyta

Triniaeth

Meddyginiaethau sy'n gallu helpu

Nid yw'r meddyginiaethau hyn yn addas i bawb. Gwnewch yn siŵr eich bod wedi gofyn i'ch fferyllydd am gyngor ynghylch pa driniaeth sydd orau i'ch babi.

Lleddfu poen

Os yw'ch babi'n hŷn na 3 mis oed ac yn dal mewn poen ar ôl i chi geisio lleddfu symptomau torri dannedd, efallai y bydd **paracetamol** neu **ibuprofen** yn helpu.

Geliau torri dannedd

Mae geliau torri dannedd ar gael i'w prynu ond nid oes llawer o dystiolaeth eu bod yn helpu. Maen nhw'n gallu bod yn niweidiol.

Os byddwch chi'n dewis defnyddio gel torri dannedd, gwnewch yn siŵr ei fod yn un sy'n addas ar gyfer plant ifanc a pheidiwch â defnyddio gormod. Dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr yn ofalus.

Gofynnwch i'ch fferyllydd am gyngor os nad ydych chi'n siŵr.

Darllenwch y daflen wybodaeth i gleifion sy'n dod gyda'ch meddyginiaeth bob amser.
Os ydych chi'n poeni am unrhyw sgîl-effeithiau o driniaeth, rhowch wybod i feddyg, nyrs neu fferyllydd. Gallwch hefyd adrodd am sgîl-effeithiau ar ap neu wefan Cerdyn Melyn.

Pryd i chwilio am help

Cysylltwch â'ch meddyg teulu neu ffoniwch 111 os ydy'ch babi:

- yn llai na 3 mis oed ac mae ganddo dymheredd o 38°C neu uwch neu dymheredd o 39°C neu uwch os yw e rhwng 3 a 6 mis oed
- yn ymddangos yn sâl neu'n gynhyrfus

Os ydych chi'n poeni nad yw cyflwr eich babi'n gwella, neu ei fod yn gwaethygu, siaradwch â'ch meddyg teulu.

More information

I gael mwy o wybodaeth am dorri dannedd neu feddyginiaeth, siaradwch â'ch fferyllydd neu edrychwch ar y gwefannau canlynol:
GIG 111 Cymru: https://111.wales.nhs.uk/encyclopaedia/t/article/teething/
GIG: https://www.nhs.uk/conditions/baby/babys-development/teething/
Medicines A-Z: https://www.nhs.uk/medicines/

Mae gwybodaeth o'r adnoddau uchod wedi'i chynnwys yn y daflen hon.

Mae'r daflen hon hefyd ar gael yn Saesneg. This leaflet is also available in English.

Fersiwn: 1 Cyhoeddwyd: Mai 2023
Pob delwedd o Getty Images a Canva Pro

GCFC | WMAS
Gwasanaeth Cyngor ar Feddyginiaethau Cymru
Welsh Medicines Advice Service