

A ellir rhyddhau tafodrwym er mwyn lleddfu anawsterau bwydo?

Cyn i ni fynd yn gymdeithas sy'n bwydo o botel yn y ganrif ddiwethaf, roedd meddygon a bydwagedd yn gwybod y gallai tafodrwym effeithio ar fwydo baban a byddent yn ei ryddhau er mwyn helpu'r fam a'r baban. Wrth i'r botel ddod yn fwy cyffredin, anghofwyd am dafodrwym fel achos posibl anawsterau bwydo. Dros y blynyddoedd diwethaf cafodd astudiaethau eu gwneud yn y DU a'r Unol Daleithiau sydd wedi dangos y gall tafodrwym achosi problemau bwydo i rai babanod a bod ei ryddhau yn cael effaith fanteisiol iawn ar y problemau bwydo a ddisgrifiwyd.

Sut mae tafodrwym yn cael ei drin?

Yn ystod 6 mis cyntaf bywyd mae tafodrwym yn cael ei ryddhau drwy driniaeth syml sy'n cymryd ychydig o eiliadau'n unig. Nid oes angen anaesthetig ar y baban, dim ond ychydig smotiau o waed fydd yna a bydd y baban yn dod yn ôl at ei fam yn syth i gael bwydo o'r fron. Yn anaml iawn gall tafodrwym ailffurfio a gallai hyn olygu triniaeth bellach wrth i'r plentyn fynd yn hŷn.

Can tongue-tie be released in order alleviate feeding difficulties?

Before we became a bottle-feeding society in the last century, doctors and midwives knew that a tongue-tie might affect a baby's feeding and would release it in order to help the mother and baby. As bottle use became more common, tongue-tie as a possible cause of breastfeeding problems was forgotten.

Over the last few years studies have been carried out both in the UK and in the USA which have shown that tongue tie may cause feeding problems for some babies and that releasing it has a very beneficial effect on the breastfeeding difficulties described.

How is tongue-tie treated?

During the first 6 months of life a tongue-tie is released by a simple procedure that takes just a few seconds. The baby does not require an anaesthetic, there is usually just a few spots of blood and baby will be brought back to mum immediately for a breastfeed. Very rarely a tongue tie may reform and require further surgery as the child gets older

If you would like further information on tongue-tie or the procedure to release it please discuss with your midwife or health visitor. Your midwife or health visitor can make an appointment for you to attend the breastfeeding clinic for further assessment if tongue tie appears to be causing breastfeeding difficulties



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Bwrdd Iechyd Prifysgol
Betsi Cadwaladr
University Health Board

Tafodrwym**Tongue-tie****Gwybodaeth i rhieni****Information for parents**

Beth yw tafodrwym?

- Tafodrwym yw darn ychwanegol o groen sy'n mynd o dan y tafod i lawr y geg.
- Weithiau mae'n sownd wrth flaen y tafod, weithiau ymhellach yn ôl o dan y tafod.
- Mae'r rhan fwyaf o dafodau rhwym yn denau iawn ac yn hir, mae rhai yn dewach ac yn fwy trwchus.
- Credir bod tua hanner y babanod tafodrwym â rhywun arall yn teulu sydd â thafodrwym hefyd.
- Mae tafodrwym yn fwy cyffredin mewn bechgyn na merched.

Ydi tafodrwym yn effeithio ar fabanod?

Mae ymchwil ddiweddar wedi awgrymu y gall rhai babanod tafodrwym gael anawsterau wrth fwydo. Y rheswm am hyn yw bod tafod sy'n symud yn rhwydd yn bwysig iawn i gydio yn y fron yn iawn ac i dynnu llaeth yn effeithiol o'r fron wrth fwydo. Fodd bynnag mae pob mam a baban yn wahanol a bydd rhai yn cael eu heffeithio'n fwy gan dafodrwym nag eraill. Dyma'r arwyddion a allai ddangos bod yna anawsterau:

I'r baban:

- Anhawster mewn cydio yn y fron a/neu ei chael yn anodd aros yn sownd unwaith eu bod wedi cydio (fel pe baent yn "llithro i ffwrdd")
- Bwydo am gyfnodau hir iawn – bron drwy'r amser, oherwydd nad yw'r baban yn gallu cael bwyd da.
- Gall y baban fod yn anodd iawn ei setlo ac eisiau bwyd y rhan fwyaf o'r amser.
- Ddim yn ennill llawer o bwysau.

I'r Fam:

- Tethi poenus/wedi eu hanafu
- Gall y cyflenwad llaeth leihau oherwydd nad yw'r baban yn gallu tynnu digon o laeth o'r fron
- Mastitis – yn aml yn digwydd dro ar ôl tro oherwydd bod llaeth ar ôl yn y fron.

Mae'n bosibl mai dim ond un o'r problemau yma fydd gan rai mamau a babanod, gall eraill brofi mwy ohonynt a gall eraill fwydo heb unrhyw broblemau.

What is a tongue-tie?

- A tongue-tie is an extra piece of skin that goes from underneath the tongue to the floor of the mouth.
- Sometimes it is attached to the tip of the tongue, sometimes further back under the tongue.
- Most tongue-ties are very thin and long, a few are thicker and chunky.
- It is thought that around half of the babies with a tongue-tie have someone else in the family who also has a tongue-tie.
- Tongue-tie is more common in boys than girls.

Does tongue-tie affect babies?

Recent research has suggested that some tongue-tied babies may experience feeding difficulties. The reason for this is that a free moving tongue is very important for proper latching onto the breast and for effective removal of milk from the breast during feeding. However all mums' and babies are different and some will be more affected by a tongue-tie than others'. The signs that may indicate possible difficulties are:

For baby:

- Difficulty latching onto the breast and/or difficulty staying attached once latched onto the breast (seems to keep "slipping off")
- Feeding for very long periods - almost continuously, due to baby being unable to obtain a good feed.
- Baby may be very unsettled and seem hungry most of the time.
- Weight gain may be poor

For Mum:

- Sore/damaged nipples
- Milk supply may dwindle due to baby not being able to remove milk from the breast adequately
- Mastitis - often reoccurring due to milk being left in the breast.

Some mothers' and babies may have only one of these problems, others may experience more of them and some may feed without any problems.