

Bijtketting voor volwassenen

Blog



Betrap jij jezelf er nog vaak op dat je nagels bijt, of zien je potloden en pennen er altijd afgekauwd uit? Of heb jij ook wel eens het gevoel dat je overspoeld wordt door informatie? Doodmoe kun je worden van alle prikkels die er op een dag op je afkomen.

Niet alleen kinderen maar ook volwassenen kunnen daarom veel baat hebben bij het gebruik van kauwsieraden. Ze zijn verkrijgbaar in vele soorten en maten. Kies je voor een neutraal exemplaar of liever een met een mooi kleurtje?

Wat is een bijtketting?

Een bijtketting voorkomt nagelbijten (en bijten op kleren, potloden, etc.), geeft rust bij spanning en verwerking van prikkels (ook bij vormen van hooggevoeligheid, ADHD, ADD, autisme, etc.) en verhoogt de concentratie. Een bijtketting voor volwassenen is daarbij een eenvoudig hulpmiddel.

De bijtketting is een flexibele hanger, gemaakt om op te bijten bij spanning of prikkels. De ketting helpt iedereen met verhoogde kauwbehoefte, snel is afgeleid, gevoelig is voor prikkels of altijd zit te wiebelen. Maar ook potlood-, kleding- of nagelbijten is met een bijtketting verleden tijd.

[Probeer Nu een Bijtketting](#)

Ze werken allemaal volgens hetzelfde principe en helpen jou je dag beter door te komen. Kauwen helpt bij het reguleren van prikkels. Bijvoorbeeld om even tot rust te komen of je even te focussen op waar je mee bezig bent. En kauwen bevordert de *cognitieve functies*, ofwel: het helpt je om goed te concentreren als je diep nadenkt of brainstormt. Het verbetert zelfs je geheugen.

En daarnaast helpt de bijtketting tegen het kauwen op slechte alternatieven, zoals nagels en potloden; slecht voor de gezondheid en voor tanden – en het geeft beschadigingen.

Goed voor je hersenen

Wist je dat kauwen enorm kan helpen om alert te blijven? De behoefte om op een potlood te kauwen tijdens het blokken voor een tentamen is daar een goed voorbeeld van.

Maar ook tijdens een lange autorit kan een bijtsieraad echt een uitkomst zijn. Vergeet nagelbijten, kauwen op potloden, kettinkjes, kleren (zoals sweater-touwtjes of mouwen), etc. Een bijtketting is vrij van schadelijke stoffen, beschadigt geen tanden en maak je in een oogwenk schoon onder de kraan of makkelijk in de vaatwasser. Wel zo hygiënisch.

Overprikkeling

Er gebeurt veel om ons heen, elke dag opnieuw. Sensorische informatieverwerking kan problemen geven.

Zeker voor volwassenen met ADHD, ADD of autisme kunnen prikkels ontzettend moeilijk en vermoeiend zijn. Prikkels zijn vaak niet te stoppen en blijven maar komen.

Een kauwketting helpt je om gevoelens van stress en overprikkeling beter te reguleren.

[Spanningen](#) worden minder.

Zo word je minder heftig overweldigd door alle informatie en prikkels van buitenaf en kun je beter functioneren. En voorkom je dat het je even allemaal teveel wordt.

Moment voor jezelf

Wanneer je de behoefte voelt je terug te trekken op bijvoorbeeld je werk is het vervelend als dat niet kan. In dat soort situaties is een kauwsieraad een redding.

Terwijl je fysiek aanwezig bent heb je toch de mogelijkheid je af te sluiten van wat er om je heen gebeurt. Het geeft de nodige focus.

Een paar minuten ontspanning kan waardevol zijn voor een beter verloop van de rest van de dag. Bijtkettingen en bijtdoppen worden meer gebruikt door volwassenen dan je wellicht zou denken.

Bijtketting voor volwassenen

Volwassenen kiezen vaak voor een subtiele bijtketting in onopvallende kleur – bijvoorbeeld een pastel kleur of een donkere kleur – zodat ze niet opvallen als ze niet onder de kleding worden gedragen. Met name de [Basic Bijtkettingen](#) zijn populair bij volwassenen en de [Kauwdoppen](#) voor bijvoorbeeld in een werksituatie. In de zorg of als onderdeel van therapieën worden ook vaak [bijtkettingen voor School en Zorg](#) ingezet.





 Bijtketting.nl

[Kopen en meenemen](#)

Huidige prijs is: €5.49.



 Bijtketting.nl

Huidige prijs is: €2.75.



 Bijtketting.nl



[d om te tonen op school, BSO, vereniging, etc.](#)

Huidige prijs is: €1.25.



 Bijtketting.nl



 Bijtketting.nl



KAUWINTENSITEIT: INTENSIEF



 Bijtketting.nl



 Bijtketting.nl

3,95 Huidige prijs is: €13.95.



 Bijtketting.nl

[Bijtketting Donut | Donut Happy Sprinkles | Diverse kleuren](#)



[Stevige bijtketting Dino kauwketting | Dinosaurus T-Rex Dino](#)

€15.95 - €16.95 Prijsklasse: €15.95 tot €16.95

Tags: bijtketting, concentratie, Kauwketting, prikkelverwerking, sensomotorische ontwikkeling, volwassenen

Wat is een bijtketting?

Een bijtketting voorkomt nagelbijten (en bijten op kleren, potloden, etc.), geeft rust bij spanning en verwerking van prikkels (o.a. vormen van hooggevoeligheid, ADHD, ADD, autisme, etc.) en verhoogt de concentratie. Zowel voor kinderen als volwassenen.

De bijtketting is een flexibele hanger, gemaakt om op te bijten bij spanning of prikkels. De ketting helpt iedereen met verhoogde kauwbehoefte, snel is afgeleid, gevoelig is voor prikkels of altijd zit te wiebelen. Maar ook potlood-, kleding- of nagelbijten is met een bijtketting verleden tijd.

PROBEER NU EEN BIJTKETTING