

Hoe een bijtketting helpt bij mondmotorische ontwikkeling

Kauwen en Bijten



Heb je ooit nagedacht over hoe belangrijk kauwen eigenlijk is? Nee, niet alleen om je eten fijn te malen, maar ook voor spraak, ademhaling en spiercontrole in de mond. Vooral bij kinderen speelt mondmotoriek een cruciale rol in hun ontwikkeling. En toch kan die ontwikkeling soms wat extra stimulatie nodig hebben. Dat is precies waar een bijtketting van pas komt.

Waarom is mondmotoriek zo belangrijk?

Mondmotoriek gaat over de controle en coördinatie van de spieren in je mond, tong, lippen en kaak. Die spieren zijn essentieel voor:

- **Spraakontwikkeling:** Duidelijk praten vereist een nauwkeurige controle over mondspieren.
- **Ademhaling:** Een goede mondmotoriek helpt kinderen om op de juiste manier door hun neus of mond te ademen.
- **Voedselverwerking:** Goed kauwen en slikken is belangrijk voor een gezonde spijsvertering.
- **Expressie:** Mondspieren spelen een rol bij gezichtsuitdrukkingen en sociale communicatie.

Als een kind moeite heeft met mondmotoriek, kan dat invloed hebben op hoe ze praten, eten en zelfs hoe ze omgaan met prikkels. Sommige kinderen ontwikkelen deze vaardigheden vanzelf, terwijl anderen wat extra ondersteuning nodig hebben.

De rol van kauwen bij mondmotorische ontwikkeling

Kauwen is eigenlijk een workout voor de mond. Het helpt spieren sterker te maken en beter samen te laten werken. Denk maar eens aan een baby die begint met bijten op speelgoed voordat hij gaat praten. Dat is niet zomaar een fase – het is een manier om mondspieren te trainen.

Bij oudere kinderen werkt het net zo. Als de mondmotoriek niet helemaal op gang komt, kan extra kauwen helpen. Kauwen stimuleert de spieren, bevordert de bloedsomloop en helpt bij het verfijnen van bewegingen die nodig zijn voor praten en slikken.

Waarom sommige kinderen extra mondmotorische stimulatie nodig hebben

Niet elk kind ontwikkelt mondmotoriek op dezelfde manier. Sommige kinderen hebben extra kauwbehoefte door bijvoorbeeld:

- Vertraging in spraakontwikkeling
- Sensorische verwerkingsproblemen
- ADHD of autisme
- Angst of spanning, wat zich kan uiten in kauwgedrag
- Gewoontes zoals nagelbijten of kledingbijten

Bij deze kinderen zie je vaak dat ze instinctief iets zoeken om op te kauwen: potloden, hun nagels, mouwen van een trui... Niet ideaal natuurlijk, en bovendien slecht voor hun tanden en hygiëne.

Hoe een bijtketting hierbij helpt

Een bijtketting biedt een veilige, hygiënische en duurzame oplossing voor kinderen die behoefte hebben aan extra mondmotorische stimulatie. In plaats van nagels of kleren, hebben ze een flexibel hulpmiddel dat speciaal is ontworpen om op te bijten. Dit heeft meerdere voordelen:

- **Versterkt de mondspieren:** Door op een bijtketting te kauwen, trainen kinderen hun kaak, tong en lippen.
- **Helpt bij spraakontwikkeling:** Sterkere mondspieren dragen bij aan duidelijker praten.
- **Reguleert prikkels:** Kauwen helpt kinderen met ADHD, autisme of hooggevoeligheid om spanning te verminderen en zich beter te concentreren.
- **Gezond alternatief voor schadelijke gewoonten:** In plaats van nagelbijten of kledingkauwen hebben ze een veilige optie.
- **Stimuleert speekselproductie:** Dit helpt bij een gezonde mond en voorkomt een droge mond, wat belangrijk is voor eten en slikken.

Voor welke kinderen is een bijtketting geschikt?

Een bijtketting is geschikt voor kinderen met:

- Vertraging in spraakontwikkeling

- Problemen met slikken of eten
- Een verhoogde kauwbehoefte
- Concentratieproblemen
- Sensorische verwerkingsstoornissen
- Stress of angst

Ook logopedisten en ergotherapeuten gebruiken bijtkettingen in hun praktijk als hulpmiddel bij mondmotorische oefeningen. Het is dus een bewezen methode om kinderen te helpen bij hun ontwikkeling.

Bijtkettingen als discreet hulpmiddel

Een groot voordeel van een bijtketting is dat het een onopvallend hulpmiddel is. In tegenstelling tot bijvoorbeeld fidget toys of wiebelkussens, kun je een bijtketting altijd en overal gebruiken – thuis, op school of onderweg. Kinderen hoeven er geen toestemming voor te vragen en kunnen hem gewoon zelf pakken wanneer ze hem nodig hebben.

Hoe kies je de juiste bijtketting?

Niet elke bijtketting is hetzelfde. Sommige zijn zachter, andere steviger – en welke het beste past, hangt af van de kauwintensiteit van het kind. Hier zijn een paar tips:

- **Voor lichte kauwers:** Kies een zachte en flexibele bijtketting.
- **Voor gemiddelde kauwers:** Een medium stevige bijtketting is vaak een goede optie.
- **Voor intensieve kauwers:** Ga voor een extra stevige variant zonder dunne uitsteeksels.

Daarnaast is het belangrijk om te letten op het materiaal. Kies altijd voor een **BPA-vrije, ftalaatvrije en latexvrije** bijtketting van veilige siliconen.

Een natuurlijk hulpmiddel voor een gezonde ontwikkeling

De mondmotoriek is een essentieel onderdeel van de ontwikkeling van een kind. Soms gaat dat vanzelf, maar soms is er wat extra ondersteuning nodig. Een bijtketting biedt een eenvoudige en effectieve manier om mondspieren te versterken en helpt bij spraak, ademhaling en concentratie. Bovendien is het een veilig en hygiënisch alternatief voor kinderen die graag ergens op kauwen.

Of het nu gaat om een kind met spraakproblemen, sensorische uitdagingen of gewoon een grote kauwbehoefte – een bijtketting kan nét dat hulpmiddel zijn dat helpt bij een gezonde, natuurlijke ontwikkeling.

Tags: [mondmotoriek](#), [mondmotorische ontwikkeling](#), [sensorische prikkelverwerking](#), [spraakontwikkeling](#)

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