

Blij door een Bijtketting

Blog, ADHD, Autisme, Kauwen en Bijten, Nagelbijten, Sensorische integratie en Prikkelverwerking



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. Kortom: een bijtketting is het eenvoudige hulpmiddel om grip te krijgen op je prikkels.

Voor iemand die geen ervaring heeft met **bijtkettingen** is het soms moeilijk te begrijpen: waarom worden kinderen (alle leeftijden) én hun ouders **blij van een bijtketting**?

En wie kan dat nu beter uitleggen, dan de gebruikers van bijtkettingen zelf?

We vroegen het kinderen en ouders die ervaringen hebben met bijtkettingen. En dit is wat zij zeggen:

“Mijn zoon “eet” zijn trui, de afstandbediening, dekbed, nagels etc. Sinds hij een bijtketting heeft kan ik zijn nagels weer knippen, blijven zijn truien heel enz. De bijtketting geeft hem een stukje zekerheid en rust, wat ontzettend belangrijk is. Wij en hij is er enorm blij mee!” – Esther



“Mijn dochter heeft 2 bijtkettingen, omdat ze het soms moeilijk vindt om prikkels te weerstaan en haar kleren kapot. We zijn er super blij



“Mijn zoon heeft ook een bijtketting. Nu

heeft hij hem niet veel meer nodig, maar in de periode dat het op school niet goed ging en hij met een taalstoring kampte waardoor hij niet goed kon uitleggen wat er allemaal aan de hand was en hij veel frustratie had, heeft hij er echt veel baat bij gehad.” – Astrid

“Mijn zoontje is hooggevoelig en kan een bijtketting goed gebruiken. Als hij overprikkeld is, gaat hij vaak in dingen bijten.” – Melanie

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](#)

Wat zeggen onze klanten?

[Lees onze externe Klantreviews](#)

Een groot aantal kinderen ervaart spanning en onrust in vreemde omgevingen, op school of in omgang met anderen. Ze gaan daardoor bijvoorbeeld nagelbijten of op kleding bijten, gaan zitten wiebelen, verliezen snel hun aandacht en concentratie of worden er druk/hyper door. Vaak komen ze in een neerwaardse spiraal, met onwenselijke effecten (zoals meer stress of dingen die kapot gaan) voor henzelf en hun omgeving, die niet goed weet hoe zij om moeten gaan met die spanningen.

“Mijn dochter die bijt werkelijk alles kapot tot aan kabels van de kop telefoon aan toe sinds zij een bijtketing heeft is dit al een stuk minder” – Ceriana



“Sinds onze zoon de bijtketting heeft, blijven alle potloden heel op school; in 1 week had hij al een flinke etui versleten. Door middel van ergens op kauwen, kan hij al het teveel aan prikkels reduceren! Geen schooldag meer zonder ketting!!” – Ina

“Mijn zoontje heeft ass (Autismespectrumstoornis). Wanneer er te veel prikkels zijn wil hij iets in zijn handen friemelen of bijten. Met deze bijtketting is hij sneller op zijn gemak.” – Ellen



Wat heel veel kinderen en ouders ervaren is dat een bijtketting helpt om die onrust en spanning weg te nemen. Prikkelen worden minder door het kauwen en daardoor heeft zoon of dochter betere concentratie, meer aandacht en meer rust. En daar worden niet alleen de kinderen zelf blij van, maar ook de omgeving zoals ouders, broertjes/zusjes, klasgenoten, onderwijzers, etc.

“In mijn groep 7 zit een aantal kinderen dat moeite heeft om zich te concentreren. Sommige leerlingen bijten daardoor op hun pennen, wiebelen op hun stoel of pakken van alles vast om het daarna te laten vallen. Ik ben erachter gekomen dat, wanneer ze kauwen op een bijtketting of kauwdop, ze zich beter kunnen concentreren.” – juf Joyce (groep 7)

“Hier vanaf zaterdag de bijtketting. Merkte thuis al dat hij z’n vingers niet meer aan het opeten was, wel met een paar aansporing dat hij de ketting in z’n mond mag doen. Gisteren een terug koppeling van zijn lerares dat het idd werkt. Ze had een ander kind in de klas die veel minder kletste door de les heen en wat langer kon concentreren op z’n werk” – Marcia



“In mijn praktijk zie ik veel kinderen die in meer of mindere

mate een verstoring hebben in het verwerken van allerlei externe prikkels, zoals door horen, zien, voelen, smaak, evenwicht, etc. Dat noemen we een verstoring van sensorische integratie. Een bijtketting blijkt voor allerlei kinderen een makkelijk hulpmiddel hier meer grip op te krijgen.” – kinderfysiotherapeute Karin (SI-therapeut)

“Het helpt hier goed tegen het kauwen op eigen nagels. Waardoor ik als moeder minder aan het waarschuwen ben, hierdoor geeft het ons hele gezin meer rust.” – Margriet

Een bijtketting wordt vaak beleefd als een eenvoudig hulpmiddel, waar de gebruiker zelf blij van wordt en het daardoor ook echt gebruikt. En dat merkt niet alleen het kind, maar ook zijn omgeving.

“Mijn zoon van 8 met autisme en ADHD vraagt zelfs om zijn kauwketting als hij naar bijvoorbeeld een verjaardag moet. Op school heeft hij hem sowieso altijd om en in het weekend kiest hij er zelf voor als hij spanning voelt of iets spannend vindt. Het helpt hem om rustiger te worden en dingen niet spannend te vinden. Als hij zijn kauwketting om heeft durft hij dingen die hij anders niet durft.” – Kim



Een bijtketting is niet alleen voor kinderen (van alle

leeftijden!), maar **ook voor tieners en volwassenen**. Naast de vrolijke kleurrijke bijtkettingen, zijn er voor tieners en volwassenen bijvoorbeeld ook bijtkettingen in subtiele pastel- of donkere kleuren. Een donkerkleurige Druppel of Ronde bijtketting is bijvoorbeeld onopvallend, maar erg effectief. Ook gebruiken volwassenen vaak bijtdoppen, die je achterop potlood of pen kan schuiven en ideaal is voor studie of werk. Een bijtketting hoeft dus helemaal niet “kinderachtig” of “meisjesachtig” te zijn – een associatie die sommige oudere jongens soms maken, terwijl zij er wel baat bij kunnen hebben. Donkere kleuren of bijtkettingen zoals de Army Tag en Skull vallen juist in de smaak bij tieners. Voor iedereen is wel een passende bijtketting te vinden – kies een bijtketting die past bij de drager, zodat deze hem ook echt gebruikt.

Een bijtketting ook iets voor jou of [je zoon](#)/dochter? Probeer het eens en ervaar zelf of het ook voor jou een uitkomst is.

→ **Tip:** *Eerste bijtketting? Neem een [Bijtketting Startpakket](#) en ervaar welke bijtketting het beste voor jou werkt.*

[Bijtketting Startpakket](#)

Ps: Dank aan alle ouders voor het delen van hun ervaringen! En speciale dank aan Ellen voor de foto's.

Tags: [bijtketting](#), [bijtketting.nl ervaringen](#), [bijtketting.nl reviews](#), [blij](#), [ervaringen](#), [Kauwketting](#), [reviews](#)

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