

Kinder mit erhöhtem Kaubedürfnis

Blog



Kinder, die auf Kleidung, Nägeln, Haaren, Stiften, Bleistiften oder sogar Schlüsseln kauen. Als Elternteil kann dich das schier wahnsinnig machen. Gerade weil du weißt, dass das Kauen auf all diesen Dingen nicht besonders gesund ist. Und schon gar nicht für die Zähne. Schnell stellt sich die wichtigste Frage: Warum kaut mein Kind so viel? Ich versuche das etwas näher zu erläutern und ein paar Tipps zu geben, mit denen du das Kauen etwas reduzieren – oder zumindest das Kauen auf schädliche Dinge einschränken – kannst.

Sensomotorische Entwicklung

Kinder stecken alles in den Mund – damit fängt es eigentlich an, und das ist völlig normal. Das beginnt schon in sehr jungem Alter und hat alles mit einem Prozess zu tun, der „sensomotorische Entwicklung“ genannt wird. Von Geburt an ist der Mensch neugierig, und

der beste Weg zu entdecken besteht darin, alles in den Mund zu stecken. Auf diese Weise lernt das Kind eine Menge über seine Umgebung, Materialien, Strukturen und Geschmäcker. Nach etwa 2 Jahren nimmt das Bedürfnis, „alles in den Mund zu stecken“, in der Regel langsam ab. Das Erkunden „über den Mund“ geht irgendwann in ein Erkunden „über die Hände“ über.

Warum ist es wichtig, das Kaubedürfnis meines Kindes zu verstehen, wenn es auf anderen Gegenständen kaut?

Das Kaubedürfnis eines Kindes zu verstehen ist entscheidend, besonders wenn es auf anderen Gegenständen kaut. Dieses Verhalten kann aus Angst, Langeweile oder einem zu hohen Stressniveau entstehen. Das Erkennen der [Ursachen und Lösungen für das Kauen auf Gegenständen](#) hilft Eltern, sinnvolle Strategien zu entwickeln und ihr Kind zu unterstützen.

Kauen als sensorische Selbstberuhigung

Es gibt eine erhebliche Gruppe von Kindern, die auch im späteren Alter noch regelmäßig Dinge in den Mund nehmen. Oft ist das auch der Beginn von Kauverhalten. Der Grund, warum manche Kinder ein erhöhtes Kaubedürfnis haben, ist eigentlich ganz einfach: Kauen kann zur sensorischen Selbstberuhigung beitragen und wirkt entspannend. Wenn das Nervensystem von Reizüberflutung betroffen ist, hat ein (starker) sensorischer Reiz auf den Kiefer eine sehr unterstützende Wirkung. Dieser Reiz wird auch als „Propriozeption“ bezeichnet. Wenn dein Kind auf etwas kaut, versucht es sich damit im Grunde selbst zu regulieren. Ein bekanntes Beispiel dafür, das sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen vorkommt, ist Nagelkauen in stressigen Momenten. Dieser Mechanismus funktioniert übrigens auch in umgekehrter Richtung. Bei Kindern, die zu wenig Reize erleben, kann Kauen die nötige Stimulation liefern. Kauen regt außerdem die Produktion von Speichel und Enzymen an, was dabei helfen kann, Glukose aus der Nahrung freizusetzen. Glukose, die über das Blut ins Gehirn transportiert wird, dient als primäre Energiequelle und kann für ein Gefühl von Wachheit sorgen. Das macht Kauen zu einem natürlichen Energieschub!

Kauen auf den falschen Dingen

Das Problem entsteht erst dann wirklich, wenn das Kaubedürfnis an Dingen ausgelebt wird, die dafür nicht gedacht sind. Kinder, die auf Stiften, Bleistiften, Nägeln, Haaren, Kleidung, Plastiktrinkhalmen usw. kauen. Erstens ist das allein schon deshalb unerwünscht, weil diese Produkte nicht zum Kauen hergestellt wurden. Es besteht also das Risiko, dass dein Kind Schadstoffe aufnimmt – besonders bei Kunststoff ist das eine ernste Gefahr. Darüber hinaus besteht die Gefahr von Zahn- und Kieferschäden, wenn übermäßig auf Dingen gekaut wird, die dafür nicht geeignet sind.

Warum kauen Kinder mit einem erhöhten Kaubedürfnis auch auf Kleidung?

Kinder mit einem erhöhten Kaubedürfnis können [auf Kleidung kauen](#) als eine Möglichkeit, Stress abzubauen oder sensorische Reize zu verarbeiten. Dieses Verhalten gibt ihnen ein Gefühl von Geborgenheit und Ruhe. Es kann auch dabei helfen, motorische Fähigkeiten zu entwickeln und die Konzentration in herausfordernden Situationen zu fördern.

Was kannst du als Elternteil tun, wenn dein Kind kaut?

Es ist in jedem Fall wichtig herauszufinden, warum dein Kind kaut. Ist es aus [Anspannung](#)? Steckt etwas dahinter? Oder ist es einfach so, dass das Kind das Bedürfnis nach dem starken sensorischen Reiz des Kauens hat? Was auch immer der Grund ist – es gibt einige Dinge, die das Kauverhalten deines Kindes positiv beeinflussen können.

Bewegen! Und zwar richtig!

Bewegung ist sowieso immer eine gute Idee. Aber gerade bei Kindern mit einem starken Kaubedürfnis ist Bewegung besonders empfehlenswert. Und eigentlich gilt: je intensiver, desto besser. Lass dein Kind ruhig rennen, klettern, springen, den Garten harken und das Auto waschen. Das liefert nämlich denselben sensorischen Reiz wie das Kauen.

Essen mit „Biss“

Wenn ein Kind das Bedürfnis nach dem sensorischen oralen Reiz (Propriozeption) hat und diesen durch Kauen auf allem Möglichen stillt, kann es sinnvoll sein, diesen Reiz auch über

das Essverhalten zu befriedigen. Dabei kannst du an Lebensmittel denken, bei denen es auch wirklich etwas zu kauen und zu „erleben“ gibt. Knusprige, knackige oder zähe Lebensmittel können dabei eine wichtige Rolle spielen. Müsli, Erdnüsse, Karotten, Äpfel, aber zum Beispiel auch ein Klassiker wie Süßholz haben dieselbe sensorisch unterstützende Wirkung wie das Kauen auf anderen Dingen.

Kauschmuck

Du kannst überlegen, ein „Kauprodukt“ anzuschaffen. Diese sind zum Beispiel in Form einer Kaukette oder eines speziellen Stifteinsatzes erhältlich. Unsere Kauprodukte sind speziell dafür entwickelt, das Kaubedürfnis auf verantwortungsvolle Weise zu erfüllen. Sie sind in allen möglichen Formen und Größen erhältlich – so ist für jeden etwas dabei (Kinder können da durchaus wählerisch sein ☹️). Alle unsere Produkte sind aus FDA Food Grade Silikon hergestellt und damit von jung bis alt 100 % sicher. Außerdem sind alle unsere Produkte mit



ck

[ARK's Kaukette Guitar Pick](#)

19,95 € – 20,95 €

inkl. MwSt.





ARK's Y-Chew® Kaustaab Y-Chew

15,95 €

inkl. MwSt.



ARK's Textured Grabber® Kauspielzeug

15,95 €

inkl. MwSt.



ARK's Kaukette Smiley Face Chewmoji®

23,95-€ Ursprünglicher Preis war: 23,95 €21,95 €Aktueller Preis ist: 21,95 €.

inkl. MwSt.



Startpaket SensoChew Kaukette: Regular Kaukette, Fidget, Karte und Box

43,37-€ Ursprünglicher Preis war: 43,37 €32,95 €Aktueller Preis ist: 32,95 €.

inkl. 19 % MwSt.



Startpaket SensoChew Kaukette: Xtra Sensory Kaukette, Fidget, Karte und Box

40,88 € Ursprünglicher Preis war: 40,88 € 32,95 € Aktueller Preis ist: 32,95 €.

inkl. 19 % MwSt.



Kaukette SensoChew Bite | Kauschmuck | Xtra Sensory

~~20,95 €~~ Ursprünglicher Preis war: 20,95 € 14,95 € Aktueller Preis ist: 14,95 €.

inkl. MwSt.



[Kaukette SensoChew Bite | Kauschmuck | Regular](#)

~~20,95 €~~ Ursprünglicher Preis war: 20,95 € 14,95 € Aktueller Preis ist: 14,95 €.

inkl. MwSt.

zzgl. [Versandkosten](#)

[Vollständiges Sortiment](#)

Was ist eine Kaukette?

Eine Kaukette ist ein fester Silikonanhänger zum Kauen, den man um den Hals trägt. Für Kinder ab 3 Jahren, Jugendliche und Erwachsene mit erhöhtem Kaubedarf, die sonst auf Kleidung, Nägel oder Stifte kauen.

Ein sicheres und geeignetes Ventil zum Kauen, für Kinder mit erhöhtem Kaubedarf oder sensorischen Bedürfnissen. Lebensmittelechtes Silikon, BPA-frei, in vier Stärken.

KAUKETTEN ANSEHEN