

Koopwijzer lichttherapielampen

Het is niet gemakkelijk om een persoonlijk advies te geven voor de aankoop van een lichttherapielamp. Allerlei persoonlijke aspecten en voorkeuren spelen daarbij immers een rol: budget, stijl, design, duurzaamheid.

Met onze toegespitste koopwijzer kunnen we uw keuze wellicht wat vergemakkelijken.

Prijs

Allereerst kunt u een grove indeling maken op basis van prijs. Als de kostprijs voor u van doorslaggevend betekenis is, dan is de **Daylight Power** een prima lichttherapielamp voor u. De kwaliteit van het licht van een goedkope lamp is niet minder dan van andere lampen. De duurder lampen geven wel meer licht (daardoor hoeft u minder dicht bij de lamp te zitten), het uiterlijk is mooier, de kast is duurzamer, maar het licht zelf is van gelijke kwaliteit.

Hebt u een wat ruimer budget tot uw beschikking, dan kunt u andere aspecten laten meewegen, zoals design en duurzaamheid.



Figuur 1: Daylight Power

Middenklasse.

In de prijs categorie rond de 250 euro is er een **Philipslamp (HF 3309)** met een digitale display, en een wat steviger Viluxlamp zonder dimmer (**Vilux 100**).

Beide lampen zijn wat duurzamer, zeker de wat steviger Vilux. Als u veel waarde hecht aan het design, dan is de Philipslamp ongetwijfeld mooier te noemen.



Figuur 2: Philips HF3309



Figuur 3: Vilux 100

LED-lampen

Het nadeel van een gewone lamp is de afmeting. In de winter is dat wellicht geen probleem, maar waar laat u de lamp in de zomer?

LED-lampen zijn klein en gemakkelijk op te bergen. De kwaliteit is duurzaam. Het licht is ongevaarlijk voor de ogen.

De **Golite P1** gaat op netstroom, de **Golite M2** is oplaadbaar.

U kunt deze lampen (vooral de M2) ook meenemen op reis, ter voorkoming van een jetlag.



Figuur 5: GoLite M2



Figuur 4: GoLite P1

Kantoor

Zoekt u een lamp die overdag ook gewoon op uw werk bruikbaar is, dan zijn er twee opties. De **Brightspark** is een 'kokervormige' lamp die u rechtop op uw bureau kunt zetten, en zodoende dus weinig ruimte in beslag neemt.

Met de **Bureaulamp** heeft u eigenlijk een twee-in-één lamp. Als u het sterke licht van de lichttherapie niet meer nodig hebt, dimt u de lamp, en hebt u een fraaie bureaulamp. Geen extra ruimte nodig dus op uw bureau.



Figuur 6:
Brightspark



Figuur 7: Bureaulamp

Grote lichtopbrengst

Als u een lamp aanschaft, die extra veel licht geeft, dan heeft dat een aantal voordelen. U kunt verder van de lamp af zitten, wat gemakkelijker kan zijn. De lamp kan ook door twee personen tegelijk worden gebruikt.

De **Pharos** is daarvoor uitermate geschikt. U hebt dan een sterke lichttherapielamp, waarvan u gegarandeerd jarenlang plezier hebt. De Pharos is ook te koop met een tafelstatief.

De **PhysioLight LD 220** onderscheidt zich van alle andere lampen door een behuizing van edelstaal. Bovendien kunt u deze lamp op een statief zetten, zowel op de grond, als op een tafel. Daarmee is deze lamp ook uitermate geschikt voor een artsen- of psychologenpraktijk.



Figuur 8: Pharos



Figuur 9: PhysioLight LD 220