

Dit artikel kwam mede tot stand door de medewerkers van het kenniscentrum: Ruud Hondema, Piet Luksemburg en Robert Jan de Bes die enkele nachten met de verschillende mini's sliepen. Met dank aan de inbreng van Jan Harks van Vivisol.

Vier mini-cpap's naast elkaar

redactie: **Piet-Heijn van Mechelen**

Het hoeft niet altijd een mini te zijn

De vraag is waarom je die mini zou willen hebben. Oké: omvang. Maar als je de standaard cpap zonder bevochtiger zou gebruiken, halveer je bij de meest machines al de omvang. Zou je op jouw cpap ook een dunne slang kunnen gebruiken (raadpleeg de leverancier) dan is die omvang ook gehalveerd. Gebruik je een full face masker en is Dreamware iets voor jou, dan is het volume van dat masker tot een derde teruggebracht. Ga je met een camper en werkt je cpap op 12v-24v, dan kun je meestal ook het transformatorblokje thuislaten. Kortom: er zijn alternatieven waarmee je het volume van je cpap zonder (grote) kosten kunt verminderen.

Mocht je 's nachts op zee zeilen, dan is zelfs een mra voor de vakantie te overwegen. Kleiner bestaat niet. Het is handiger dan een cpap op een stampend schip en je hebt geen problemen met de stroomvoorziening. Zo'n extra mra moet betaald worden uit eigen zak, dat wel.

Waarom wel of niet een mini

We snappen dat velen zo'n kleine handzame mini willen hebben. Maar realiseer je dat je die zelf moet betalen. Je kunt zo'n mini niet aan je leverancier vragen in plaats van je standaard cpap. Drie van de vier mini's die nu op de markt zijn, zijn niet gemaakt voor jarenlang permanent dagelijks gebruik. De meeste hebben een lichter, kleiner motortje. Alleen de Dreamstation Go gebruikt dezelfde motor als in de grotere cpap van Philips. Alle

mini's maken wat meer geluid dan een standaard cpap. De kosten voor Transcend en Breas beginnen bij zo'n 550 euro. De Resmed Airmini en de Philips Dreamstation Go kosten aanzienlijk meer. En dan komen er nog accessoires zoals accu's bij.

Prijs, omvang en kwaliteit

Op basis van prijs, omvang en kwaliteit zou een zakenman of -vrouw die regelmatig een paar dagen weg moet en met alleen handbagage in het vliegtuig stapt, al gauw voor de Philips Dreamstation Go kiezen. Weliswaar de minst lichte, maar meest serieuze mini-cpap. Iemand met geld die vaak voettochten maakt, zal waarschijnlijk het liefst de Resmed Airmini in de rugzak stoppen. De kleinste, zeer geavanceerde en de lichtste van allemaal. Voor de backpacker met een wat minder ruime portemonnee en die wat minder vaak op pad gaat, zouden wellicht de Breas en de Transcend een goede keus zijn. Maar er zijn meer overwegingen...

Geluid is wel een dingetje

Als je een kleinere cpap maakt met een kleiner motortje dat wat harder moet werken om eenzelfde druk te leveren, dan is dat te horen. Als je het kastje zo klein mogelijk wilt maken, heb je minder ruimte voor isolatie. Ofwel: alle mini's maken meer geluid dan de standaard cpap's zoals die de laatste jaren worden geleverd. Of je dat teveel vindt is een kwestie van instellingen en persoonlijke smaak.

De belangrijkste kenmerken op een rijtje				
naam	Transcend	Breas	Resmed Airmini	Philips Dreamstation Go
afmeting	15,5 x 8,9 x 7,1	16,5 x 8,4 x 5,1	13,7 x 8,4 x 5,3	15 x 15 x 5,8
gewicht	425 gram	284 gram	300 gram	845 gram
slang	19 mm	19 mm	15 mm	12 mm
scherm	Nee	Ja	Nee	Ja, kleur
software	PC Software	App/PC	App Air mini	App Dreammapper
verbruik	30 watt	20-35 watt	20 watt	22-35 watt
transformator	Los erbij	Los erbij	Los erbij	Geïntegreerd
accu	8-16 uur	8 uur	Geen	13 uur
prijsindicatie	550 - 680 euro	600 - 750 euro	± 1000 euro	950 - 970 euro

Op papier kloppen de decibellen. Allemaal goed en acceptabel. Bij gewone cpap's en ook bij de mini's is het motorgeluid zelf niet de grootste bron. Het gaat om de luchtverplaatsing door slang en masker. Dat kan gesis opleveren.

Het geluid van een zuchtende man

En bij een hoge druk veel gesis. En als je van de flexstand houdt, verloopt de luchtverplaatsing niet gelijkmatig, maar maakt de machine soms het geluid van 'een zuchtende man'. Dat kan je uitzetten. Daar kun je aan wennen. Maar als jij of je partner je eenmaal aan geluid gaat ergeren, wordt dat moeilijk.

Opmerkingen

- Bij afmetingen gaat het puur om de cpap zelf. Soms is de voeding/transformator los en komt er nog zo'n blokje bij het gewicht en de omvang. Ook de dikte van de slang bepaalt de omvang en gewicht van het totaal.
- Accu's zijn soms specifiek voor een mini ontworpen. Anders moet een generieke accu voor cpap worden ingezet.
- De prijs is afhankelijk van type en leverancier. De hoogste prijzen gelden voor de autopap-versie. Accu's moeten altijd apart worden aangeschaft en kosten 200 tot 300 euro. ■

Transcend

De langst bestaande mini, oorspronkelijk ontworpen om op het hoofd te dragen (om ook op de slang uit te sparen). Vandaar ook de holle bodem en beugeltjes aan de zijkant. Kan wat makkelijker wegglijden zonder stroeve ondergrond of vastzetten. Goed doorontwikkeld apparaat met verschillende accessoires. Twee soorten accu's. Flexibele zonnecollector voor het opladen van de accu. Geen scherm. Aan- en uit via knop of ademhaling. Instelling via PC-software. Goedkoopste.

Breas Z1

Platste apparaat met ronding. Goed op te bergen. De bouw doet solide aan. Eindkap en aansluitingen lijken wat kwetsbaar. Apparaat is in te stellen via drukknoppen en display. Therapie-effectiviteit valt af te lezen op display of via app op de smartphone. De uitademingsdruk is in te stellen maar leidt tot onrustig geluid. Er is een Q-tube die het geluid kan verminderen, maar het is wat bewerkelijk. Met name soort geluid blijft wennen. Lichtste mini cpap voor een relatief beperkte prijs.

Resmed Airmini

Een van de meest innovatieve mini's. Alles is opnieuw doordacht. Een van de allerkleinste mini's, superlicht. Werkt samen met AirMini app op de smartphone. Alleen te gebruiken met aparte slangenset met drie soorten maskers (F20, N20 en P10). Die zijn state of the art (volgens de nieuwste technieken, red.), maar die moet je wel al hebben en prettig vinden, anders moeten ze nog apart worden aangeschaft. Stevige prijs. Het meest mini van de mini's. Voor wie echt licht wil reizen.

Philips Dreamstation Go

Een zeer recent ontwikkelde mini. Ontworpen om eenzelfde comfort onderweg te ervaren als thuis. Alles is via kleurenscherm te regelen. Naadloze samenwerking met DreamMapper app, waardoor ook alle gegevens over therapie-effectiviteit gecombineerd worden met de cpap thuis. Strak design. De zwaarste mini. Stevige prijs. De meest serieuze cpap onder de mini's. Voor veelvuldig gebruik.

