

صرع أو فقدان وعي أو أية أعراض أخرى ذات صلة بالصرع مراجعة الطبيب قبل استخدام نظارة الواقع الافتراضي.

## ⚠ تحذير الأبطال:

لا يجب السماح باستخدام نظارة الواقع الافتراضي من قبل أطفال دون سن 13 سنة، حيث أن هذه المرحلة العمرية تعتبر فترة دقيقة جداً فيما يتعلق بنمو الرؤية. على البالغين مراقبة الأطفال (13 سنة أو أكثر) الذين يستخدمون أو قد يسمح لهم باستخدام نظارة الواقع الافتراضي لتتبع أي من الأعراض المشار إليها أدناه، كما يجب تقييد الفترة التي يقضيها الطفل في استخدام نظارة الواقع الافتراضي، والتأكد على أخذ استراحة أثناء الاستخدام. من الضروري تجنب الاستخدام المطول، حيث أن ذلك له تداعيات عكسية على الانسجام بين حركة العين-اليد، وعلى التوازن وعلى القدرة على أداء مهام متعددة. على البالغين مراقبة الأطفال عن قرب خلال وبعد استخدام نظارة الواقع الافتراضي في حال تم اكتشاف إشارات على زيادة معدلات تلك الأعراض.

## ⚠ تحذير احتياطات عامة :

للتقليل من مخاطر الإصابة أو الشعور بعدم الراحة، يجب اتباع التعليمات ومراعاة هذه الاحتياطات أثناء استخدام نظارة الواقع الافتراضي.

• **الاستخدام في بيئة آمنة فقط** ينطوي استخدام نظارة الواقع الافتراضي على تجربة واقع افتراضي مكثفة قد تؤدي إلى تشتيت التركيز وإلى تحجيم قدرة الشخص على الشعور بالظروف المحيطة.

◀ **انتبه دائماً للظروف المحيطة قبل البدء في، وأثناء استخدام نظارة الواقع الافتراضي.** انتبه تحوطات الاستخدام لتجنب الإصابة.

◀ استخدام نظارة الواقع الافتراضي قد يسبب فقدان التوازن.

• تذكر أن الأشياء التي قد تراها في البيئة الافتراضية ليست موجودة في البيئة الواقعية، لذا لا تقف أو تجلس أو تستخدم أيًا من الأشياء الموجودة في البيئة الواقعية لتأمين الدعم.

• **للتمتع بتجربة آمنة، يفضل أن تبقى جالساً أو في وضع متوازن أثناء استخدام نظارة الواقع الافتراضي.**

◀ قد تحدث إصابات خطيرة نتيجة التعثر أو الاصدام بالجدران أو الأثاث أو أية أشياء أخرى، لذا من الضروري إخلاء المنطقة المحيطة قبل البدء باستخدام نظارة الواقع الافتراضي.

◀ انتبه بصورة خاصة للتأكد على عدم وجودك قرب أشخاص آخرين أو عناصر أو سلالم أو شرفات أو ممرات أو نوافذ مفتوحة أو قرب أثاثات أو قرب أية مناطق مفتوحة أو مراوح سقف أو تجهيزات إنارة أو أية أشياء أخرى قد تصطدم بها أثناء أو فور الفراق من استخدام نظارة الواقع الافتراضي.

◀ قم بإخلاء كافة الأغراض التي قد تؤدي إلى التعثر من المكان قبل البدء باستخدام نظارة الواقع الافتراضي.

## تحذيرات الصحة والسلامة

يجري تحديث تحذيرات الصحة والسلامة هذه بصورة دورية، لضمان الدقة والاكتمال. يرجى الدخول إلى الموقع [oculus.com/warnings](https://www.oculus.com/warnings) للحصول على أحدث نسخة.

### ⚠ تحذير

**تحذيرات الصحة والسلامة**  
من أجل خفض مخاطر إصابة أو إزعاج الأشخاص، أو تلف الممتلكات، يرجى التأكيد على جميع مستخدمي نظارة الواقع الافتراضي "خبر في آر" بضرورة قراءة التحذيرات أدناه بعناية قبل استخدام نظارة الواقع الافتراضي.

### ⚠ تحذير

## قبل استخدام نظارة الواقع الافتراضي

- اقرأ واتبع تعليمات الإعداد والتنشغيل المرفقة بنظارة الواقع الافتراضي.
- راجع توصيات الجهاز والبرمجية لاستخدام نظارة الواقع الافتراضي. قد تزيد مخاطر المصاعب في حال عدم استخدام الأجهزة والبرمجيات الموصى به.
- نظارة الواقع الافتراضي للاستخدام غير مصممة للاستخدام مع جميع الأجهزة والأكسسوارات و/أو البرمجيات. قد يؤدي استخدام أية أجهزة أو أكسسوارات و/أو برمجيات غير معتمدة إلى تعريض المستخدم أو الآخرين للإصابة، وقد يؤدي ذلك إلى مشاكل في الأداء أو إلى تلف في النظام والخدمات ذات الصلة.
- تجربة الواقع الافتراضي المريحة تحتاج إلى كفاءة ثابتة فيما يخص الحركة والتوازن. لا تستخدم نظارة الواقع الافتراضي وانت متعب أو نعيس، أو في حال كنت تحت تأثير الكحول أو المخدرات، أو كنت تشعر بصداع الكحول، أو لديك مشاكل في العضم، أو كنت تحت تأثير الإجهاد أو التوتر العاطفي، أو كنت تعاني من نزلة برد أو انفلونزا، أو كنت تعاني من الشقيقة أو ألم الأذنين، حيث أن كل تلك المشاكل تزيد من مخاطر الآثار العكسية للأعراض.
- بوصي المستخدم بمراجعة الطبيب قبل استخدام نظارة الواقع الافتراضي في حال الحمل، أو بالنسبة لكبار السن أو كان الشخص يعاني من مشاكل في الرؤية أو أية مشاكل نفسية أو مشاكل في القلب أو أية ظروف طبية أخرى.

### ⚠ تحذير الاختلاج:

: بعض الناس (1 في كل 4000) يعانون من الدوخة أو الصرع أو الاختلاجات الصرعية أو العمى المؤقت نتيجة تدفق أو أنماط الإضاءة المستخدمة، وهذا قد يحدث أثناء مشاهدة التلفاز أو عند ممارسة ألعاب الفيديو، أو في حال تجربة نظارة الواقع الافتراضي، حتى ولو لم يعاني الشخص من الصرع أو نوبات الاختلاج أو انقطاع الرؤية. هذه النوبات الصرعية أكثر شيوعاً لدى الأطفال والشباب تحت سن العشرين. على أي شخص تعرض لنوبة

- كما هو الحال بالنسبة للأعراض التي قد يشعر بها الناس بعد الخروج من السفينة، قد تدوم أعراض التعرض للواقع الافتراضي، وقد تستمر لعدة ساعات بعد الاستخدام. قد تشمل أعراض ما بعد الاستخدام تلك إضافة إلى الأعراض أعلاه، النعاس المتكرر أو انخفاض القدرة على أداء المهام. هذه الأعراض قد تعرض الإنسان لمخاطر إصابة أثناء ممارسة أنشطة الحياة العادية في الواقع الحقيقي.



تجنب قيادة السيارة أو تشغيل الماكينات أو المشاركة في أية أنشطة تنطوي على، أو تحتاج إلى جهد بدني ما قد يكون له تداعيات خطيرة (الأنشطة التي تنطوي

على أية وقائع قد تؤدي إلى الموت أو الإصابة البدنية أو تلف الممتلكات)، أو أية أنشطة أخرى تحتاج إلى توازن تام (مثل ممارسة الرياضة أو ركوب الدراج أو خلافه)، حتى تتعافى تماما من الأعراض التي تعاني منها.

لا تستخدم نظارة الواقع الافتراضي حتى تزول جميع الأعراض التي تشعر بها تماما وبعد عدة ساعات. تأكد من أن نظارة الواقع الافتراضي قد أعيد ضبطها بطريقة مناسبة قبل أن تعود لاستخدامها.

انبيه إلى نوع المحتوى الذي كنت تشاهده قبل حدوث الأعراض التي تعاني منها لأنك قد تكون عرضة لتكرار التعرض لتلك الأعراض بناء على المحتوى الذي تستخدمه. راجع الطبيب في حال شعرت بأية أعراض خطيرة أو بأن الأعراض استمرت لفترة طويلة.

### ⚠ تحذير - إصابات الإجهاد المتكررة.

استخدام نظارة الواقع الافتراضي قد يسبب الأذى للعضلات أو المفاصل أو الجلد. إن شعرت بإرهاق أو تعب في أي من أجزاء الجسم أثناء استخدام نظارة الواقع الافتراضي، أو في حال شعرت بأعراض تمل أو خدر أو حرقة أو تورم، توقف فورا وأسترح لعدة ساعات قبل أن تعود لاستخدام نظارة الواقع الافتراضي مرة أخرى. إن استمرت الأعراض، أو شعرت بأى ضيق أثناء أو بعد اللعب، توقف فورا عن استخدام نظارة الواقع الافتراضي وراجع الطبيب.

### ⚠ تحذير التداخل مع المعدات الطبية

تحتوي نظارة الواقع الافتراضي على مغناطيسات تبعث منها موجات راديو. ويمكن لهذه أن تؤثر على عمل الأجهزة الإلكترونية المجاورة، بما في ذلك أجهزة تنظيم ضربات القلب والأجهزة المساعدة على السمع وأجهزة إزالة الرجفان. إذا كنت تستخدم جهاز تنظيم القلب أو غيره من المعدات الطبية المزروعة، لا تستخدم نظارة الواقع الافتراضي دون استشارة طبيبك أولا أو الشركة المصنعة للجهاز الطبي الخاص بك. حافظ على مسافة آمنة بين نظارة الواقع الافتراضي والأجهزة الطبية الخاصة بك، وتوقف عن استخدام نظارة الواقع الافتراضي إذا لاحظت أي تداخل مستمر مع الجهاز الطبي الخاص بك.

تذكر دائما أنه أثناء استخدامك لنظارة الواقع الافتراضي قد لا تشعر بدخول أشخاص آخرين أو حيوانات إلى المكان الذي توجد فيه.

لا تتعامل مع أية أعراض حادة أو خطيرة أثناء استخدامك لنظارة الواقع الافتراضي. لا تضع نظارة الواقع الافتراضي في المواضع التي تحتاج إلى تركيز مثل أثناء المشي أو ركوب الدراجة أو قيادة السيارة.

تأكد من تثبيت وتأمين نظارة الواقع الافتراضي جيدا على رأسك، وتأكد من أنك ترى صورة فردية وواضحة.

استرخ أثناء استخدام نظارة الواقع الافتراضي للسماح بتعديل وضعية الجسم، وخذ بضع دقائق في البداية، ولا تبدأ بزيادة فترة استخدام نظارة الواقع الافتراضي حتى تعتاد على بيئة الواقع الافتراضي. انتقل إلى الجوار واستخدام أجهزة الإدخال عند البدء باستخدام نظارة الواقع الافتراضي قد يساعدك على الانسجام أثناء الانتقال من الواقع الحقيقي إلى تجربة الواقع الافتراضي.

لا تستخدم نظارة الواقع الافتراضي أثناء تحرك السيارة أو الحافلة أو القطار، حيث أن ذلك قد يزيد من فرصة التعرض لتداعيات عكسية.

خذ فترة استراحة بين 10 إلى 15 دقيقة كل 30 دقيقة، حتى وأن كنت ترى أنك لست في حاجة إلى استراحة. قد يختلف الأمر من شخص لآخر، لذا تأكد من أخذ فترات راحة متكررة وطويلة كلما شعرت بالارتباك: عليك اختيار ما يناسبك.

قد تأتي نظارة الواقع الافتراضي مع ميزة "مرور خلال" التي تسمح للشخص بالإطلاع على الواقع الحقيقي من وقت لآخر. انزع نظارة الواقع الافتراضي في جميع الموافف التي تحتاج إلى الانتباه أو التركيز.

الاستماع إلى الموسيقى بصوت عال قد يؤدي إلى أضرار غير قابلة للمعالجة على القدرة على السمع. الضوء في الخلفية إضافة إلى التعرض إلى الضوء بمستويات عالية قد يجعل الأصوات تبدو أكثر هدوءا مما هو واقع فعلا. نتيجة للطبيعة المكثفة لتجربة الواقع الافتراضي، تجنب استخدام نظارة الواقع الافتراضي في وجود أصوات بمستويات عالية، حتى يتسنى لك المحافظة على الانتباه بالواقع المحيط، مما قد يؤدي إلى خفض معدلات الأضرار على السمع.

### ⚠ تحذير - الشعور بالضيق

توقف عن استخدام نظارة الواقع الافتراضي على الفور في حال شعرت بأى من الأعراض التالية: نوبات الإحلاج، فقدان التركيز، إجهاد العين، ارتعاش أو بنسج العيون أو العضلات، أية حركات لا إرادية، ضباب أو ازدواجية الرؤية أو أية أعراض أخرى غير طبيعية، الدوخة، فقدان التركيز، فقدان التوازن، ارتباك البنجاس بين البد-العين، العرق الكثيف، زيادة إفراز اللعاب، الغثبان، دوام الرأس، الضيق أو الألم في الرأس أو العيون، النعاس، الإجهاد أو أي أعراض مماثلة لقصور الحركة.

- تجنب استخدام أية منتجات في حال ظهور تلف أو تمزق في الكيبل أو كانت الأسلاك مكشوفة.

في حال كانت النظارة مزودة بمحول كهرباء:

- تجنب تعريض المحول للسوائل أو الرطوبة.
- أفضل المحول أثناء التنظيف، واستخدام قطعة فماش جافة فقط.
- حافظ على المحول في مكان بعيد عن اللهب ومصادر الحرارة الأخرى.
- استخدام فقط المحول المرفق بنظارة الواقع الافتراضي.

## ⚠ تحذير - نظام التحكم

- قد تأتي نظارة الواقع الافتراضي مصحوبة بنظام تحكم خارجي.
- استشر الصانع للحصول على تنبيهات الصحة والسلامة فيما يخص استخدام نظام التحكم الخارجي.
- استخدم أشرطة الرسغ المصاحبة لنظام التحكم الخارجي لتثبيت جهاز التحكم إلى الرسغ أثناء الاستخدام.

## ⚠ تنبيه - الأجهزة التالفة أو المكسورة

- لا تستخدم الجهاز إن كان أيًا من أجزائه مكسورًا أو تالفًا.
- لا تحاول إصلاح أي جزء من أجزاء الجهاز بنفسك. يجب أن يتم الإصلاح من قبل مزود خدمات مرخص.

## ⚠ تحذير البطاريات

- خطر الاختناق. وحدات التحكم ليست ألعابًا، وهي تحتوي على بطاريات، والتي هي عبارة عن أجزاء صغيرة، وبالتالي يجب إبقاؤها بعيدًا عن متناول الأطفال الذين يقل عمرهم عن 3 سنوات.
- لا تتلع أية بطارية. خطر الاحتراق الكيماوي.
- في حال ابتلاع البطارية، يمكنها أن تسبب حروقًا داخلية خطيرة وثقبا محتملا في المريء خلال ساعتين فقط ويمكن أن تؤدي إلى الوفاة. يجب إبقاء البطاريات بعيدًا عن متناول الأطفال.
- إذا كان لا يمكن إغلاق حجرة البطارية بإحكام، توقف عن استخدام المنتج وأبقه بعيدًا عن متناول الأطفال.
- خطر الحريق. يمكن أن ينتج عن البطاريات أثر حراري أو أن تتسرب إذا تم تركيبها بالعكس أو تفكيكها أو الإفراط في شحنها أو ثقبها أو سحقها أو استخدامها مع بطاريات مستخدمة أو أنواع أخرى من البطاريات، أو إذا تم تعريضها للنار أو لدرجة حرارة مرتفعة مباشرة. لا تعيد شحن البطاريات المخصصة للاستعمال لمرة واحدة. استبدل جميع البطاريات في الجهاز الواحد في الوقت نفسه.
- احفظها في العلبة الأصلية التي أن تصبح جاهزة للاستخدام. تخلص من البطاريات المستخدمة بشكل مناسب وفورا.
- لا تسمح للمواد الموصلة بلمس أطراف البطارية على الأجهزة. حافظ على البطاريات جافة وتجنب تسرب المياه إليها.
- لا تقم بتفكيك البطاريات أو ثقبها أو محاولة تعديلها.

## ⚠ تنبيه - ظروف انتقال العدوى:

لتجنب انتقال الأمراض المعدية (مثل احمرار العين) لا تسمح باستخدام نظارة الواقع الافتراضي من قبل أشخاص مصابين بظروف أو أمراض معدية، خصوصا أمراض العيون والجلد وفروة الرأس. يجب تنظيف نظارة الواقع الافتراضي بين كل استخدام وآخر باستخدام ممسحة مصادة للبكتريا (خصوصا العدسات)، مع تعقيمها بقطعة فماش من الياف دقيقة.

## ⚠ تنبيه - التهاب الجلد

في العادة تكون نظارة الواقع الافتراضي عند لبسها ملاسمة للجسم أو فروة الرأس. توقف عن استخدام نظارة الواقع الافتراضي إن لاحظت أي ورم أو حكة أو التهاب أو أية أعراض أخرى. وإن استمرت الأعراض راجع الطبيب.

## ⚠ ملاحظات - لتجنب تلف نظارة الواقع الافتراضي:

- لا تعرض نظارة الواقع الافتراضي لأشعة الشمس المباشرة. التعرض لأشعة الشمس المباشرة قد يؤدي إلى تلف نظارة الواقع الافتراضي.
- لا تحاول تسليط شعاع ليزر أو أي مصدر ضوء خارجي من خلال العدسات، حيث أن ذلك قد يؤدي إلى تلف الشاشة.
- ضع المكونات داخل الحقبية بعد الفراغ من الاستخدام حيث أن ذلك يقلل من فرص التلف غير المقصود أو التعرض للبيئة.

## ⚠ تحذير - الصدمات الكهربائية

- لتقليل مخاطر الصدمات الكهربائية:
- تجنب تعديل أو فتح أي من المكونات المصاحبة.