

Helse Og Sikkerhet



HELSE- OG SIKKERHETSADVARSLER: For å redusere risikoen for personskade, ubehag eller skade på produkt, må du forsikre deg om at hver bruker av headsettet nøyte leser advarslene nedenfor før bruk av dette VR-systemet.

Gå inn på Oculus sikkerhetssenter på <http://oculus.com/safety-center> for mer informasjon om sikker bruk av ditt VR-system.

I denne guiden vil vi inkludere ikoner for å illustrere og orientere deg om helse- og sikkerhetsspørsmål. Ikonene er ikke en erstatning for teksten i denne guiden, så bruk dem sammen.



Før du bruker ditt VR-system

- Les og følg alle oppsett- og bruksinstruksjoner du får med headsettet, inkludert maskinvare- og programvareanbefalinger. Risiko for ubehag kan øke dersom den anbefalte maskinvaren og programvaren ikke brukes.
 - Ditt headset og programvare er ikke laget for å brukes med uautoriserte enheter, tilbehør, programvare eller innhold. Bruk av en uautorisert enhet, tilbehør, programvare eller innhold, eller hacking av enheten, programvaren eller innholdet kan føre til personskader på deg eller andre, forårsake ytelsesproblemer eller skade på systemet ditt og relaterte tjenester, og kan føre til skade som ikke er dekket av garantien din.
- **Justering av headset.** For å redusere risikoen for ubehag skal headsettet være balansert og sentrert, og avstanden mellom linsene (den intraaksiale avstanden, eller IAD) være riktig innstilt for hver bruker. Juster stroppene bak og på toppen for å sikre komfortabel plassering av headsettet. Juster IADen for hver bruker ved å flytte øyekroppene direkte til



den av posisjon 1, 2 eller 3 som gir det klareste bildet. Når det er korrekt justert skal headsettet passe og føles komfortabelt, og du skal se et enkelt og klart bilde. Sjekk innstillingene på nytt før du fortsetter bruken etter en pause for å unngå utilsiktede endringer til eventuelle justeringer.

• Valg av innhold.

- Innholdsvurderinger kan gis av internasjonale eller regionale vurderingsbyråer, og de kan gi aldersanbefalinger og klassifiseringer kombinert med innholdsbeskrivelser. Virtuell virkelighet er oppslukende og kan være intensivt. Skremmende, voldelig eller angstfremkallende innhold kan føre til at kroppen din reagerer som om det var ekte. Velg innhold med forsiktighet, og referer til innholdsvurderingene.
- Oculus tilbyr også komfortvurderinger for noe innhold. Komfortvurderinger handler om hvor mye kameraet og spilleren beveger seg, og muligheten for desorienterende innhold og effekter. Vurder disse komfortvurderingene før du velger eller bruker innhold. (For mer informasjon om hvordan komfortvurderinger kan være med på å tilby en komfortabel opplevelse, gå inn på <https://support.oculus.com/comfort>.)
 - Hvis virtuell virkelighet er nytt for deg, eller kan føle ubehag når du utsettes for enkelte typer innhold eller opplevelser, kan du begynne med komfortvurdert innhold før du prøver moderat, intensivt eller uvurdert innhold.
- Les og følg alle instruksjonene og advarslene som følger med innholdet.
- **Brukes bare når du er uhemmet.** En komfortabel opplevelse med virtuell virkelighet krever en uhemmet følelse av bevegelighet og balanse. Ikke bruk headsettet når du opplever noe av følgende (da det kan øke mottakeligheten for negative symptomer):
 - Trøtthet eller utmattelse;
 - I behov av søvn;
 - Påvirket av alkohol eller narkotika;



- Fyllesyk;
- Når du er kvalm eller har aktive fordøyelsesproblemer
- Når du er emosjonelt stresset eller har angst, eller
- Er forkjølet, har influensa, hodepine, migrene eller vondt i ørene.

⚠ WARNING Eksisterende sykdommer

- Rådfør deg med legen din før du bruker headsettet hvis du er gravid, eldre, har eksisterende binokulære synsforstyrrelser (som såkalt kikkertsyn) eller psykiatriske sykdommer, eller lider av en hjertesykdom eller en annen alvorlig sykdom.
 - **Anfall.** Noen personer (1 av 4000) kan oppleve alvorlig svimmelhet, anfall, øye- eller muskelrykninger eller at det svartner for øynene på grunn av lys som blinker eller mønstre. Dette kan oppstå når de ser på TV, spiller videospill eller opplever virtuell virkelighet, selv om de aldri har hatt et anfall eller at det har svartnet for øynene før, eller har en bakgrunn med anfall eller epilepsi. Disse symptomene er vanligere hos barn og unge mennesker. Alle som opplever noen av disse symptomene bør slutte å bruke headsettet og gå til en lege. Hvis du har nylig hatt et anfall, mistet bevisstheten eller andre symptomer relatert til en epileptisk sykdom bør du gå til en lege før du bruker headsettet.
- **Forstyrrelse av medisinske enheter.** Headsettet og kontroll(ene) kan inneholde magneter eller komponenter som avgir radiobølger, som kan påvirke driften av elektronikk i nærheten, inkludert pacemakere, høreapparater og hjertestartere. Hvis du har en pacemaker eller en annen implantert enhet skal du rådføre deg med din lege eller produsenten av din medisinske enhet før du bruker headsettet eller kontrollene. Hold en trygg avstand mellom headsettet og kontrollene og din medisinske enhet. Slutt å bruke headsettet eller kontroll(ene) hvis du merker en vedvarende forstyrrelse med din medisinske enhet.

⚠ WARNING Aldersgrense/barn.

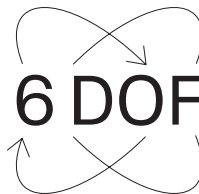
- Dette produktet er ikke et leketøy, og skal ikke brukes av barn under 13 år. Headsettet er ikke laget for å passe barn, og feilaktige størrelser kan føre til ubehag og negative helseeffekter, og yngre barn er i en kritisk periode når det kommer til visuell utvikling.
- Forlenget bruk av barn på 13+ år skal unngås, da dette kan ha en negativ innvirkning på øye-hånd-koordinasjon, balanse og evnen til å gjøre flere ting samtidig.
- Voksne skal overvåke barn på 13+ under og etter deres bruk av headsettet for å:
 - Sørge for at barn følger disse advarslene, inkludert seksjonene Før du bruker ditt VR-system og Bruk kun i trygge omgivelser;
 - Overvåk for noen av symptomene beskrevet i disse advarslene (inkludert de som er oppført i denne seksjonen eller seksjonene Ubegag eller gjentakende belastningsskade);
 - Sørge for at barn bruker passende innhold (både når det kommer til vurderinger for innhold og komfort)
 - Begrense barnas bruk av headsettet og sørge for at de tar pauser under bruk.



Ditt spillområde og omgivelser

⚠ WARNING Risikoer forbundet med bevegelsesfrihet

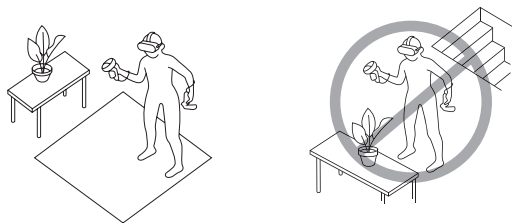
Ditt headset er laget for å spore dine bevegelser under bruk, og modellere dine handlinger i den virtuelle verden mens du beveger deg i den virkelige verden, uten ledninger eller kabler som er koblet til en datamaskin. Denne bevegelsesfriheten innebærer at du iverksette passende tiltak for å sørge for at du får en trygg opplevelse.





WARNING Konfigurer og bruk bare i trygge omgivelser: Headsettet produserer en oppslukende opplevelse som kan forstyrre deg, og kan fullstendig blokkere ut opplevelsen av dine faktiske omgivelser.

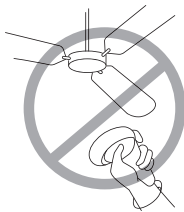
Konfigurer og bruk bare i trygge spillområde



- **Vær alltid oppmerksom på dine omgivelser før du begynner å bruke, og mens du bruker, headsettet. Vær forsiktig for å unngå skade.**

- Du er ansvarlig for å skape og vedlikeholde et trygt spillområde.
- Headsettet skal kun brukes innendørs.
- Rydd et trygt område rundt deg, inkludert over deg, før du bruker headsettet. Alvorlige personskader kan oppstå fra å snuble eller løpe inn i vegger, møbler, gjenstander eller mennesker.
 - Unngå også bruk i, i nærheten av eller under områder, gjenstander, dyr eller andre ting som kan forårsake personskade gjennom snubling, fall, at du slår deg, tap av balanse eller andre utrygge tilstander eller samspill, som:

- Vegger
- Møbler
- Lamper
- Mennesker
- Kjøledyr
- Trapper
- Ramper



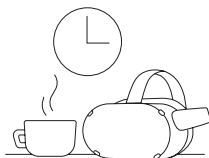
- Balkonger
- Åpne døråpninger
- Vinduer
- Åpne flammer eller varmekilder (som levende lys eller peiser)
- Væsker
- Takvifter eller lysarmaturer
- TV-apparater, monitører eller annen elektronikk

- Forbered et spillområde som er passende for innholdet du har valgt.
 - Sørg alltid for at spillområdet er fritt for farer.
 - Hvis du bruker et innhold som tillater at du beveger deg rundt i ditt spillområde, skal ditt spillområde være stort nok for at du kan strekke ut armene dine med kontrollene (hvis du bruker dem) uten at du kommer i kontakt med gjenstander, og bør inkludere en buffer mellom dette området og eventuelle gjenstander. Din buffer skal være stor nok til at dersom du snubler eller ramler uforvarende så vil du ikke komme i kontakt med en gjenstand eller et område som kan være farlig.
 - **Blandet virkelighet.** Noe innhold gjør at du kan samspille med eksterne gjenstander fra virkeligheten (som en vegg, et bord, et tastatur eller et skrivebord) som du ser i din virtuelle verden mens du bruker ditt headset (dette kalles blandet virkelighet). Sørg for at disse gjenstandene er sikret og fri for fare, som væsker eller skarpe gjenstander.
- Overflaten du sitter eller står på mens du bruker ditt headset skal være jevnt, stabilt og fri for hindringer. Ikke bruk på ujevne overflater som gulv med løse tepper eller matter, eller andre lignende farer.
- Vurder å ha en annen person som fungerer som en overvåker mens du beveger deg rundt i din virtuelle verden.
- Da dine oppfatninger er begrenset når du er i VR-modus, skal du ikke holde i eller håndtere gjenstander som er farlige, kan skade deg, eller som kan skades.

- Ta nødvendige tiltak for å forhindre at andre går inn i ditt spillområde, inkludert personer (særlig barn) eller kjæledyr som ikke forstår at dine oppfatninger er begrenset.
- Slutt å bruke headsettet dersom ditt miljø blir utrygt. Hvis du føler at noe eller noen har kommet inn i ditt spillområde skal du slutte, fjerne ditt headset og sette din VR-opplevelse på pause for å sørge for at ditt spillområde fortsatt er trygt.

Tid og pauser

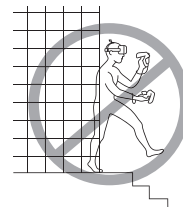
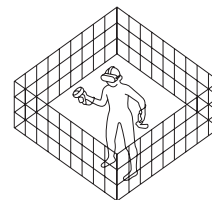
- Kom enkelt inn i din bruk av headsettet for å la deg bli vant til både headsettet og den spesifikke opplevelsen. Passende bruksperioder og pauser kan variere fra person til person og avhenge av det utvalgte innholdet, men du bør alltid ta regelmessige pauser når du bruker headsettet ditt.
 - Begynn med å bruke ditt headset i noen minutter om gangen, og øk antallet minutter med headsettet gradvis alt ettersom du blir vant til opplevelsen.
 - Ta en pause i hvert fall hvert 30. minutt mens du blir vant til headsettet eller nytt innhold. Ta pauser oftere enn hvert 30. minutt hvis du føler ubehag.
 - Ta alltid en pause hvis du føler ubehag, og ikke begynn igjen før du ikke lenger føler ubehag.
 - Utvidet bruk uten tilstrekkelige pauser kan øke risikoen for skade, andre negative bivirkninger eller skade på eiendom.



Samspill med den virkelige verden mens du bruker headsettet

- Beveg deg forsiktig mens du utforsker den virtuelle verden. Raske eller hastige bevegelser kan forårsake kollisjon eller tap av balanse.
 - Fjern headsettet ditt hvis du mister balansen eller føler at din vanlige balansefølelse er påvirket, og ta en pause til din normale balanse kommer tilbake.

- Husk at gjenstandene du ser i den virtuelle verden ikke nødvendigvis eksisterer i den virkelige verden. Ikke sitt eller stå på virtuelle gjenstander eller bruk dem for støtte.
- Bli sittende med mindre ditt spill eller innholdsopplevelse krever at du står eller beveger deg rundt i ditt spillområde.
- Bruk av headset med briller kan øke risikoen for ansiktsskader hvis du faller eller slår ansiktet ditt.
- Ringene på dine kontroller strekker seg vekk fra hendene dine. Vær forsiktig når du beveger hender og armer slik at kontrollene ikke kolliderer, og at du ikke slår deg selv med kontrollene.
- **Vaktsystemet.** Headsettet inneholder et virtuelt grensesystem - kalt vaktsystemet - laget for å hjelpe deg å holde deg på plass i ditt spillområde og unngå kollisjoner med gjenstander i den fysiske verden mens du er i ditt virtuelle miljø.
 - Følg instruksjonene på skjermen for å definere ditt spillområde, og følg instruksjonene og advarslene som skal holde deg i ditt utpekte og ryddede spillområde.
 - Vaktsystemet kan tilby ulike innstillinger avhengig av innholdet du har valgt. Velg innstillinger basert på innholdet du har valgt, og din foretrukne opplevelse i det innholdet.
 - Vaktsystemet fungerer best i et ryddet område med vegger og omgivelser som lager ulike systemmønstre som sensorene kan spore. Vaktsystemet kanskje ikke fungerer som det skal i områder med udekorerte og tomme vegger, glass eller speil. Du er fortsatt ansvarlig for bruk av headsettet i en trygg omgivelse som beskrevet i denne guiden.
 - Vaktsystemet vil kun varsle deg om grensen av ditt spillområde. Den kan ikke forhindre at du beveger deg utenfor ditt spillområde, eller andre gjenstander fra å komme inn i ditt spillområde. For eksempel så kan den ikke forhindre deg fra å løpe inn i en vegg, eller ramle gjennom en dør



eller et vindu, eller ned for en trapp. Vær forsiktig og sørg for at ditt spillområde er tomt for overhengende farer som takvifter og lysarmaturer.

- Vaktssystemet kan ikke identifisere alt i ditt spillområde.
- Følg alle varslinger på skjermen for å re-definere grensene i ditt spillområde, eller for korrekt operasjon av vaktssystemet hvis du blir bedt om å gjøre det.
- Bevegelser i høye hastigheter kan føre til at du ikke reagerer i tide for å forbli i ditt spillområde, selv om vaktssystemet varsler deg, så sørg for at du beveger deg sakte nok til å kunne reagere på eventuelle varslinger fra vaktssystemet.
- Vaktssystemet kanskje ikke fungerer om ditt headset er skadet.
- Du kan få mer informasjon om vaktssystemet på <https://support.oculus.com/guardian>.
- **Gjennomkjøringskamera.** Ditt headset er utstyrt med et gjennomkjøringskamera, en funksjon som bruker et kamera for å vise dine fysiske omgivelser på skjermen i ditt headset.
 - Gjennomkjøringskameraet kan hjelpe deg å holde deg inne i ditt forhåndsinnstilte spillområde opprettet i vaktssystemet, og varsle deg om du nærmer deg dine grenser eller går utenfor dem.
 - Gjennomkjøringskameraet er ikke like bra som dine naturlige sanser. Det kan ligge bak hva som faktisk skjer, har et mindre synsfelt og kan påvirke dybdesynet.
 - Ta passende forholdsregler ved bruk av gjennomkjøringskameraet for å se dine omgivelser.
 - Fjern alltid ditt headset dersom en situasjon i det virkelige liv krever din oppmerksomhet eller koordinasjon, slik at du har uhindret utsikt.
 - **Blandet virkelighet.** Generelt skal du ikke bruke gjennomkjøringskameraet til å samhandle med gjenstander i den virkelige verden. Når du bruker blandede virkelighetsopplevelser som tillater disse interaksjonene, følg advarsler og anbefalinger for å velge og samhandle med virkelige gjenstander.



• Navigasjon.

- Beveg deg sakte og forsiktig når du bruker gjennomkjøringskameraet.
- Ikke bruk gjennomkjøringskameraet for å navigere den virkelige verden, annet enn for korte avstander for å returnere til ditt spillområde eller for overgang til et annet nærliggende spillområde.
- Ikke prøv å bruke gjennomkjøringskameraet for å navigere områder som kan vedlikeholde trapper, bakker eller andre farer.
- Følg alle programvareinstruksjoner og advarsler som dukker opp underveis, før og etter bruk av gjennomkjøringskamera.
- Bruk bare gjennomkjøringskamera kort for å fokusere på gjenstander i den virkelige verden.
- Fokus på gjenstander i den virkelige verden gjennom gjennomkjøringskameraet kan resultere i midlertidige effekter på balansen og øye-hånd-koordinasjonen hvis du bruker det i lengre perioder.
 - Effekter av forlenget bruk av gjennomkjøringskameraet kan øke risikoen for skader når du driver med vanlige aktiviteter i den virkelige verden. Til du har kommet deg enhver bivirkning eller effekt, skal du ikke kjøre, bruk noen maskiner eller delta i visuelt eller fysisk krevende aktiviteter som potensielt kan resultere i personskade på deg eller andre, materielle skader, eller andre aktiviteter som krever uhemmet balanse og hånd-øye-koordinasjon.

Forbudt bruk

- Headsettet skal ikke brukes utendørs. Bruk av headsettet utendørs skaper ytterligere og ukontrollerte farer, som ujevne og glatte overflater og uventede hindringer og kjøretøy (trafikk). Headsettet kanskje ikke heller fungerer utendørs.



- Bruk aldri headsettet i situasjoner som krever oppmerksomhet, som løping, sykling, kjøring eller håndtering av farlige objekter, enten det er innendørs eller utendørs.

Hørselsskader



- For å forhindre mulige hørselsskader, skal du unngå for høye volumer i lengre perioder.

WARNING Systemvarsler

For din egen beskyttelse bør du iverksette øyeblikkelige tiltak når systemvarslene ber deg om det. Headsettet kan gi deg følgende varsler:

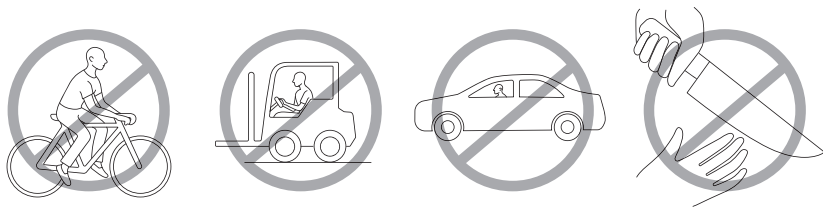
- **Varsel om overoppheting.** En hørbar og synlig varsling dersom headsettet er overopphetet. Hvis dette varselet vises/høres, for å redusere risikoen for personskade, ta umiddelbart av headsettet og la det kjøle seg ned før bruken fortsettes.
- **Varsel for lydvolume.** Et visuelt varsel ved høye volumnivåer. Hvis dette varselet vises, senk lydvolume for å redusere risikoen for hørselstap.
- **Varsel dersom du er utenfor spillområdet.** Et visuelt varsel dersom du er utenfor spillområdet. Hvis dette varselet vises, ta av headsettet eller gå tilbake til spillområdet for å fortsette opplevelsen, om ønskelig.
- **Varsel ved feil i sporingssystemet.** Et visuelt varsel dersom headsettets sporingssystem ikke fungerer korrekt. Merk at dersom headsettet har sporingssystemer, er det muligens ikke sikkert at vaktssystemet fungerer korrekt, eller så kan det være avslått. Hvis dette varselet vises, ta av headsettet og gå til et trygt område. Etter dette, følg instruksjonene som kommer på skjermen for å løse problemet.

WARNING Ubegag

- Avslutt bruken av headsettet umiddelbart hvis du opplever noen av følgende symptomer:

- Anfall;
- Tap av bevissthet;
- Anstrengte øyne;
- Øyne- eller muskelrykninger;
- Ufrivillige bevegelser;
- Endret, uskarpt eller dobbeltsyn eller andre synsforstyrrelser;
- Svimmelhet;
- Desorientering;
- Nedsatt balanse;
- Nedsatt hånd-øye-koordinasjon
- Overdreven svetting;
- Økt spyttsekresjon;
- Kvalme;
- Ørhet;
- Ubegag eller hodepine eller vondt i øyne;
- Døsighet
- Utmattelse; eller
- alle symptomer som ligner på reisesyke.

- I likhet med symptomene mennesker kan oppleve etter å ha gått i land fra et cruiseskip, kan symptomer på virtuelle virkelighetsopplevelser vedvare og bli mer tydelige i timene etter bruk. Disse symptomene som oppstår etter bruk kan inkludere symptomene ovenfor, samt overdreven tretthet og nedsatt evne til multitasking. Disse symptomene kan føre til økt risiko for skade når du utfører normale aktiviteter i den virkelige verden.
- Ikke kjør bil, betjen maskiner eller delta i andre visuelt eller fysisk krevende aktiviteter som potensielt kan ha alvorlige konsekvenser (dvs. aktiviteter som kan medføre død, personskade eller skade på eiendom), eller andre aktiviteter som krever usvekket balanse og hånd-øye-koordinasjon (som sport eller sykling, etc.) inntil symptomene er helt borte.



- Ikke bruk headsettet før alle symptomer er helt borte i flere timer.
- Vær oppmerksom på hvilken type innhold du brukte før symptomene oppsto, da du kan være mer utsatt for symptomer basert på innholdet som blir brukt. Gjennomgå komfortvurderingen for innholdet som ble brukt, og vurder å bruke innhold med en mer mindre intens komfortvurdering.
- Oppsøk lege dersom du opplever alvorlige eller vedvarende symptomer.
- Bruk av headsettet i et bevegende kjøretøy som en bil, buss, fly eller tog kan øke din mottakelighet for negative symptomer på grunn av variert hastighet eller hastige bevegelser.

⚠ WARNING Headsettets batteri og lading

Ditt headset inneholder et ladbart lithium-ion-batteri, og kan inkludere en strømadapter (lader) og ladekabel. Uriktig bruk av batteri eller strømadapter kan føre til brann, eksplosjon, batterilekkasje eller andre farer. Følg disse instruksjonene for å redusere risikoen for skade på deg eller andre, eller skader på ditt produkt eller annen eiendom.

- Batteriet i ditt headset er ikke utskiftbare eller reparerbare av bruker. Ikke forsøk å åpne ditt headset for å få tilgang til batteriet, åpne, reparere eller bytte batteriet. Vennligst kontakt Oculus support hvis du trenger batteri- eller strømstyringsupport for din enhet.
- Kun lad headsettet med den inkluderte strømadapteren og kabelen, eller en godkjent strømadapter eller kabel dersom dette ikke var inkludert.

Ikke bruk andre kabler eller strømadaptere. Hvis du er usikker på om en kabel eller strømadapter er kompatibel med ditt headset, kontakt Oculus support.

- Jevnlig inspiser tilkoblingsledninger, kontakttupper og strømadapteren for skade eller tegn på slitasje. Ikke bruk strømadapteren dersom kontakttupp(er), kabinett, kontaktport, tilkoblingsledning eller deler er skadet, sprukket eller utsatt.
- Ikke bruk eksterne batteripakker eller strømkilder annet enn den medfølgende adapteren eller autorisert tilbehør for å lade batteriet eller gi strøm til headsettet.
- Ikke prøv å lade eller bruke headsettet om det ikke skrur seg på etter at du har prøvd å lade det, hvis det blir unormalt varmt når det brukes eller lades, eller dersom batteribeholderen er hoven, eller lekker væske eller røyk.
- Ikke demonter, knus, bøy eller endre form, punkter, riv eller bruk mye trykk på headsettet. Dette kan forårsake lekkasje eller en intern kortslutning i batteriet, noe som kan føre til overoppheting.
- Unngå å miste ditt headset. Hvis du mister det, særlig på en hard overflate, kan potensielt forårsake skade på headsettet og batteriet. Inspiser ditt headset for visuelle skader før hver bruk. Hvis du mistenker at ditt headset eller batteri er skadet, skal du kontakte Oculus support.
- Ikke la headsettet bli bløtt eller komme i kontakt med væsker. Selv om headsettet kan tørke og ser ut til å fungere normalt, kan batterikontaktene eller kretsløpet sakte korrodere og utgjøre en sikkerhetsfare. Hvis headsettet blir bløtt, skal du kontakte Oculus support, selv om headsettet ser ut til å fungere normalt.
- Ikke plasser headsettet ditt i områder som kan bli veldig varme, som på eller i nærheten av en kokeplate, kokeapparat, strykejern eller radiator eller i direkte sollys. Overdreven oppvarming kan skade headsettet eller batteriet, og kan føre til at headsettet eller batteriet eksploderer. Ikke tørk et bløtt eller fuktig headset med en apparat eller varmekilde som mikrobølgeovn, hårføner, strykejern eller radiator. Unngå å forlate headsettet i en bil i høye temperaturer.

- Dersom batteriet lekker, skal du ikke la væsken komme i kontakt med hud eller øyne. Dersom kontakt inntreffer, skal det påvirkede området vaskes med store mengder vann, og du bør kontakte helsepersonell.
- Forsikre deg alltid om at headsettet har tilstrekkelig med ventilasjon og luftstrøm mens du bruker eller lader. Å dekke headsettet med materialer som påvirker luftstrømmen betydelig, kan påvirke ytelsen og utgjøre en risiko for brann eller eksplosjon.
- Ditt headset og din strømadapter (hvis det var inkludert) overholder gjeldende grenser for industriens overflatetemperaturstandarder. For å forhindre potensielle forbrenninger ved lav temperatur fra langvarig direkte kontakt, unngå direkte hudkontakt med strømadapteren i lange perioder når du lader, eller når den er koblet til en strømkilde. Forsikre deg om at strømadapteren er i et område som er godt ventilert når den er i bruk. Ikke plasser adapteren under en pute, dyne eller kroppsdell. Brukere med spesielle medisinske eller fysiske lidelser som svekker evnen til å føle varme mot huden skal være ekstra forsiktige når de bruker enheten eller lader med strømadapteren. Følg alle termiske advarsler og anbefalinger som dukker opp på enhetens skjerm.
- Gjenvinn eller kast brukte batterier i henhold til alle gjeldende lover og forskrifter. I noen områder er kasting av enkelte elektroniske enheter strengt regulert. Ikke kast headsettet eller batteriet i et bål eller forbrenningsovn da batteriet kan eksplodere hvis det overopphetes. Kastes ikke sammen med husholdningsavfall. Gå til www.oculus.com/support for korrekt vedlikehold og erstatning av ditt headset. Gå til www.oculus.com/legal/compliance for informasjon om hvordan du gjenvinner ditt uønskede headset.

Temperatur på headset

 Det er viktig å sjekke temperaturen på ditt headset da noen kontaktpunkter - inkludert overflatene på framsiden - kan bli varme. Det er vanlig at ditt headset føles varmt under bruk, eller mens den lader. Forlenget hudkontakt med et headset som er varmt når det berører huden

kan forårsake ubehag på huden eller rødhet, eller brannskader ved lav temperatur. Hvis ditt headset føles for varmt å ta på, eller er ubehagelig varmt, skal du slutte å bruke eller lade det og la det kjøle seg ned.

Repetitivt belastningsskade

Bruk av enheten kan forårsake smerte i muskler, ledd, hand/hender eller på hud. Slutt å bruk hvis deler av kroppen blir sliten eller sår mens du bruker headsettet eller dets deler, eller hvis du opplever symptomer som prikking, nummenhet, brennende følelse eller stivhet, og hvile i flere timer før du bruker det igjen. Hvis du fortsetter å ha noen av symptomene nevnt ovenfor, eller annet ubehag under eller etter bruk, skal du slutte å bruke det og kontakte en lege.

Tilbehør og kontroller

- Ditt headset og programvare er ikke laget for å brukes med uautorisert tilbehør. Bruk av uautorisert tilbehør kan føre til personskader på deg eller andre, forårsake ytelsesproblemer eller skade på systemet ditt og relaterte tjenester, og kan føre til skade som ikke er dekket av garantien din.
- Se instruksjoner for tilbehør for korrekt installasjon, advarsler og bruk av tilbehør som er inkludert og godkjent.
- Bruk bare anbefalte batterier og ladesystemer for autoriserte tilbehør og kontroller.
- Installer og bruk håndleddsstroppe eller snorer med tilbehør og kontroller når det er tilgjengelig, for å sikre håndleddet ditt ved bruk slik at de ikke blir løse prosjektiler.

Kontrollbatterier

Dine Oculus Touch-kontroller inneholder AA-batterier.

- **KVELINGSFARE.** Kontrollen er ikke et leketøy. Den inneholder batterier, som er små deler. Hold det borte fra barn under 3 år.

- Hold nye og brukte batterier borte fra barn. Dersom batteribeholderen ikke lukkes ordentlig, slutt å bruke produktet og hold det borte fra barn frem til det kan repareres.
- Oppbevar det i originalemballasjen til den er klar for bruk.
- Gjenvinn eller kast brukte batterier umiddelbart i henhold til alle gjeldende lover og forskrifter.
- Batteriet i kontrollen kan skiftes ut av brukeren.
- Ikke bland gamle og nye batterier. Bytt ut alle batterier i et sett samtidig.
- Ikke demonter, gjør hull eller prøv å modifisere batterier.
- Risk for brann. Batterier kan eksplodere eller lekke hvis de installeres bakvendt, demonteres, lades, blandes eller brukes med andre batterityper, eller utsettes for brann eller høye temperaturer.
- Unngå kontakt med øyne eller hud dersom et batteri lekker. Dersom kontakt inntreffer, skal det påvirkede området vaskes med store mengder vann.
- Fjern utslitte batterier fra produktet umiddelbart. Fjern batterier før oppbevaring eller utvidede perioder uten bruk. Utslitte batterier kan lekke og ødelegge dine kontroller.
- Se **www.oculus.com/support** for korrekt vedlikehold og utskiftning av kontrollbatterier, og se lokale krav for informasjon om hvordan du gjenvinner eller kaster batterier.

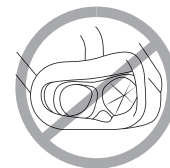
⚠ WARNING Elektrisk støt

Slik gjør du for å minimere risikoen for elektrisk støt:

- Ikke modifiser eller åpne noen av de medfølgende komponentene.
- Ikke lad denne enheten hvis den medfølgende eller godkjente kablen til strømadapteren er revet, hvis metalltråder er eksponert, eller batteriholderen er skadet.
- Ikke sett inn noe metall, noe som er ledende eller fremmedlegemer i ladeporten.
- Ikke utsett enheten for vann eller væske.
- Bruk BARE den medfølgende vekselstrømadapteren med din enhet (eller annen godkjent adapter dersom det ikke fulgte med noen).

⚠ CAUTION Pleie av VR-system

- Ikke bruk systemet dersom noen del er skadet eller ødelagt.
- Ikke prøv å reparere noen deler av systemet selv. Reparasjon skal kun utføres av en autorisert Oculus-forhandler.
- For å unngå skader på ditt headset eller kontroller, ikke utsett dem for fukt, høy fuktighet, høye konsentrasjoner av støv eller luftbårne materialer, temperaturer utenfor deres driftsområde eller direkte sollys.
- For å unngå skade, hold ditt headset, lader, kabler og tilbehør unna kjæledyr.



Smittsomme lidelser

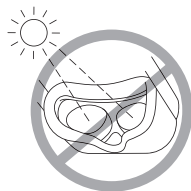
For å unngå overføring av smittsomme lidelser (som øyekatarr - konjunktivitt), ikke del headsettet med personer som har smittsomme lidelser, infeksjoner eller sykdommer, spesielt med hensyn til øyne, hud eller hodebunn. Headsettet og kontroller bør rengjøres mellom hvert bruk med hudvennlige og alkoholfrie antibakterielle våtservietter og en tørr mikrofiberklut for linsene. Bytt ansiktsgrensesnittet på enheten dersom det blir slitt eller ikke lar seg rense. Ikke bruk væske eller kjemisk rengjøring på linsene. Bytt ut ansiktsgrensesnittet på headsettet hvis det blir slitt eller ikke kan rengjøres.

⚠ CAUTION Hudirritasjon

Bruk av headset innebærer kontakt med hud og hodebunn. Slutt å bruke headsettet hvis du opplever hevelse, kløe, hudirritasjon, tap av hår eller andre hudreaksjoner. Det samme gjelder for håndkontrollen, slutt å bruke hvis du opplever hudirritasjon eller andre reaksjoner. Dersom symptomene vedvarer, kontakt en lege.

NOTICE Ingen direkte sollys på linser

Unngå direkte sollys på linsene. Ikke lagre eller bær headsettet slik at linsene er eksponert for direkte sollys. Direkte sollys på linsene, selv i perioder, kan skade optikken og skjermen.



NOTICE Ikke medisinsk utstyr

Headsettet og tilbehørene er ikke medisinsk utstyr, og er ikke ment for å diagnostisere, behandle, kurere eller forhindre noen sykdommer.