

Hälsa & Säkerhet

*Dessa hälso- och säkerhetsvarningar uppdateras periodvis för korrekthet och fullständighet. Besök www.oculus.com/warnings för den senaste versionen.



HÄLSO- OCH SÄKERHETSVARNINGAR:
För att reducera risken för fysisk skada, obehag eller skada på egendom, vänligen säkerställ att samtliga användare av headsetet har läst varningarna nedan noggrant före användning av Oculus Go headset och kontrollenhet.



Före användning av headset

- Läs och följ samtliga installations- och användarinstruktioner som medföljer headsetet.
- Granska mjuk- och hårdvarurekommendationerna för användning av headsetet. Risk för obehag kan öka om rekommenderad hårdvara och mjukvara inte används.
- Ditt headset och mjukvara är inte utformat för att användas med någon oauktorerad enhet, tillbehör, mjukvara och/eller innehåll. Användning av oauktorerad enhet, tillbehör, mjukvara och/eller innehåll eller hacking av enheten, mjukvara eller innehåll kan resultera i skada på dig eller andra, kan orsaka prestandarelaterade problem eller skada på ditt system och relaterade tjänster.
- TFör att minska risken för obehag, anpassa sido- och toppbanden korrekt, och säkerställ bekväm placering av insatsmasken samt att du ser en enda, tydlig bild; detta hjälper till att skapa korrekt viktbalans och fördelning av headsetet. Återupprepa kontrollen av inställningarna före

återupptagande av användning efter en paus, för att undvika eventuella oavsiktliga ändringar av anpassningar.

- Virtual reality är en uppslukande upplevelse som kan vara intensiv. Rädsla-, vålds- och ångestframkallande innehåll kan orsaka kroppsliga reaktioner som om det vore verkligt. Välj ditt innehåll noggrant om du har en historia av obehag och fysiska symptom när du upplever dessa situationer. Oculus tillhandahåller en komfortskala för visst innehåll och du bör granska komfortskalan avseende ditt innehåll innan användning. (För mer detaljer angående komfortskalor och hur de kan bistå tillhandahållandet av en bekväm upplevelse, gå till <https://support.oculus.com/help/oculus/918058048293446/>). Om virtual reality är nytt för dig, börja med innehåll som har värderats Bekvämt, före du testar Måttligt, Intensivt eller Övärderat innehåll.
- En bekväm virtual reality-upplevelse kräver icke-nedsatt känsla för rörelse och balans. Använd inte headsetet om du är: trött, behöver sömn, under påverkan av alkohol eller droger, bakfull, har matsmältningsproblem, lider av emotionell stress eller ångest, eller om du lider av en förkylning, influensa, huvudvärk, migrän eller öronvärk, då detta kan öka din känslighet för negativa symptom.
- Konsultera din läkare innan du använder ditt headset om du är gravid, äldre, har förekomster av avvikelser i den binokulära synen eller psykiatriska problem, eller lider av hjärtsjukdom eller annat allvarligt medicinskt tillstånd.

VARNING Krampanfall

Vissa personer (cirka 1 av 4000) kan lida av allvarlig yrsel, krampanfall, ögon- eller muskelsammandragningar eller blackout som triggas av ljusblixtrar eller mönster, vilket kan uppkomma medan de tittar på TV, spelar videospel eller upplever

virtual reality, även om de aldrig tidigare har haft krampfall eller blackout eller har historia av krampfall eller epilepsi. Sådana krampfall är vanliga bland barn och unga människor. Den som upplever någon av dessa symptom bör avsluta användningen av headsetet och uppsöka läkare. Om du tidigare har drabbats av krampfall, medvetslöshet eller andra symptom som är kopplade till ett epileptiskt tillstånd, bör du uppsöka läkare innan användning av headsetet.

⚠ VARNING Barn

Denna produkt är inte en leksak och bör inte användas av barn under 13 år, då headsetet storleksmässigt inte är anpassat för barn och felaktig storlek kan leda till obehag eller negativa hälsoeffekter, och yngre barn befinner sig i en kritisk period avseende synens utveckling. Vuxna bör säkerställa att barn (13 år och äldre) använder headsetet i enlighet med dessa hälso- och säkerhetsvarningar infattande säkerställande att headsetet används på det sätt som beskrivs i avsnittet Före användning av headsetet och avsnittet Säker miljö. Vuxna bör övervaka om barn (13 år och äldre) som använder eller har använt headsetet, uppvisar några av de symptom som beskrivs i dessa hälso- och säkerhetsvarningar (inklusive de som beskrivs under avsnitten Obehag och Återkommande stressskada), och bör begränsa tiden som barn använder headsetet och säkerställa att de tar pauser under användning. Förlängd användning bör undvikas då detta kan inverka negativt på hand-öga koordination, balans och multi-tasking förmåga. Vuxna bör noggrant övervaka barn under och efter användning av headsetet för eventuell nedsatthet avseende dessa förmågor.

⚠ VARNING Allmänna säkerhetsåtgärder

För att reducera risken för skada och obehag bör du alltid följa dessa instruktioner och observera dessa säkerhetsåtgärder medan headsetet används.

- **Använd Endast i En Säker Miljö:**

Headsetet producerar en uppslukande virtual reality-upplevelse som distraherar dig från och fullständigt blockerar din uppfattning av din faktiska omgivning.




GÖR



GÖR INTE

- ▶ **Var alltid medveten om dina omgivningar före påbörjad användning och medan användning av headsetet pågår. Iaktta försiktighet för att undvika skada.**
- ▶ Du är ansvarig för att skapa och upprätthålla en säker miljö för användning vid alla tillfällen.
- ▶ Allvarliga skador kan uppstå om du snubblar eller springer in i väggar, möbler, andra objekt eller personer, så frigör ett utrymme för säker användning före användning av headsetet.
- ▶ Användning av headsetet och Oculus-kontrollenheter kan orsaka balansförlust.
- ▶ Kom ihåg att objekten du ser i den virtuella miljön inte existerar i den verkliga världen, så sätt eller ställ dig inte på dem eller använd dem inte som stöd.
- ▶ Förbli sittande, om inte ditt spel eller upplevelseinnehåll kräver att du står upp. Om du använder headsetet medan du sitter, säkerställ att du sitter stadigt på en säker yta.

- ▶ Säkerställ särskilt att du inte är nära andra personer, objekt, trappor eller steg, ramper, trottoarer, balkonger, öppna dörrar, fönster, möbler, öppen eld (så som levande ljus eller öppna spisar), takfläktar eller ljusarmaturer, TV-apparater eller monitorer, eller andra föremål som du kan komma att vidröra eller slå till under, eller omedelbart efter, användning av headsetet.
- ▶ Användning av headsetet tillsammans med glasögon kan öka risken för ansiktsskada om du trillar eller slår ditt ansikte.
- ▶ När du använder headsetet med kontrollenheter kan du komma att sträcka ut dina armar i sidan och över ditt huvud, så säkerställ att dessa områden är fria.
- ▶ Avlägsna eventuella fallrisker från området innan användning av headsetet.
- ▶ Kom ihåg att du medan du använder headsetet kan vara omedveten om människor och husdjur som kommer in i ditt närområde.
- ▶ Din uppfattning av dina omgivningar är fullständigt blockerad medan du använder headsetet, så håll inte eller hantera inte saker som är farliga, som kan skada dig eller skadas.
- ▶ Headsetet är utformat för inomhusbruk. Vid användning utomhus, var särskilt uppmärksam på dina omgivningar och se till att du använder headsetet i en säker miljö utan trafik, gångtrafikanter eller andra riskfaktorer i en utomhusmiljö. Vid användning utomhus, förbli sittande om inte ditt spel eller ditt upplevelseinnehåll kräver att du står.
- ▶ Bär aldrig headsetet i situationer som kräver uppmärksamhet, så som gång, cykling eller förande av fordon.

- Använd headsetet till en början med försiktighet för att låta kroppen vänja sig; använd endast några minuter i taget och öka tiden du använder headsetet successivt, i takt med att du vänjer sig vid virtual reality. Genom att titta runt och använda ingångsenheten när du stiger in i virtual reality för första gången, kan du vänja dig vid eventuella mindre skillnader mellan dina rörelser i verkligheten och hur du uppfattar upplevelsen i virtual reality.
- Använd inte headsetet när du befinner dig i ett fordon som är i rörelse såsom i bil, buss eller tåg, eftersom variation i hastighet eller plötsliga rörelser kan öka din känslighet för negativa symptom.
- Ta åtminstone en 10-15 minuters paus varje halvtimme, även om du inte tror att du behöver det. Varje person är unik, så ta längre och mer frekventa pauser om du får en känsla av obehag. Du bestämmer själv vad som passar dig bäst.
- Det är normalt att ditt headset känns varmt vid beröring under användning eller under laddning. En längre kontakt mellan huden och ett headset som känns varmt vid beröring kan medföra hudirritation eller rodnad, eller brännskador som uppstår vid låg temperatur. Om ditt headset känns varmt vid beröring eller blir obehagligt varmt, ska du sluta använda eller ladda det, tills dess att det har kylts ner.
-  För att undvika eventuella hörselskador, undvik att lyssna på höga volymer under längre perioder.

VARNING Varningssystem

För din säkerhet kommer headsetet att förse dig med följande varningar:

- En hörbar och synbar varning när headsetet är påväg att bli överhettat. Om en sådan varning syns/hörs, ska du, för att

minimera risken för personlig skada, ta omedelbart av ditt headset och låt det kylas ner innan fortsatt användning.

- En synbar varning i händelse av höga ljudnivåer. Om en sådan varning visar sig ska du sänka volymen för att minimera risken för hörselskador.

▲ VARNING Obehag

- Du ska omedelbart avbryta användningen av headsetet om du upplever någon av följande symptom; krampfall; medvetlöshet; ögonansträngning; ögon- eller muskelryck; ofrivilliga rörelser; förändrad, suddig, eller dubbelsyn eller andra synrelaterade avvikelser; yrsel; disorientation; rubbad balans; rubbad hand-öga koordination; överdriven svettning; ökad salivutsöndring; illamående; svimningskänsla; obehagkänsla eller smärta i huvud eller ögon; dåsighet; utmattnings; eller andra symptom som påminner om åksjuka.
- Likt de symptom som människor kan uppleva när de går i land från ett kryssningsfartyg kan symptomen som upplevs som ett resultat av exponering inför virtual reality vara ihållande och visa sig flera timmar efter användning. Dessa symptom som kan visa sig efter användning kan inkludera de ovannämnda symptomen samt överdriven dåsighet och nedsatt förmåga att multi-taska. Dessa symptom kan öka risken att du skadar dig i samband med normala aktiviteter i den verkliga världen.
- Du ska inte köra, hantera maskiner eller i övrigt utföra visuellt eller fysiskt krävande aktiviteter som kan medföra potentiellt allvarliga konsekvenser (d.v.s. aktiviteter där symptomen kan leda till död, personskador eller skador på egendom), eller andra aktiviteter



som kräver icke-nedsatt balans och hand-öga koordination (såsom utövandet av sportaktiviteter eller cykla på en cykel, etc.) förrän du har fullt återhämtat dig från eventuella symptom.

- Använd inte headsetet innan alla symptom fullständigt har gått över i flera timmar.
- Var uppmärksam på typen av innehåll som du använde före inträdandet av symptomen eftersom att du kan vara mer benägen att uppleva symptomen baserat på det använda innehållet. Granska komfortskalan avseende det använda innehållet, och överväg att använda innehåll med en mer passande komfortskala.
- Uppsök läkare om du har allvarliga och/eller ihållande symptom.

⚠ VARNING Headset Batteri och Laddning

Ditt headset innehåller ett laddningsbart litiumjonbatteri och kan komma med en strömadapter (laddare) och en laddningskabel. Olämplig hantering av batteriet eller strömadapter kan resultera i brand, explosion, batteriläckage eller andra faror. Följ dessa instruktioner för att minimera risken för att du eller andra skadas eller att din produkt skadas.

- Batteriet i ditt headset kan varken bytas ut av användaren eller repareras. Försök inte att öppna headsetet för att komma åt batteriet, eller för att öppna, reparera eller byta ut batteriet. Vänligen kontakta Oculus Support om du behöver hjälp avseende batteriet eller hantering av energifunktionerna för din produkt.
- Använd inte ditt headset när den är ansluten till strömadapter eller under laddning.
- Ladda endast ditt headset med medföljande strömadapter och laddningskabel, eller en godkänd strömadapter och laddningskabel om det inte medföljer produkten. Använd inte

andra andra kablar eller strömadaptrar. Om du är osäker på huruvida en kabel eller en strömadapter är kompatibel med ditt headset, kontakta Oculus Support.

- Undersök regelbundet anslutningskablar, anslutningsstavar och strömadapter för skador eller användningsslitage. Använd inte din strömadapter om komponent(er), omslutande material, anslutningsporten, anslutningskabeln eller annan del är skadad, sprucken eller exponerad.
- Använd inte externa batterisatser eller andra energikällor än den inkluderade strömadaptern eller godkända tillbehör för att ladda batteriet eller slå på headsetet.
- Försök inte att ladda eller använda headsetet om det startar efter försök till laddning, om det blir onormalt varmt vid användning eller laddning, eller om batteribehållaren svullnar, läcker vätska eller ryker.
- Försök inte att demontera, krossa, böja eller deformera, punktera, strimla eller lägga ett högt tryck på headsetet. Detta kan medföra läckage eller en intern kortslutning i batteriet, vilket kan resultera i överhettning.
- Undvik att tappa ditt headset. Att tappa headsetet, särskilt på en hård yta, kan potentiellt medföra skador på headsetet och batteriet. Om du misstänker skador på ditt headset eller batteri, kontakta Oculus Support.
- Låt inte ditt headset bli vått eller komma i kontakt med vätskor. Även om headsetet torkar och till synes fungerar normalt, kan batterikontakterna eller kretsarna långsamt korrodera och därmed medföra en säkerhetsrisk. Om headsetet blir vått, kontakta Oculus Support, även om headsetet till synes fungerar normalt.

- Placera inte ditt headset i utrymmen som kan bli väldigt varma, såsom på eller i närheten av en matlagingsyta, matlagingsapparat, strykjärn eller element eller i direkt solljus. Överdriven uppvärmning kan skada headsetet eller batteriet och kan medföra att headsetet eller batteriet exploderar. Försök inte att torka ett vått eller fuktigt headset med en apparat eller värmekälla såsom en mikrovågsugn, hårtorkare, strykjärn eller element. Undvik att lämna ditt headset i en bil i höga temperaturer.
- I händelse av batteriläcka, låt inte vätska komma i kontakt med hud eller ögon. Om kontakt har skett, tvätta det berörda området med stora mängder vatten och sök medicinsk rådgivning.
- Säkerställ alltid att headsetet under användning eller laddning har tillräcklig ventilation och luftflöde. Att täcka headsetet med material som signifikant påverkar luftflödet kan påverka dess prestanda och medför en risk för brand eller explosion.
- Ditt headset och din strömadapter (om medföljande) överensstämmer med tillämpliga gränser för industriell standard för yttemperatur. För att undvika potentiella lågtemperatur brännskador från långvarig direktkontakt, undvik direkt hudkontakt med din strömadapter över längre perioder under laddning, eller när den är ansluten till en energikälla. Säkerställ att strömadaptern är i ett välventilerat utrymme under användning. Använd den godkända laddningskabeln för att optimera närheten av din apparat till adaptern; placera inte adaptern under en kudde, filt eller del av din kropp. Användare med särskilda medicinska eller fysiska tillstånd som nedsätter förmågan att upptäcka hetta mot huden bör vara särskilt varsamma vid användning av apparaten eller i samband med laddning med strömadapter. Följ alla temperaturvarningar eller andra råd som visar sig på din produkts skärm.

- Kassera ditt headset och batteri på rätt sätt. Släng inte headsetet eller batteriet i en eld eller förbränningsugn eftersom batteriet kan explodera i samband med överhettning. Kassera separat från hushållsavfall. Du är hänvisad till www.oculus.com/support för korrekt underhåll, ersättande och sluthantering av ditt headset.

⚠ VARNING Återkommande stresskada

Användning av apparaten kan medföra smärtor i muskler, leder, nacke, händer eller hud. Om en del av din kropp blir trött eller öm under användning av headsetet eller dess delar, eller om du känner av symptom såsom stickande, avdomnande eller brinnande känsla eller stelhet, avbryt användningen och vila i flera timmar innan du återupptar användningen igen. Om du fortsätter uppleva någon av de ovannämnda symptom eller annat obehag under eller efter användning, avsluta användningen och uppsök en läkare.

⚠ VARNING Tillbehör

- Ditt headset och mjukvara är inte utformade för användning med andra icke-auktoriserade tillbehör. Användning av icke-auktoriserade tillbehör kan medföra skador på dig och andra och kan orsaka prestandarelaterade problem eller skador på ditt system och andra relaterade tjänster.
- Du är hänvisad till tillbehörsinstruktionerna för korrekt installation, varningar och användning av medföljande och auktoriserade tillbehör.
- Använd endast rekommenderade batterier och laddningssystem för auktoriserade tillbehör.
- Installera och använd handledsspännen eller band med tillbehören om sådana finns tillgängliga för att säkra tillbehören på din handled under användning.

- Använd band till alla trackingtillbehör så att de inte blir lösa projektiler.



VARNING

Påverkan på medicinska apparater

Headsetet och kontrollenheterna kan innehålla magneter eller komponenter som emitterar radiovågor, vilket kan påverka funktionen i närliggande elektroniska apparater, inklusive pacemakrar, hörapparater och defibrillatorer. Om du har en pacemaker eller andra medicinska implantat, använd inte headsetet eller kontrollenheten innan du har rådfrågat din läkare eller tillverkaren av din medicinska apparat. Bibehåll ett säkert avstånd mellan headsetet och kontrollenheten och dina medicinska apparater. Sluta använda headsetet och/eller kontrollenheten om du upptäcker en ihållande påverkan på dina medicinska apparater.



VARNING

Kontrollenhetens Batterier

Din kontrollenhet innehåller AA batterier.

- **KVÄVNINGSRISK.** Fjärrkontrollen är ingen leksak. Den innehåller ett batteri, vilken är en liten beståndsdel. Förvara oåtkomligt för barn under 3 år.
- **INTA INTE BATTERIET. RISK FÖR KEMISK BRÄNNSKADA.**
- Om ett batteri har svalts kan det orsaka allvarliga interna brännskador och potentiell perforering av matstrupen inom bara 2 timmar och kan leda till döden.
- Om du misstänker att batterier kan ha svalts eller placerats inuti någon del av kroppen, sök sjukvård och be din läkare ringa upplysningslinjen för batteriförtäring på (800) 498-8666 eller (202) 625-3333.

- Förvara nya och använda batterier oåtkomligt för barn. Om batteribehållaren inte kan stängas ordentligt, sluta använda produkten och förvara oåtkomligt för barn.
- Behåll i originalförpackning fram till användning. Kassera använda batterier på ett korrekt och snabbt sätt.
- Batteriet i kontrollenheten är användar-utbytbar: VARNING - EXPLOSIONSRISK OM BATTERIET BYTS UT MOT EN FELAKTIG SORT. KASSERA ANVÄNDA BATTERIER I ENLIGHET MED INSTRUKTIONER.
- Försök inte att plocka isär, borra i eller modifiera batterier.
- Risk för brand. Batterier kan explodera eller läcka om de är installerade baklänges, isärplockade, laddade, krossade, sammanblandade med använda eller andra sorters batterier eller exponeras för brand eller höga temperaturer.
- Låt inte ledande material vidröra batteriterminalen på kontrollenheten. Håll batterier torra och undvik vätskeintrång. Avrbyt användning och kontakta Oculus Support om det sker vätskeintrång eller oavsiktlig spill in i apparaten eller i batteribehållaren.
- Avbryt användning om du uppmärksammar en onormal ökning i apparatens temperatur och/eller runt batteribehållaren.
- Varning krävd enligt delstaten Kalifornien: Perkloratmaterial - särskild hantering kan krävas, se www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.
- Vänligen besök www.oculus.com/support för instruktioner för korrekt underhåll, ersättande och kassering av batterier.

⚠ VARNING Elektriska stötar

För att reducera risken för elektiska stötar:

- Ändra inte i eller öppna någon av de medföljande komponenterna.
- Ladda inte denna apparat om någon medföljande del eller godkänd AC-adapterkabel är sliten, om sladdar är blottade eller om batteribehållaren är skadad.
- Infoga inte några metall-, strömledande eller främmande föremål i laddningsporten.
- Utsätt inte produkten för vatten eller vätska.
- Använd ENDAST medföljande AC-adapter med din produkt eller annan auktoriserad adapter om sådan inte tillhandahålls med produkten.

⚠ FÖRSIKTIGHET Skadad eller trasig produkt

- Använd inte din produkt om någon del är skadad eller trasig
- Försök inte själv att reparera någon del av produkten. Reparationen bör endast göras av auktoriserad Oculus-service.

⚠ FÖRSIKTIGHET Smittsamma tillstånd

För att undvika överföring av smittsamma tillstånd (så som epidemisk bindhinneinflammation), dela inte headsetet med personer med smittsamma tillstånd, infektioner eller sjukdomar, särskilt avseende ögonen, huden eller hårbotten. Headsetet och kontrollenheterna bör rengöras mellan varje användning med hudvänliga, alkoholfria, antibakteriella rengöringsdukar utan slipmedel och med en torr mikrofiberduk för linserna. Använd inte vätska eller kemiska rengöringsmedel på linserna. Byt ut ansiktstycket på headsetet om det blir slitet eller inte kan rengöras.

⚠ FÖRSIKTIGHET

Hudirritation

Headsetet bärs i kontakt med din hud och hårbotten. Avsluta användning av headsetet om du lägger märke till svullnad, klåda, hudirritation eller annan hudreaktion. Detsamma gäller för handkontrollen, vänligen avsluta användning om du obeserverar hudirritation eller reaktion. Om symptomen kvarstår, kontakta läkare.

⚠ FÖRSIKTIGHET

Produkttemperatur



Det är viktigt att kontrollera temperaturen på din produkt då ytan kan bli het. För att reducera risken för skada, iakttä försiktighet och vidrör inte heta ytor under längre perioder.

⚠ FÖRSIKTIGHET

Användningsmiljö

För att undvika skada på ditt headset eller kontroller, exponera dem inte för fukt, hög luftfuktighet, höga koncentrationer av damm eller luftburna partiklar, temperaturer utanför dess driftsskala eller direkt solljus. Förvara kablar utom räckhåll för barn och husdjur.

ANVISNINGAR

Inte en medicinsk produkt

Headsetet och tillbehören är inte medicinska produkter och är inte avsedda för att diagnostisera, behandla, bota eller motverka någon sjukdom.

ANVISNINGAR

Håll borta från husdjur

- För att undvika skada förvara ditt headset, laddare, kablar och andra tillbehör utom räckhåll för husdjur.