

Zdravotní a bezpečnostní doporučení pro používání virtuální reality:

Tato zdravotní a bezpečnostní varování jsou pravidelně aktualizována, aby byla přesná a úplná.

- Komfortní zážitek virtuální reality vyžaduje nenarušenou schopnost pohybu a udržení rovnováhy. Nepoužívejte brýle, když jste unavení, ospalí, pod vlivem alkoholu nebo drog, máte zažívací potíže, jste v emočním stresu, nebo když trpíte nachlazením, chřipkou, bolestmi hlavy, migrénou nebo bolestmi ucha, protože to může zvýšit vaši náchylnost k nežádoucím projevům.
- Jestliže jste těhotná, nebo starší osoba, máte abnormální binokulární vidění nebo psychiatrickou poruchu, nebo jestliže máte problémy se srdcem nebo jiný vážný zdravotní problém, doporučujeme, abyste se před použitím brýlí poradili s lékařem.
- U některých lidí (přibližně 1 ze 4000) mohou světelné záblesky nebo vzorce spustit silnou závrať, záchvat, epileptický záchvat nebo ztrátu vědomí, a může k tomu dojít při sledování televize, hraní videoher nebo účasti ve virtuální realitě, a to i v případě, že nikdy dříve záchvat neměli ani neztratili vědomí a nemají epilepsii. Takové záchvaty jsou obvyklejší u dětí a mladých lidí ve věku do 20 let. Každý, kdo někdy měl záchvat, ztratil vědomí nebo trpěl jinými příznaky souvisejícími s epilepsií, by se měl poradit s lékařem, než začne používat brýle.
- Děti do 12 let jsou v kritické fázi vývoje zraku, proto by měly být při užívání brýlí opatrné. Dospělí by měli omezit čas, který děti stráví při používání brýlí, a zajistit, aby si při jejich používání dělaly přestávky. Brýle by se neměly používat po dlouhou dobu, protože by to mohlo negativně ovlivnit koordinaci ruka-oko, udržování rovnováhy a schopnost vykonávat několik činností najednou. V průběhu používání brýlí a po něm by dospělí měli sledovat, zda se u dětí tyto schopnosti nezhoršily.

Všeobecná opatření:

Aby se snížilo riziko poškození zdraví nebo nepohody, je třeba, abyste při používání brýlí vždy dodržovali tyto pokyny a opatření:

Bezpečné prostředí:

- Brýle poskytují hluboký zážitek virtuální reality, který vás upoutá a zcela zablokuje vaše vidění skutečného okolí.
- Zkontrolujte, zda máte brýle nasazený rovně a pevně na hlavě a zda vidíte jeden jasný obraz.
- Než začnete používat brýle a v průběhu jejich používání vždy pamatujte na své okolí. Buďte opatrní, abyste se nezranili. Při používání brýlí můžete ztratit rovnováhu, a proto zvláště dbejte na to, abyste při používání brýlí nebo bezprostředně poté nebyli blízko jiných osob, předmětů, schodů, balkónů, otevřených dveří, oken ani nábytku. Před používáním brýlí odstraňte z místa vše, o co byste mohli zakopnout.
- Nezapomeňte, že předměty, které vidíte ve virtuálním prostředí, neexistují ve skutečnosti, proto si na ně nesedejte ani se o ně neopírejte.

- Aby byl váš zážitek co nejbezpečnější, zůstaňte při používání brýlí sedět nebo stát.
- V každé situaci, která vyžaduje pozornost nebo koordinaci, si musíte brýle sundat.
- Používání brýlí si vyzkoušejte postupně, aby si na ně vaše tělo zvyklo. Poprvé je používejte jen několik minut a dobu používání postupně prodlužujte, jak si budete na virtuální realitu zvykat.
- Každých 30 minut si udělejte přestávku na alespoň 10 až 15 minut, a to i když si myslíte, že přestávku nepotřebujete. Každý člověk je jiný, proto když budete cítit nepohodu, dělejte si přestávky častěji a na delší dobu.
- Brýle mohou být vybaveny funkcí „průchodu“, která vám umožní dočasně vidět své okolí, abyste měli krátkou interakci se skutečným světem.
- S ohledem na hloubku zážitku z virtuální reality nepoužívejte brýle s nastavením zvuku na vysokou hlasitost, abyste si udrželi povědomí o svém okolí a snížili riziko poškození sluchu.
- Mezi každým použitím je třeba brýle očistit antibakteriálním ubrouskem.

Nežádoucí projevy:

- Výjimečně se mohou vyskytnout: záchvaty, ztráta vědomí, únava očí, záškuby očí nebo svalů, mimovolní pohyby, změněné, zamlžené nebo dvojí vidění nebo jiné zrakové abnormality, závratě, dezorientace, narušení rovnováhy, narušení koordinace ruka-oko, nadměrné pocení, zvýšené slinění, nevolnost, točení hlavy, nepohoda, bolest hlavy či očí, ospalost, únava, nebo jakékoli příznaky podobné mořské nemoci.
- Stejně jako mohou lidé mít přetrvávající příznaky po vystoupení z výletní lodi, mohou přetrvávat i příznaky po zážitku z virtuální reality, přičemž se jejich intenzita se může zvyšovat ještě několik hodin po použití. Tyto příznaky mohou zahrnovat výše uvedené projevy nebo nadměrnou ospalost a sníženou schopnost vykonávat několik věcí najednou. Tyto příznaky mohou sebou nést vyšší riziko úrazu při normálních činnostech v reálném světě.
- Dokud se z těchto příznaků zcela nezotavíte, neřídte motorová vozidla, neobsluhujte stroje a nevykonávejte žádné jiné zrakově nebo fyzicky náročné činnosti, které by mohly mít potenciálně závažné důsledky, ani jiné činnosti, které vyžadují nenarušenou schopnost udržovat rovnováhu a koordinaci ruka-oko.

Rušení zdravotnických prostředků:

- Brýle obsahují magnety a mohou vysílat rádiové vlny. Tyto mohou mít vliv na funkčnost elektronických přístrojů v jejich blízkosti, a to včetně kardiostimulátorů, naslouchadel a defibrilátorů. Pokud máte kardiostimulátor nebo jiný implantovaný zdravotnický prostředek, nepoužívejte brýle bez předchozí konzultace se svým lékařem nebo výrobcem zdravotnického prostředku.

Nebezpečí:

- Brýle ani ovladače nejsou hračkami. Obsahují baterie a malé součástky. Uchovávejte je mimo dosah dětí mladších tří let.
- Zařízení nepoužívejte, pokud je kterákoli jeho část poškozena nebo rozbitá.

Aby nedošlo k poškození brýlí:

- nenechávejte brýle na přímém slunečním světle. Vystavení přímému slunečnímu světlu může brýle poškodit. Nesviťte přes čočky laserovým ani jiným externím světelným zdrojem, protože by to mohlo poškodit obrazovku.