

INSTRUKCJE BEZPIECZEŃSTWA

OSTRZEŻENIA

Przed pierwszym użyciem **myszki komputerowej** poświęć czas na przeczytanie i zrozumienie wszystkich instrukcji bezpieczeństwa. Upewnij się, że każda osoba korzystająca z tego urządzenia zapoznała się z tymi instrukcjami i ich przestrzega. Firma Kontrast Systemy Komputerowe nie ponosi odpowiedzialności za obrażenia ciała ani za szkody materialne wynikające z niewłaściwego użytkowania zakupionego urządzenia.

INSTRUKCJE I RYZYKA

1. Ergonomia i komfort pracy

Ustawienie myszki: Upewnij się, że myszka jest ustawiona na wygodnej powierzchni roboczej. Powinna być w zasięgu ręki, na wysokości biurka, aby ręka była naturalnie ułożona podczas jej używania.

Prawidłowa postawa: Używaj myszki w taki sposób, aby nadgarstek nie był nadmiernie zgięty. Ręka powinna leżeć na myszce w sposób naturalny, a palce nie powinny być napięte.

Zmiana pozycji ręki: Unikaj długotrwałego trzymania ręki w jednej pozycji. Co jakiś czas zmieniaj ułożenie nadgarstka, aby zapobiec napięciom mięśniowym i problemom z krążeniem.

2. Bezpieczne używanie myszki

Odpowiednia siła nacisku: Używaj myszki delikatnie, bez nadmiernego nacisku, zwłaszcza podczas klikania przycisków. Zbyt mocne kliknięcie może prowadzić do zmęczenia dłoni i nadgarstków.

Czystość urządzenia: Regularnie czyść myszkę, aby zapobiec nagromadzeniu kurzu i brudu, które mogą wpłynąć na jej działanie.

Zabezpieczenie przed uszkodzeniami: Unikaj upuszczania myszki lub uderzania nią o twarde powierzchnie. Może to prowadzić do uszkodzeń wewnętrznych, takich jak uszkodzenie sensora optycznego czy mechanizmu przycisków.

3. Zabezpieczenie przed ryzykiem zdrowotnym

Prewencja zespołu cieśni nadgarstka (CTS): Długotrwałe użytkowanie myszki może prowadzić do zespołu cieśni nadgarstka. Aby temu zapobiec:

Regularnie rób przerwy – przynajmniej co 30 minut.

Wykonuj ćwiczenia rozciągające nadgarstki.

Używaj myszki w odpowiedniej odległości od ciała, aby zminimalizować napięcie mięśni.

Unikanie zmęczenia oczu: Długotrwałe śledzenie ruchów kursora na ekranie może przyczynić się do zmęczenia wzroku. Stosuj zasadę 20-20-20 – co 20 minut patrz przez 20 sekund na obiekt oddalony o co najmniej 20 stóp (ok. 6 metrów).

4. Bezpieczeństwo przed uszkodzeniami sprzętu

Podłączenie i odłączenie: Zawsze upewnij się, że myszka jest prawidłowo podłączona do portu USB lub bezprzewodowa odbiornik jest odpowiednio umieszczony. Unikaj ciągnięcia za kabel myszki lub wrywania jej z portu.

Zasilanie: Jeśli używasz myszki bezprzewodowej, regularnie sprawdzaj poziom naładowania baterii, aby uniknąć nagłego wyłączenia urządzenia w trakcie pracy. Wymieniaj baterie na czas, aby zapobiec uszkodzeniu urządzenia.

Korzystanie z odpowiedniej powierzchni: Aby zapewnić precyzyjne działanie myszy optycznej lub laserowej, używaj jej na odpowiednich powierzchniach (np. podkładce). Unikaj używania myszki na szklanych lub bardzo błyszczących powierzchniach, ponieważ może to wpływać na dokładność działania sensora.

5. Postępowanie w przypadku problemów

Problemy z działaniem: Jeśli myszka przestaje działać (np. nie reaguje na ruchy, przyciski nie działają), sprawdź połączenia kablowe lub wymień baterie w modelu bezprzewodowym. Jeśli problem nadal występuje, może być konieczna naprawa lub wymiana urządzenia.

Usuwanie uszkodzeń: W przypadku uszkodzenia myszki (np. pęknięcia, uszkodzenie kabla), nie próbuj naprawiać jej samodzielnie, ponieważ może to wpłynąć na bezpieczeństwo użytkowania.