

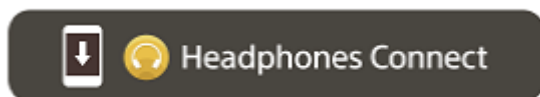
无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5



型号：YY2954

## 快速入门指南

### 下载应用程序并设置耳机



若要使用所有功能和改善的性能，将耳机软件和“Sony | Headphones Connect”应用程序更新至最新版本。如需了解详情，请参阅以下网站：


<https://www.sony.net/elesupport/>

### 开始使用



-  1 打开耳机



按住 （电源）按钮约2秒直到指示灯（蓝色）闪烁。购买后首次打开耳机时，耳机自动进入配对模式。

2

## 建立BLUETOOTH®连接



按照下载的“Sony | Headphones Connect”应用程序说明操作。

3

## 操作耳机



可使用触摸传感器控制面板执行以下操作。

快速轻按两次：播放/暂停

向前滑动并松开：跳至下一首歌曲的开头

向后滑动并松开：跳至上一首歌曲（或播放期间当前曲目）的开头

向上滑动并松开：增大音量

向下滑动并松开：减小音量

有关操作的更多详细信息，请参阅“控制音频设备（蓝牙连接）”。

### 防止因受潮而燃烧或故障

耳机不防喷水。

如果耳机在被雨水或汗水等浸湿的情况下充电，可能会导致烧毁或故障。

### 注意

- 如果在未调节滑块的情况下佩戴耳机，耳机可能无法在头部正确定位，从而导致不适感或降噪效果不佳。耳机的佩戴检测功能也可能无法正确运作，导致音乐播放自动停止或激活自动关闭电源功能（电池节省功能），自动关闭耳机。

## 相关信息

[佩戴耳机](#)

[手动建立Bluetooth连接](#)

[对耳机充电](#)

入门

[Bluetooth的功能说明](#)

[关于语音指导](#)

附件

[检查包装内容](#)

[将耳机放入便携盒](#)

部件和控制件

[部件的位置和功能](#)

[关于指示灯](#)

[佩戴耳机](#)

电源/充电

[对耳机充电](#)

[可用操作时间](#)

[检查电池剩余电量](#)

[打开耳机](#)

[关闭耳机](#)

## 进行连接

### [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)

#### 通过应用程序简易设置

[通过“Sony | Headphones Connect”应用程序连接](#)

#### Android智能手机

[配对和连接Android智能手机](#)

[连接已配对的Android智能手机](#)

#### iPhone (iOS设备)

[配对和连接iPhone](#)

[连接已配对的iPhone](#)

#### 电脑

[配对和连接电脑 \(Windows® 10\)](#)

[配对和连接电脑 \(Windows 8.1\)](#)

[配对和连接电脑 \(Mac\)](#)

[连接已配对的电脑 \(Windows 10\)](#)

[连接已配对的电脑 \(Windows 8.1\)](#)

[连接已配对的电脑 \(Mac\)](#)

#### 其他Bluetooth设备

[配对和连接Bluetooth设备](#)

[连接已配对的Bluetooth设备](#)

#### 多点连接

[将耳机同时连接到2个设备 \(多点连接\)](#)

### [使用附带的耳机连接线](#)

## 听音乐

## 通过Bluetooth连接听音乐

[聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)

[控制音频设备 \(Bluetooth连接\)](#)

[断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)

[关于360 Reality Audio](#)

[使用Quick Access](#)

## 降噪功能

[什么是降噪?](#)

[使用降噪功能](#)

[始终自动优化降噪性能, 以适应佩戴者和使用环境 \(自动NC优化\)](#)

## 听环境声音

[音乐播放期间听环境声音 \(环境声模式\)](#)

[快速听到环境声音 \(快速提醒模式\)](#)

[戴上耳机时与人说话 \(Speak-to-Chat\)](#)

## 音质模式

[关于音质模式](#)

## 支持的编解码器

## 关于DSEE Extreme功能

## 打电话

[接听电话](#)

[拨打电话](#)

[通话时的功能](#)

[在电脑上进行视频通话](#)

[断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)

## 使用语音助手功能

[使用Google Assistant](#)

[使用Amazon Alexa](#)

[使用腾讯小微 \(仅适用于中国的客户\)](#)

[使用语音助手功能 \(Google app\)](#)

[使用语音助手功能 \(Siri\)](#)

使用应用程序

[“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

[安装“Sony | Headphones Connect”应用程序](#)

[从“Sony | Headphones Connect”应用程序获取支持信息](#)

[如何使软件保持最新 \(舒适地使用耳机\)](#)

合作伙伴服务的功能说明

[合作伙伴服务的功能说明](#)

重要信息

[注意事项](#)

[防止因受潮而燃烧或故障](#)

[许可证](#)

[商标](#)

[客户支持网站](#)

故障排除

[如何解决问题?](#)

电源/充电

[无法打开耳机。](#)

[耳机自动关闭。](#)

[无法进行充电。](#)

[充电时间太长。](#)

[可用工作时间短 \(电池持续时间短\)。](#)

声音

[没有声音](#)

[音量低](#)

[音质差, 或可听到噪音或异常声音。](#)

[经常出现跳音。](#)

[降噪效果不佳。](#)

## Bluetooth连接

[无法进行配对。](#)

[无法建立Bluetooth连接。](#)

[耳机工作不正常。](#)

[通话时无法听到对方声音/呼叫方声音小，在通话过程中，通话时对方听不到您的声音/您的声音在呼叫方一侧很小。](#)

[耳机做出错误反应。](#)

## 重置或初始化耳机

[重置耳机。](#)

[初始化耳机以恢复出厂设置](#)

## 规格

[规格](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## Bluetooth的功能说明

---

耳机使用Bluetooth无线技术，可以进行以下操作。

### 听音乐

您可以从智能手机或音乐播放器等以无线方式欣赏音乐。



### 电话通话

您可以在智能手机或移动电话放在您的包或口袋中时，以免提方式拨打和接听电话。



## 关于语音指导

出厂设置时，在以下情况下，将通过耳机听见中文语音指导。

您可以使用“Sony | Headphones Connect”应用程序更改语音指导的语言，以及打开/关闭语音指导。如需了解详情，请参阅“Sony | Headphones Connect”应用程序帮助指南。

[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)

- 进入配对模式时：“配对中”
- 通知电池剩余电量时：“电池 约XX %” (“XX”数值表示近似剩余电量。请将其作为粗略估计。) / “电池已充满”
- 当电池剩余电量低时：“电池电量低”
- 由于低电量而自动关闭时：“请对耳机重新充电”
- Speak-to-Chat启用时：“开启智能免摘”
- Speak-to-Chat禁用时：“关闭智能免摘”
- 即使操作触摸传感器控制面板，连接耳机的智能手机也无法使用Google™ Assistant时：“未连接Google Assistant” (\*\*)
- 即使操作触摸传感器控制面板，连接耳机的智能手机也无法使用Amazon Alexa时：“您的移动设备未连接，或者您需要打开Alexa应用程序并重试” (\*\*)
- 即使操作触摸传感器控制面板，连接耳机的智能手机也无法使用腾讯小微时：“腾讯小微未连接”
- 当Quick Access因服务链接关闭而不可用时：“启动Headphones Connect以激活服务链接”
- 软件更新期间Quick Access不可用时：“更新期间功能不可用。请等待至更新完成。”
- 即使操作分配了Quick Access功能的耳机单元，相应的应用程序也不启动时：“移动设备上分配给Quick Access的应用程序未启动”

\*\* 某些国家或地区可能不支持。

### 注意

- 更改语音指导语言时可能约需20分钟。
- 更改语音指导语言后，如果将耳机初始化恢复至出厂设置，语言也将恢复至出厂设置。
- 更改语音指导语言或更新软件后，如果无法听到语音指导，请关闭耳机后再打开。



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 检查包装内容

---

打开包装后，请确认包含列表中的所有物品。如有物品缺失，请联系您的经销商。

( ) 中的数字表示物品数量。

无线降噪立体声耳机

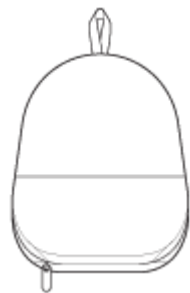
USB Type-C®连接线 (USB-A至USB-C®) (约20 cm) (1)



耳机连接线 (约1.2 m) (1)



便携盒 (1)



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

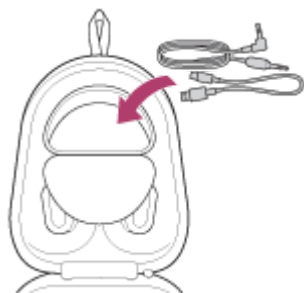
## 将耳机放入便携盒

---

使用完耳机后，将其放入附带的便携盒。

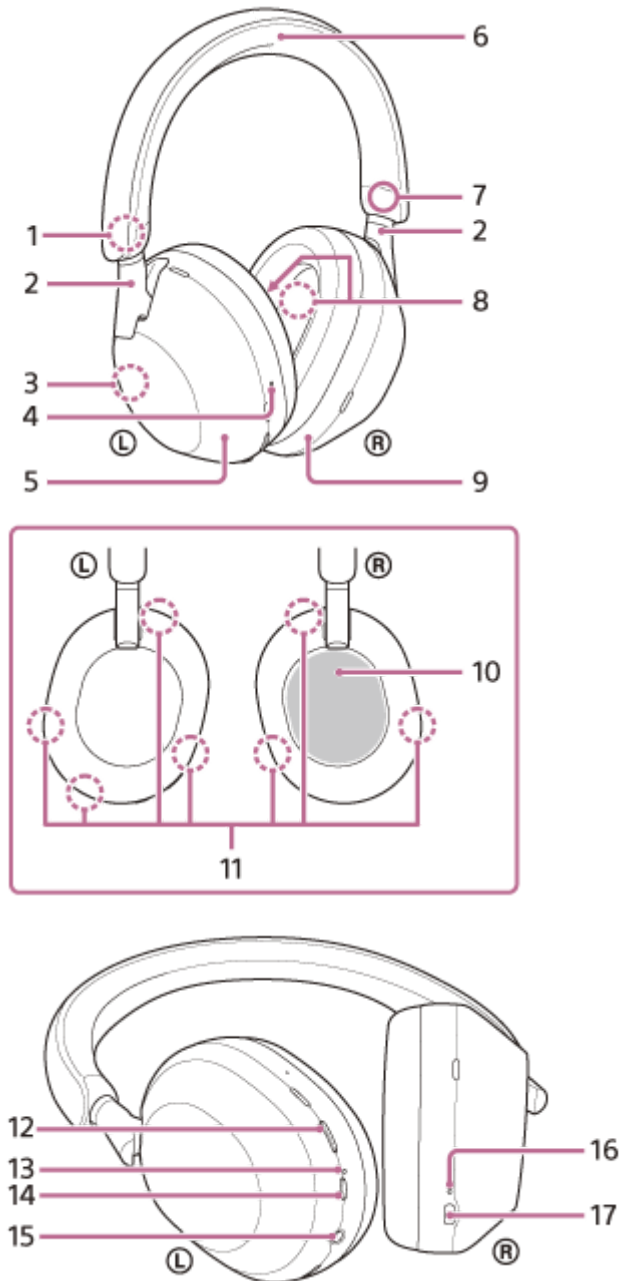
### 存放连接线

将连接线放入便携盒内隔断隔开的固定器中。




无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 部件的位置和功能



1. ① (左) 标记
2. 滑块 (左、右)  
滑动以调节头带的长度。
3. 内置天线  
蓝牙天线内置在耳机中。
4. 触点  
左单元上存在触点。
5. 左侧单元
6. 头带
7. ② (右) 标记
8. 降噪功能麦克风 (内置) (左、右)  
使用降噪功能期间拾取噪音。

9. 右侧单元
10. 触摸传感器控制面板  
远程控制所连接Bluetooth设备的音乐播放或通过触摸操作执行其他操作。
11. 降噪功能麦克风（外置）和拾音麦克风（左、右）  
使用降噪功能期间拾取噪音，并且在通话期间或使用Speak-to-Chat模式时拾取佩戴者的声音。
12. NC/AMB（降噪/环境声模式）按钮
13. 指示灯（橙色/蓝色）  
橙色或蓝色亮起表示耳机的电池或通讯状态。
14. （电源）按钮
15. 耳机连接线输入插孔  
使用附带的耳机连接线连接音乐播放器等。确保将连接线插入到位。如果未正确连接插头，可能无法正常听到声音。
16. 充电指示灯（橙色）  
充电期间橙色亮起。
17. USB Type-C端口  
用附带的USB Type-C连接线将耳机连接到电脑，或通过市售USB交流电源适配器连接到交流电源插座，可对耳机充电。

---

---

## 相关主题

- [关于指示灯](#)
- [检查电池剩余电量](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 关于指示灯

可通过指示灯检查耳机的各种状态。

● : 亮起蓝色 / ● : 亮起橙色 / -: 熄灭

### 🔌 (电源) 按钮旁边的指示灯 (蓝色/橙色)

#### 开启

● - ● (蓝色闪烁两次)

在此情况下, 当电池剩余电量为10%或以下(需要充电)时, 指示灯如下连续亮起。

● - ● - ● (橙色连续慢闪约15秒钟)

#### 关闭

● (蓝色亮起约2秒钟)

#### 显示电池剩余电量

- 剩余电量: 大于10%

● - ● (蓝色闪烁两次)

- 剩余电量: 10%或以下(需要充电)

● - ● - ● (橙色连续慢闪约15秒钟)

如需了解详情, 请参阅[“检查电池剩余电量”](#)。

#### 当电池剩余电量低时

● - ● - ● (橙色连续慢闪约15秒钟)

#### Bluetooth功能

- 设备注册(配对)模式

● ● - - ● ● - - (蓝色连续闪烁两次)

- 未连接

● - - ● - - ● - - ● - - (蓝色连续闪烁, 间隔约1秒钟)

- 连接过程完成

● ● ● ● ● ● ● ● (蓝色连续快闪约5秒钟)

- 已连接

● - - - - - ● - - - - - (蓝色连续闪烁, 间隔约5秒钟)

- 来电

● ● ● ● ● ● ● ● (蓝色连续快闪)

一段时间后, 未连接和已连接状态指示灯将自动熄灭。当执行某些操作时, 将再次开始闪烁一段时间。当电池剩余电量低时, 指示灯开始橙色闪烁。

#### 其他

- 耳机连接线已连接(电源开启)


● - - - - - ● - - - - - (蓝色连续闪烁, 间隔约5秒钟)

一段时间后指示灯自动熄灭。当电池剩余电量低时，指示灯开始橙色闪烁。

- 正在更新软件

 -- (蓝色连续慢闪)

- 初始化完成

 (蓝色闪烁4次)

如需了解详情，请参阅“[初始化耳机以恢复出厂设置](#)”。

## USB Type-C端口充电指示灯（橙色）

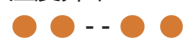
### 充电

- 充电时

 (橙色亮起)

充电结束后指示灯熄灭。

- 温度异常

 -- (橙色连续闪烁两次)

- 充电异常

 -- (橙色连续慢闪)

---

### 相关主题

- [检查电池剩余电量](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

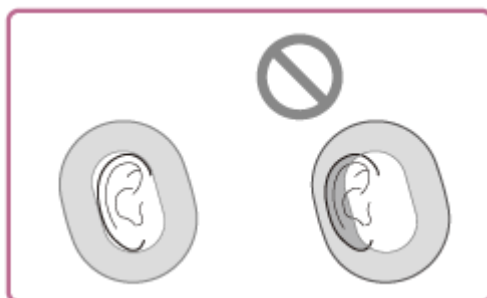
## 佩戴耳机

### 1 将耳机戴上双耳。

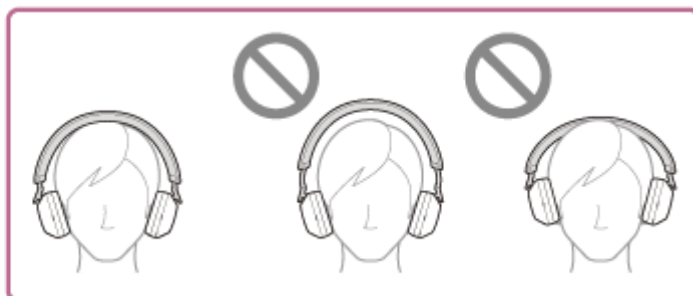
1. 确认耳机的左右单元。  
左单元上有 Ⓛ (左) 标记、触点、⏻ (电源) 按钮和NC/AMB按钮。  
右单元上有 Ⓡ (右) 标记。没有触点或按钮。
2. 延长滑块。  
戴上耳机前将滑块延至最长。



3. 戴上耳机。  
戴上耳机，且耳垫紧密贴合耳朵。



4. 调节滑块的长度。  
调节滑块的长度，使头带触及头顶。



5. 调节单元的方向。  
调节左右单元的方向，使耳垫紧密贴合耳朵周围。




如果在未调节滑块的情况下佩戴耳机，耳机可能无法在头部正确定位，从而导致不适感或降噪效果不佳。耳机的佩戴检测功能也可能无法正确运作，导致音乐播放自动停止或激活自动关闭电源功能（电池节省功能），自动关闭耳机。

## 安装和取下耳机时

出厂设置时，左侧单元中的内置近距离传感器将检测何时佩戴或从耳朵上取下耳机，耳机自动控制触摸传感器控制面板的操作、关闭耳机电源、暂停音乐播放等（佩戴检测）。

### 佩戴耳机期间

- （电源）按钮旁的指示灯熄灭。
- 可以使用耳机的触摸传感器控制面板播放音乐、拨打和接听电话等。

### 取下耳机时

- 将耳机戴在双耳听音乐时，如果取下耳机，耳机将自动暂停音乐播放。再次佩戴耳机时，耳机将恢复音乐播放。
- 为了省电，15分钟未佩戴后耳机将自动关闭。
- 为了防止耳机作出错误反应，取下耳机后，即使轻按触摸传感器控制面板，也不能播放音乐、拨打和接听电话或执行其他操作。  
即使按下NC/AMB按钮，也无法使用降噪功能。
- 如果将耳机佩戴在耳朵上用耳机说话，取下耳机时，通话设备将自动切换为智能手机或移动电话。当再次将耳机戴在耳朵上时，通话设备将切换为耳机。

### 提示

- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序，可以更改佩戴检测自动音乐播放暂停和恢复功能的设置以及佩戴检测自动关闭电源功能（电池节省功能）的设置。

### 注意

- 在以下情况下，佩戴检测可能作出错误反应。不使用耳机时，请关闭耳机。
  - 将耳机绕在颈部时，下巴将套入外壳中



- 将手放在左侧单元的耳垫内





— 将耳机放入包袋等中。



— 将耳机挂在包袋等上。



- 将耳机戴在帽子、布料、围巾、头发等上时，佩戴检测可能无法正确运作，且可能无法操作触摸传感器控制面板。佩戴耳机，使耳机置于耳垫内。
- 附带的耳机连接线连接至耳机时，佩戴检测无效。
- 仅当通过Bluetooth连接时，可以使用佩戴检测自动音乐播放暂停和恢复功能。
- 您正使用的相连设备或播放应用程序可能不支持佩戴检测自动音乐播放暂停和恢复功能。
- 安装和取下耳机时，仅当启用佩戴检测自动关闭电源功能时，才能切换通话设备。

## 相关主题

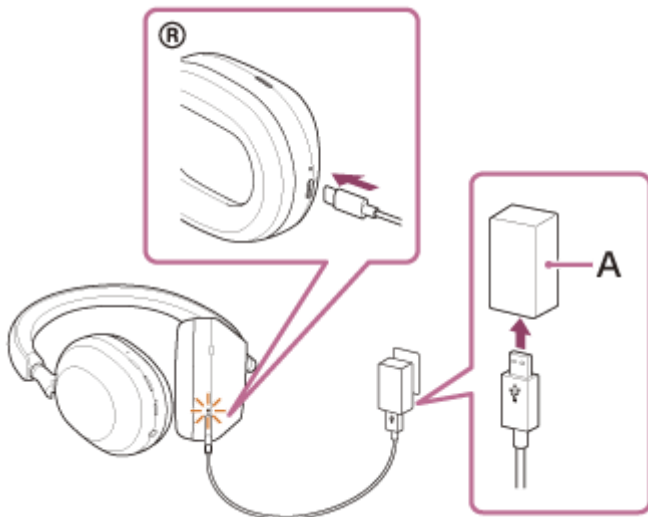
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

## 对耳机充电

耳机包含一节内置锂离子充电电池。使用前，请使用附带的USB Type-C连接线对耳机充电。

### 1 连接耳机和交流电源插座。

使用附带的USB Type-C连接线和市售USB交流电源适配器。



A: USB交流电源适配器

- 耳机的充电指示灯（橙色）亮起。
- 充电约需3.5小时（\*）可以完成，然后充电指示灯自动熄灭。

\* 将空电池充满电所需的时间。充电时间可能会因使用情况而异。

充电完成后，断开USB Type-C连接线的连接。

## 使用USB对电池充电的系统要求

### USB交流电源适配器

能够供应1.5 A或以上输出电流的市售USB交流电源适配器

（如果输出电流小于1.5 A，充电时间将延长，且充电3或10分钟后音乐播放时间将缩短。）

### 兼容USB PD（USB电源传输）的市售USB交流电源适配器

使用兼容USB PD的USB交流电源适配器，充电时间将更短。

建议使用兼容5 V/2 A或9 V/3 A输出的USB交流电源适配器。

### 个人电脑

带标准USB端口的个人电脑

- 我们不保证在所有电脑上的运作。
- 不保证可以使用定制或组装电脑进行操作。

### 提示

- 也可使用附带的USB Type-C连接线将耳机连接到运行中的电脑以对耳机充电。

- 如果在耳机打开情况下开始充电，则耳机将自动关闭。

## 注意

- 如果使用非附带的USB Type-C连接线，充电可能不成功。
- 充电可能不成功，这取决于USB交流电源适配器的类型。
- 当耳机连接到交流电源插座或电脑时，所有操作均无法执行，例如打开耳机、注册或连接到Bluetooth设备，以及音乐播放。
- 当电脑进入待机（睡眠）或休眠模式时，无法对耳机充电。这时，请更改电脑设定，并重新开始充电。
- 如果耳机长时间未使用，充电电池使用时间可能会缩短。但是，充放电数次后，电池寿命将延长。如果长时间存放耳机，请每隔6个月将电池充电，以避免过度放电。
- 如果耳机长时间未使用，电池充电可能会需要更长时间。
- 如果耳机在充电时由于以下原因检测到问题，充电指示灯（橙色）将会闪烁。在此情况下，请在充电温度范围内再次充电。如果问题仍然存在，请联络附近的Sony经销商。
  - 环境温度超出5 °C - 35 °C的充电温度范围。
  - 可充电电池出现问题。
- 如果耳机长时间未使用，当耳机开始充电时，充电指示灯（橙色）可能不会立即亮起。请稍等片刻，直到指示灯亮起。
- 如果内置充电电池的使用时间大幅缩短，应更换电池。请联系附近的Sony经销商。
- 避免暴露于温度骤变、直射阳光、湿气、沙土、灰尘和电击。切勿将耳机留在停放的车内。
- 将耳机连接到电脑时，请仅使用附带的USB Type-C连接线，且务必直接连接。通过USB集线器连接耳机时，将无法正确完成充电。
- 不保证耳机适用于所有USB PD兼容设备。
- 当使用USB PD兼容交流电源适配器为耳机充电时，右侧单元可能会发热，但这并非故障。

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 可用操作时间

满电电池供电的耳机的可用操作时间如下：

### Bluetooth连接

#### 音乐播放时间

| 编解码器  | 降噪功能/环境声模式 | 可用操作时间 |
|-------|------------|--------|
| LDAC™ | 降噪功能：开     | 最长26小时 |
| LDAC  | 环境声模式：开    | 最长26小时 |
| LDAC  | 关          | 最长36小时 |
| AAC   | 降噪功能：开     | 最长30小时 |
| AAC   | 环境声模式：开    | 最长30小时 |
| AAC   | 关          | 最长40小时 |
| SBC   | 降噪功能：开     | 最长28小时 |
| SBC   | 环境声模式：开    | 最长28小时 |
| SBC   | 关          | 最长38小时 |

- 充电3分钟后可播放音乐约1小时。充电10分钟后可播放音乐约5小时。
  - 当使用输出为9 V/2.3 A或以上的市售USB PD兼容交流电源适配器时，充电3分钟后可播放音乐约3小时 (\*)。
- \* 在环境温度为25 °C-35 °C的地方使用的时长。可能会因使用情况而异。

#### 通讯时间

| 降噪功能/环境声模式 | 可用操作时间 |
|------------|--------|
| 降噪功能：开     | 最长24小时 |
| 环境声模式：开    | 最长24小时 |
| 关          | 最长32小时 |

#### 耳机连接线已连接（电源开启）

| 降噪功能/环境声模式 | 可用操作时间 |
|------------|--------|
| 降噪功能：开     | 最长28小时 |
| 环境声模式：开    | 最长28小时 |
| 关          | 最长38小时 |

- 通过使用“Sony | Headphones Connect”应用程序，可以查看用于连接的编解码器或切换DSEE Extreme功能。

## 注意

- 使用时间可能与上述时间不同，具体视耳机功能的设置和使用条件而定。
- 如果设置以下功能，电池的可用工作时间会比上述时间短。
  - DSEE Extreme™
  - Speak-to-Chat
  - 均衡器
  - 通过语音启动语音助手的功能
  - 服务链接

---

## 相关主题

- [支持的编解码器](#)
- [关于DSEE Extreme功能](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

## 检查电池剩余电量

可检查充电电池的电池剩余电量。

在耳机开启期间按  $\odot$ （电源）按钮时，可以听到指示电池剩余电量的语音指导。

“电池 约XX %”（“XX”数值表示近似剩余电量。）

“电池已充满”

在某些情况下，语音指导指示的电池剩余电量可能与实际剩余电量不同。请将其作为粗略估计。

耳机电源开启时，如果电池剩余电量为10%或以下，指示灯（橙色）也将闪烁约15秒钟。

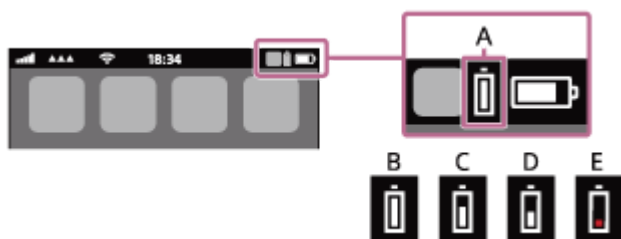
### 当剩余电量低时

发出一声提示音，且运作的指示灯颜色（蓝色）变为橙色。如果您听到语音指导播报“电池电量低”，请尽快对耳机充电。

电池耗尽时，发出一声提示音，语音指导播报“请对耳机重新充电”，且耳机自动关闭。

### 使用iPhone或iPod touch 时

当耳机通过HFP（Hands-free Profile）Bluetooth连接iPhone或iPod touch时，iPhone或iPod touch的屏幕上将显示一个图标，指示耳机的电池剩余电量。显示位置只是示例。



A: 耳机的电池剩余电量

近似剩余电量以10级显示。B至E是显示示例。

B: 100%

C: 70%

D: 50%

E: 10%或以下（需要充电）

耳机的电池剩余电量也会显示在运行iOS 11或更高版本的iPhone或iPod touch的小工具上。

如需了解详情，请参阅iPhone或iPod touch附带的使用说明书。

在某些情况下，显示的电池剩余电量可能与实际剩余电量不同。请将其作为粗略估计。

### 使用Android™ 智能手机（操作系统8.1或更高版本）时

当耳机通过HFP Bluetooth连接至Android智能手机时，选择[Settings] - [Device connection] - [Bluetooth]，以在智能手机屏幕上的已连接Bluetooth设备栏内显示耳机的电池剩余电量，有10个不同等级，例如“100%”、“70%”、“50%”或“10%”。上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅Android智能手机的使用说明书。

在某些情况下，显示的电池剩余电量可能与实际剩余电量不同。请将其作为粗略估计。

#### 提示

- 也可通过“Sony | Headphones Connect”应用程序检查耳机的电池剩余电量。Android智能手机和iPhone/iPod touch均支持此应用程序。

#### 注意

- 如果未通过HFP连接耳机和智能手机，将无法正确显示电池剩余电量。

- 如果通过多点连接方式仅以“Media audio”（A2DP）将耳机连接至iPhone、iPod touch或Android智能手机，则电池剩余电量将无法正确显示。
- 软件刚更新后或如果已长时间未使用耳机，可能无法正确显示电池剩余电量。在此情况下，请对电池反复充电和放电数次，以正确显示电池剩余电量。

---

## 相关主题

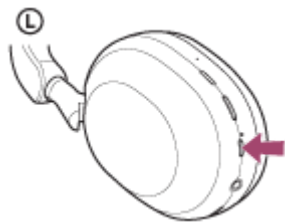
- [关于指示灯](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 打开耳机

- 1 按住  (电源) 按钮约2秒, 直到指示灯 (蓝色) 闪烁。



### 相关主题

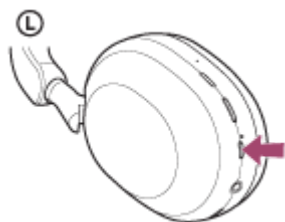
- [关闭耳机](#)



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 关闭耳机

- 1 按住  (电源) 按钮约2秒，直到指示灯 (蓝色) 熄灭。



### 提示

- 也可以通过“Sony | Headphones Connect”应用程序关闭耳机。
- 15分钟未佩戴耳机后耳机将自动关闭。可使用“Sony | Headphones Connect”应用程序更改此设置。
- 将耳机存放在包袋等中时，请关闭耳机。佩戴检测可能作出错误反应。

### 相关主题

- [打开耳机](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 如何建立与Bluetooth设备的无线连接

---

可使用Bluetooth设备的Bluetooth功能以无线方式通过耳机欣赏音乐和使用免提通话。

### 配对

若要使用Bluetooth功能，两个待连接设备均必须事先注册。注册设备的操作称为“配对”。手动将耳机和设备配对。

### 连接已配对的设备

设备配对过后，无需再次配对。使用每个设备所需的方法，连接已与耳机配对的设备。

---

### 相关主题

- [配对和连接Android智能手机](#)
- [配对和连接iPhone](#)
- [配对和连接电脑 \(Windows® 10\)](#)
- [配对和连接电脑 \(Windows 8.1\)](#)
- [配对和连接电脑 \(Mac\)](#)
- [配对和连接Bluetooth设备](#)
- [连接已配对的Android智能手机](#)
- [连接已配对的iPhone](#)
- [连接已配对的电脑 \(Windows 10\)](#)
- [连接已配对的电脑 \(Windows 8.1\)](#)
- [连接已配对的电脑 \(Mac\)](#)
- [连接已配对的Bluetooth设备](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 通过“Sony | Headphones Connect”应用程序连接

启动Android智能手机/iPhone中的“Sony | Headphones Connect”应用程序，以将耳机连接到智能手机或iPhone。如需了解详情，请参阅“Sony | Headphones Connect”应用程序帮助指南。

[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)



**Sony Headphones Connect** 

### 注意

- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序连接时，与某些智能手机和iPhone设备的连接可能会变得不稳定。在此情况下，请按照“[连接已配对的Android智能手机](#)”或“[连接已配对的iPhone](#)”中的步骤连接耳机。

### 相关主题

- [连接已配对的Android智能手机](#)
- [连接已配对的iPhone](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)
- [安装“Sony | Headphones Connect”应用程序](#)


## 配对和连接Android智能手机

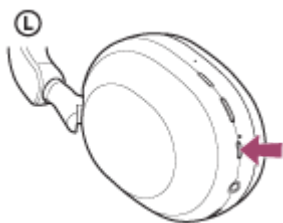
注册所要连接设备的操作称为“配对”。首次配合耳机使用设备时，请先配对设备。  
开始操作前，请确认以下事项：

- 将Android智能手机放在距离耳机1 m范围内。
- 耳机电量充足。
- 准备好Android智能手机的使用说明书。

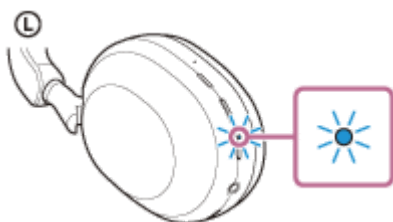
### 1 进入此耳机上的配对模式。

在您购买耳机后首次与设备配对时，或初始化耳机后（耳机没有配对信息），打开耳机。耳机自动进入配对模式。在这种情况下，执行步骤 2。

当您配对第二个或后续设备（耳机已具有其他设备的配对信息）时，按住 （电源）按钮约5秒钟手动进入配对模式。



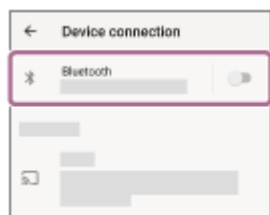
指示灯（蓝色）连续双闪2次。您会听见语音指导播报“配对中”。



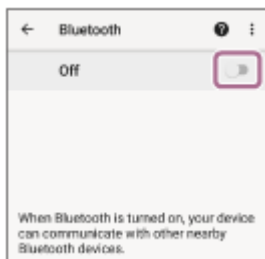
### 2 如果Android智能手机的屏幕锁定，请解除锁定。

### 3 在Android智能手机上找到耳机。

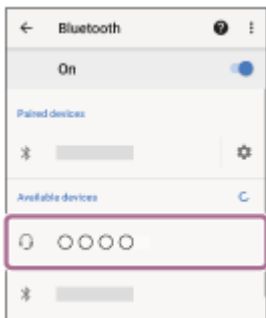
1. 选择[Settings] - [Device connection] - [Bluetooth]。



2. 触摸开关打开Bluetooth功能。



#### 4 触摸[WH-1000XM5]。



如果要求输入密钥 (\*), 请输入“0000”。

耳机和智能手机彼此配对和连接。

您会听见播报连接已建立的通知声。

如果未连接, 请参阅[“连接已配对的Android智能手机”](#)。

如果Android智能手机屏幕上未显示[WH-1000XM5], 请从步骤 3 开始重试。

\* 密钥可能称为“密码”、“PIN码”、“PIN号”或“口令”。

#### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情, 请参阅Android智能手机附带的使用说明书。
- 若要删除所有Bluetooth配对信息, 请参阅[“初始化耳机以恢复出厂设置”](#)。

#### 注意

- 如果在5分钟内未建立配对, 则取消配对模式。在此情况下, 关闭电源, 并从步骤 1 再次开始操作。
- 一旦Bluetooth设备配对完毕, 则无需再进行配对, 以下情况除外:
  - 修理等情况后配对信息被删除。
  - 第9个设备配对时。  
耳机最多可与8个设备配对。如果在已配对8个设备后配对新设备, 连接时间最早的配对设备注册信息将被新设备的信息覆盖。
  - 当已从Bluetooth设备删除耳机的配对信息时。
  - 耳机初始化时。  
所有配对信息均被删除。在此情况下, 请从连接的设备中删除耳机的配对信息, 然后再次配对。
- 耳机可与多个设备配对, 但一次只可从1个配对设备播放音乐。

#### 相关主题


- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [连接已配对的Android智能手机](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

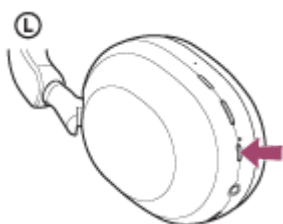


## 连接已配对的Android智能手机

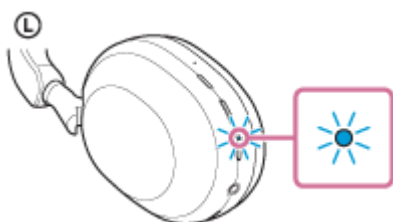
1 如果Android智能手机的屏幕锁定，请解除锁定。

2 打开耳机。

按住  (电源) 按钮约2秒钟。



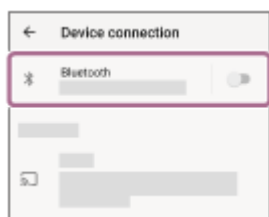
您会听见播报耳机已打开的通知声。  
即使从按钮松开手指后，指示灯（蓝色）继续闪烁。



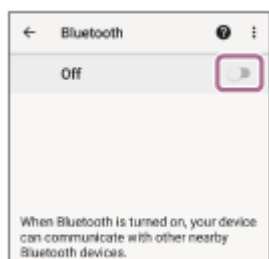
如果耳机已自动连接至上次连接的设备，您会听见播报连接已建立的通知声。  
查看Android智能手机上的连接状态。如果未连接，则执行步骤 3。

3 显示与Android智能手机配对的设备。

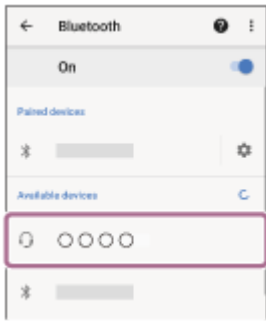
1. 选择[Settings] - [Device connection] - [Bluetooth]。



2. 触摸开关打开Bluetooth功能。



4 触摸[WH-1000XM5]。



您会听见播报连接已建立的通知声。

### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅Android智能手机附带的使用说明书。

### 注意

- 连接时，连接设备上可能会显示[WH-1000XM5]和/或[LE\_WH-1000XM5]。当显示两者或显示[WH-1000XM5]时，选择[WH-1000XM5]；当显示[LE\_WH-1000XM5]时，选择[LE\_WH-1000XM5]。
- 如果上次连接的Bluetooth设备放置在耳机附近，只要打开耳机，耳机可能就会自动连接到该设备。如果是这种情况，请关闭上次连接的设备上的Bluetooth功能或关闭电源。
- 如果无法将智能手机连接到耳机，请在智能手机上删除耳机配对信息并重新执行配对。有关智能手机操作，请参阅智能手机附带的使用说明书。

### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接Android智能手机](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接（使用后）](#)




## 配对和连接iPhone

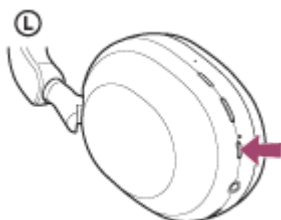
注册所要连接设备的操作称为“配对”。首次配合耳机使用设备时，请先配对设备。  
开始操作前，请确认以下事项：

- 将iPhone放在距离耳机1 m范围内。
- 耳机电量充足。
- 准备好iPhone的使用说明书。

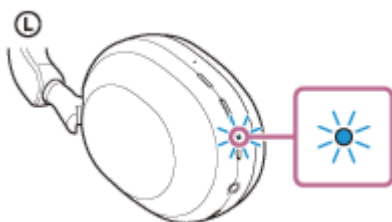
### 1 进入此耳机上的配对模式。

在您购买耳机后首次与设备配对时，或初始化耳机后（耳机没有配对信息），打开耳机。耳机自动进入配对模式。在这种情况下，执行步骤 2。

当您配对第二个或后续设备（耳机已具有其他设备的配对信息）时，按住 （电源）按钮约5秒钟手动进入配对模式。



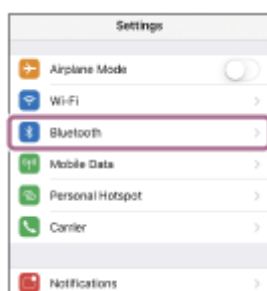
指示灯（蓝色）连续双闪2次。您会听见语音指导播报“配对中”。



### 2 如果iPhone的屏幕锁定，请解除锁定。

### 3 在iPhone上找到耳机。

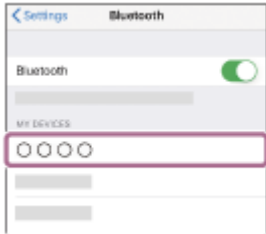
1. 选择[Settings]。
2. 触摸[Bluetooth]。



3. 触摸开关打开Bluetooth功能。



#### 4 触摸[WH-1000XM5]。



如果要求输入密钥 (\*), 请输入“0000”。

耳机和iPhone彼此配对和连接。

您会听见播报连接已建立的通知声。

如果未连接, 请参阅[“连接已配对的iPhone”](#)。

如果iPhone的显示屏上未显示[WH-1000XM5], 请从步骤 **3** 起重试。

\* 密钥可能称为“密码”、“PIN码”、“PIN号”或“口令”。

#### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情, 请参阅iPhone附带的使用说明书。
- 若要删除所有Bluetooth配对信息, 请参阅[“初始化耳机以恢复出厂设置”](#)。

#### 注意

- 如果在5分钟内未建立配对, 则取消配对模式。在此情况下, 关闭电源, 并从步骤 **1** 再次开始操作。
- 一旦Bluetooth设备配对完毕, 则无需再进行配对, 以下情况除外:
  - 修理等情况后配对信息被删除。
  - 第9个设备配对时。  
耳机最多可与8个设备配对。如果在已配对8个设备后配对新设备, 连接时间最早的配对设备注册信息将被新设备的信息覆盖。
  - 当已从Bluetooth设备删除耳机的配对信息时。
  - 耳机初始化时。  
所有配对信息均被删除。在此情况下, 请从连接的设备中删除耳机的配对信息, 然后再次配对。
- 耳机可与多个设备配对, 但一次只可从1个配对设备播放音乐。


#### 相关主题

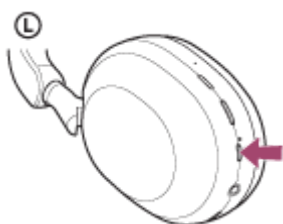
- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [连接已配对的iPhone](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

## 连接已配对的iPhone

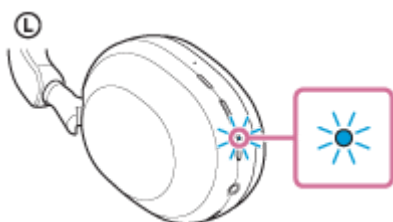
1 如果iPhone的屏幕锁定，请解除锁定。

2 打开耳机。

按住  (电源) 按钮约2秒钟。



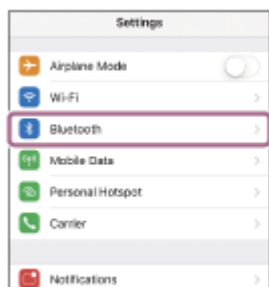
您会听见播报耳机已打开的通知声。  
即使从按钮松开手指后，指示灯（蓝色）继续闪烁。



如果耳机已自动连接至上次连接的设备，您会听见播报连接已建立的通知声。  
查看iPhone上的连接状态。如果未连接，则执行步骤 3。

3 显示与iPhone配对的设备。

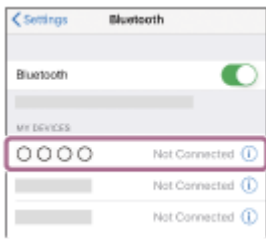
1. 选择[Settings]。
2. 触摸[Bluetooth]。



3. 触摸开关打开Bluetooth功能。



#### 4 触摸[WH-1000XM5]。



您会听见播报连接已建立的通知声。

#### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅iPhone附带的使用说明书。

#### 注意

- 连接时，连接设备上可能会显示[WH-1000XM5]和/或[LE\_WH-1000XM5]。当显示两者或显示[WH-1000XM5]时，选择[WH-1000XM5]；当显示[LE\_WH-1000XM5]时，选择[LE\_WH-1000XM5]。
- 如果上次连接的Bluetooth设备放置在耳机附近，只要打开耳机，耳机可能就会自动连接到该设备。如果是这种情况，请关闭上次连接的设备上的Bluetooth功能或关闭电源。
- 如果无法将iPhone连接到耳机，请在iPhone上删除耳机配对信息并重新执行配对。有关iPhone操作，请参阅iPhone附带的使用说明书。

#### 相关主题

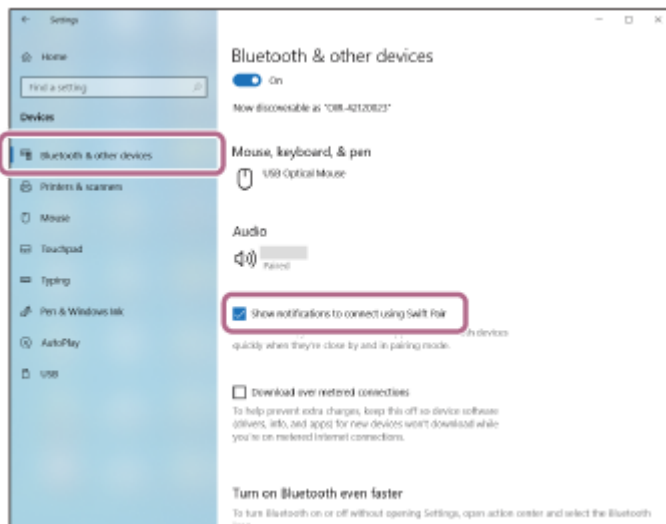
- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接iPhone](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接（使用后）](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 配对和连接电脑 (Windows® 10)


注册所要连接设备的操作称为“配对”。首次配合耳机使用设备时，请先配对设备。  
开始操作前，请确认以下事项：

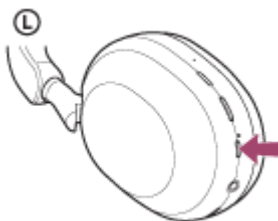
- 电脑具有支持音乐播放连接的Bluetooth功能（A2DP）。
- 使用电脑上的视频通话应用程序时，电脑具有支持通话连接的Bluetooth功能（HFP/HSP）。
- 将电脑放在距离耳机1 m范围内。
- 耳机电量充足。
- 准备好电脑的使用说明书。
- 视使用的电脑而定，可能需要打开内置Bluetooth适配器。如果不知道如何打开Bluetooth适配器或不确定电脑是否有内置Bluetooth适配器，请参阅电脑附带的使用说明书。
- 如果您的操作系统版本是Windows 10版本1803或更高，Swift Pair功能将使配对更容易。若要使用Swift Pair功能，请单击[Start]按钮 - [Settings] - [Devices] - [Bluetooth & other devices]，并勾选[Show notifications to connect using Swift Pair]。



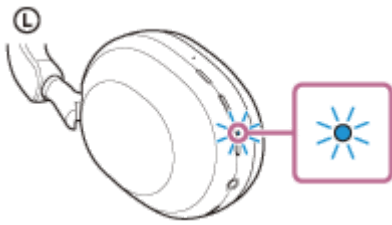
### 1 进入此耳机上的配对模式。

在您购买耳机后首次与设备配对时，或初始化耳机后（耳机没有配对信息），打开耳机。耳机自动进入配对模式。在这种情况下，执行步骤 2。

当您配对第二个或后续设备（耳机已具有其他设备的配对信息）时，按住 （电源）按钮约5秒钟手动进入配对模式。



指示灯（蓝色）连续双闪2次。您会听见语音指导播报“配对中”。

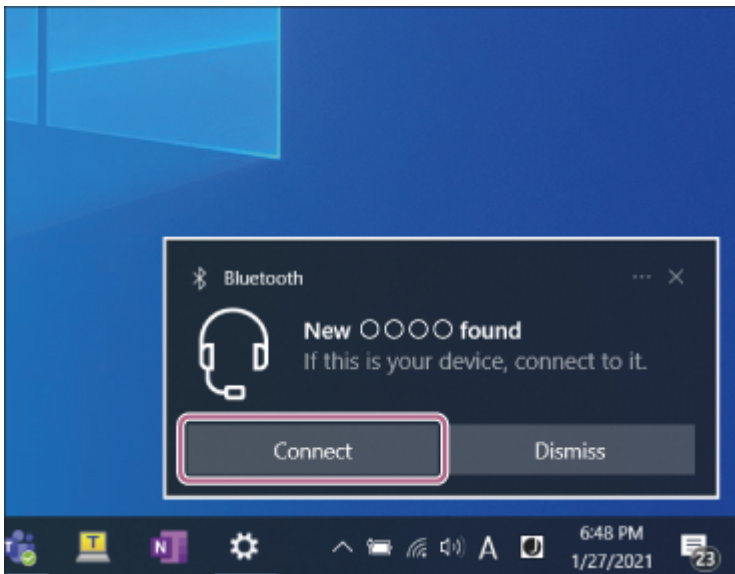


2 当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。

3 使用电脑配对耳机。

### 使用Swift Pair功能连接

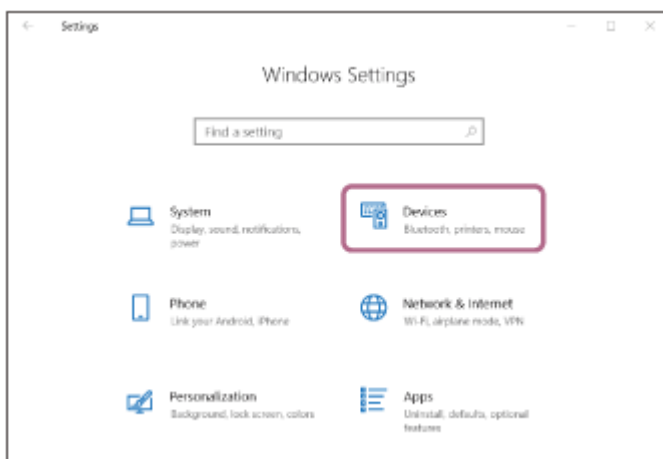
1. 从电脑屏幕上显示的弹出菜单选择[Connect]。



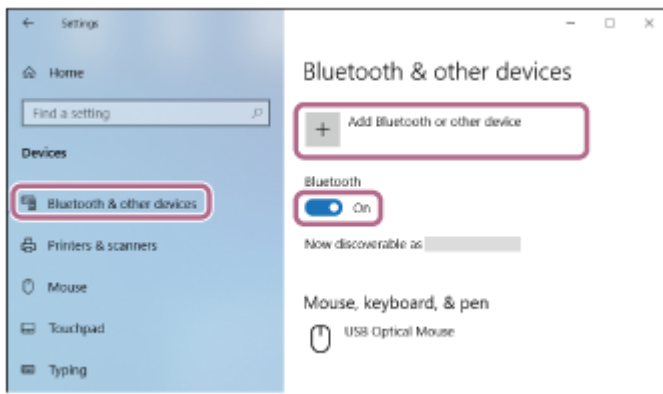
### 不使用Swift Pair功能连接

1. 依次单击[Start]按钮和[Settings]。

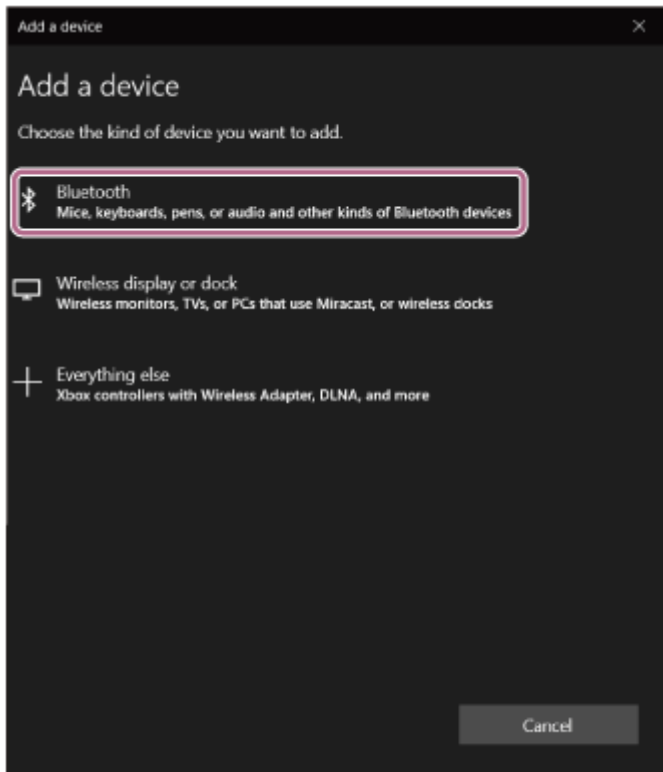
2. 单击[Devices]。



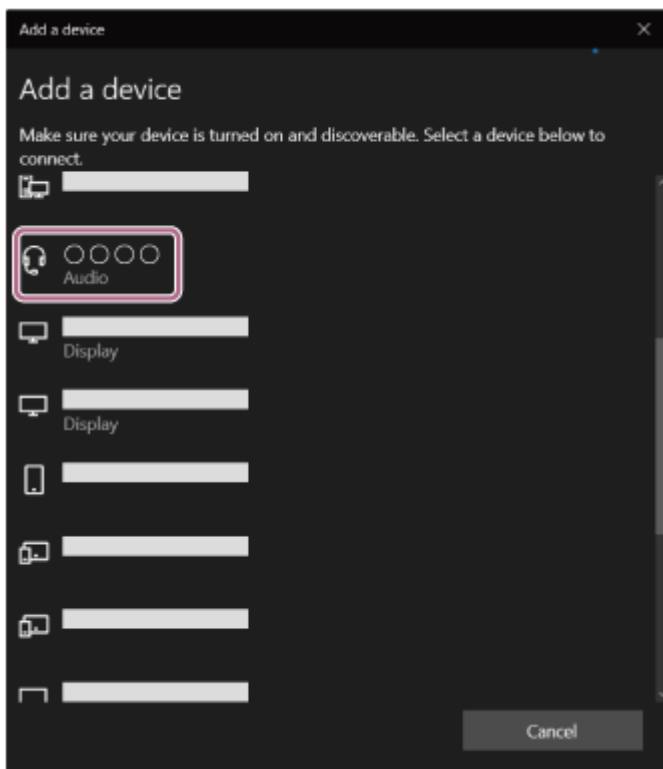
3. 单击[Bluetooth & other devices]选项卡，再单击[Bluetooth]开关，打开Bluetooth功能，然后单击[Add Bluetooth or other device]。



4. 单击[Bluetooth].



5. 单击[WH-1000XM5].



如果要求输入密钥 (\*), 请输入“0000”。

耳机和电脑彼此配对和连接。

您会听见播报连接已建立的通知声。

如果未连接, 请参阅“[连接已配对的电脑 \(Windows 10\)](#)”。

如果电脑屏幕上未显示[WH-1000XM5], 请从步骤 ③ 的“不使用Swift Pair功能连接”开始重试。

\* 密钥可能称为“密码”、“PIN码”、“PIN号”或“口令”。

## 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情, 请参阅电脑附带的使用说明书。
- 若要删除所有Bluetooth配对信息, 请参阅“[初始化耳机以恢复出厂设置](#)”。

## 注意

- 如果在5分钟内未建立配对, 则取消配对模式。在此情况下, 关闭电源, 并从步骤 ① 再次开始操作。
- 一旦Bluetooth设备配对完毕, 则无需再进行配对, 以下情况除外:
  - 修理等情况后配对信息被删除。
  - 第9个设备配对时。  
耳机最多可与8个设备配对。如果在已配对8个设备后配对新设备, 连接时间最早的配对设备注册信息将被新设备的信息覆盖。
  - 当已从Bluetooth设备删除耳机的配对信息时。
  - 耳机初始化时。  
所有配对信息均被删除。在此情况下, 请从连接的设备中删除耳机的配对信息, 然后再次配对。
- 耳机可与多个设备配对, 但一次只可从1个配对设备播放音乐。

## 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [连接已配对的电脑 \(Windows 10\)](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [在电脑上进行视频通话](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)




## 配对和连接电脑 (Windows 8.1)

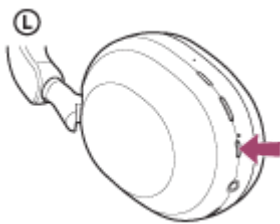
注册所要连接设备的操作称为“配对”。首次配合耳机使用设备时，请先配对设备。  
开始操作前，请确认以下事项：

- 电脑具有支持音乐播放连接的Bluetooth功能（A2DP）。
- 使用电脑上的视频通话应用程序时，电脑具有支持通话连接的Bluetooth功能（HFP/HSP）。
- 将电脑放在距离耳机1 m范围内。
- 耳机电量充足。
- 准备好电脑的使用说明书。
- 视使用的电脑而定，可能需要打开内置Bluetooth适配器。如果不知道如何打开Bluetooth适配器或不确定电脑是否有内置Bluetooth适配器，请参阅电脑附带的使用说明书。

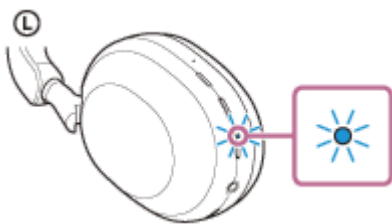
### 1 进入此耳机上的配对模式。

在您购买耳机后首次与设备配对时，或初始化耳机后（耳机没有配对信息），打开耳机。耳机自动进入配对模式。在这种情况下，执行步骤 2。

当您配对第二个或后续设备（耳机已具有其他设备的配对信息）时，按住 （电源）按钮约5秒钟手动进入配对模式。



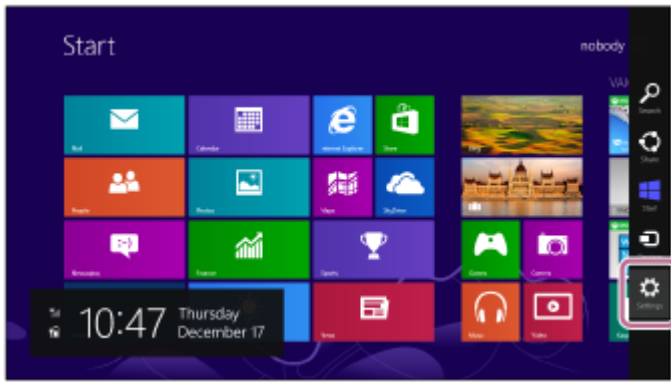
指示灯（蓝色）连续双闪2次。您会听见语音指导播报“配对中”。



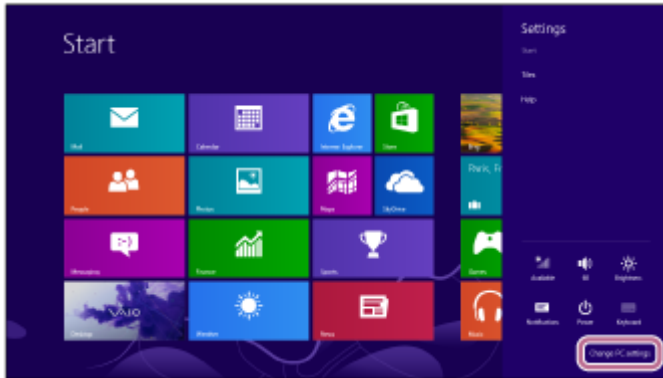
### 2 当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。

### 3 使用电脑配对耳机。

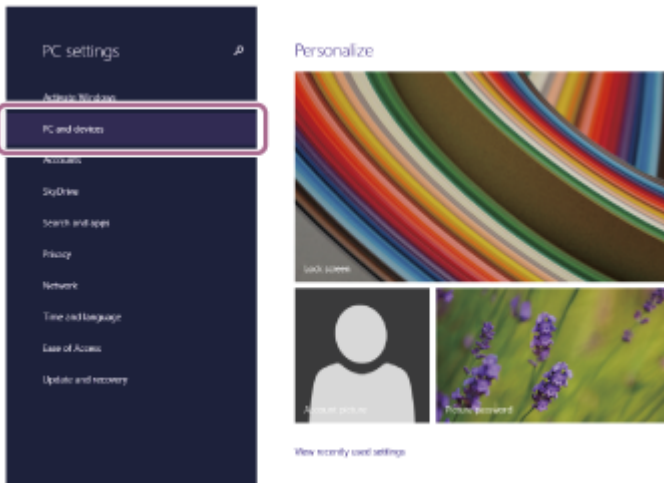
1. 将鼠标指针移动至屏幕右上角（如果使用触摸面板，则从屏幕的右侧边缘向内滑动），然后从超级按钮栏选择 [Settings]。



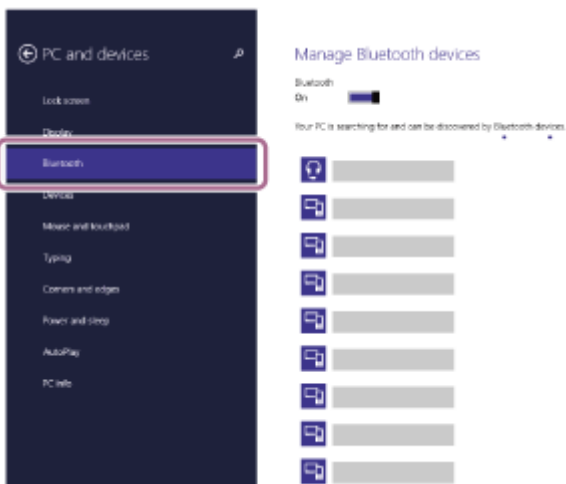
2. 选择[Settings]超级按钮的[Change PC Settings]。



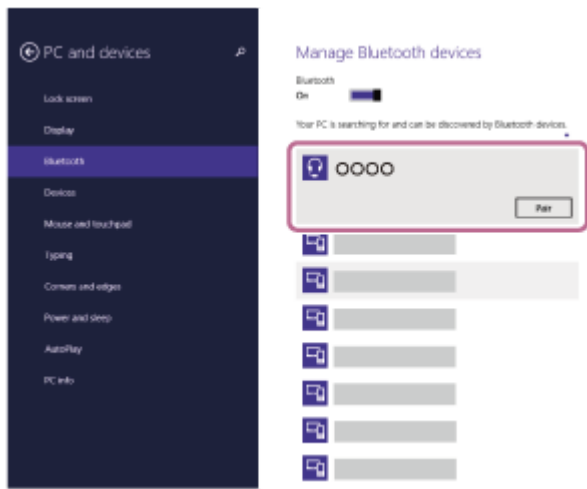
3. 选择[PC Settings]画面的[PC and devices]。



4. 选择[Bluetooth]。



5. 选择[WH-1000XM5]，然后选择[Pair]。



如果要求输入密钥 (\*), 请输入“0000”。

耳机和电脑彼此配对和连接。

您会听见播报连接已建立的通知声。

如果未连接, 请参阅“[连接已配对的电脑 \(Windows 8.1\)](#)”。

如果电脑屏幕上未显示[WH-1000XM5], 请从步骤 **3** 开始重试。

\* 密钥可能称为“密码”、“PIN码”、“PIN号”或“口令”。

## 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情, 请参阅电脑附带的使用说明书。
- 若要删除所有Bluetooth配对信息, 请参阅“[初始化耳机以恢复出厂设置](#)”。

## 注意

- 如果在5分钟内未建立配对, 则取消配对模式。在此情况下, 关闭电源, 并从步骤 **1** 再次开始操作。
- 一旦Bluetooth设备配对完毕, 则无需再进行配对, 以下情况除外:
  - 修理等情况后配对信息被删除。
  - 第9个设备配对时。  
耳机最多可与8个设备配对。如果在已配对8个设备后配对新设备, 连接时间最早的配对设备注册信息将被新设备的信息覆盖。
  - 当已从Bluetooth设备删除耳机的配对信息时。
  - 耳机初始化时。  
所有配对信息均被删除。在此情况下, 请从连接的设备中删除耳机的配对信息, 然后再次配对。
- 耳机可与多个设备配对, 但一次只可从1个配对设备播放音乐。

## 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [连接已配对的电脑 \(Windows 8.1\)](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [在电脑上进行视频通话](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5


## 配对和连接电脑 (Mac)

注册所要连接设备的操作称为“配对”。首次配合耳机使用设备时，请先配对设备。

### 兼容的操作系统

macOS (10.15或更高版本)

开始操作前，请确认以下事项：


- 电脑具有支持音乐播放连接的Bluetooth功能 (A2DP)。
- 使用电脑上的视频通话应用程序时，电脑具有支持通话连接的Bluetooth功能 (HFP/HSP)。
- 将电脑放在距离耳机1 m范围内。
- 耳机电量充足。
- 准备好电脑的使用说明书。
- 视使用的电脑而定，可能需要打开内置Bluetooth适配器。如果不知道如何打开Bluetooth适配器或不确定电脑是否有内置Bluetooth适配器，请参阅电脑附带的使用说明书。
- 将电脑扬声器设置为打开模式。  
如果电脑扬声器设置为  “关闭”模式，耳机不会发出声音。

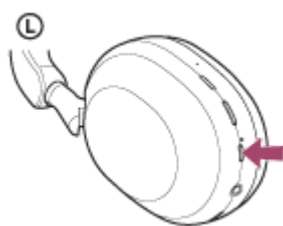
电脑扬声器处于打开模式



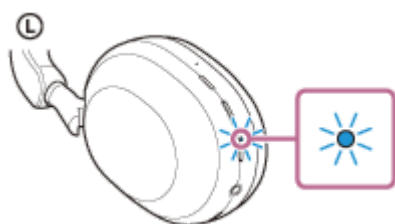
### 1 进入此耳机上的配对模式。

在您购买耳机后首次与设备配对时，或初始化耳机后（耳机没有配对信息），打开耳机。耳机自动进入配对模式。在这种情况下，执行步骤 2。

当您配对第二个或后续设备（耳机已具有其他设备的配对信息）时，按住 （电源）按钮约5秒钟手动进入配对模式。




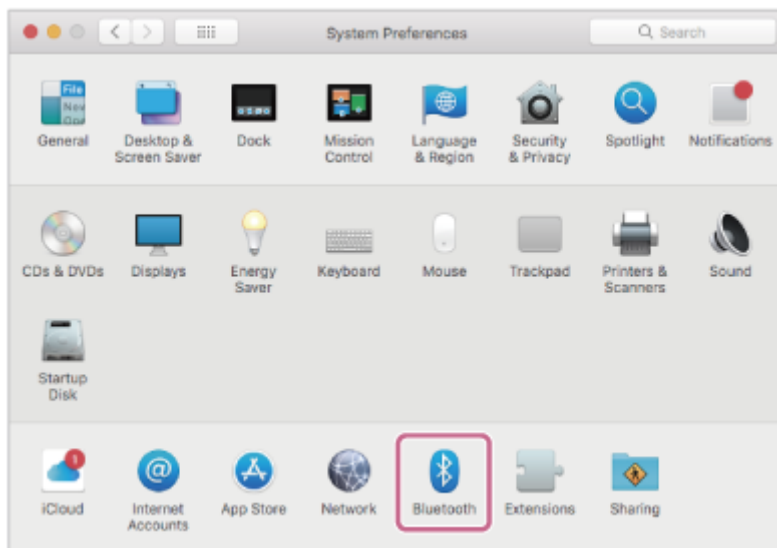
指示灯（蓝色）连续双闪2次。您会听见语音指导播报“配对中”。



### 2 当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。

### 3 使用电脑配对耳机。

1. 从画面底部的Dock选择 [  (System Preferences) ] - [Bluetooth]。



2. 选择[Bluetooth]画面中的[WH-1000XM5]，然后单击[Connect]。



如果要求输入密钥 (\*)，请输入“0000”。

耳机和电脑彼此配对和连接。

您会听见播报连接已建立的通知声。

如果未连接，请参阅“[连接已配对的电脑 \(Mac\)](#)”。

如果电脑屏幕上未显示[WH-1000XM5]，请从步骤 **3** 开始重试。

\* 密钥可能称为“密码”、“PIN码”、“PIN号”或“口令”。

## 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。
- 若要删除所有Bluetooth配对信息，请参阅“[初始化耳机以恢复出厂设置](#)”。

## 注意

- 如果在5分钟内未建立配对，则取消配对模式。在此情况下，关闭电源，并从步骤 **1** 再次开始操作。
- 一旦Bluetooth设备配对完毕，则无需再进行配对，以下情况除外：
  - 修理等情况后配对信息被删除。
  - 第9个设备配对时。  
耳机最多可与8个设备配对。如果在已配对8个设备后配对新设备，连接时间最早的配对设备注册信息将被新设备的信息覆盖。
  - 当已从Bluetooth设备删除耳机的配对信息时。
  - 耳机初始化时。  
所有配对信息均被删除。在此情况下，请从连接的设备中删除耳机的配对信息，然后再次配对。
- 耳机可与多个设备配对，但一次只可从1个配对设备播放音乐。

---

## 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [连接已配对的电脑 \(Mac\)](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [在电脑上进行视频通话](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

## 连接已配对的电脑 (Windows 10)

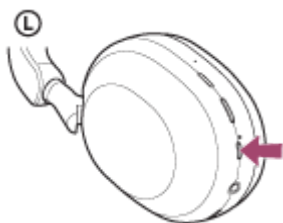
开始操作前，请确认以下事项：

- 视使用的电脑而定，可能需要打开内置Bluetooth适配器。如果不知道如何打开Bluetooth适配器或不确定电脑是否有内置Bluetooth适配器，请参阅电脑附带的使用说明书。

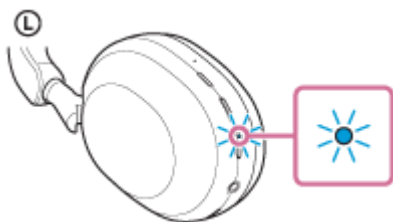
### 1 当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。

### 2 打开耳机。

按住 （电源）按钮约2秒钟。



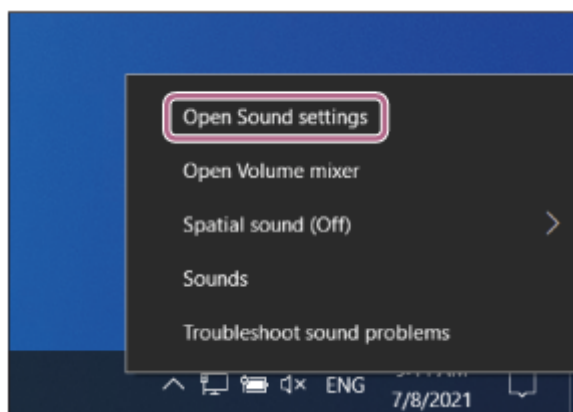
您会听见播报耳机已打开的通知声。  
即使从按钮松开手指后，指示灯（蓝色）继续闪烁。



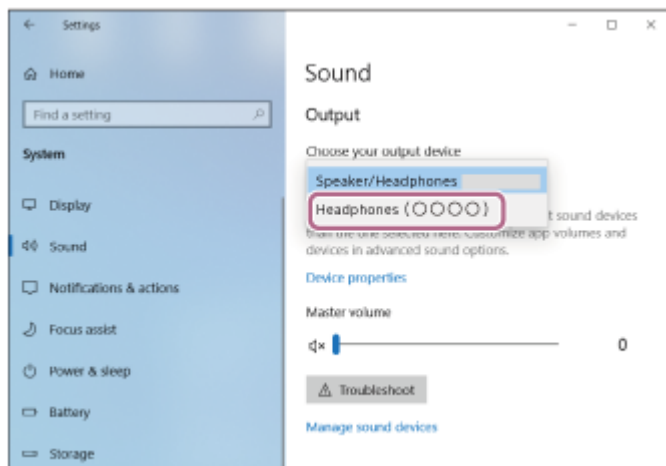
如果耳机已自动连接至上次连接的设备，您会听见播报连接已建立的通知声。  
查看电脑上的连接状态。如果未连接，则执行步骤 3。

### 3 使用电脑选择耳机。

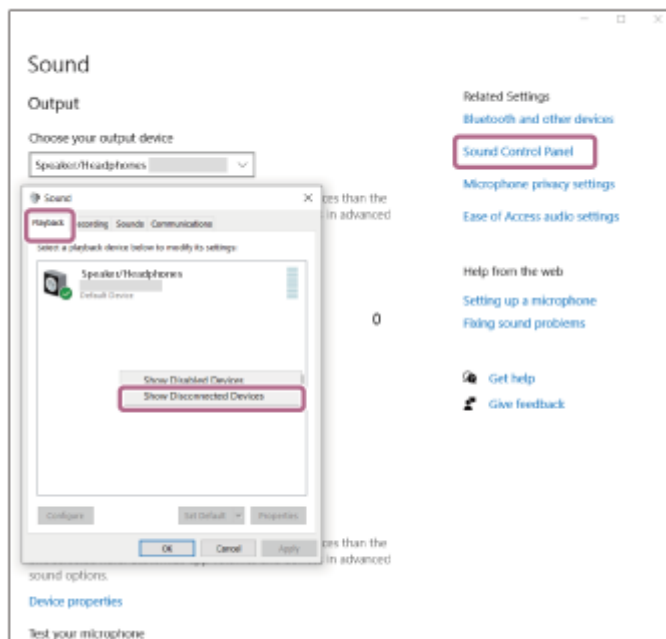
1. 右键单击工具栏上的扬声器图标，然后选择[Open Sound settings]。



2. 从[Choose your output device]下拉菜单中选择[Headphones (WH-1000XM5Stereo)]。

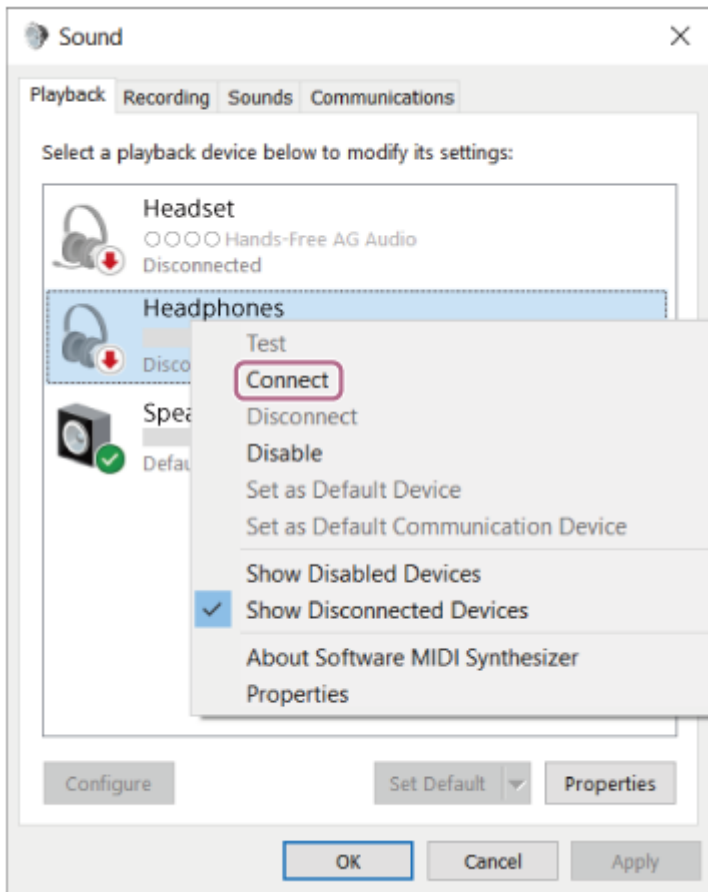


如果下拉菜单中未显示[Headphones (WH-1000XM5 Stereo)], 单击[Sound Control Panel], 然后右键单击 [Sound]画面的[Playback]选项卡, 查看[Show Disconnected Devices]。

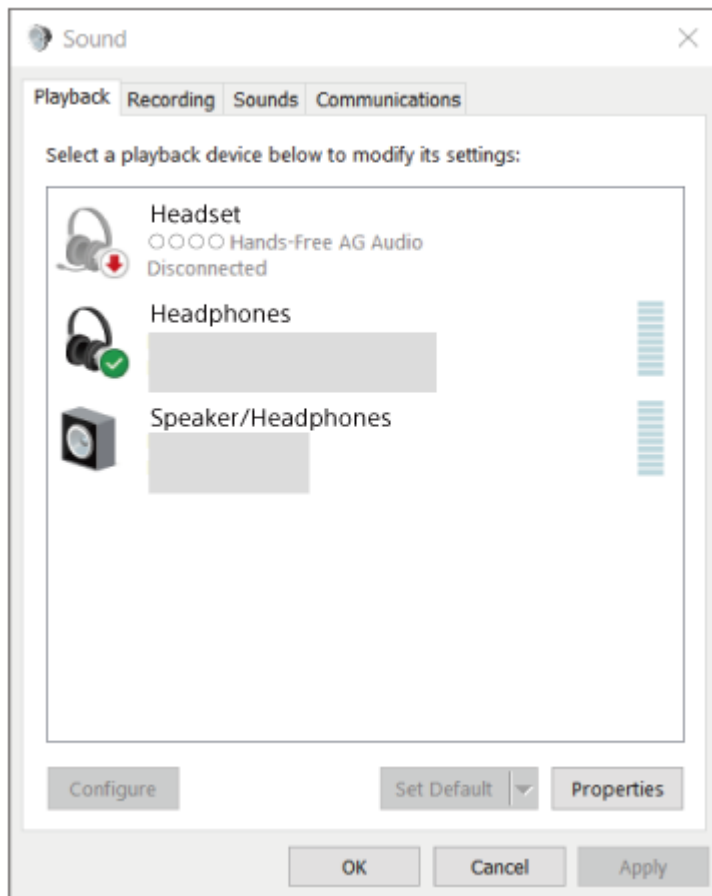


3. 从显示的菜单中选择[Connect]。





您会听见播报连接已建立的通知声。



#### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。

## 注意

- 如果音乐播放音质不佳，请确认在电脑设置中启用了支持音乐播放连接的A2DP功能。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。
- 如果上次连接的Bluetooth设备放置在耳机附近，只要打开耳机，耳机可能就会自动连接到该设备。如果是这种情况，请关闭上次连接的设备上的Bluetooth功能或关闭电源。
- 如果无法将电脑连接到耳机，请在电脑上删除耳机配对信息并重新执行配对。有关电脑操作，请参阅电脑附带的使用说明书。

---

## 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接电脑 \(Windows® 10\)](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

## 连接已配对的电脑 (Windows 8.1)

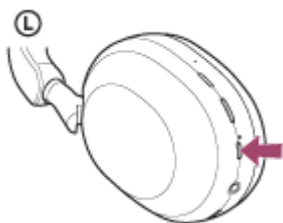
开始操作前，请确认以下事项：

- 视使用的电脑而定，可能需要打开内置Bluetooth适配器。如果不知道如何打开Bluetooth适配器或不确定电脑是否有内置Bluetooth适配器，请参阅电脑附带的使用说明书。

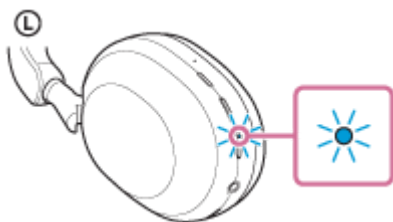
### 1 当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。

### 2 打开耳机。

按住 （电源）按钮约2秒钟。



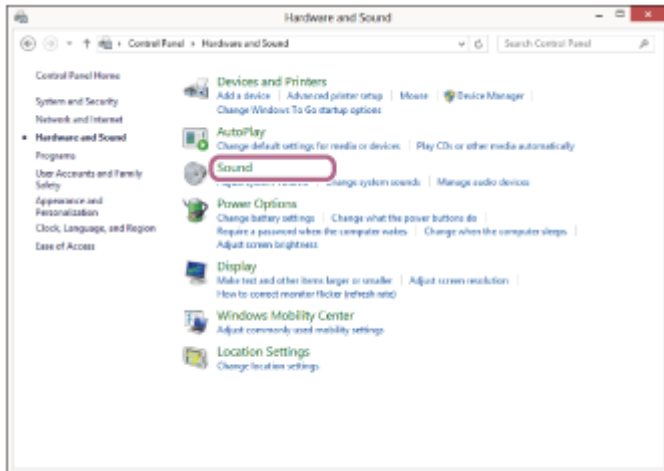
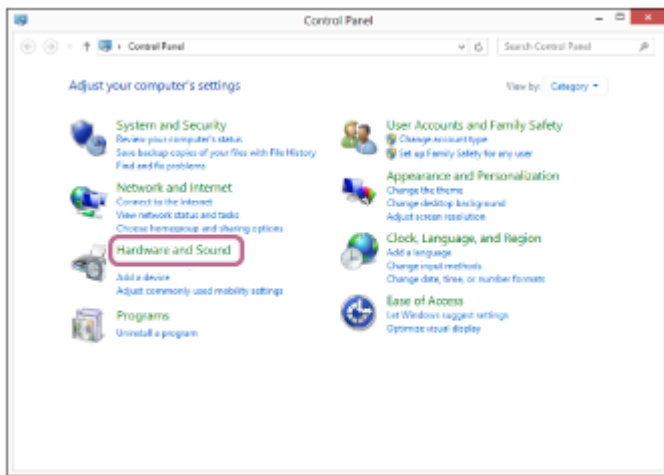
您会听见播报耳机已打开的通知声。  
即使从按钮松开手指后，指示灯（蓝色）继续闪烁。



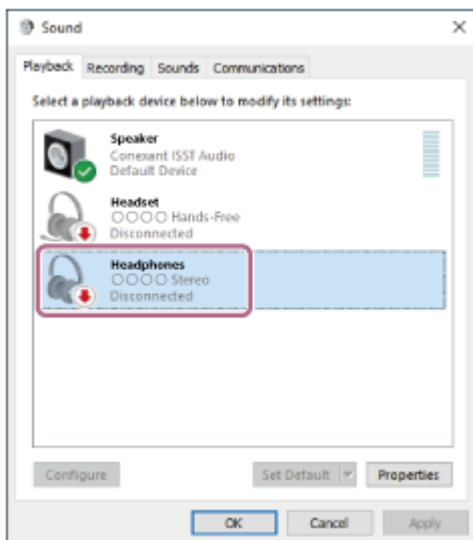
如果耳机已自动连接至上次连接的设备，您会听见播报连接已建立的通知声。  
查看电脑上的连接状态。如果未连接，则执行步骤 3。

### 3 使用电脑选择耳机。

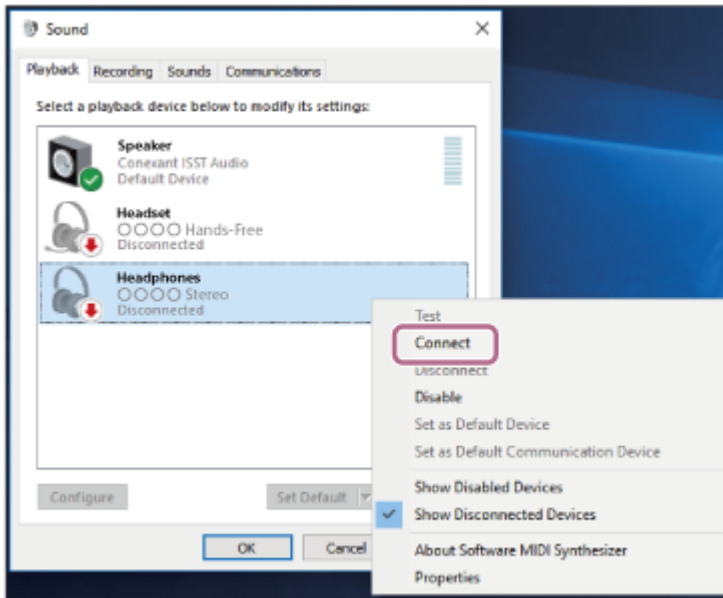
1. 在开始画面上选择[Desktop]。
2. 右键单击[Start]按钮，然后从快捷菜单中选择[Control Panel]。
3. 选择[Hardware and Sound] - [Sound]。



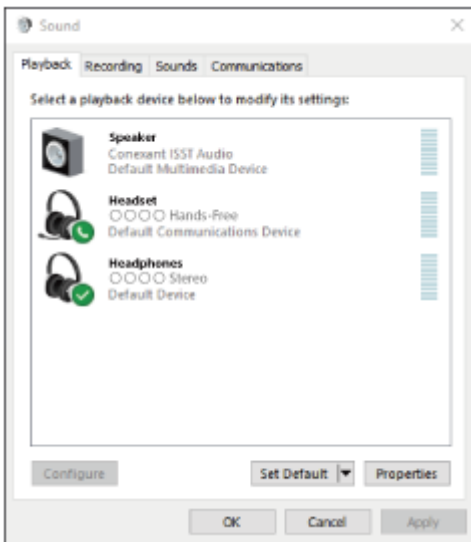
4. 右键单击[WH-1000XM5]。  
如果[WH-1000XM5]未在[Sound]画面上显示，请右键单击[Sound]画面，然后检查[Show Disconnected Devices]。



5. 从显示的菜单中选择[Connect]。



连接即建立。  
您会听见播报连接已建立的通知声。



## 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。

## 注意

- 如果音乐播放音质不佳，请确认在电脑设置中启用了支持音乐播放连接的A2DP功能。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。
- 如果上次连接的Bluetooth设备放置在耳机附近，只要打开耳机，耳机可能就会自动连接到该设备。如果是这种情况，请关闭上次连接的设备上的Bluetooth功能或关闭电源。
- 如果无法将电脑连接到耳机，请在电脑上删除耳机配对信息并重新执行配对。有关电脑操作，请参阅电脑附带的使用说明书。

## 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接电脑 \(Windows 8.1\)](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)

- 断开Bluetooth连接（使用后）

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation


无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 连接已配对的电脑 (Mac)

### 兼容的操作系统

macOS (10.15或更高版本)

开始操作前, 请确认以下事项:

- 视使用的电脑而定, 可能需要打开内置Bluetooth适配器。如果不知道如何打开Bluetooth适配器或不确定电脑是否有内置Bluetooth适配器, 请参阅电脑附带的使用说明书。
- 将电脑扬声器设置为打开模式。  
如果电脑扬声器设置为  “关闭”模式, 耳机不会发出声音。

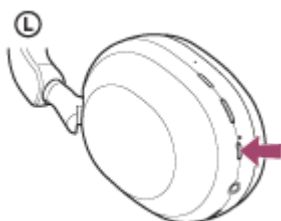
电脑扬声器处于打开模式



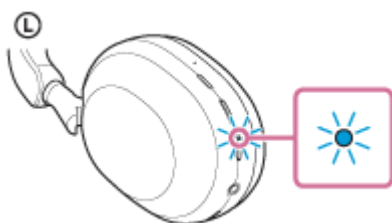
**1** 当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。

**2** 打开耳机。

按住 （电源）按钮约2秒钟。




您会听见播报耳机已打开的通知声。  
即使从按钮松开手指后，指示灯（蓝色）继续闪烁。



如果耳机已自动连接至上次连接的设备，您会听见播报连接已建立的通知声。  
查看电脑上的连接状态。如果未连接，则执行步骤 **3**。

**3** 使用电脑选择耳机。

1. 从画面底部的Dock选择  (System Preferences)] - [Bluetooth]。



2. 按住电脑的Control按钮，同时单击[Bluetooth]画面中的[WH-1000XM5]，然后从快捷菜单中选择[Connect]。



连接即建立。  
您会听见播报连接已建立的通知声。

### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。

### 注意

- 如果音乐播放音质不佳，请确认在电脑设置中启用了支持音乐播放连接的A2DP功能。如需了解详情，请参阅电脑附带的使用说明书。
- 如果上次连接的Bluetooth设备放置在耳机附近，只要打开耳机，耳机可能就会自动连接到该设备。如果是这种情况，请关闭上次连接的设备上的Bluetooth功能或关闭电源。
- 如果无法将电脑连接到耳机，请在电脑上删除耳机配对信息并重新执行配对。有关电脑操作，请参阅电脑附带的使用说明书。

### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接电脑（Mac）](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接（使用后）](#)




## 配对和连接Bluetooth设备

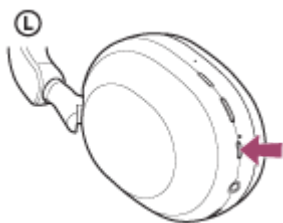
注册所要连接设备的操作称为“配对”。首次配合耳机使用设备时，请先配对设备。开始操作前，请确认以下事项：

- 将Bluetooth设备放在距离耳机1 m范围内。
- 耳机电量充足。
- 准备好Bluetooth设备的使用说明书。

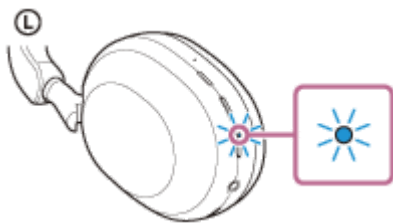
### 1 进入此耳机上的配对模式。

在您购买耳机后首次与设备配对时，或初始化耳机后（耳机没有配对信息），打开耳机。耳机自动进入配对模式。在这种情况下，执行步骤 2。

当您配对第二个或后续设备（耳机已具有其他设备的配对信息）时，按住 （电源）按钮约5秒钟手动进入配对模式。



指示灯（蓝色）连续双闪2次。您会听见语音指导播报“配对中”。



### 2 在Bluetooth设备上执行配对步骤以搜索本耳机。

[WH-1000XM5]将显示在Bluetooth设备屏幕上已检测到的设备列表中。如果没有显示，请从步骤 1 开始重复操作。

### 3 选择Bluetooth设备屏幕上显示的[WH-1000XM5]进行配对。

如果要求输入密钥（\*），请输入“0000”。

\* 密钥可能称为“密码”、“PIN码”、“PIN号”或“口令”。

### 4 从Bluetooth设备建立Bluetooth连接。

配对完成后，某些设备会自动连接耳机。您会听见播报连接已建立的通知声。如果未连接，请参阅“[连接已配对的Bluetooth设备](#)”。

#### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅Bluetooth设备附带的使用说明书。

- 若要删除所有Bluetooth配对信息，请参阅“[初始化耳机以恢复出厂设置](#)”。

## 注意

- 如果在5分钟内未建立配对，则取消配对模式。在此情况下，关闭电源，并从步骤 ❶ 再次开始操作。
- 一旦Bluetooth设备配对完毕，则无需再进行配对，以下情况除外：
  - 修理等情况后配对信息被删除。
  - 第9个设备配对时。  
耳机最多可与8个设备配对。如果在已配对8个设备后配对新设备，连接时间最早的配对设备注册信息将被新设备的信息覆盖。
  - 当已从Bluetooth设备删除耳机的配对信息时。
  - 耳机初始化时。  
所有配对信息均被删除。在此情况下，请从连接的设备中删除耳机的配对信息，然后再次配对。
- 耳机可与多个设备配对，但一次只可从1个配对设备播放音乐。


---

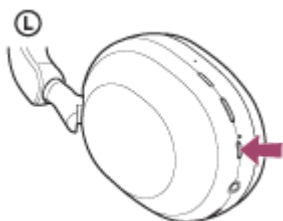
## 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [连接已配对的Bluetooth设备](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [断开Bluetooth连接（使用后）](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

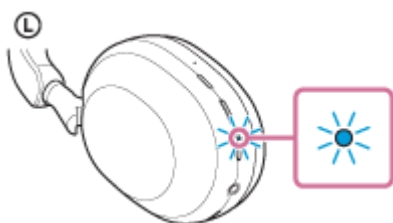
## 连接已配对的Bluetooth设备

### 1 打开耳机。

按住  (电源) 按钮约2秒钟。



您会听见播报耳机已打开的通知声。即使从按钮松开手指后，指示灯（蓝色）继续闪烁。



如果耳机已自动连接至上次连接的设备，您会听见播报连接已建立的通知声。查看Bluetooth设备上的连接状态。如果未连接，则执行步骤 **2**。

### 2 从Bluetooth设备建立Bluetooth连接。

有关Bluetooth设备操作，请参阅Bluetooth设备附带的使用说明书。连接时，您会听见播报连接已建立的通知声。

#### 提示

- 上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅Bluetooth设备附带的使用说明书。

#### 注意

- 连接时，连接设备上可能会显示[WH-1000XM5]和/或[LE\_WH-1000XM5]。当显示两者或显示[WH-1000XM5]时，选择[WH-1000XM5]；当显示[LE\_WH-1000XM5]时，选择[LE\_WH-1000XM5]。
- 如果上次连接的Bluetooth设备放置在耳机附近，只要打开耳机，耳机可能就会自动连接到该设备。如果是这种情况，请关闭上次连接的设备上的Bluetooth功能或关闭电源。
- 如果无法将Bluetooth设备连接到耳机，请在Bluetooth设备上删除耳机配对信息并重新执行配对。有关Bluetooth设备操作，请参阅Bluetooth设备附带的使用说明书。

#### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接Bluetooth设备](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)

- 断开Bluetooth连接 (使用后)

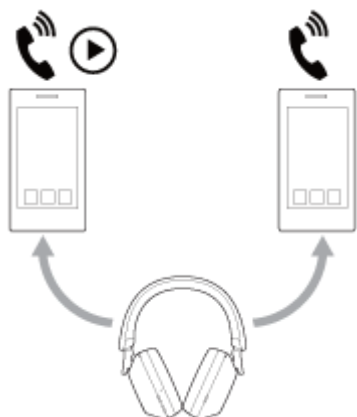
5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

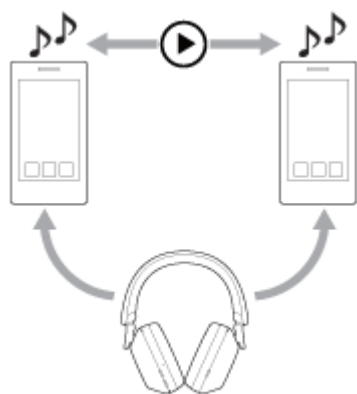
## 将耳机同时连接到2个设备（多点连接）

通过“Sony | Headphones Connect”应用程序开启[Connect to 2 devices simultaneously]时，可以通过Bluetooth连接将耳机同时连接到2个设备，从而进行以下操作。

- 等待2部智能手机的来电  
可以通过耳机听1部智能手机上播放的音乐、等待2部智能手机的来电以及在来电呼入时进行通话。



- 切换2个设备之间的音乐播放  
可以将音乐播放从一个设备切换到另一个设备，无需执行Bluetooth重新连接。



### 通过Bluetooth连接将耳机同时连接到2个设备

请确保“Sony | Headphones Connect”应用程序已安装在2个设备之一上，再进行连接。

- 1 分别将耳机与2个设备配对。
- 2 操作已安装“Sony | Headphones Connect”应用程序的设备，与耳机建立Bluetooth连接。
- 3 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序开启[Connect to 2 devices simultaneously]。
- 4 操作第二个设备建立与耳机的Bluetooth连接。

当2个设备和耳机之间已建立Bluetooth连接时，可以通过Bluetooth连接另一个配对设备。

如果您想通过操作第三个设备来与耳机建立Bluetooth连接，则播放音乐的最后一个设备的Bluetooth连接将保留，且其他设备的Bluetooth连接将断开。然后在第三个设备和耳机之间建立Bluetooth连接。

### 通过Bluetooth连接将耳机连接到2个设备时播放音乐

- 通过操作耳机播放音乐时，音乐从最后播放的设备播放。
- 如果想要播放来自其他设备的音乐，停止正在播放音乐的设备，然后通过操作其他设备开始播放。  
当第一个设备播放音乐时，即使通过操作第二个设备开始播放，也会通过耳机继续听到第一个设备上的音乐。在此情况下，如果第一个设备停止播放，可以通过耳机从第二个设备听音乐。

### 通过Bluetooth连接将耳机连接到2个设备时用电话通话

- 通过Bluetooth连接将耳机同时连接到2部智能手机等时，2个设备将处于待机模式。
- 当第一个设备有来电呼入时，会通过耳机听到铃音。  
当使用耳机通话时第二个设备有来电呼入，会通过第二个设备听到铃音。如果结束第一个设备的通话，将通过耳机听到第二个设备的铃音。

---

#### 相关主题

- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)
- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

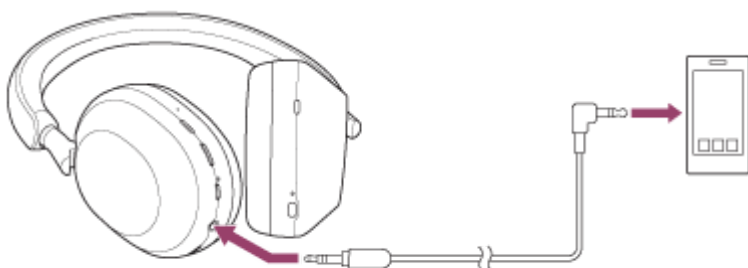
## 使用附带的耳机连接线

如果在飞机上等限制使用Bluetooth设备的地点使用耳机，可以在耳机通过附带的耳机连接线连接设备且耳机打开期间，将耳机用作降噪耳机。

耳机支持High-Resolution Audio播放。

### 1 使用附带的耳机连接线将播放设备连接到耳机连接线输入插孔。

请确保将L形插头连接到连接设备。



### 提示

- 即使耳机关闭，也可聆听音乐。在此情况下，降噪功能不可用。
- 若要欣赏High-Resolution Audio音乐或使用降噪/环境声模式等功能，请打开耳机。
- 如果在耳机打开的状态下从耳机断开附带的耳机连接线，耳机会自动关闭。
- 当来电呼入时，会通过耳机听到铃音。用智能手机或移动电话接听来电，然后使用电话麦克风通话。可以从耳机听到主叫方的声音。如果从智能手机或移动电话断开耳机连接线，则可以使用电话的麦克风和扬声器进行通话。

### 注意

- 请仅使用附带的耳机连接线。
- 确保将连接线插入到位。如果未正确连接插头，可能无法正常听到声音。
- 使用耳机连接线时，Bluetooth功能不可用。
- 在耳机通过附带的耳机连接线连接设备且耳机打开期间，可使用快速提醒模式和Speak-to-Chat。请在播放设备上执行音量调节和播放/暂停等操作。耳机关闭时，无法使用快速提醒模式和Speak-to-Chat。
- 当耳机关闭时，无法使用NC/AMB（降噪/环境声模式）按钮。
- 通过连接耳机连接线和耳机后通过电话通话时，禁用Speak-to-Chat。如果Speak-to-Chat启用，从耳机听不到来电者的声音。

### 相关主题

- [使用降噪功能](#)
- [音乐播放期间听环境声音（环境声模式）](#)
- [快速听到环境声音（快速提醒模式）](#)

- 戴上耳机时与人说话 (Speak-to-Chat)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐

如果Bluetooth设备支持以下配置协议，您可以通过Bluetooth连接从耳机聆听音乐和控制设备。

- A2DP (Advanced Audio Distribution Profile)  
您可以通过无线方式欣赏高品质音乐。
- AVRCP (Audio Video Remote Control Profile)  
您可以调节音量等。

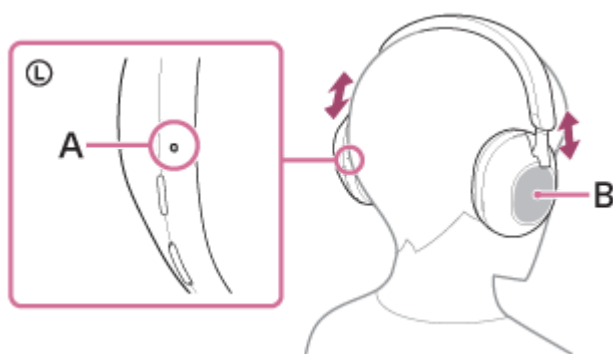
该操作可能因Bluetooth设备而有所不同。请参阅Bluetooth设备附带的使用说明书。

### 1 将耳机与Bluetooth设备相连。

### 2 将耳机戴上双耳。

延长滑块以调节头带的长度。

在头上佩戴耳机时使 **L** (左) 标记在左耳，**R** (右) 标记在右耳。**L** (左) 标记侧存在触点。



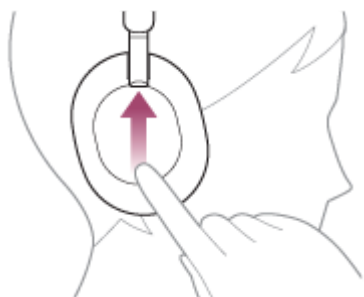
**A:** 触点

**B:** 触摸传感器控制面板

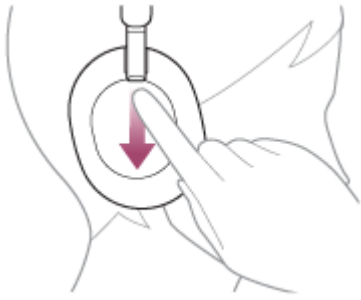
### 3 操作Bluetooth设备开始播放并将音量调节为适当水平。

### 4 使用耳机的触摸传感器控制面板调节音量。

- 增大音量：反复向上滑动，直至达到期望的音量。



- 减小音量：反复向下滑动，直至达到期望的音量。



- 连续改变音量：向上或向下滑动并按住。在达到所需音量时放开。

当音量达到最大或最小时，会发出警示音。

### 提示

- 本耳机支持SCMS-T内容保护。您可以通过耳机欣赏移动电话或便携式电视机等支持SCMS-T内容保护的设备上的音乐和其他音频。
- 视Bluetooth设备而定，可能需要在设备上调节音量或设置音频输出设置。
- 通话期间和音乐播放期间的耳机音量可以分别调节。调整通话音量并不会改变音乐播放的音量，反之亦然。

### 注意

- 如果通讯条件较差，则Bluetooth设备可能会对耳机上的操作做出错误反应。

### 相关主题

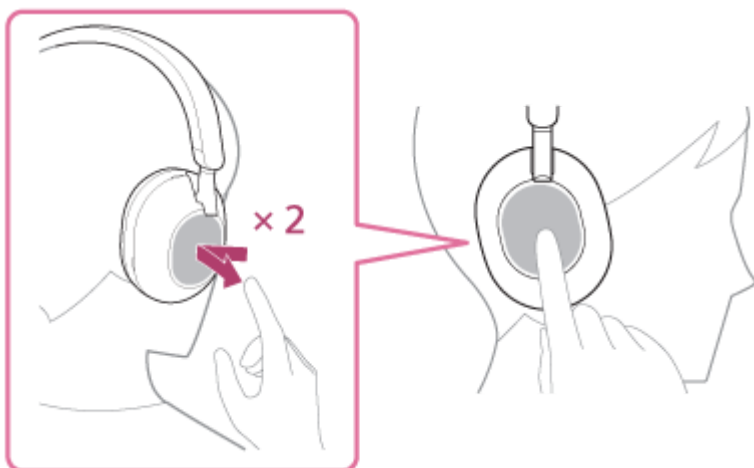
- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [控制音频设备 \(Bluetooth连接\)](#)
- [使用降噪功能](#)

## 控制音频设备 (Bluetooth连接)

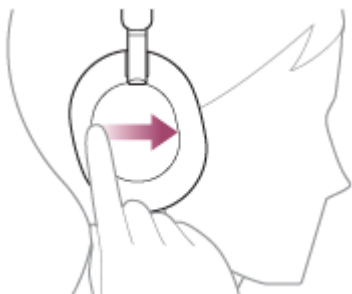
如果Bluetooth设备支持设备操作功能（兼容协议：AVRCP），则以下操作可用。可用功能可能因Bluetooth设备而异，因此请参阅设备附带的使用说明书。

可使用触摸传感器控制面板执行以下操作。

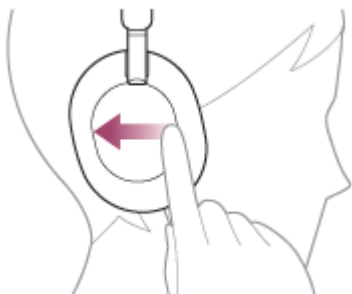
- 播放/暂停：快速轻按两次触摸传感器控制面板（间隔约0.4秒钟）。



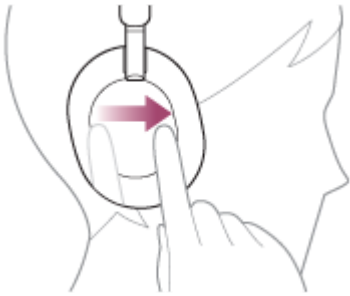
- 跳至下一首歌曲的开头：向前滑动并松开。



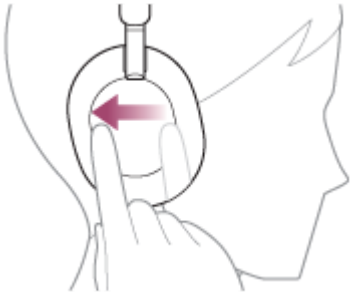
- 跳至上一首歌曲（或播放期间当前曲目）的开头：向后滑动并松开。



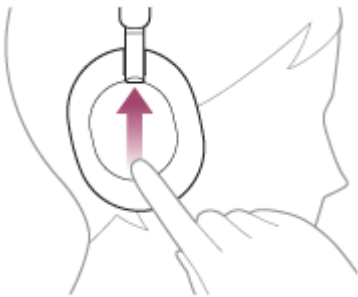
- 快进：向前滑动，然后按住。（需要等待一会才能开始快进。）在到达期望的播放点后即可松开。



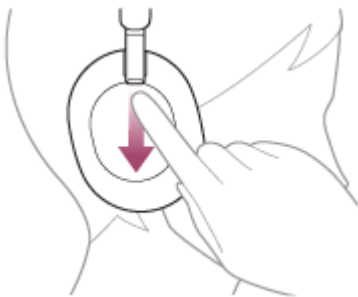
- 快退：向后滑动，然后按住。（需要等待一会才能开始快退。）在到达期望的播放点后即可松开。



- 增大音量：反复向上滑动，直至达到期望的音量。



- 减小音量：反复向下滑动，直至达到期望的音量。



- 连续改变音量：向上或向下滑动并按住。在达到所需音量时放开。

### 注意

- 如果通讯条件较差，则Bluetooth设备可能会对耳机上的操作做出错误反应。
- 可用功能可能因连接设备、音乐软件或所用应用程序而异。在某些情况下，即使执行上述操作，也可能会有不同反应或无法运作。

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 断开Bluetooth连接（使用后）

---

**1** 操作Bluetooth设备断开Bluetooth连接。

您会听见通知声。

**2** 关闭耳机。

您会听见通知声。

### 提示

- 结束音乐播放时，视Bluetooth设备而定，Bluetooth连接可能会自动终止。

---

### 相关主题

- [关闭耳机](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 关于360 Reality Audio

---

### 什么是360 Reality Audio?

360 Reality Audio是使用Sony 360三维音频技术的全新音乐体验。位置信息附加到每个声源，如人声、合唱和乐器，并置于球形空间中。聆听者可以体验三维声场，如同沉浸在艺术家的现场表演中。

### 使用条件

在配备iOS或Android的智能手机或平板电脑上下载并使用支持360 Reality Audio的音乐流媒体服务（收费）应用程序。通过使用“Sony | Headphones Connect”应用程序优化耳机的声场和声学功能，您可以享受更逼真的现实感。有关360 Reality Audio的详细信息，请参阅以下网站：

<https://www.sony.net/360RA/>

#### 注意

- 某些国家和地区不提供该服务。

## 使用Quick Access

Quick Access是一种只需按下耳机的按钮便可播放相应应用程序中内容的功能。

### 1 打开“Sony | Headphones Connect”应用程序，将NC/AMB按钮设置为Quick Access按钮。

使用“Sony | Headphones Connect”应用程序可更改分配到NC/AMB按钮的功能。

有关“Sony | Headphones Connect”应用程序的详细信息，请参阅以下URL。

[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)

### 2 按NC/AMB按钮以使用Quick Access。

- 快速按两次按钮：Quick Access
- 快速按3次按钮：Quick Access

#### 提示

- 若要使用Quick Access，您需要安装相应的智能手机应用程序并连接到互联网。某些应用程序需要您登录。
- 有关Quick Access最新规格的详细信息，请参阅“Sony | Headphones Connect”应用程序的[Services]选项卡。

#### 注意

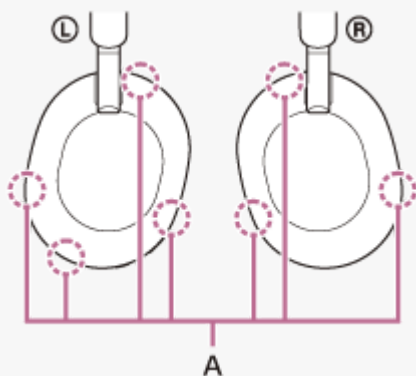
- 可分配到Quick Access的服务因国家或地区而异。

## 什么是降噪？

降噪功能对外界周围的噪声（如车辆中的噪声或室内空调的噪声）产生反相声音，通过消除的方式减少周围的噪声。

### 注意

- 由于降噪性能是通过自动NC优化功能，根据佩戴情况和使用环境的变化而自动优化，因此可能会感觉到降噪效果有波动。
- 根据噪音类型，或如果在非常安静的环境中使用，有可能感觉不到降噪效果，或可能觉得有些噪音增大了。
- 佩戴耳机时，视佩戴本耳机的情况而定，降噪效果可能下降或可能会听到哔哔声（反馈）。在此情况下，请摘下耳机并重新戴上。
- 降噪功能主要作用于低频率波段中的噪音，例如车辆和空调的噪音。尽管噪音减小，但不会完全消除。
- 在轿车或公交车上使用耳机时，根据街道状况，可能会发生噪音。
- 移动电话可能导致干扰和噪音。如果发生这种情况，请将耳机远离移动电话。
- 请勿用手等部位盖住本耳机左右侧单元上的麦克风。如果被盖住，降噪效果或环境声模式可能无法正确运作，或可能发出哔哔声（反馈）。如果是这种情况，请将手等部位移开左右麦克风。



A: 麦克风（左、右）

### 相关主题

- [使用降噪功能](#)



## 使用降噪功能

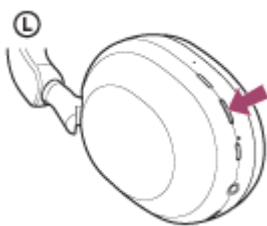
如果您使用降噪功能，您可以畅享音乐体验，且不会受到环境噪音的干扰。

### 1 打开耳机。

您会听见播报耳机已打开的通知声。

当您在购买后首次使用耳机或刚刚初始化耳机后，如果打开耳机，降噪功能会自动打开。从此时开始，对设置所做的任何更改都将保留。

### 2 按NC/AMB按钮，更改降噪功能的设置。



每按一次按钮，功能如下切换。

环境声模式：开  
您会听见通知声。



降噪功能：开  
您会听见通知声。

## 关于使用说明书视频

观看视频，了解如何使用降噪功能。

<https://rd1.sony.net/help/mdr/mov0041/zh-cn/>

### 提示

- 如果用Bluetooth连接使用降噪功能时连接附带的耳机连接线，将关闭Bluetooth功能，但您可以继续使用降噪功能。
- 如果将耳机用作普通的头戴式耳机，关闭耳机并使用附送的耳机连接线。
- 也可以通过“Sony | Headphones Connect”应用程序更改降噪功能和环境声模式的设置。
- 您可以在“Sony | Headphones Connect”应用程序上选择以下选项之一，设置在您按NC/AMB按钮时功能的更改方式。
  - 降噪功能：ON ➡ 环境声模式：ON ➡ 降噪功能：OFF/环境声模式：OFF
  - 降噪功能：ON ➡ 环境声模式：ON
  - 环境声模式：ON ➡ 降噪功能：OFF/环境声模式：OFF
  - 降噪功能：ON ➡ 降噪功能：OFF/环境声模式：OFF

## 相关主题

- [关于语音指导](#)

- [打开耳机](#)
- [什么是降噪?](#)
- [音乐播放期间听环境声音 \(环境声模式\)](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 始终自动优化降噪性能，以适应佩戴者和使用环境（自动NC优化）

当您佩戴耳机时，此功能根据脸型、发型、是否佩戴眼镜和飞机内的压力变化等来分析耳机的佩戴情况，始终自动优化降噪性能。

佩戴者无需按下按钮或使用触摸传感器控制面板来使用此功能。

由于降噪性能是通过自动NC优化功能，根据佩戴情况和使用环境的变化而自动优化，因此可能会感觉到降噪效果有波动。

## 音乐播放期间听环境声音（环境声模式）

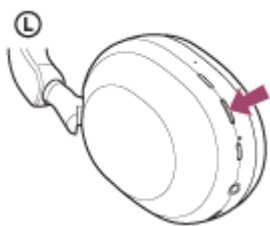
可以在欣赏音乐时通过内嵌在耳机左侧和右侧单元中的麦克风听到环境声音。

### 1 打开耳机。

您会听见播报耳机已打开的通知声。

当您在购买后首次使用耳机或刚刚初始化耳机后，如果打开耳机，降噪功能会自动打开。从此时开始，对设置所做的任何更改都将保留。

### 2 按NC/AMB按钮切换为环境声模式。



每按一次按钮，功能如下切换。

降噪功能：ON

您会听见通知声。



环境声模式：ON

您会听见通知声。

## 关于使用说明书视频

观看视频，了解如何使用环境声模式。

<https://rd1.sony.net/help/mdr/mov0041/zh-cn/>

### 提示

- 通过“Sony | Headphones Connect”应用程序更改的环境声模式设置存储在耳机中。即使将耳机连接到其他未安装“Sony | Headphones Connect”应用程序的设备，也可通过存储的环境声模式设置欣赏音乐。
- 您可以在“Sony | Headphones Connect”应用程序上选择以下选项之一，设置在您按NC/AMB按钮时功能的更改方式。
  - 降噪功能：ON ➡ 环境声模式：ON ➡ 降噪功能：OFF/环境声模式：OFF
  - 降噪功能：ON ➡ 环境声模式：ON
  - 环境声模式：ON ➡ 降噪功能：OFF/环境声模式：OFF
  - 降噪功能：ON ➡ 降噪功能：OFF/环境声模式：OFF

### 注意

- 即使使用环境声模式，也可能听不到环境声音，具体取决于环境状况和音频播放的类型/音量。请勿在因无法听到环境声音就会造成危险的地方使用耳机，如在汽车和自行车通行的道路上。
- 如果未正确佩戴耳机，环境声模式可能无法正确工作。正确戴上耳机。

---

---

## 相关主题

- [关于语音指导](#)
- [使用降噪功能](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

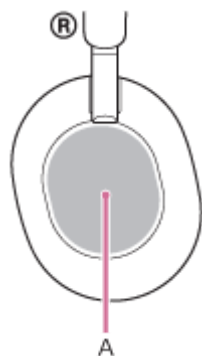
无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 快速听到环境声音（快速提醒模式）

此功能会调低音乐、通话声音和铃声的音量，便于轻松听到环境声音。在想要听到火车广播等情况下，这非常有用。

### 激活快速提醒模式

触摸耳机的整个触摸传感器控制面板。仅当轻触触摸传感器控制面板时才可激活快速提醒模式。



A: 触摸传感器控制面板



### 取消激活快速提醒模式

从触摸传感器控制面板松开手。

### 关于使用说明书视频

观看视频，了解如何使用快速提醒模式。

<https://rd1.sony.net/help/mdr/mov0042/zh-cn/>

#### 注意

- 如果如下所示触摸，此功能可能不会正常工作。
  - 未盖住整个触摸传感器控制面板。



— 未触摸到触摸传感器控制面板。



- 即使使用快速提醒模式，也可能听不到环境声音，具体取决于环境状况和音频播放的类型/音量。请勿在因无法听到环境声音就会造成危险的地方使用耳机，如在汽车和自行车通行的道路上。
- 如果未正确佩戴耳机，快速提醒模式可能无法正常工作。正确戴上耳机。

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

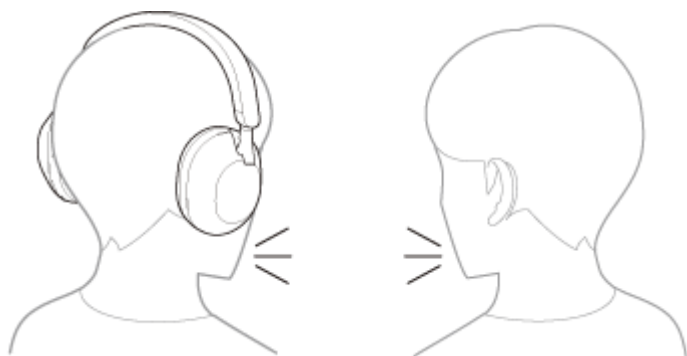
无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 戴上耳机时与人说话 (Speak-to-Chat)

如果预先启用Speak-to-Chat，在与某人说话时将自动启动Speak-to-Chat模式。耳机会暂停或静音正在播放的音乐，并用麦克风获取谈话对象的声音，使其更易于听到。

当耳机在一段时间内未检测到佩戴者的声音时，Speak-to-Chat模式将自动结束。

如果要在之前结束模式，请使用耳机按钮或触摸传感器控制面板。



### 启用Speak-to-Chat

要激活Speak-to-Chat模式，必须预先启用耳机的自动音频检测。

处于出厂设置时，将禁用Speak-to-Chat。若要启用，请将2根手指按住触摸传感器控制面板，直到听到语音导航播报“开启智能免摘”。



### 禁用Speak-to-Chat

用2根手指再次按住触摸传感器控制面板，直到听到语音导航播报“关闭智能免摘”。

### 关于使用说明书视频

观看视频，了解如何使用Speak-to-Chat。

<https://rd1.sony.net/help/mdr/mov0043/zh-cn/>

#### 提示

- 如果Speak-to-Chat未正确切换为启用/禁用，请按如下所述操作。
  - 轻轻分开两根手指





— 直接轻触摸传感器控制面板



— 用手指指腹轻触摸传感器控制面板



- 您也可以使用“Sony | Headphones Connect”应用程序切换启用/禁用，更改自动音频检测的灵敏度，并更改时间，直到Speak-to-Chat模式结束为止。处于出厂设置时，直到模式结束的时间设置为大约15秒。

## 注意

- Speak-to-Chat模式在耳机检测到佩戴耳机的人说话时将激活，但在极少数情况下，可能会因电动牙刷、电动按摩器和电动剃须刀等设备引起的振动，以及因刷牙、咳嗽或哼唱等活动，或别人的话音、环境声、交通广播等声音引起的振动而激活。如果Speak-to-Chat经常意外激活，请将Speak-to-Chat模式设置为“L Sensitivity”。
- 由于环境噪音，可能检测不到耳机佩戴者的话音，也可能无法激活Speak-to-Chat模式。这种情况下，尝试用更高的音量说话或延长说话时间。某些情况下，比如在飞机内等极其嘈杂的环境中，即使用更高的音量说更长的语句，也可能无法激活Speak-to-Chat模式。
- 仅通过Bluetooth连接且激活Speak-to-Chat模式时，会暂停音乐播放。
- 当Speak-to-Chat模式激活时，您正使用的相连设备或播放应用程序可能不支持暂停音乐播放，或当Speak-to-Chat模式关闭时不支持恢复音乐播放。

## 相关主题

- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 关于音质模式

可选择Bluetooth播放期间的以下2种音质模式。可通过“Sony | Headphones Connect”应用程序切换设置和检查音质模式。

**音质优先：** 优先音质（默认）。

**稳定连接优先：** 优先稳定连接。

- 想要音质优先时，可选择“音质优先”。
- 如果连接不稳定，如只产生间断音，则选择“稳定连接优先”。

### 注意

- 播放时间可能会缩短，具体取决于音质和耳机的使用条件。
- 即使选择了“稳定连接优先”，可能仍会出现间断音，具体取决于使用耳机的周围环境。

## 相关主题

- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 支持的编解码器

编解码器是一种在通过Bluetooth连接无线传输声音时使用的音频编码算法。  
耳机支持以下3种编解码器，用于通过A2DP连接进行音乐播放：SBC、AAC和LDAC。

- SBC

这是Subband Codec的缩写词。  
SBC是Bluetooth设备使用的标准音频编码技术。  
所有Bluetooth设备都支持SBC。

- AAC

这是Advanced Audio Coding的缩写词。  
AAC主要在iPhone等Apple产品中使用，可提供比SBC更高的音质。

- LDAC

LDAC是由Sony开发的一种音频编码技术，即使通过Bluetooth连接，也可实现High-Resolution (Hi-Res) Audio内容的传输。  
不同于SBC等其他Bluetooth兼容编码技术，它在工作时无需对High-Resolution Audio内容 (\*) 进行任何降频转换。  
可借助于高效编码和优化数据分组的方式，以无与伦比的音质通过Bluetooth无线网络传输比其他一些技术大约多3倍的数据 (\*\*) 。

\* 不包括DSD格式的内容。

\*\* 选择990 kbps (96/48 kHz) 或909 kbps (88.2/44.1 kHz) 比特率时与SBC相比。

从相连设备传输采用上述任一编解码器的音乐时，耳机自动切换至该编解码器并采用同一编解码器播放音乐。  
如果连接的设备支持音质比SBC更高的编解码器，要从支持的编解码器中采用所需编解码器聆听音乐，需要预先对该设备进行设置。  
有关如何设置编解码器，请参阅设备附带的使用说明书。

---

## 相关主题

- [关于音质模式](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 关于DSEE Extreme功能

---

DSEE Extreme采用AI技术，高精度再现压缩期间丢失的原始音源频率响应。  
可通过“Sony | Headphones Connect”应用程序切换设置。  
视播放设备的规格而定，当用LDAC发送压缩音源时，可能禁用DSEE Extreme功能。

### 注意

- 当DSEE Extreme设置为[Auto]时，可用工作时间将缩短。

---

### 相关主题

- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 接听电话

通过Bluetooth连接，您可以使用支持Bluetooth配置协议HFP（Hands-free Profile）或HSP（Headset Profile）的智能手机或移动电话进行免提通话。

- 如果智能手机或移动电话同时支持HFP和HSP，请将其设为HFP。
- 根据智能手机或移动电话而定，操作可能有所不同。请参阅智能手机或移动电话附带的使用说明书。
- 根据所连接的设备或正在使用的应用程序，即使您尝试使用耳机来操作，这些功能也可能无法正常工作。

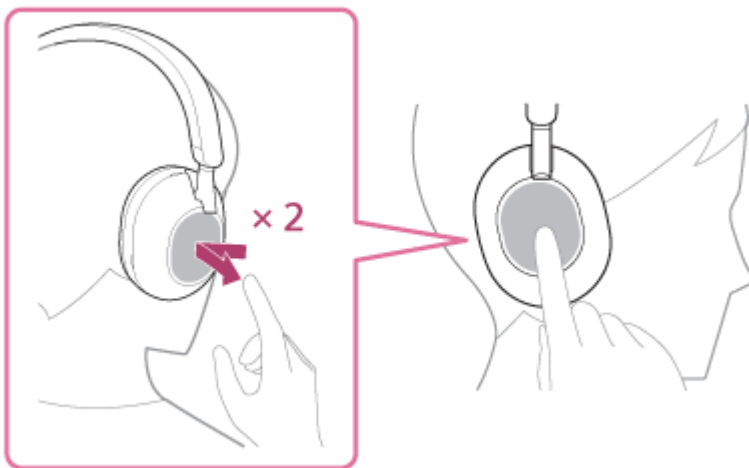
## 铃音

当来电呼入时，会通过耳机听到铃音，且指示灯（蓝色）快速闪烁。  
视智能手机或移动电话而定，您将听到以下任一种铃音。

- 耳机上设置的铃音
- 智能手机或移动电话上设置的铃音
- 仅用于智能手机或移动电话上设置的Bluetooth连接的铃音

- 1 预先通过Bluetooth连接将耳机与智能手机或移动电话相连。
- 2 听到铃音时，快速轻按两次触摸传感器控制面板（间隔约0.4秒钟）接听电话。

当您在听音乐时接到来电，播放将暂停，并从耳机听到铃音。



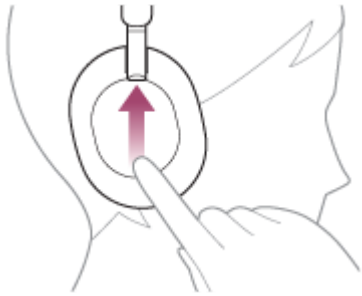
耳机有全向麦克风。通话时无需担心麦克风位置。

### 如果未通过耳机听到铃音

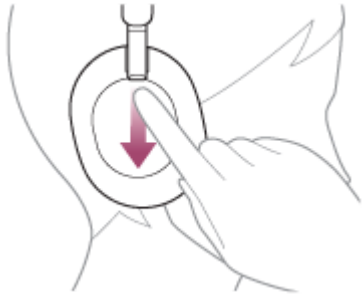
- 耳机可能未通过HFP或HSP与智能手机或移动电话连接。查看智能手机或移动电话上的连接状态。
- 如果播放未自动暂停，则操作耳机以暂停播放。

- 3 使用触摸传感器控制面板调节音量。

- 增大音量：反复向上滑动，直至达到期望的音量。



- 减小音量：反复向下滑动，直至达到期望的音量。



- 连续改变音量：向上或向下滑动并按住。在达到所需音量时放开。

当音量达到最大或最小时，会发出警示音。

#### 4 想要结束手机通话时，快速轻按两次触摸传感器控制面板（间隔约0.4秒钟）结束通话。

如果您在播放音乐期间接听电话，音乐播放将在通话结束后自动恢复。

#### 提示

- 通过操作智能手机或移动电话接听电话时，某些智能手机或移动电话可能会通过电话接听来电而非耳机。使用HFP或HSP连接，按住耳机的触摸传感器控制面板直至通话切换，或使用智能手机或移动电话来切换耳机的通话。
- 通话音量仅可在打电话时调节。
- 通话期间和音乐播放期间的耳机音量可以分别调节。调整通话音量并不会改变音乐播放的音量，反之亦然。

#### 注意

- 根据所连接的设备或正在使用的播放应用程序，当您在听音乐时接到来电，即使结束通话后，也可能不会自动恢复播放。
- 请至少在距离耳机50 cm的地方使用智能手机或移动电话。如果智能手机或移动电话太靠近耳机，可能会产生噪音。
- 您将从耳机听到自己对着耳机左右麦克风说话的声音（侧音功能）。在此情况下，可能会从耳机听到周围声音或耳机操作声，但是这并非故障。

#### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [拨打电话](#)
- [通话时的功能](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 拨打电话

通过Bluetooth连接，您可以使用支持Bluetooth配置协议HFP（Hands-free Profile）或HSP（Headset Profile）的智能手机或移动电话进行免提通话。

- 如果智能手机或移动电话同时支持HFP和HSP，请将其设为HFP。
- 根据智能手机或移动电话而定，操作可能有所不同。请参阅智能手机或移动电话附带的使用说明书。
- 根据所连接的设备或正在使用的应用程序，即使您尝试使用耳机来操作，这些功能也可能无法正常工作。

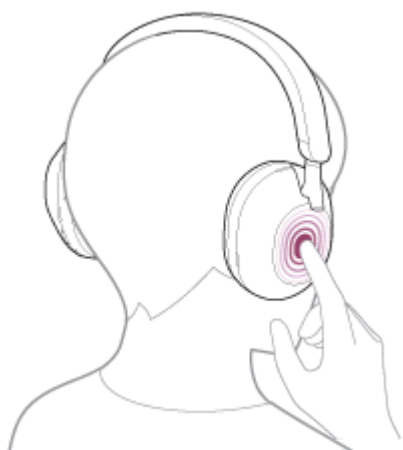
### 1 通过Bluetooth连接将耳机与智能手机/移动电话相连。

### 2 操作智能手机或移动电话以拨打电话。

在拨打电话时，可从耳机听到拨号音。

如果在听音乐时拨打电话，播放将暂停。

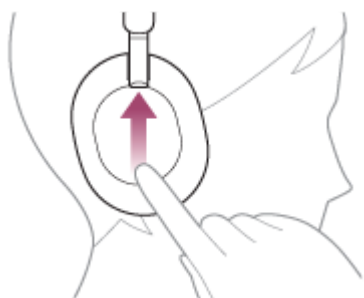
如果未通过耳机听到拨号音，则使用智能手机或移动电话将通话设备切换为耳机，或按住触摸传感器控制面板直至设备切换。



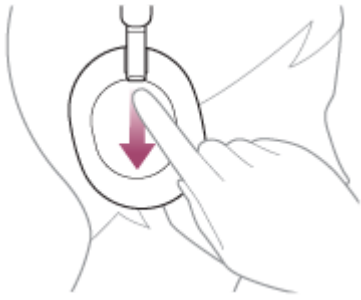
耳机有全向麦克风。通话时无需担心麦克风位置。

### 3 使用触摸传感器控制面板调节音量。

- 增大音量：反复向上滑动，直至达到期望的音量。



- 减小音量：反复向下滑动，直至达到期望的音量。



- 连续改变音量：向上或向下滑动并按住。在达到所需音量时放开。

当音量达到最大或最小时，会发出警示音。

#### 4 想要结束手机通话时，快速轻按两次触摸传感器控制面板（间隔约0.4秒钟）结束通话。

如果您在播放音乐期间进行通话，音乐播放将在通话结束后自动恢复。

#### 提示

- 通话音量仅可在打电话时调节。
- 通话期间和音乐播放期间的耳机音量可以分别调节。调整通话音量并不会改变音乐播放的音量，反之亦然。

#### 注意

- 根据所连接的设备或正在使用的播放应用程序，当您在听音乐时拨打电话，即使结束通话后，也可能不会自动恢复播放。
- 请至少在距离耳机50 cm的地方使用智能手机或移动电话。如果智能手机或移动电话太靠近耳机，可能会产生噪音。
- 您将从耳机听到自己对着耳机左右麦克风说话的声音（侧音功能）。在此情况下，可能会从耳机听到周围声音或耳机操作声，但是这并非故障。

#### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [接听电话](#)
- [通话时的功能](#)



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 通话时的功能

视智能手机或移动电话所支持的配置协议而定，通话期间可用的功能可能会不同。此外，即使配置协议相同，功能仍可能视智能手机或移动电话而有所不同。

根据所连接的设备或正在使用的应用程序，即使您尝试使用触摸传感器控制面板来操作，这些功能也可能无法正常工作。请参阅智能手机或移动电话附带的使用说明书。

### 支持的配置协议：HFP (Hands-free Profile)

#### 待机/音乐播放期间

- 用手指按住触摸传感器控制面板约1秒钟可启动智能手机/移动电话的语音拨号功能，或激活Android智能手机的Google app或iPhone的Siri。



#### 呼出电话

- 快速轻按两次触摸传感器控制面板（间隔约0.4秒钟）可取消呼出电话。
- 用手指按住触摸传感器控制面板，在耳机和智能手机/移动电话之间来回切换通话设备。

#### 来电

- 快速轻按两次触摸传感器控制面板可接听电话。
- 按住触摸传感器控制面板可拒接来电。

#### 通话时

- 快速轻按两次触摸传感器控制面板可结束通话。
- 用手指按住触摸传感器控制面板，在耳机和智能手机/移动电话之间来回切换通话设备。

### 支持的配置协议：HSP (Headset Profile)

#### 呼出电话

- 快速轻按两次触摸传感器控制面板可取消呼出电话。

#### 来电

- 快速轻按两次触摸传感器控制面板可接听电话。

#### 通话时

- 快速轻按两次触摸传感器控制面板可结束通话。

---

#### 相关主题

- [接听电话](#)
- [拨打电话](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

## 在电脑上进行视频通话

在电脑上进行视频通话时，可以通过耳机无线通话。

- 1 通过Bluetooth连接耳机和电脑。
  - 2 启动电脑上的视频通话应用程序。
  - 3 检查视频通话应用程序的设置 (\*)。
- 在电脑上进行视频通话时，选择通话连接（HFP/HSP）而非音乐播放连接（A2DP）。如果选择音乐播放连接，视频通话可能无法使用。
  - 在扬声器设置上，选择通话连接[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)] (\*\*)。 ([Headphones (WH-1000XM5 Stereo)] (\*\*)) 用于音乐播放连接。)
  - 在麦克风设置上，选择通话连接[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)] (\*\*)。未设置麦克风时，耳机检测到佩戴耳机的人说话时，将激活Speak-to-Chat模式，而且耳机的声音将静音。
  - 视您正使用的视频通话应用程序而定，可能无法在扬声器或麦克风设置上选择通话连接[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)] (\*\*))或音乐播放连接[Headphones (WH-1000XM5 Stereo)] (\*\*))，而且可能只显示[WH-1000XM5]。如果是这种情况，请选择[WH-1000XM5]。
  - 关于常见问题及答案，请参阅客户支持网站。

\* 视您正使用的视频通话应用程序而定，本功能可能无法使用。

\*\* 视您正使用的电脑或视频通话应用程序而定，名称可能有所不同。

### 提示

- 无法检查视频通话应用程序的设置或无法选择通话连接[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)]时，选择电脑设置上的[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)]进行连接。请参阅[“连接已配对的电脑 \(Windows 10\)”](#)、[“连接已配对的电脑 \(Windows 8.1\)”](#)或[“连接已配对的电脑 \(Mac\)”](#)。

### 注意

- 当Speak-to-Chat启用时，如果未正确设置麦克风，Speak-to-Chat模式将在检测到语音时激活，而且耳机的声音可能会静音。
- 视您正使用的视频通话应用程序而定，麦克风设置可能无法使用。在此情况下，禁用Speak-to-Chat。若要禁用，请将2根手指按住触摸传感器控制面板，直到听到语音导航播报“关闭智能免摘”。
- 视您正使用的电脑或应用程序而定，视频通话期间，耳机可能无法正常工作。重新启动电脑可能会改善这种情况。

### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [配对和连接电脑 \(Windows® 10\)](#)
- [配对和连接电脑 \(Windows 8.1\)](#)
- [配对和连接电脑 \(Mac\)](#)
- [连接已配对的电脑 \(Windows 10\)](#)
- [连接已配对的电脑 \(Windows 8.1\)](#)

- [连接已配对的电脑 \(Mac\)](#)
- [断开Bluetooth连接 \(使用后\)](#)
- [客户支持网站](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 断开Bluetooth连接（使用后）

---

**1** 操作Bluetooth设备断开Bluetooth连接。

您会听见通知声。

**2** 关闭耳机。

您会听见通知声。

### 提示

- 结束音乐播放时，视Bluetooth设备而定，Bluetooth连接可能会自动终止。

---

### 相关主题

- [关闭耳机](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 使用Google Assistant

某些国家或地区可能不支持。

通过使用智能手机具备的Google Assistant功能，可以对耳机的左右麦克风说话以操作智能手机或执行搜索。

### 兼容的智能手机

- 已安装Android 6.0或更高版本的智能手机（必须安装最新版本的Google app。）

#### 1 打开“Sony | Headphones Connect”应用程序，将触摸传感器控制面板设置为Google Assistant功能。

首次使用Google Assistant时，打开Google Assistant应用程序并触摸对话视图上的[Finish headphones setup]，按照屏幕说明完成Google Assistant的初始设置。

有关“Sony | Headphones Connect”应用程序的详细信息，请参阅以下URL。

[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)

#### 2 说出“Ok Google”或操作触摸传感器控制面板使用Google Assistant。



- 按住触摸传感器控制面板可输入语音指令，松开手指可结束语音指令。
- 如果手指按住触摸传感器控制面板时未检测到语音指令，则手指松开时就会播放通知。

有关Google Assistant的详细信息，请参阅以下网站：

<https://assistant.google.com>

### 使用Google Assistant操作耳机

通过在Google Assistant上说出特定词语，可以执行降噪设置或耳机的其他操作。

如需了解详情，请参阅以下网站（\*）：

<https://support.google.com/assistant/answer/7172842#headphones>

\* 耳机并非与网站中描述的所有规格都兼容。

#### 提示

- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序检查或更新耳机的软件版本。
- 如果Google Assistant由于未联网等原因而不可用，会听见语音指导“未连接Google Assistant”。

- 如果Google Assistant应用程序的对话视图上未显示[Finish headphones setup]，请从智能手机的Bluetooth设置中删除耳机的配对信息并重新配对。
- 可以不将语音助手分配至触摸传感器控制面板。

### 注意

- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Google Assistant，则语音助手功能（Google app）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Google Assistant，则语音助手功能（Siri）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Google Assistant，无法从耳机使用Amazon Alexa。
- Google Assistant可能不适用于某些国家、地区或语言。
- 使用Google Assistant操作耳机的功能视Google Assistant规格而定。
- Google Assistant的规格如有变更，恕不另行通知。

## 使用Amazon Alexa

某些国家或地区可能不支持。

通过使用智能手机上安装的Amazon Alexa应用程序，可以对耳机的左右麦克风说话以操作智能手机或执行搜索。

### 兼容的智能手机

- Android或iOS的操作系统版本支持最新版Amazon Alexa应用程序
- 需要安装最新的Amazon Alexa应用程序。

1. 打开移动设备上的应用商店。
2. 搜索Amazon Alexa应用程序。
3. 选择安装。
4. 选择打开。

**1** 打开耳机，通过Bluetooth连接将耳机连接到智能手机。

**2** 打开Amazon Alexa应用程序。

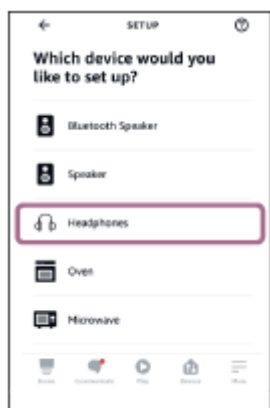
第一次使用Amazon Alexa时，需要用Amazon帐号登录，然后继续步骤 **3**，在Amazon Alexa应用程序上设置耳机。

**3** 执行Amazon Alexa的初始设置。

1. 触摸Amazon Alexa应用程序画面右下角的[More]图标，然后触摸[Add a Device]。

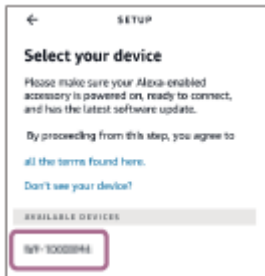


2. 在[Which device would you like to set up?]-画面上，选择[Headphones]。



3. 从[Select your device]-画面上的[AVAILABLE DEVICES]，选择[WH-1000XM5]。





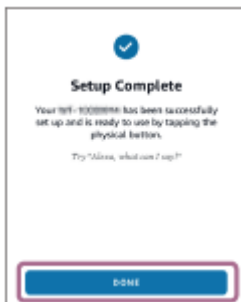
4. 在[Set up Alexa on your WH-1000XM5]画面上，触摸[CONTINUE]。



5. 如果出现[This will override the current voice assistant on this accessory]画面，则触摸[CONTINUE]。



6. 在[Setup Complete]画面上，触摸[DONE]。



当初始设置完成时，触摸传感器控制面板功能将更改为Amazon Alexa。

- 4 说出唤醒词汇 (\*) (“Alexa”) 或操作触摸传感器控制面板以使用Amazon Alexa。



- 按住触摸传感器控制面板可输入语音指令。
- 如果未输入语音，则该操作将被自动取消。

\* 若要设置唤醒词汇，通过“Sony | Headphones Connect”应用程序启用[Activate Voice Assistant with your Voice]。

有关Amazon Alexa及其功能的详细信息，请参阅以下网站：

<https://www.amazon.com/b?node=16067214011>

#### 提示

- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序检查或更新耳机的软件版本。
- 如果Amazon Alexa由于未联网等原因而不可用时，会听见语音指导“您的移动设备未连接，或者您需要打开Alexa应用程序并重试”。
- 当将耳机设置为Amazon Alexa时，触摸传感器控制面板功能将更改为Amazon Alexa。若要更改触摸传感器控制面板功能，通过“Sony | Headphones Connect”应用程序更改。  
类似地，如果先前连接到Amazon Alexa，但已更改为另一个功能，则可以将触摸传感器控制面板重新配置回Amazon Alexa。
- 可以不将语音助手分配至触摸传感器控制面板。

#### 注意

- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Amazon Alexa，语音助手功能（Google app）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Amazon Alexa，语音助手功能（Siri）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Amazon Alexa，无法从耳机使用Google Assistant。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为Amazon Alexa，无法从耳机使用腾讯小微。
- Amazon Alexa并非适用于所有语言和国家/地区。Alexa特点和功能可能因地而异。

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 使用腾讯小微（仅适用于中国的客户）

某些国家或地区可能不支持。

通过使用智能手机具备的腾讯小微功能，可以对耳机的麦克风说话以操作智能手机或执行搜索。

### 兼容的智能手机

- 安装了Android 6.0或更新版本，或iOS 10或更新版本的智能手机。
- 需要使用最新的腾讯小微App。（安卓版 1.10.0.79或更新版本，iOS版 1.10.0或更新版本）。

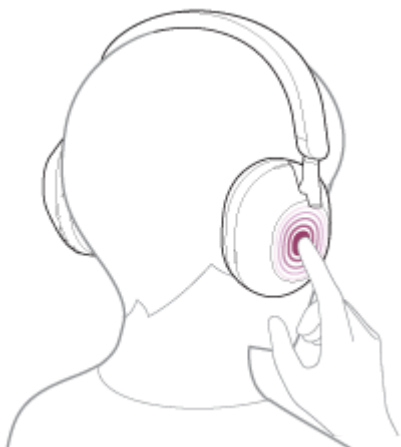
#### 1 打开“Sony | Headphones Connect”应用程序，将触摸传感器控制面板设置为腾讯小微功能。

有关“Sony | Headphones Connect”应用程序的详细信息，请参阅以下URL。

[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)

#### 2 打开腾讯小微app。

#### 3 操作触摸传感器控制面板以使用腾讯小微app。



- 按住触摸传感器控制面板可输入语音指令，松开手指可结束语音指令。

有关腾讯小微的详细信息，请参阅以下网站：

<https://xiaowei.tencent.com/guide/index.html?cid=1465>

### 提示

- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序检查或更新耳机的软件版本。

### 注意

- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为腾讯小微，语音助手功能（Google app）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为腾讯小微，无法使用触摸传感器控制面板激活iPhone上的Siri。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为腾讯小微，无法从耳机使用Google Assistant。
- 如果将触摸传感器控制面板功能设置为腾讯小微，无法从耳机使用Amazon Alexa。

● 腾讯小微仅在中国可用。

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

## 使用语音助手功能 (Google app)

通过使用Android智能手机具备的Google app功能，可以对耳机的左右麦克风说话以操作Android智能手机。

### 1 将助手和语音输入选择设置为Google app。

在Android智能手机上，选择[Settings] - [Apps & notifications] - [Advanced] - [Default apps] - [Assist & voice input]，然后将[Assist app]设置为Google app。

上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅Android智能手机的使用说明书。

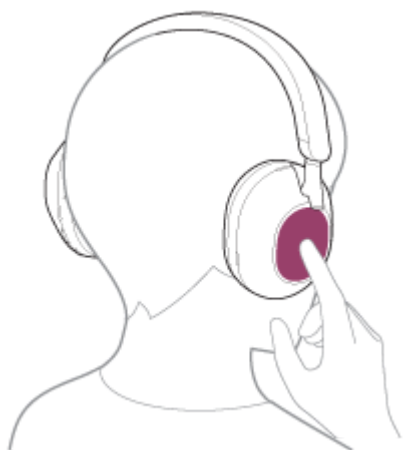
注意：可能需要最新版本的Google app。

如需了解Google app的详情，请参阅Android智能手机的使用说明书或支持网站。

视Android智能手机的规格而定，可能无法从耳机启动Google app。

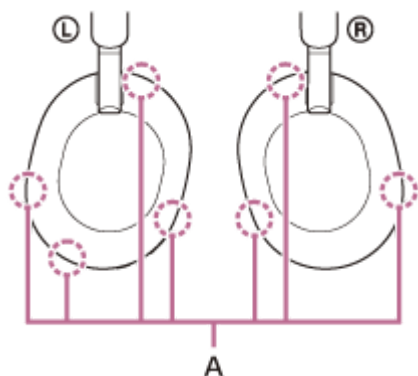
### 2 通过Bluetooth连接耳机和Android智能手机。

### 3 当Android智能手机处于待机状态或正在播放音乐时，用手指按住耳机的触摸传感器控制面板约1秒以上。



Google app启动。

### 4 将耳机佩戴在耳朵上时向Google app发出请求。



A: 麦克风 (左、右)

如需可与Google app配合使用的应用程序详情，请参阅Android智能手机的使用说明书。

激活Google app后，如果一段时间未发出请求，将取消语音指令。

### 注意

- 如果将触摸传感器控制面板设置为Google Assistant功能，语音助手功能（Google app）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板设置为Amazon Alexa功能，语音助手功能（Google app）不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板设置为腾讯小微功能，语音助手功能（Google app）不可用。
- 即使Android智能手机的“Ok Google”设置开启，也无法在说出“Ok Google”时激活Google app。
- 使用语音助手功能时，将从耳机听到自己对着耳机左右麦克风说话的声音（侧音功能）。在此情况下，可能会从耳机听到周围声音或耳机操作声，但是这并非故障。
- 视智能手机的规格或应用程序版本而定，可能无法激活Google app。
- 当连接到不兼容语音助手功能的设备时，Google app不起作用。

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

## 使用语音助手功能 (Siri)

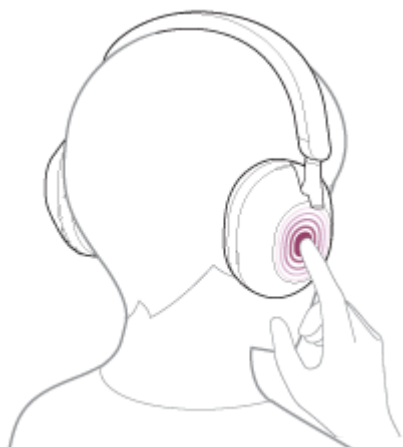
通过使用iPhone具备的Siri功能，可以对耳机的左右麦克风说话以操作iPhone。

### 1 开启Siri。

在iPhone上选择[Settings] - [Siri & Search]，打开[Press Home for Siri]和[Allow Siri When Locked]。  
上述操作只是示例。如需了解详情，请参阅iPhone的使用说明书。  
注意：如需了解Siri的详情，请参阅iPhone的使用说明书或支持网站。

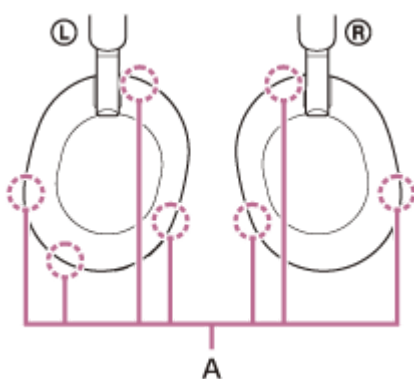
### 2 通过Bluetooth将耳机与iPhone相连。

### 3 当iPhone处于待机状态或正在播放音乐时，用手指按住耳机的触摸传感器控制面板约1秒以上。



Siri激活。

### 4 将耳机佩戴在耳朵上时向Siri发出请求。



A: 麦克风 (左、右)

如需可与Siri配合使用的应用程序详情，请参阅iPhone的使用说明书。  
激活Siri后，如果一段时间未发出请求，Siri将关闭。

## 注意

- 如果将触摸传感器控制面板设置为Google Assistant功能，Siri不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板设置为Amazon Alexa功能，Siri不可用。
- 如果将触摸传感器控制面板设置为腾讯小微功能，Siri不可用。
- 即使iPhone的“Hey Siri”设置开启，也无法在说出“Hey Siri”时激活Siri。
- 使用语音助手功能时，将从耳机听到自己对着耳机左右麦克风说话的声音（侧音功能）。在此情况下，可能会从耳机听到周围声音或耳机操作声，但是这并非故障。
- 视智能手机的规格或应用程序版本而定，可能无法激活Siri。

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation



## “Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明

通过Bluetooth连接安装有“Sony | Headphones Connect”应用程序的智能手机和耳机时，可以进行以下操作。

- 更新耳机软件
- 切换语音指导语言
- 打开/关闭语音指导
- 设置语音识别功能
- 打开/关闭Amazon Alexa的唤醒词
- 设置Quick Access功能
- 打开/关闭触摸传感器控制面板的设置
- 设置Bluetooth连接模式（音质模式）
- 关闭耳机
- 设置佩戴检测自动关闭电源功能
- 设置佩戴检测自动音乐播放暂停和恢复功能
- 检查耳机的连接状态和设置
- 切换多点连接（将耳机同时连接至2个设备）打开/关闭设置
- 更改多点连接的设备
- 初始化耳机
- 打开/关闭服务链接
- 检查耳机软件版本
- 显示Bluetooth连接编解码器
- 选择均衡器设定
- 定制均衡器设置
- 设置DSEE Extreme（高频声音完善）功能
- 显示耳机的剩余电池电量
- 调节降噪功能和环境声模式（环境声音控制）
- 在耳机上更改降噪功能/环境声模式时，选择切换模式
- 使用基于行为认知的降噪功能自动调整（适应性声音控制）
- 对Speak-to-Chat启用/禁用自动音频检测并设置
- 音乐播放/通话期间调整音量
- 播放/暂停音乐、跳至上一首歌曲（播放期间为当前歌曲）的开头/跳至下一首歌曲的开头
- 轻松配对
- 打开/关闭安全聆听
- 设置360 Reality Audio功能

有关“Sony | Headphones Connect”应用程序的详细信息，请参阅以下URL。

[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)

### 提示

- “Sony | Headphones Connect”应用程序的操作视音频设备而异。应用程序规格和画面设计如有变更，恕不另行通知。

### 相关主题

- [安装“Sony | Headphones Connect”应用程序](#)
- [检查电池剩余电量](#)
- [使用降噪功能](#)
- [始终自动优化降噪性能，以适应佩戴者和使用环境（自动NC优化）](#)

- [音乐播放期间听环境声音（环境声模式）](#)
- [关于音质模式](#)
- [支持的编解码器](#)
- [关于DSEE Extreme功能](#)
- [将耳机同时连接到2个设备（多点连接）](#)

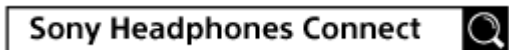
5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 安装“Sony | Headphones Connect”应用程序

**1 下载“Sony | Headphones Connect”应用程序，并将该应用程序安装到智能手机。**

有关“Sony | Headphones Connect”应用程序的详细信息，请参阅以下URL。  
[https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h\\_zz/](https://rd1.sony.net/help/mdr/hpc/h_zz/)



**2 安装应用程序后，启动“Sony | Headphones Connect”应用程序。**

### 相关主题

- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 从“Sony | Headphones Connect”应用程序获取支持信息

---

可以从“Sony | Headphones Connect”应用程序获取最新支持信息。

- 1 在“Sony | Headphones Connect”应用程序画面上选择[Help]。
- 2 出现[Headphones Connect Help]画面并显示支持信息。
- 3 选择所需项目。

## 如何使软件保持最新（舒适地使用耳机）

如果耳机有最新软件，“Sony | Headphones Connect”应用程序画面上将显示通知。按照屏幕说明更新耳机软件。安装最新的耳机软件以享受新功能或解决一些耳机问题。始终使用安装了最新软件的耳机。有关最新耳机软件及如何更新软件的详细信息，请参阅支持网站的信息。

当在“Sony | Headphones Connect”应用程序上启用[Automatic download of software]设置（默认设置）时，软件下载和传输将自动开始。

也可通过以下方式更新耳机软件。

- 1 将更新软件从服务器下载到安装“Sony | Headphones Connect”应用程序的智能手机上。
- 2 将更新软件从智能手机传输到耳机。
- 3 按照屏幕说明更新耳机软件。

### 注意

- 建议在更新前禁用耳机的自动关闭电源功能。  
处于出厂设置时，约15分钟未通过Bluetooth连接耳机时，耳机将自动关闭。可使用“Sony | Headphones Connect”应用程序更改此设置。
- 当用于更新的移动设备连接了任何其他Bluetooth设备时，请关闭所有Bluetooth设备，直到更新完成。  
当移动设备与其他兼容Bluetooth Low Energy的设备（如可穿戴设备、智能手表等）连接时，可能无法更新软件。
- 如果无法完成更新，请注意以下事项。
  - 关闭移动设备上安装的所有应用程序，“Sony | Headphones Connect”应用程序除外。
  - 为耳机和移动设备充满电。
  - 在开始更新之前，请将耳机和用于更新的移动设备尽量靠近。
  - 如果附近有无线LAN设备或其他Bluetooth设备，请勿启动更新。
  - 在更新软件之前，请关闭智能手机的省电模式（\*）。  
根据智能手机的操作系统版本，在省电模式下可能无法完成更新。

\* 名称可能因您使用的智能手机而异。

### 相关主题

- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 合作伙伴服务的功能说明

在“Sony | Headphones Connect”应用程序上设置后，您可以使用以下与耳机链接的应用程序（\*）。

- 安装了Android 6.0或更新版本，或iOS 10或更新版本的智能手机。
- 需要使用最新的腾讯小微App。（安卓版 1.10.0.79或更新版本，iOS版 1.10.0或更新版本）。

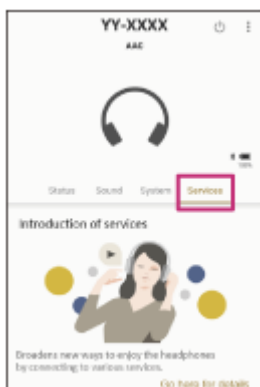


\* 列出截至2023年6月27日可以链接的服务。

有关链接后可以获得的最新服务和体验详细信息，请查看“Sony | Headphones Connect”应用程序的[Services]选项卡。

1 打开“Sony | Headphones Connect”应用程序。

2 在[Services]选项卡上设置每个服务。



### 注意

- 可链接的服务因国家或地区而异。
- 可链接服务的规格如有变更，恕不另行通知。
- 需要安装相应的应用程序。

### 相关主题

- [安装“Sony | Headphones Connect”应用程序](#)

## 注意事项

### 关于Bluetooth通讯

- Bluetooth无线技术的工作范围约为10 m以内。最长通讯距离视有无障碍物（人、金属物体、墙等）或电磁环境而定。
- Bluetooth设备发射出的微波可能会影响电子医疗设备的操作。请在以下位置关闭耳机和其他Bluetooth设备，否则可能会导致意外：
  - 在医院里、火车优先座位旁、存在易燃气体之处、自动门或火警警报器旁。
- 本产品以无线模式使用时会发射无线电波。在飞机上以无线模式使用时，请遵循机组人员关于允许以无线模式使用产品的指示。
- 由于Bluetooth无线技术本身的特点，耳机上的音频播放可能会延迟于传输设备上的音频播放。结果，观看动画或玩游戏时声音和影像可能不同步。
- 耳机支持符合Bluetooth标准的安全功能，在使用Bluetooth无线技术的通讯过程中确保安全。但是，这种安全或许不够充分，具体取决于所配置的设置和其他因素。使用Bluetooth无线技术进行通讯时请小心谨慎。
- Sony对使用Bluetooth通讯造成信息泄露从而导致的任何损害或损失概不负责。
- 无法保证能够用Bluetooth连接所有Bluetooth设备。
  - 与耳机连接的Bluetooth设备必须符合Bluetooth SIG, Inc.规定的Bluetooth标准，并经认证为符合标准。
  - 即使连接的设备符合Bluetooth标准，也有可能出现Bluetooth设备的特点或规格使其无法连接或导致控制方法、显示或操作有所不同的情形。
  - 使用耳机进行免提通话时可能出现噪音，这取决于所连接的设备或通讯环境。
- 视所要连接的设备而定，可能需要一些时间才能开始通讯。

### 静电注意事项

- 在干燥空气中使用耳机时，可能会因身体积聚静电而感到不适。这并非耳机故障。穿着不易产生静电的天然材质衣物可以减少影响。

### 耳机佩戴注意事项

- 因为耳机紧密贴合耳朵，用力将其压住耳朵或快速摘下会导致耳膜损伤。佩戴耳机时，扬声器振膜可能会产生咔哒声。这并非故障。

### 其他注意事项

- 请勿使本耳机受到过度撞击，因为它是精密设备。
- 如果在触摸传感器控制面板上粘贴贴纸或其他粘性物品，触摸传感器可能无法正常工作。
- 将本耳机用作有线耳机时，请仅使用附带的耳机连接线。确保牢固插入耳机连接线。
- Bluetooth功能可能对移动电话不起作用，具体视信号条件和周围环境而定。
- 请勿长时间让耳机承受重量或压力，包括存放的时候，否则会变形。
- 使用耳机时如感不适，请立即停止使用。
- 耳垫长时间使用、存放可能会损坏或劣化。
- 耳机不防喷水。如果水或异物进入耳机，可能会造成火灾或触电。如果水或异物进入耳机，请立即停止使用并联络附近的Sony经销商。

### 清洁耳机

- 耳机外部变脏时，请用柔软的干布擦拭干净。如果耳机特别脏，将抹布浸泡于稀释中性洗涤剂中，并在使用其清洁耳机之前，将其拧干。请勿使用稀释剂、苯或酒精等溶剂，它们可能会损坏耳机表面的光洁度或造成其他损坏。

### 请勿在医疗设备旁使用耳机（含附件）

- 无线电波可能影响心脏起搏器和医疗设备。请勿在拥挤的地方使用本耳机，例如拥挤的火车或医疗机构内。
- 耳机（含附件）配有磁铁，可能会干涉起搏器、脑积水治疗用的可调压分流阀或其他医疗设备。请勿将耳机靠近使用这些医疗设备的人员。如果使用任何这类医疗设备，请在使用耳机前咨询医生。

#### **使耳机（含附件）远离磁卡**

- 耳机（含附件）具有磁铁。如果将磁卡靠近耳机，卡的磁性可能会受到影响而使卡无法使用。

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 防止因受潮而燃烧或故障

### 本耳机的防喷水性能

耳机不防喷水。如果水或异物进入耳机，可能会导致烧毁或故障。

避免以下情况并小心不要弄湿或弄脏耳机。

- 在雨雪天使用耳机



- 在厨房做家务后或在卫生间洗手后未擦干手时触摸耳机



- 用出汗的手触摸耳机，或在耳机可能被汗水浸湿的情况下使用耳机

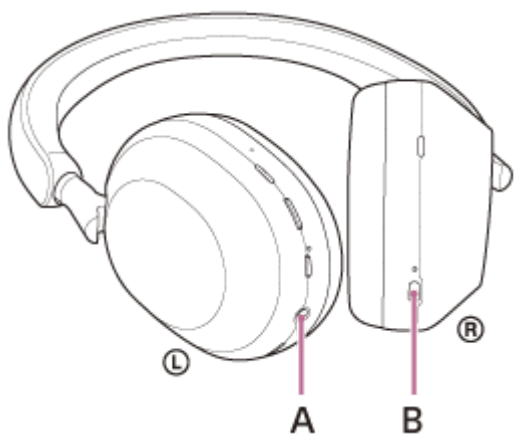


- 将耳机放在有冷PET瓶子的包中



### 如果耳机被弄湿，或水进入耳机

如果充电或打开潮湿的耳机，可能会导致烧毁或故障。尽量减少耳机振动的同时，慢慢向下转动耳垫，使水从耳垫中流出。然后将耳机竖直放置，并在耳机连接线输入插孔和USB Type-C端口下方放置一块干布，直到不再有水从内部流出。之后，将耳机放在阴凉、通风良好的地方，直到完全干燥。



- A: 耳机连接线输入插孔
- B: USB Type-C端口

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 许可证

---

- 本产品包含Sony遵循与版权所有者签订的许可协议而使用的软件。本公司应软件版权所有者的要求，有义务告知客户协议内容。请访问以下URL，阅读许可证的内容。  
<https://rd1.sony.net/help/mdr/sl/22/>
- 第三方所提供的服务可能在未事先告知的情况下变更、暂停或终止。对于此类情况，Sony概不负责。

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 商标

---

- Microsoft、Windows和Windows Media是Microsoft Corporation在美国和/或其它国家的商标或注册商标。
- iPhone、iPod touch、macOS、Mac和Siri为Apple Inc.在美国及其他国家注册的商标。
- IOS是Cisco在美国和其他国家的商标或注册商标，并授权使用。
- Google和Android是Google LLC的商标。
- Amazon、Alexa和所有相关徽标都是Amazon.com公司或其分支机构的商标。
- Bluetooth®、蓝牙TM文字商标和徽标是属于Bluetooth SIG, Inc.的商标或注册商标，索尼集团公司及其子公司对该标志的任何使用都获有使用许可。
- LDAC™名称是Sony Group Corporation或其附属公司的商标。
- USB Type-C®和USB-C®是USB开发者论坛（USB Implementers Forum）的注册商标。
- “DSEE”和“DSEE Extreme”是Sony Group Corporation或其附属公司的商标或注册商标。
- 所有其它商标和注册商标是其各自所有者的商标或注册商标。在本手册中，未标注TM和®标记。

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 客户支持网站

---

美国、加拿大和拉丁美洲的客户:

<https://www.sony.com/am/support>

欧洲国家的客户:

<https://www.sony.eu/support>

中国的客户:

<https://service.sony.com.cn>

其他国家/地区的客户:

<https://www.sony-asia.com/support>

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 如何解决问题？

---

如果耳机功能不如预期，请尝试采取以下步骤来解决问题。

- 在本帮助指南中找出问题症状，并尝试列出的解决办法。
- 对耳机充电。  
对耳机电池充电可能会解决某些问题。
- 重新启动正在连接到耳机的设备。  
通过重新启动正在连接的设备（如电脑或智能手机）可能会解决某些问题。
- 重置耳机。
- 初始化耳机。  
此操作会将音量设置等重置成出厂设置并删除所有配对信息。
- 从客户支持网站查找有关问题的信息。

如果上述操作无效，请联络附近的Sony经销商。

---

### 相关主题

- [对耳机充电](#)
- [客户支持网站](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 无法打开耳机。

---

- 确保电池充满电。
  - 电池充电时耳机无法打开。请取下USB Type-C连接线并打开耳机。
  - 重置耳机。
  - 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。
- 

### 相关主题

- [对耳机充电](#)
- [检查电池剩余电量](#)
- [打开耳机](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)



无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 耳机自动关闭。

- 将耳机戴在帽子、布料、围巾、头发等上时，佩戴检测可能无法正确运作。自动关闭电源功能可能会触发，且耳机可能会自动关闭。佩戴耳机，使耳机置于耳垫内。
- 自动关闭电源功能设为“Sony | Headphones Connect”应用程序的[System]选项卡上的[Do not turn off]时，佩戴检测将继续运作，且症状可能改善。
- 确保电池充满电。

### 相关主题

- [佩戴耳机](#)
- [关闭耳机](#)
- [对耳机充电](#)
- [检查电池剩余电量](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 无法进行充电。

### 通用

- 尝试通过附带的USB Type-C连接线充电。
- 建议充电场所的环境温度为15 °C-35 °C。超出该范围可能无法有效充电。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

### 通过USB交流电源适配器充电时

- 确保USB交流电源适配器牢固连接到交流电源插座。
- 使用市售USB交流电源适配器时，确保其能够供应1.5 A或以上输出电流。

### 通过电脑充电时

- 确认附带的USB Type-C连接线正确连接到电脑的USB端口。
- 确认电脑已打开。当电脑处于待机（睡眠）或休眠模式时，唤醒电脑。
- 确认耳机与电脑直接相连，而非通过USB集线器相连。
- 所连接电脑的USB端口可能有问题。请尝试连接电脑的其他USB端口（若有）。
- 更新电脑的操作系统。
- 如果不属于上述情况，请重新启动电脑并再次尝试USB连接步骤。

### 相关主题

- [对耳机充电](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 充电时间太长。

---

- 通过电脑充电时，确认耳机与电脑直接相连，而非通过USB集线器相连。
  - 确认正在使用能够供应1.5 A或以上输出电流的市售USB交流电源适配器。
  - 确认正在使用附带的USB Type-C连接线。
  - 建议充电场所的环境温度为15 °C-35 °C。超出该范围可能无法有效充电。
  - 如果不属于上述情况，请重新启动电脑并再次尝试USB连接步骤。
- 

### 相关主题

- [对耳机充电](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 可用工作时间短（电池持续时间短）。

- 如果设置以下功能，电池的可用工作时间会变短。
  - DSEE Extreme
  - Speak-to-Chat
  - 均衡器
  - 通过语音启动语音助手的功能
  - Bluetooth播放期间的音质模式：音质优先
  - 服务链接
  - 降噪功能
  - 环境声模式

如果同时运行上述设置，电池的可用工作时间会更短。

- 如果耳机长时间未使用，充电电池使用时间可能会缩短。但是，充放电数次后，电池寿命将延长。如果长时间存放耳机，请每隔6个月将电池充电，以避免过度放电。
- 建议充电场所的环境温度为15 °C-35 °C。超出该范围可能无法有效充电。如果问题仍然存在，请联络附近的Sony经销商。
- 如果内置充电电池的使用时间大幅缩短，应更换电池。请联系附近的Sony经销商。

### 相关主题

- [可用操作时间](#)

## 没有声音

---

- 确认耳机和连接设备均已打开。
- 播放音乐时，确认耳机和传输Bluetooth设备已通过A2DP Bluetooth连接。
- 使用电脑上的视频通话应用程序时，确认耳机和电脑已通过HFP或HSP Bluetooth连接。视您正使用的视频通话应用程序而定，麦克风设置可能无法使用。
- 当通过多点连接同时连接2个设备时，视连接的设备而定，即使停止播放音乐或视频，设备仍可能继续发送无声信号。在此情况下，耳机保持连接设备，且连接可能不会更改为其他设备。如果停止第一个设备的播放后无法听见第二个设备的声音，请按照以下顺序操作并确认情况是否改善。
  - 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序确认[Connect to 2 devices simultaneously]的设置打开。
  - 在第一个设备上停止应用程序的播放。
  - 在第一个设备上关闭应用程序。
- 如果音量太小，将其调大。
- 确认连接的设备正在播放。
- 如果您要将电脑与耳机连接，请确保为Bluetooth设备设置电脑的音频输出设置。
- 将耳机和Bluetooth设备再次进行配对。
- 确认耳机连接线已连接牢固。
- 当Speak-to-Chat启用时，即使未佩戴耳机，Speak-to-Chat模式也可能启动并响应播放中的音频（尤其是外语学习材料中的对话录音）。在此情况下，请使用耳机按钮或触摸传感器控制面板退出Speak-to-Chat模式。
- 重新启动您使用的智能手机或电脑。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

---

### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [使用附带的耳机连接线](#)
- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [在电脑上进行视频通话](#)
- [戴上耳机时与人说话（Speak-to-Chat）](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 音量低

---

- 调高耳机和连接设备的音量。
- 再次将Bluetooth设备连接到耳机。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

### 注意

- 根据连接的设备，设备和耳机的音量可能同步，也可能不同步。如果设备上的音量未与耳机上的音量同步，则一旦耳机上的音量被调低，就无法使用设备来调高耳机上的音量。在此情况下，调高耳机和连接设备的音量。

---

### 相关主题

- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

## 音质差，或可听到噪音或异常声音。

- 如果播放设备的音量太大，调低音量。
- 播放音乐时，如果耳机和传输Bluetooth设备通过HFP或HSP Bluetooth连接，用连接的设备将Bluetooth连接切换为A2DP。
- 在商业设施或地铁站的入口处，偶尔也会安装一些旨在驱赶啮齿动物的发射超声波设备。在这种设备附近，超声波可能会导致从耳机中听到噪音或异常声音。离开听到噪音或异常声音的地方。或从“Sony | Headphones Connect”应用程序关闭降噪功能/环境声模式。
- 使用电脑上的视频通话应用程序时，通过操作电脑将Bluetooth连接切换为HFP或HSP。视频通话期间，音质可能因为通讯线路条件而变差。
- 如果将耳机连接以前连接过的Bluetooth设备，则耳机打开时，可能只建立HFP/HSP Bluetooth连接。使用已连接设备通过A2DP Bluetooth连接。
- 当用耳机聆听电脑上的音乐时，前几秒内音质可能不佳（难以听到歌手的声音，等等）。这是由于电脑规格（传输开始时稳定连接优先，几秒钟后切换为音质优先），而非耳机故障。  
如果音质在几秒钟后仍未得到改善，请使用电脑建立A2DP连接。有关电脑操作，请参阅电脑附带的使用说明书。

### 相关主题

- [聆听通过Bluetooth连接的设备中的音乐](#)
- [在电脑上进行视频通话](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

## 经常出现跳音。

- 将耳机设为“稳定连接优先”。如需了解详情，请参阅[“关于音质模式”](#)。
- 通过在传输设备上更改无线播放质量设置，可能可以改善情况。如需了解详情，请参阅传输设备附带的使用说明书。
- 移除连接的Bluetooth设备天线与耳机内置天线之间的任何障碍物。耳机天线内置在下面虚线所示部分中。



A: 内置天线的位置

- 在以下情况下，Bluetooth通讯可能被禁用，或可能发生噪音或音频丢失。
  - 如果耳机与Bluetooth设备之间有人  
在此情况下，使Bluetooth设备与耳机天线方向相同，以改善Bluetooth通讯。
  - 耳机和Bluetooth设备之间有金属或墙壁等障碍物时
  - 在具有无线LAN之处、正在使用微波炉的地方、产生电磁波的地方等。
  - 附近有其他无线通讯音频设备或其他人，如在火车站或拥挤的火车上
- 如果使用智能手机欣赏音乐，通过关闭不必要的应用程序或重启智能手机，可能可以改善该情况。如果您正在用电脑欣赏音乐，请关闭不必要的应用程序或窗口并重新启动电脑。
- 将耳机和Bluetooth设备再次连接。
- 当适应性声音控制打开时，耳机将检测佩戴者的动作并自动调整降噪功能。更改此设置时，音乐可能会暂时暂停。这并非故障。
- 关闭“Sony | Headphones Connect”应用程序上的[Service Link]可能会减少音频丢失量。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

### 相关主题

- [关于音质模式](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)



## 降噪效果不佳。

---


- 确保降噪功能已开启。
  - 调节耳机至舒适的位置。
  - 降噪功能在低频范围中有效，如飞机上、火车上、办公室、空调附近，而对较高频率的声音没那么有效，如人的声音。
  - 当“Sony | Headphones Connect”应用程序上的适应性声音控制打开时，佩戴者的动作（如行走或跑步）会被检测到。降噪功能会自动调整，并且可能会根据这些动作激活环境声模式。  
为了充分利用降噪功能，请关闭适应性声音控制，并在需要时尝试手动打开降噪功能。
  - 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序查看[Ambient Sound Control]的设置。如果设置为[Ambient Sound]，降噪效果降低。将其设置为降噪模式。
  - 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序检查NC/AMB按钮的功能是否设置为[Ambient Sound Control]。
  - 由于降噪性能是通过自动NC优化功能，根据佩戴情况和使用环境的变化而自动优化，因此可能会感觉到降噪效果有波动。
- 

### 相关主题

- [什么是降噪？](#)
- [使用降噪功能](#)
- [佩戴耳机](#)
- [“Sony | Headphones Connect”应用程序的功能说明](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 无法进行配对。

- 将耳机和Bluetooth设备放在距离彼此1 m的范围内。
- 购买后首次配对设备时，或初始化或维修耳机后，打开耳机，耳机将自动进入配对模式。若要配对第二个或后续设备，按住耳机上的 （电源）按钮约5秒钟以进入配对模式。
- 初始化或维修耳机后再次配对设备时，如果设备保留了耳机的配对信息，则可能无法配对设备（iPhone或其他设备）。在此情况下，请从设备中删除耳机的配对信息，然后再次配对。
- 重新启动连接的设备（如您使用的智能手机或电脑），并再次将耳机和设备配对。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 无法建立Bluetooth连接。

- 确认耳机已打开。
- 确认Bluetooth设备和Bluetooth功能已打开。
- 如果耳机自动连接到上次连接的Bluetooth设备，则可能无法通过Bluetooth连接将耳机连接到其他设备。如果是这种情况，操作上次连接的Bluetooth设备并断开Bluetooth连接。
- 检查Bluetooth设备是否处于睡眠模式。如果设备处于睡眠模式，请取消睡眠模式。
- 检查Bluetooth连接是否已终止。如果已终止，请再次进行Bluetooth连接。
- 如果已在Bluetooth设备上删除耳机的配对信息，请重新配对耳机与设备。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

### 相关主题

- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

## 耳机工作不正常。

- 未佩戴耳机时无法操作触摸传感器控制面板。戴上耳机，操作触摸传感器控制面板。
- 将耳机戴在帽子、布料、围巾、头发等上时，佩戴检测可能无法正确运作，且可能无法操作触摸传感器控制面板。佩戴耳机，使耳机置于耳垫内。
- 自动关闭电源功能设为“Sony | Headphones Connect”应用程序的[System]选项卡上的[Do not turn off]时，佩戴检测将继续运作，且症状可能改善。
- 重置耳机。此操作不会删除配对信息。
- 如果重置耳机后，耳机仍不能正常操作，则初始化耳机。
- 当耳机通过附带的耳机连接线连接至设备且耳机打开时，可以使用快速提醒模式，但无法执行音量调节或播放/暂停等操作。
- 用手指甲或戴着手套的手操作耳机时，耳机将无法正确操作。请脱下手套，并用指腹操作耳机。
- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序确认已启用触摸传感器控制面板设置。
- 与电脑连接时，视使用的电脑应用程序而定，可能无法通过触摸传感器控制面板操作，但这并非故障。请使用电脑应用程序操作。

### 相关主题

- [佩戴耳机](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

## 通话时无法听到对方声音/呼叫方声音小，在通话过程中，通话时对方听不到您的声音/您的声音在呼叫方一侧很小。

- 确认耳机和连接设备均已打开。
- 如果音量太低，调高连接设备和耳机的音量。
- 使用视频通话应用程序时，打开视频通话应用程序的设置（\*），并确认扬声器或麦克风设置指定为[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)]（\*\*）。无法检查视频通话应用程序的设置或无法选择通话连接[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)]时，选择电脑设置上的[Headset (WH-1000XM5 Hands-Free)]进行连接。

\* 视您正使用的视频通话应用程序而定，本功能可能无法使用。

\*\* 视您正使用的电脑或视频通话应用程序而定，名称可能有所不同。

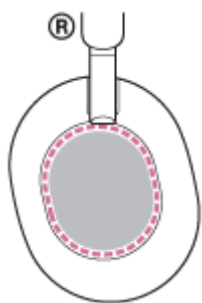
- 使用Bluetooth设备重新建立连接。针对配置协议选择HFP或HSP。
- 如果正使用耳机听音乐时，停止播放并快速轻按两次触摸传感器控制面板（间隔约0.4秒钟）以接听来电。
- 重置耳机。
- 初始化耳机，并将耳机和设备再次配对。

### 相关主题

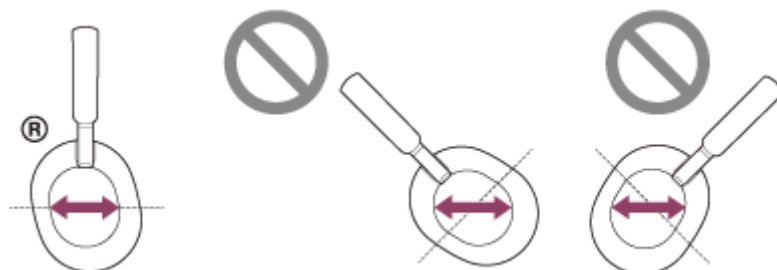
- [如何建立与Bluetooth设备的无线连接](#)
- [接听电话](#)
- [拨打电话](#)
- [重置耳机](#)
- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

## 耳机做出错误反应。

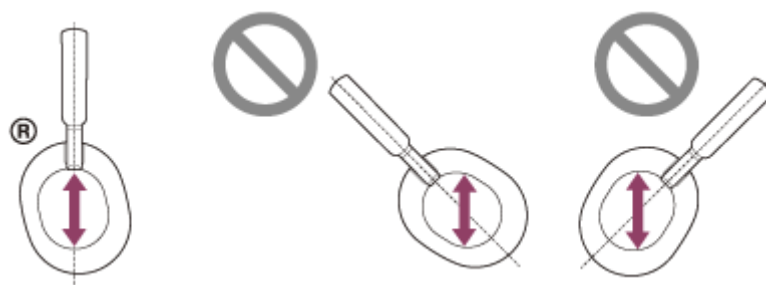
- 与电脑连接时，视使用的电脑应用程序而定，即使取下耳机，音乐播放也不会停止，但这并非故障。使用电脑应用程序操作以停止音乐播放。
- 如果无意中更改了耳机的操作，例如突然听到环境声，请通过“Sony | Headphones Connect”应用程序检查[Ambient Sound Control]的设置。如果设置为[Ambient Sound]，降噪效果降低。将其设置为降噪模式。
- 触摸传感器控制面板的传感器内置在右侧单元的平面上。在传感器工作范围内操作。



- 在触摸传感器控制面板上向前/向后或向上/向下滑动手指时，视佩戴耳机的角度或头部所朝的方向而定，触摸传感器控制面板可能无法正常工作。
  - 向前/向后滑动手指时，请使动作垂直于头带。



- 向上/向下滑动手指时，请使动作平行于头带。



### 注意

- 当耳机通过附带的耳机连接线连接至设备且耳机打开时，可以使用快速提醒模式，但无法执行音量调节或播放/暂停等操作。
- 用手指甲或戴着手套的手操作耳机时，耳机将无法正确操作。请脱下手套，并用指腹操作耳机。
- 使用“Sony | Headphones Connect”应用程序确认已启用触摸传感器控制面板设置。
- 与电脑连接时，视使用的电脑应用程序而定，可能无法通过触摸传感器控制面板操作，但这并非故障。请使用电脑应用程序操作。



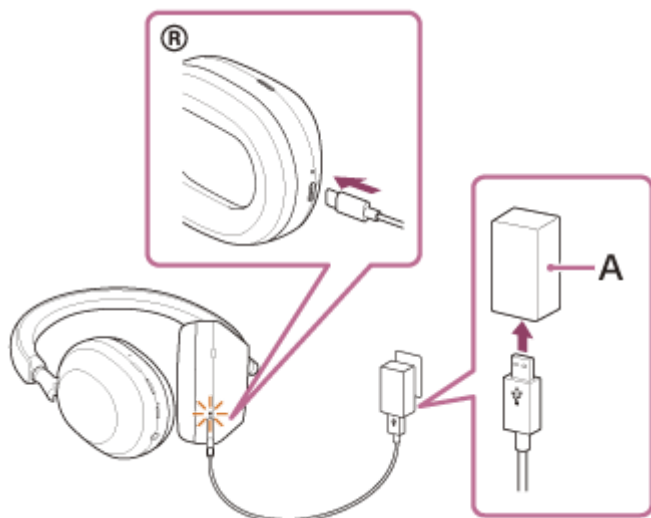
无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 重置耳机

如果耳机无法打开，或即使打开也无法操作，请重置耳机。

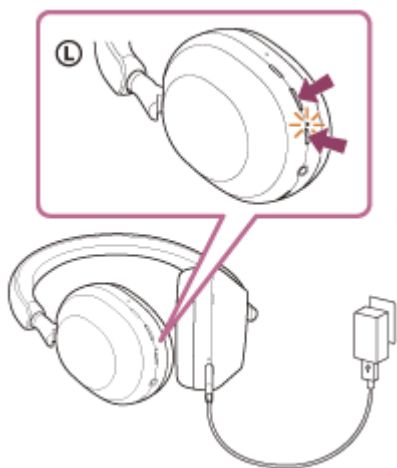
### 1 连接耳机和交流电源插座。

使用附带的USB Type-C连接线和市售USB交流电源适配器。



A: USB交流电源适配器

### 2 同时按 (电源) 按钮和NC/AMB按钮。



耳机将重置。

设备注册（配对）信息和其他设置将保留。

如果在进行重置后耳机仍不能正常操作，则初始化耳机以恢复出厂设置。



- [初始化耳机以恢复出厂设置](#)

5-035-396-41(4) Copyright 2022 Sony Corporation

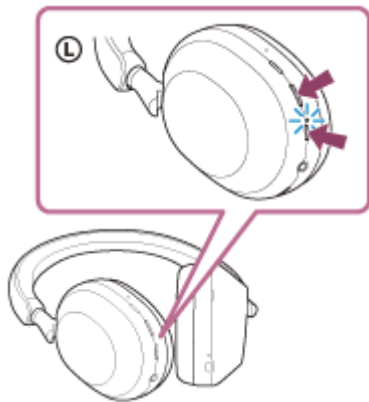
## 初始化耳机以恢复出厂设置

如果重置后耳机仍不能正常操作，则初始化耳机。

### 1 关闭耳机。

取下USB Type-C连接线。

### 2 按住 （电源）按钮和NC/AMB按钮约7秒钟。



当初始化完成时，指示灯（蓝色）闪烁4次（●●●●）。

此操作会将音量设置等重置成出厂设置并删除所有配对信息。在此情况下，请从连接的设备中删除耳机的配对信息，然后再次配对。

如果在进行初始化后耳机仍不能正常操作，请联络附近的Sony经销商。

### 相关主题

- [重置耳机](#)

无线降噪立体声耳机  
WH-1000XM5

## 规格

### 耳机

#### 电源：

直流5 V/1.6 A (使用市售USB普通交流电源适配器)  
直流5 V/1.6 A, 9 V/2.3 A (使用市售USB电源传输交流电源适配器)  
或使用内置锂离子电池 (产品工作电源：直流3.8 V)

#### 工作温度：

0 °C至40 °C

#### 充电时间：

约3.5小时

#### 注意

- 充电时间和使用时间可能因使用情况而异。

#### 充电温度：

5 °C至35 °C

#### 质量：

约250 g

#### 阻抗：

48 Ω (1 kHz) (在耳机打开的情况下通过耳机连接线连接时)  
16 Ω (1 kHz) (在耳机关闭的情况下通过耳机连接线连接时)

#### 灵敏度：

102 dB/mW (在耳机打开的情况下通过耳机连接线连接时)  
100 dB/mW (在耳机关闭的情况下通过耳机连接线连接时)

#### 频率响应：

4 Hz - 40 000 Hz (JEITA)  
(在耳机打开的情况下通过耳机连接线连接时)

### 通讯规格

#### 通讯系统：

Bluetooth规格版本5.2

#### 输出：

Bluetooth规格功率等级1

#### 最大通讯范围：

视线约10 m (\*1)

### 频率波段：

2.4 GHz波段 (2.4000 GHz - 2.4835 GHz)

### 兼容的Bluetooth配置协议 (\*2)：

A2DP  
AVRCP  
HFP  
HSP

### 支持的编解码器 (\*3)：

SBC  
AAC  
LDAC

### 传输范围 (A2DP)：

20 Hz - 20 000 Hz (采样频率44.1 kHz)  
20 Hz - 40 000 Hz (采样频率LDAC 96 kHz, 990 kbps)

\*1 实际范围将因设备间的障碍物、微波炉周围的磁场、静电、接收灵敏度、天线性能、操作系统、软件应用程序等因素而异。

\*2 Bluetooth标准配置协议指示设备之间的Bluetooth通讯目的。

\*3 编解码器：音频信号压缩和转换格式

设计和规格如有变更，恕不另行通知。

## 兼容iPhone/iPod机型

iPhone 12 Pro Max  
iPhone 12 Pro  
iPhone 12  
iPhone 12 mini  
iPhone SE (第2代)  
iPhone 11 Pro Max  
iPhone 11 Pro  
iPhone 11  
iPhone XS Max  
iPhone XS  
iPhone XR  
iPhone X  
iPhone 8 Plus  
iPhone 8  
iPhone 7 Plus  
iPhone 7  
iPhone SE  
iPhone 6s Plus  
iPhone 6s  
iPhone 6 Plus  
iPhone 6  
iPhone 5s  
iPod touch (第7代)  
iPod touch (第6代)  
(截至2022年2月)