

# لماذا يسخن هاتفك؟.. تعرف على أهم الأعراض والأسباب



الخميس 18 يونيو 2026 06:00 م

ارتفاع درجة حرارة الهاتف ليس مجرد مشكلة مزعجة فقط، بل قد يؤثر على أدائه، وصحة بطاريته، والأسوأ من ذلك، تظهر على الشاشة رسالة تحذير تخبرك بأن الهاتف "ساخن جدًا بحيث لا يمكن استخدامه".

من خلال التعرف على علامات ارتفاع درجة الحرارة، وفهم أسبابها، واتباع هذه النصائح للوقاية منها، يمكنك الحفاظ على جهازك في أفضل حالاته على المدى الطويل

## أعراض مشاكل ارتفاع درجة حرارة الهاتف:

### 1. سخونة الجهاز عند اللمس

هذه أوضح علامة على ارتفاع درجة حرارة هاتفك إذا شعرت بسخونة غير مريحة في الجزء الخلفي أو الجوانب، وخاصة المنطقة المحيطة بوحدة الكاميرا، أو حتى سخونة شديدة عند اللمس، فمن الواضح أن جهازك يعاني من مشكلة الحرارة ويُنصح بتركه يبرد قليلاً قبل معاودة استخدامه

### 2. بطء الأداء

عندما ترتفع حرارة هاتفك بشكل مفرط، يبدأ معالجه بالعمل في وضع يُسمى "التحكم الحراري". هذه آلية أمان حيث يُبطئ المعالج المركزي سرعته عمدًا لتقليل الحرارة ونتيجة لذلك، ستلاحظ بطئًا في التطبيقات، وتقطعًا في الشاشة، أو تأخيرًا مزعجًا عند محاولة فتح أو استخدام ميزات مختلفة

### 3. خفوت الشاشة أو تحولها إلى اللون الأسود

تُخفّض معظم الهواتف الذكية الحديثة سطوع الشاشة تلقائيًا عند ارتفاع درجة حرارتها ونظرًا لأن الشاشة تستهلك طاقة كبيرة، فإن خفض السطوع يُساعد على تقليل الحرارة وفي الحالات القصوى، قد تُصبح الشاشة سوداء تمامًا حتى يبرد الهاتف بما يكفي لاستئناف استخدامه بشكل طبيعي

### 4. توقف الشحن أو بطئه

قد يؤدي ارتفاع درجة حرارة البطارية أثناء الشحن إلى تلفها إذا ارتفعت درجة حرارة هاتفك بشكل مفرط أثناء الشحن، فقد يبطئ عملية الشحن تلقائيًا أو حتى يتوقف تمامًا إلى أن تبرد البطارية إلى درجة حرارة آمنة

### 5. تنبيهات تحذير درجة الحرارة

تُظهر معظم الهواتف الذكية تحذيرًا واضحًا عند ارتفاع درجة حرارتها، غالبًا ما يكون مصحوبًا برمز ترمومتر، يُشير إلى ضرورة ترك الجهاز يبرد قبل استخدامه مرة أخرى تجاهل هذا التحذير قد يؤدي إلى تلف دائم، لذا يُنصح بأخذ قسط من الراحة وترك الهاتف يبرد عند ظهور التحذير

### 6. استنزاف سريع للبطارية

لا يتوافق ارتفاع درجة الحرارة مع عمر البطارية [] إذا لاحظت انخفاض نسبة شحن بطايرتك بسرعة، حتى عندما لا تستخدم هاتفك بشكل فعلي، فقد يكون السبب هو ارتفاع درجة الحرارة [] فارتفاع درجة الحرارة يُسرّع من معدل استهلاك البطارية، مما يؤدي إلى استنزافها أسرع من المعتاد []

## لماذا يسخن هاتفك؟

ارتفاع درجة الحرارة غالبًا ما يكون نتيجةً لمزيج من العوامل الخارجية والاستخدام المكثف [] من خلال تحديد الأسباب الكامنة، مثل تشغيل تطبيقات تستهلك موارد النظام بكثافة، أو التعرّض للحرارة، أو عادات الشحن، يمكنك اتخاذ خطوات استباقية للمساعدة في منع ارتفاع درجة حرارة هاتفك وإطالة عمره []

### 1. الألعاب المكثفة أو الاستخدام المفرط

إذا كنت تقضي وقتًا طويلًا في لعب ألعاب الهاتف المحمول ذات المتطلبات العالية أو تنتقل باستمرار بين التطبيقات الثقيلة، فإن معالج هاتفك ووحدة معالجة الرسومات يعملان بجهد مضاعف [] هذا النوع من المعالجة المكثفة هو أحد الأسباب الرئيسية لارتفاع درجة حرارة هاتفك بسرعة [] سواء كنت تلعب ألعابًا أو تقوم بمهام متعددة في وقت واحد، فإن هاتفك يعمل بكامل طاقته، مما يولد الكثير من الحرارة الداخلية []

### 2. أشعة الشمس المباشرة ودرجات الحرارة المرتفعة

إذا تركت هاتفك على لوحة القيادة أثناء قيادة سيارتك في يوم صيفي حار، فستواجه سريعًا مشكلة ارتفاع درجة الحرارة [] تمتص الهواتف الحرارة الخارجية من أشعة الشمس المباشرة أو البيئة الحارة، مما يُصعّب على أنظمة التبريد فيها الحفاظ على برودتها []

قد تتسبب الحرارة الشديدة في عمل المكونات الداخلية بجهد أكبر من اللازم، مما يؤدي إلى ارتفاع درجة الحرارة [] حتى لو كنت متوقفًا فقط ولا تستخدم هاتفك، يمكن أن تتراكم الحرارة بسرعة [] لهذا السبب، من الأفضل إبقاء هاتفك بعيدًا عن أشعة الشمس المباشرة عند وجودك في الخارج، وعدم تركه أبدًا في سيارة ساخنة لفترة طويلة []

### 3. تشغيل عدد كبير جدًا من التطبيقات في الخلفية

حتى عندما لا تستخدم تطبيقًا ما، فإنه قد يستمر في العمل في الخلفية، مستهلكًا موارد الجهاز ومولدًا حرارة [] سواء كان ذلك لتحديث المحتوى، أو مزامنة البيانات، أو التحديث المستمر، فإن هذه التطبيقات تتراكم وتتسبب في ارتفاع درجة حرارة هاتفك مع مرور الوقت [] كلما زاد عدد التطبيقات العاملة في الخلفية، زاد الجهد الذي يبذله معالج هاتفك، مما قد يؤدي إلى ارتفاع درجة حرارته [] لذا، يُنصح بفحص التطبيقات التي لا تستخدمها وإغلاقها بانتظام للحفاظ على برودة الجهاز وكفاءة أدائه []

### 4. أخطاء برمجية أو نظام قديم

إذا لم تكن تطبيقاتك مُحسّنة بشكل جيد أو كان نظام تشغيل جهازك قديمًا، فقد يتسبب ذلك في دخول المعالج في حلقة استهلاك طاقة عالية، مما يعني أن هاتفك يعمل باستمرار بجهد أكبر من اللازم، مما يؤدي إلى استنزاف الطاقة وتوليد حرارة زائدة []

قد تمنع بعض الأخطاء البرمجية هاتفك من إدارة الموارد بشكل صحيح، مما يُسبب ضغطًا غير ضروري على وحدة المعالجة المركزية [] يُساعد تحديث تطبيقاتك ونظام التشغيل باستمرار على ضمان سلاسة الأداء ومنع ارتفاع درجة الحرارة الناتج عن الأعطال أو عدم الكفاءة []

### 5. الشواحن المعيبة أو غير المتوافقة

قد يؤدي استخدام الشواحن والكابلات الرخيصة أو غير المعتمدة إلى نقل طاقة غير فعال، مما ينتج عنه مقاومة وارتفاع درجة حرارة زائدة في منفذ الشحن وداخل البطارية [] لذا، احرص دائمًا على استخدام الشواحن والكابلات المعتمدة وعالية الجودة لضمان شحن هاتفك بأمان ودون إجهاد البطارية []

### 6. بث فيديو عالي الجودة لفترات طويلة

سواء كنت تشاهد حلقات متواصلة من مسلسلك المفضل خلال رحلة قطار طويلة عبر كندا، أو تشاهد بثًا مباشرًا لحدث بدقة 4K، فإن عمل شاشة هاتفك ومعالجه وشبكة الواي فاي أو مودم البيانات الخلوية بكامل طاقتها قد يؤدي إلى ارتفاع درجة حرارته [] يستهلك بث الفيديو عالي الجودة الكثير من الطاقة، وبعد فترة، قد يواجه هاتفك صعوبة في مواكبة ذلك، خاصةً إذا استمر تشغيله لساعات [] لذا، يُنصح بأخذ فترات راحة ومنح هاتفك فرصة للتبريد أثناء جلسات البث الطويلة []

### 7. بطارية قديمة أو تالفة

مع مرور الوقت، تبدأ مكونات بطارية هاتفك بالتلف، مما يقلل من كفاءتها ويزيد من احتمالية ارتفاع درجة حرارتها أثناء الشحن والاستخدام [] تُعاني البطارية القديمة من صعوبة في الاحتفاظ بالشحن كما كانت تفعل سابقًا، وقد يؤدي هذا الجهد الإضافي إلى توليد حرارة أعلى من المعتاد []

إذا كنت تستخدم هاتفك لفترة طويلة، فقد يكون هذا هو سبب ارتفاع درجة حرارته عن المعتاد، حتى أثناء الاستخدام اليومي. وإذا كنت تتساءل أيضًا عن سبب استنزاف بطارية هاتفك بسرعة، فمن المرجح أن يكون ذلك بسبب انخفاض سعة البطارية القديمة، التي لم تعد قادرة على الاحتفاظ بالشحن بكفاءة كما كانت.