Windows XP 系統還原

一、與 IBM 系統還原之差異:

1. IBM 系統還原:

不論是較早期以光碟片的還原,或是以較新技術由硬碟直接來做還原的方法,都是將主要開機磁區(C:\)內的所有資料、包含病毒在內一倂予以清除,並將系統回復到原來的出機狀態(只存留作業系統—Windows)。

2. Windows 系統還原:

目前有內建系統還原的作業系統為: Windows XP Home Edition、Windows XP Professional、以及 Windows Millennium Edition。

此程式只針對重要的系統檔案、登錄檔 (registry)做選擇性的備份,且只 有在其經過變動、更改時才會做備份,然後將備份檔儲存於目前的作業系統磁區 內,並建立起一個可還原的時間點。

3. 優缺點:

以還原速度而言,「Windows 系統還原」僅需時約 10~30 分鐘,相較於「IBM 系統還原」的 1~2 小時,明顯快了很多,但「Windows 系統還原」在做備份時, 有可能會將電腦中已存在的病毒一併也備份了下來,當然做了系統還原後也會將 病毒也還原了,而且「Windows 系統還原」後並無法保證原先所安裝的應用程式、 遊戲等軟體還可正常執行,另外如果病毒已感染破壞了之前的備份檔,那即使以 此方法還原到最初建立的時間點也是沒有用的。

「IBM 系統還原」雖然較費時,且無法還原出機後所安裝的程式軟體,但 它可以一併解決因爲安裝了不明程式,或因程式安裝過多,導致系統不穩定的現 象;而且當系統中了電腦病毒,它也可以將之清除殆盡,將電腦回復至出廠時的 狀態。

4. 使用時機:

建議當系統只是不穩定,且還可以進入作業系統執行「Windows 系統還原」 程式時,可先試試「Windows 系統還原」的方法;但當作業系統都進不了時,只 有執行「IBM 系統還原」了。不論執行何種還原方法,強烈建議一定要先設法 自行備份電腦中的重要資料,以免一旦執行了系統還原而導致重要資料遺失的不 幸後果。

二、開啓或關閉「Windows 系統還原」功能: 1. 按選左下角的「開始」功能表,並隨後點選「控制台(<u>C</u>)」項目:

詞際網路 Internet Explorer	岁 我的文件
	🕑 我最近的文件(D) 🔹 🕨
Outlook Express	🤔 我的图片
	赺 我的音樂
	😡 我的電腦
	✓ 控制台(C)
	💎 設定程式存取及預設値
	😪 連線到(I) 🔹 🕨 🕨
	🈂 印表機和傳真
	🕐 說明及支援(出)
	₯ 搜尋⊗
所有程式(?) 🕨	三7 執行(<u>R</u>)
	💋 登出(L) 🚺 電腦關機(U)
🚺 開始 🔰 🖸 🚊 🦁 🕯	x 🧉 🗐 📓 🐠 🕉 🐚 🖪

2. 點選「效能及維護」:

 ✓ 控制台 ✓ 切換到傳統檢視 	۲	選取類別目錄	(1) 印表機和其他硬體
諸参問 ◎ Windows Update ④ 説明及支援 ⑦ 其他控制台選項 	۲	アド酸ペリエンズ ジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジジ	 ♀ ♀ ♀ ♀ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♀ ♀

3. 點選「系統」:



4. 點選「系統還原」欄位後,即可在裡面設定開啓或關閉系統還原功能,設定 完後記得按下「確定」鈕,並重新開機即可生效。

系統內容			? 🔀
一般電腦名稱硬體	進階 系統還原	日動更新	遠端
系統還原功能可以決	追蹤並恢復電腦受損的	的變更。	
▶ 翻閉所有磁碟上的系統:	<u> </u>		
如果您要變更系統還原狀的最大可用空間,請選取	態,或變更在磁碟上 磁碟,然後按[設定位	可供系統還 訂。	原使用
可用磁碟(V):	H#6E		
	己關閉		<u>E(D)</u>
S1_TOOL (D:)	已開閉		
S1_MP3 (E:)	已開閉 已開閉		
		*	
		Hereiche	
		AX/H	- 安田(LL)

三、建立系統還原點:

1. 請依序點選:

Windows XP 捷徑-		📾 系統工具 💦 🔸	🔞 字元對應表					
的自動更新 MPower.exe		🖮 協助工具	😟 系統資訊					
-		՝ 🧰 娛樂 🛛 →	🖆 系統還原					
		🛅 通訊 🔸	☐ 排定的工作					
Gino		🔍 TrueType 造字程式	💰 清理磁碟					
		🔄 Windows檔案總管	😻 資訊安全中心					
🦟 相際相路	💫 我的文件	📝 WordPad	💕 磁碟重組工具					
🕞 Internet Explorer		🦉 小畫家	🛃 製作備份					
숱 電子事件	武策近的文件(型)	📓 小算盤	嬼 檔案及設定轉移精靈					
Utlook Express	🤔 我的圖片	🧐 同步處理						
○ ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	赺 我的音樂	💽 命令提示字元						
	TH THE A	ᇌ 相關字詞編輯工具						
2	👂 Windows Catalog	」 記事本						
4	🌢 Windows Update	🧱 通用輸入法編輯工具						
6	▶ 設定程式存取及預設値							
2	ChannelX	🕐 程式相容性精靈						
G	前 附屬應用程式	⑧ 導覽 Windows XP						
6								
6								
6								
6	■ 寫作 ▶							
所有程式 🕐 🌔 🔓] 影音 ▶							
22 登出(1) 🧿 電腦關機(1)								
🧾 開始 📄 🖸 🚍 🤇	9 🖗 🙆 😫 🕼 🍕	🖣 🗋 🞯 🛛 🚳 斌. 📔 💼	参. 🙆 如. 🔮 W. 🔮					

「開始」→「所有程式」→「附屬應用程式」→「系統工具」→「系統還原」

2. 點選「建立一個還原點」,再按「下一步(<u>N</u>)」:



3. 可在「還原點描述」中輸入自己瞭解的描述,輸入後按下「建立($\underline{\mathbf{R}}$)」及次 畫面的「關閉($\underline{\mathbf{C}}$)」後,即完成建立還原點的動作,而且會顯示建立此還原點 的時間:

S 系統還原	
建立一個還原點	② 說明
您的電腦會自動在週期性的排定時間上或在安裝某些程式之前建立還原點。不過,您可以使用[系統還 原]來建立您自己的還原點。 諸在下列文字方塊中輸入還原點的描述。請選擇一個容易識別的描述,以便將來需要還原電腦時不會 混淆。 還原測試 目前的日期和時間會自動加入您的還原點。 建立這個還原點後將無法變更。在繼續之前,請確定您輸入的是正確名稱。	
< 上一步(<u>B</u>) 建立(<u>R</u>)	取消(<u>C</u>)



四、執行「Windows 系統還原」:

1. 依照上述方法執行「Windows 系統還原程式」後,點選「將電腦還原到較早的時間點 $(\underline{\mathbf{R}})_{,\,}$,並按「下一步 $(\underline{\mathbf{N}})_{,\,}$:

🤨 系統還原	
歡迎使用系統還原	20 說明
您可以用 [系統還原] 來取消對電腦有傷害的變更,並 還原設定値及效能。[系統還原] 將您的電腦還原到先前 的時間點 (稱作還原點),而且不會違失最近的工作,例 如儲存文件、電子郵件或歷程記錄及 [我的最愛] 译。 所有 [系統還原] 所作的變更都是可以反轉的。 您的電腦會自動建立還原點 (稱作系統檢查點),但您也 可以用 [系統還原] 來建立您自己的還原點。如果您正 準備要進行很大的系統變更,自訂還原點會很有用。例 如安裝新程式或變更您的登錄檔。 <u>系統還原設定</u>	如果要開始,諸選取您要執行的工作: ④ 將電腦還原到較早的時間點(R) ① 建立一個遠原點(上)
如果要繼續,諸選取一個選項,然後按 [下一步]。	<u> 下一歩(N) > (Im)</u> 取消(<u>C</u>)

 在此可能會發現一個以上較粗的日期字體,這些都是系統已建立的還原點, 當然您也可以點選<或>鈕來選擇不同月份下所建立的還原點:

🦉 系統還原												X
Ţ	置取-	一個還	原點									② 說明
हन	列月曆月	用粗體顯示	示所有可用	月還原點的	り日期∘ネ	皆單中顯示	∖所選的日	期中包含咧	哪些可用還	ģ 原點∘		
可) (在	用的還」 安裝程	原點類型: 式時自動	系統檢查 建立的還	[點 (電腦) 原點)。	上排定的	還原)、手	動還原點	(您自己建	立的還原調	點)、及安裝	還原點	
1.	在這個	月曆以	目観顯示	的日期上	按一下。			2. 在這	國清軍中:	按一個還	原點。	
< 星	期日	星期一	2 星期 ^一	005年4月 星期三	星期四	星期五	> 星期六	下午の	2005年。 4·37·06	4日24日 法原調賞		
	27	28	29	30	31	1	2	下午中	-91-57	形法法法		
	3	4	5	6	7	8	9	21622				
	10	11	12	13	14	15	16					
	24	25	26	20	21	22	30					
	21	2	3	4	5	6	7					
						į						
												$\left(\Delta \right)$
							<上-	-步(<u>B</u>)		下一步(<u>N</u>):	<u>دام</u>	取消(<u>C)</u>

3. 此處會再要求您確認所要還原的資料是否正確,並列出需注意的事項,如果 確認無誤可按「下一步(<u>N</u>)」繼續:



 還原程式隨後會進行系統還原並自動重新開機,當出現下面畫面即表示已完 成還原程序:

