

# 備份與復原 使用指南

© Copyright 2007, 2008 Hewlett-Packard  
Development Company, L.P.

Windows 是 Microsoft Corporation 在美國的  
註冊商標。

本文件包含的資訊可能有所變更，恕不另行  
通知。HP 產品與服務的保固僅列於隨產品及  
服務所附的明確保固聲明中。本文件的任何  
部份都不可構成任何額外的保固。HP 不負責  
本文件在技術上或編輯上的錯誤或疏失。

第三版：2008 年 7 月

第一版：2007 年 3 月

文件編號：441307-AB3

## 產品注意事項

本指南說明大多數機型都具備的功能。您的電腦可能不具備某些功能。



---

# 目錄

## 1 建立復原光碟

## 2 備份您的資訊

備份時機 .....	3
備份建議 .....	4
備份指定的檔案或資料夾 .....	5
備份整個硬碟 .....	6
建立還原點 .....	7
排定備份 .....	8

## 3 執行復原

從復原光碟執行復原 .....	10
從硬碟執行復原 .....	11
在 Windows 中啟動復原 .....	12
從硬碟上的復原分割區啟動復原 .....	13

索引 .....	14
----------	----



# 1 建立復原光碟

在您第一次安裝電腦後，請務必建立一組完整出廠映像的復原光碟。萬一系統不穩定或故障時，就可使用復原光碟來啓動您的電腦，並將作業系統和軟體應用程式復原至出廠設定。

建立復原光碟之前，請注意下列事項：

- 您需要高品質的 CD-R、DVD-R 或 DVD+R 媒體（需另外購買）。

 **附註：** 讀寫光碟，例如 CD-RW 與 DVD±RW 光碟與 HP Backup & Recovery Manager 不相容。

- 在此程序中，電腦必須連接至 AC 電源。
- 每台電腦僅能建立一組復原光碟。
- 在將光碟插入電腦的光碟機之前，請先將每張光碟編號。
- 如有需要，您可在復原光碟建立完成之前，取消建立光碟。下次您選擇「**建立用來復原系統的出廠軟體復原光碟或 DVD（強烈建議）**」時，電腦將會提示您繼續建立光碟。


若要建立一組復原光碟：

1. 選擇「**開始**」>「**所有程式**」>「**HP Backup & Recovery**」>「**HP Backup and Recovery Manager**」。
2. 按一下「**下一步**」。
3. 請按一下「**建立用來回復系統的出廠軟體復原光碟或 DVD（強烈建議）**」，然後按一下「**下一步**」。
4. 請依照螢幕上的說明繼續執行。

---

## 2 備份您的資訊

---

 **附註：** 您只能復原已經備份的檔案。HP 建議您在安裝電腦後，立即使用 HP Backup and Recovery Manager 來建立完整的硬碟備份。

---


有了 HP Backup and Recovery Manager，您可以執行下列工作：

- 定期備份資訊以保護重要的系統檔案
- 建立系統還原點，將電腦還原至較早的狀態，以回復對電腦所做的不當變更
- 排定在特定間隔或事件發生時進行備份



## 備份時機

- 定期排程

 **附註：** 設定備忘錄以定期備份您的資訊。

---

- 在修復或還原電腦之前
- 在您新增或修改硬體或軟體之前

## 備份建議

- 使用 HP Backup and Recovery Manager 來建立一組復原光碟。
- 使用 HP Backup and Recovery Manager 來建立系統還原點，並定期複製資料至光碟。
- 將個人檔案儲存在「我的文件」資料夾中，並定期備份這個資料夾。
- 備份儲存在相關程式中的範本。
- 設定製作螢幕快照，以儲存視窗、工具列或功能表列中的自訂設定。

如果您必須重設偏好設定，螢幕快照可為您節省許多時間。

若要複製螢幕內容並貼在文書處理檔案中：


- a. 顯示螢幕。
- b. 複製螢幕。

若要僅複製作用中的視窗，請按 **alt+fn+prt sc** 鍵。

若要複製整個畫面，請按 **fn+prt sc** 鍵。

- c. 開啓一個 Word 文件，然後選擇「**編輯 > 貼上**」。

---

 **附註：** 執行備份與復原程序前，必須將您的電腦連接至外部電源。


---

**附註：** 使用 HP Backup and Recovery Manager，就可將 HP 安裝的驅動程式、公用程式和應用程式複製至光碟或 DVD。

---

## 備份指定的檔案或資料夾

您可將指定的檔案或資料夾備份至電腦硬碟的復原分割區、至選購的外接式硬碟或光碟（CD 或 DVD）。

 **附註：** 取決於檔案大小和電腦速度，這項程序可能需要幾分鐘的時間。

---


若要備份指定的檔案或資料夾：

1. 選擇「**開始**」>「**所有程式**」>「**HP Backup & Recovery**」>「**HP Backup and Recovery Manager**」。
2. 按一下「**下一步**」。
3. 按一下「**備份以保護使用者系統設定和重要資料檔案**」，然後按一下「**下一步**」。
4. 按一下「**備份個別的檔案和資料夾**」，然後按一下「**下一步**」。
5. 請依照螢幕上的說明繼續執行。

## 備份整個硬碟

當您執行完整系統備份時，將會儲存完整的出廠映像檔，其中包括 Windows® 作業系統、軟體應用程式 and 所有個人檔案和資料夾。

---

 **附註：** 完整硬碟映像檔會儲存在另一個硬碟、網路磁碟機，或您建立的復原光碟上。

---


**附註：** 此項程序可能需要花超過一小時的時間，視您電腦的速度和要儲存的資料量而定。

若要備份您的整個硬碟：

1. 選擇「**開始**」>「**所有程式**」>「**HP Backup & Recovery**」>「**HP Backup and Recovery Manager**」。
2. 按一下「**下一步**」。
3. 按一下「**備份以保護使用者系統設定和重要資料檔案**」，然後按一下「**下一步**」。
4. 按一下「**備份整個硬碟**」，然後按一下「**下一步**」。
5. 請依照螢幕上的說明繼續執行。


## 建立還原點

當您備份上一次備份後對系統所做的修改時，就會建立系統復原點。如此，您就可儲存您硬碟在特定時間點的快照。然後，如果您要回復之後對您系統所做的變更，就可使用該復原點。

 **附註：** 在您第一次執行備份時，就會自動建立第一個系統復原點和完整映像的快照。而後續的復原點則會複製之後所做的變更。

HP 建議您在下列時機建立還原點：

- 在新增或大幅修改軟體或硬體之前
- 當系統以最佳化執行時定期設定

 **附註：** 復原至較早的復原點並不會影響自上次復原點後，所建立的資料檔案或電子郵件。

若要建立系統還原點：

1. 選擇「**開始**」>「**所有程式**」>「**HP Backup & Recovery**」>「**HP Backup and Recovery Manager**」。
2. 按一下「**下一步**」。
3. 按一下「**備份以保護使用者系統設定和重要資料檔案**」，然後按一下「**下一步**」。
4. 按一下「**建立或管理還原點**」，然後按一下「**下一步**」。
5. 請依照螢幕上的說明繼續執行。


## 排定備份

使用 **HP Backup Scheduler** 來排定備份整個系統、還原點、或特定檔案與資料夾。有了這個工具，您可以設定在特定間隔排定備份（每日、每週或每月），或在特定事件後，例如系統重新開機後或接駁至選購的接駁基座時（僅限特定機型）。

要排定備份：

1. 選擇「**開始**」>「**所有程式**」>「**HP Backup & Recovery**」>「**HP Backup Scheduler**」。
2. 請依照螢幕上的說明繼續執行。

## 3 執行復原

 **附註：** 您只能復原已經備份的檔案。HP 建議您在安裝電腦後，立即使用 HP Backup and Recovery Manager 來建立完整的硬碟備份。

萬一系統故障或不穩定時，HP Backup and Recovery Manager 能幫您進行下列工作以保護及復原您的資訊：

- 還原重要檔案 — 此功能有助於您重新安裝重要的檔案，而無須執行完整的系統復原。
- 執行完整系統還原 — 有了 HP Backup and Recovery Manager，萬一系統故障或不穩定時，您可以還原完整的出場映像。HP Backup and Recovery Manager 可從硬碟上的專用復原分割區，或您建立的復原光碟執行。

## 從復原光碟執行復原

若要從復原光碟執行復原，請依照下列步驟執行：

1. 備份所有個人檔案。
2. 將第一張復原光碟插入光碟機，並重新啓動電腦。
3. 請依照螢幕上的說明繼續執行。



# 從硬碟執行復原

從硬碟啓動復原的方式有兩種：

- 從 Windows
- 從復原分割區

## 在 Windows 中啓動復原

若要從 Windows 中啓動復原，請依照下列步驟執行：

1. 備份所有個人檔案。
2. 選擇「開始」>「所有程式」>「HP Backup & Recovery」>「HP Backup and Recovery Manager」。
3. 按一下「下一步」。
4. 按一下「復原重要檔案或整個系統」，然後按一下「下一步」。
5. 請依照螢幕上的說明繼續執行。

## 從硬碟上的復原分割區啟動復原

若要從硬碟復原分割區啟動復原，請依照下列步驟執行：

1. 備份所有個人檔案。
2. 重新啟動電腦，然後在 Windows 作業系統載入之前，按下 **f8** 鍵。
3. 按下復原選項，然後按一下「**下一步**」。
4. 請依照螢幕上的說明繼續執行。

---

# 索引

## 七畫

- 完整硬碟備份 6
- 系統備份 6
- 系統還原點 7

## 九畫

- 建立還原點 7

## 十一畫

- 排定備份 8

## 十二畫

- 備份
  - 排程 8
  - 硬碟 6
  - 對系統所做的修改 7
  - 檔案和資料夾 5
- 復原分割去 13
- 復原光碟
  - 使用 10
- 硬碟備份 6
- 硬碟復原 11

## 十七畫

- 還原點 7