

# 備份及復原 使用指南

© Copyright 2009 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  
服務隨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。

第一版：2009 年 8 月

文件編號：539894-AB1

## 產品聲明

本使用指南說明多數機型都具備的功能。有  
些功能可能無法在您的電腦上使用。

---

# 目錄

## 1 總覽

## 2 建立復原光碟

## 3 備份您的資訊

使用 Windows 備份與還原 .....	4
使用系統還原點 .....	5
建立還原點時機 .....	5
建立系統還原點 .....	5
還原至之前的日期和時間 .....	5

## 4 執行復原

從復原光碟進行復原 .....	6
從專用的復原分割區進行復原（僅限特定機型） .....	7

索引 .....	8
----------	---



# 1 總覽

系統故障後的修復會和最近的備份一樣完整。HP 建議您在軟體安裝後立刻建立復原光碟。當您新增新的軟體和資料檔案時，應繼續定期備份您的系統，以維持合理範圍內的最新備份。

作業系統所提供的工具與 HP Recovery Manager 軟體的設計目的，是要協助您執行下列工作，以保護資料並在系統故障時進行還原：

- 製作一組復原光碟（**Recovery Manager** 軟體功能）。萬一系統故障或不穩定時，就可使用復原光碟來啟動您的電腦（開機），並將作業系統和軟體應用程式還原為原廠設定。
- 定期備份資訊以保護重要的系統檔案。
- 建立系統還原點（作業系統功能）。系統還原點可讓您將電腦還原至較早的狀態，以回復對電腦所做的不當變更。
- 復原程式或驅動程式（**Recovery Manager** 軟體功能）。此功能有助於您重新安裝程式或驅動程式，而無需執行完整的系統復原。
- 執行完整的系統復原（**Recovery Manager** 軟體功能）。如果發生系統故障或不穩定時，就可以使用 **Recovery Manager** 復原完整的原廠作業系統映像。**Recovery Manager** 可從硬碟上的專用復原分割區（僅限特定機型）或您建立的復原光碟執行。

 **附註：** 包含固態硬碟 (SSD) 的電腦可能沒有復原分割區。沒有分割區的電腦會隨附復原光碟。請使用這些光碟來復原作業系統和軟體。若要檢查是否有復原分割區，請選取「開始」，在「電腦」上按一下滑鼠右鍵，然後依序按一下「管理」和「磁碟管理」。如果有分割區，HP Recovery 磁碟機會列在視窗中。

## 2 建立復原光碟

HP 建議您建立復原光碟，以便在發生嚴重的系統故障或不穩定時，可以將系統還原至其本來的原廠狀態。第一次設定電腦後，即建立這些光碟。

小心處理光碟，並將光碟置於安全的地方。此軟體僅能建立一組復原光碟。

 **附註：** 如果您的電腦沒有包含內建光碟機，則可以使用選用的外接式光碟機（需另外購買）來建立復原光碟，或從 HP 網站購買適用於您電腦的復原光碟。

建立復原光碟之前，請注意下列事項：

- 您需要高品質的 DVD-R、DVD+R、BD-R（可寫入 Blu-ray）或 CD-R 光碟。所有這些光碟均需另外購買。DVD 和 BD 的容量比 CD 高很多。如果您使用 CD，最多可能需要 20 片光碟，而使用 DVD 或 BD 只需要幾片即可。

 **附註：** CD-RW、DVD±RW、雙層燒錄 DVD±RW 和 BD-RE（可重複寫入的 Blu-ray）等可讀寫光碟無法與 Recovery Manager 軟體相容。

- 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。
- 在將光碟插入光碟機之前，請先為每張光碟編號。
- 如有需要，可在尚未建立好復原光碟之前先結束程式。下次開啓 Recovery Manager 時，系統將會提示您繼續上次的光碟建立程序。

若要建立一組復原光碟：

1. 選取「開始」>「所有程式」>「Recovery Manager」>「建立復原光碟 (Recovery Disc Creation)」。
2. 依照螢幕上的說明繼續執行。

## 3 備份您的資訊

隨著不斷新增軟體和資料檔案，您必須定期備份系統，儘量維持最新的備份。請在下列時間備份系統：

- 定期排程時間

 **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
- 在新增或修改硬體或軟體之前

備份時請注意下列項目：

- 使用 Windows® 系統還原功能來建立系統還原點，並定期複製到光碟中。
- 將個人檔案儲存在「文件」庫中，並定期備份此資料夾。
- 備份儲存在相關程式中的範本。
- 為您的設定製作螢幕快照，將自訂設定儲存在視窗、工具列或功能表列中。如果您必須重設偏好設定，螢幕快照可為您節省許多時間。

若要複製螢幕並貼在 Word 文件中，請依照下列步驟進行：

1. 顯示螢幕。
2. 複製螢幕：  
若要僅複製作用中的視窗，請按 **alt+fn+prt sc** 鍵。  
若要複製整個螢幕，請按 **fn+prt sc** 鍵。
3. 開啓 Word 文件，然後選取「編輯」>「貼上」。
4. 儲存文件。

- 您可將資訊備份至選用的外接式硬碟、網路磁碟機或光碟。
- 備份至光碟時，可使用下列任一類型的光碟（需另外購買）：CD-R、CD-RW、DVD+R、DVD-R 或 DVD±RW。您所使用的光碟視安裝在電腦中的光碟機類型而定。

 **附註：** DVD 能比 CD 儲存更多資訊，所以使用這種光碟進行備份，可以減少所需的復原光碟數量。

---

- 備份至光碟時，在將光碟插入電腦的光碟機之前，請先將每張光碟編號。

# 使用 Windows 備份與還原

若要使用 Windows 備份與還原建立備份，請依照下列步驟進行：

---

 **附註：** 請確認您在開始備份程序之前，已將電腦連接到 AC 電源。

---

**附註：** 備份程序可能需要一個小時以上，視檔案大小與電腦速度而定。

1. 選取「開始」>「所有程式」>「維護」>「備份與還原」。
2. 依照螢幕上的指示來設定和建立備份。

---

 **附註：** Windows® 包括「使用者帳戶控制」功能，可以改善電腦的安全性。在安裝軟體，執行公用程式或變更 Windows 設定這類工作時，您可能會看到要求權限或密碼的提示。如需詳細資訊，請參閱「說明及支援」。

---

# 使用系統還原點

當備份系統時，便是在建立系統還原點。系統還原點可讓您儲存硬碟在特定時間點的快照，並為該快照指定名稱。然後，如果要回復之後對系統所做的變更，就可使用該還原點。

 **附註：** 復原至較早的還原點，不會影響上次還原點所儲存的資料檔案或所建立的電子郵件。

您也可以建立其他還原點，為您的系統檔案和設定提供更好的保護。

## 建立還原點時機

- 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：** 如果您回復至還原點，之後又改變心意，則可以回復還原作業。

## 建立系統還原點

1. 選取「開始」>「控制台」>「系統及安全性」>「系統」。
2. 在左側窗格中，按一下「系統保護」。
3. 按一下「系統保護」標籤。
4. 在「保護設定」下，選取您要為其建立還原點的磁碟。
5. 按一下「建立」。
6. 依照螢幕上的說明繼續執行。

## 還原至之前的日期和時間

如果要將電腦回復至之前系統功能最佳的還原點（在之前日期和時間所建立），請遵循以下步驟：

1. 選取「開始」>「控制台」>「系統及安全性」>「系統」。
2. 在左側窗格中，按一下「系統保護」。
3. 按一下「系統保護」標籤。
4. 按一下「系統還原」。
5. 依照螢幕上的說明繼續執行。

## 4 執行復原

---

 **附註：** 您僅能復原之前已備份的檔案。HP 建議您在電腦設定完成之後，立即使用 HP Recovery Manager 建立一組復原光碟（整個磁碟機備份）。

---

如果發生系統故障或不穩定，可使用 Recovery Manager 軟體修復或還原系統。Recovery Manager 可從復原光碟或硬碟上的專用復原分割區（僅限特定機型）執行。然而，如果電腦包含固態硬碟 (solid-state drive, SSD)，則可能沒有復原分割區。如果是這種情況，復原光碟已經隨附於電腦。請使用這些光碟來復原作業系統和軟體。

---

 **附註：** Windows 具有自己內建的修復功能，例如系統還原。如果您尚未嘗試這些功能，請在使用 Recovery Manager 之前嘗試使用。

**附註：** Recovery Manager 僅能復原原廠預先安裝的軟體。電腦沒有隨附的軟體，必須從製造商的網站下載，或從製造商提供的光碟重新安裝。

---

### 從復原光碟進行復原

若要從復原光碟還原系統：

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. 依照螢幕上的說明繼續執行。

## 從專用的復原分割區進行復原（僅限特定機型）

 **附註：** 包含 SSD 的電腦可能沒有復原分割區。如果電腦沒有復原分割區，您將無法使用此程序進行復原。沒有復原分割區的電腦會隨附復原光碟。請使用這些光碟來復原作業系統和軟體。

在某些機型中，您可以按下「開始」按鈕或 **f11** 鍵存取硬碟上的分割區，並從中執行復原。如此會將電腦還原至出廠狀態。

若要從分割區還原系統，請遵循以下步驟：

1. 使用以下方法存取 Recovery Manager：
  - 選擇「開始」>「所有程式」>「**Recovery Manager**」>「**Recovery Manager**」。
  - 或 —
  - 開啓或重新啓動電腦，當螢幕下方顯示「Press the ESC key for Startup Menu」訊息時，按下 **esc** 鍵。然後，當螢幕上顯示「Press <F11> for recovery」訊息時，按下 **f11**。
2. 在「**Recovery Manager**」視窗中，按一下「**系統復原 (System Recovery)**」。
3. 依照螢幕上的說明繼續執行。

---

# 索引

## F

f11 7

## R

Recovery Manager 1, 6

## 四畫

支援的光碟 2

## 七畫

完整的系統復原 1  
系統故障或不穩定 1  
系統復原 1, 6  
系統還原點 1, 5

## 八畫

使用系統還原 5  
固態硬碟 (solid-state drive, SSD) 6  
固態硬碟 (SSD) 1, 7

## 九畫

保護資料 1

## 十畫

修復, 系統 1

## 十一畫

執行復原 6  
從專用的復原分割區進行復原 7  
從復原光碟進行復原 6

## 十二畫

備份  
    自訂的視窗、工具列和功能表列  
        設定 3  
    個人檔案 3  
    範本 3  
復原 6

復原, 系統 6  
復原分割區 1  
復原光碟 1, 2  
復原程式或驅動程式 1

## 十七畫

還原點 5

