

技藝一瞥

- 收录大量必备操作知识和实用技巧，覆盖电脑用户最常接触的领域。
- 电脑操作知识的精华提炼，条目化整理，助您在短时间内掌握实用技能。
- 各知识点既可独立学习，随查随用，即学即会；又可多知识点连贯起来进行系统化学习，全面掌握某方面应用。



YZLI0890119244



電子工業出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

笔记本电脑 应用技巧

先知文化 编著



YZLI0890119244

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 · BEIJING

内 容 简 介

本书介绍了笔记本电脑选购、使用、优化、维护以及保养等方面的应用技巧,主要内容包括笔记本电脑的选购技巧、笔记本电脑的基础应用技巧、笔记本电脑常用外设应用技巧、笔记本电脑联网及系统更新、常用工具软件的安装与使用、笔记本电脑的办公应用技巧、笔记本电脑上网应用技巧、笔记本电脑账户管理技巧、笔记本电脑设置与优化技巧、笔记本电脑的安全防护、笔记本电脑的数据安全、笔记本电脑维护与保养技巧,以及为笔记本电脑安装操作系统等方面的知识。

本书内容浅显易懂、图文并茂,讲解详细生动,知识点均提炼自经典案例,实用性很强。案例中穿插大量扩展性知识,便于用户掌握并举一反三。

本书可作为广大读者选购笔记本电脑的参考书,也可以作为广大笔记本电脑用户使用、优化、维护以及保养笔记本电脑的指导手册。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

笔记本电脑应用技巧 / 先知文化编著. —北京: 电子工业出版社, 2012.1
(技高一筹)

ISBN 978-7-121-15024-1

I. ①笔… II. ①先… III. ①笔记本计算机—基本知识 IV. ①TP368.32
中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第230690号

策划编辑: 牛 勇

责任编辑: 徐律平

印 刷: 涿州市京南印刷厂

装 订: 涿州市桃园兴华装订厂

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036

开 本: 900×1280 1/32

印张: 10.125 字数: 408千字

印 次: 2012年1月第1次印刷

定 价: 28.00元(含光盘1张)

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlt@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

前言



电脑作为一个常用的现代化工具，正极大地改变着人们的社会生活和工作方式，为我们的工作、学习和娱乐带来方便和乐趣。目前，掌握电脑的使用已经成为人们必不可少的一项基本技能。

学习离不开图书，然而，很多读者面对一本本厚重的电脑图书时，很难快速找到自己想要或需要学习的内容，通篇阅读又没有足够的精力和时间，导致很多图书买回来后翻了几页就被扔到一边。而有些电脑图书内容过于简单，读者只能学到最基本的电脑操作，而无法掌握更多的实用技能。再者，大多数读者并不希望阅读烦琐的理论介绍，而是更渴望能学到一些实用的操作技能，并希望能通过学习来提高工作效率，或解决电脑应用中遇到的各种问题。

基于广大电脑爱好者的学习需要，我们推出了这套《技高一筹》丛书，各书中收录了大量必备操作知识和实用技巧，皆为用户在学习和使用电脑的过程中会经常接触到的。我们提取了电脑操作知识的精华，以使读者在最短的时间内掌握最实用的操作技能。每个知识点既可独立存在，随用随学，即学即会；又可多个知识点连贯起来进行系统化的学习，全面掌握某方面的应用。而且，本书外形小巧精致，方便携带，随用随查。

丛书书目

本丛书首批共 9 本，涉及当前电脑的主要应用领域。

- ❖ 《电脑应用技巧》：电脑基础操作一学就会，疑难问题一网打尽。
- ❖ 《电脑上网应用技巧》：上网冲浪欢乐多多，技巧多多，一书在手，尽享乐趣。
- ❖ 《电脑办公应用技巧》：电脑办公的好帮手，众多技巧助你事半功倍。
- ❖ 《Excel 数据处理与函数应用技巧》：数据处理离不开 Excel，玩转 Excel 离不开这些应用技巧。
- ❖ 《Office 2010 应用技巧》：办公文档、个人文件、文字资料……不管是整理还是创建，Office 帮你搞定！
- ❖ 《笔记本电脑应用技巧》：心爱的笔记本电脑，需要用心去呵护，注意事

项和应用技巧不能不学。

- ❖ 《**电脑黑客攻防技巧**》: 安全第一! 电脑的系统 and 信息安全可不能忽视, 知己知彼方能游刃有余。
- ❖ 《**电脑维护与故障排除技巧**》: 电脑出了故障不用愁, 自己动手就能解决, 掌握了原理和技巧就简单了。
- ❖ 《**系统安装、维护与数据备份技巧**》: 操作系统安装、系统维护、数据备份, 平时使用离不了, 掌握技巧有备无患。

丛书特点

本丛书具有以下特点:

- ❖ **实例精讲, 快速上手**: 图书内容密切结合日常工作、学习、生活需要, 以实例形式进行讲解, 随学随用。
- ❖ **独家技巧, 精妙总结**: 书中精选了大量实用的操作技巧和使用经验, 使读者的学习事半功倍。图书内容以条目形式进行编排, 方便查询和阅读。
- ❖ **视频讲解, 名师相伴**: 图书配套光盘提供多媒体立体化教学功能, 具有直观、生动、交互性强等特点。书盘结合, 无师自通!
- ❖ **小巧美观、实用超值**: 图书大小适中, 方便携带; 版式精美, 阅读轻松; 排版紧凑, 内容丰富且超值。

答疑服务

为了更好地服务于广大读者和电脑爱好者, 加强出版者与读者的交流, 我们推出了电话和邮件答疑服务。欢迎通过下面的方式与我们交流!

- ❖ **电话号码**: 400-650-6806 (无长途话费, 工作日 9:00~11:30, 13:00~17:00)
- ❖ **电子邮件**: jsj@phei.com.cn

本书作者

本书的作者均已从事电脑教学、维护及研究等相关工作多年, 拥有丰富的实践和教学经验, 大部分都已编写并出版过多本相关图书。参与本书编写工作的有: 戴伟丽、陈瑜、张艺、黄元林、吴玉梅、董路、唐波、龚平、叶德梅、潘远军、郭晓华、谭巧莲、梁礼燕、熊伟、彭敏。由于作者水平有限, 书中疏漏和不足之处在所难免, 恳请广大读者和专家不吝赐教。

目 录



第1章 笔记本电脑的选购技巧

1.1 认识笔记本电脑	15
技巧1 认识主流笔记本电脑的几大分类	15
技巧2 认识常见的笔记本电脑外壳材质	16
技巧3 认识常见的笔记本电脑外壳处理工艺	17
技巧4 认识主流笔记本电脑的显示屏	17
技巧5 了解笔记本电脑的内部构造	18
技巧6 认识 Intel 的“迅驰2”移动计算技术平台	19
技巧7 了解主流的 Intel 移动 CPU	20
技巧8 认识 Intel 新一代处理器——Sandy Bridge	21
技巧9 认识 AMD 的“VISION”移动计算技术平台	21
技巧10 认识 AMD 新一代处理器——APU	22
技巧11 认识固态硬盘 (SSD)	22
技巧12 了解主流的 Intel 移动显卡	23
技巧13 了解主流的 nVIDIA 移动显卡	24
技巧14 了解主流的 AMD 移动显卡	25
技巧15 认识笔记本电脑的外部接口	26
技巧16 认识笔记本电脑的主要配件	28
技巧17 笔记本电脑有哪些可选配件	30
1.2 笔记本电脑选购实战	32
技巧1 认识笔记本电脑的主流品牌	32

技巧2 选购笔记本电脑前需要做的准备工作	38
技巧3 了解笔记本电脑的市场行情	39
技巧4 了解笔记本电脑的保修和售后服务	40
技巧5 上网查询笔记本电脑的相关信息	40
技巧6 小心提防笔记本电脑卖场骗术	42
技巧7 选购笔记本电脑的几大注意事项	43
技巧8 为笔记本电脑验明正身	43
技巧9 检查笔记本电脑的硬件配置是否正确	46
技巧10 检查笔记本电脑的外观	46
技巧11 检测液晶显示屏	47
技巧12 了解笔记本电脑的样机	47
技巧13 鉴别笔记本电脑是否为样机	48
技巧14 选购笔记本电脑便携包	49
技巧15 选购笔记本电脑的外接鼠标	50
技巧16 选购笔记本电脑锁	50
技巧17 选购无线网卡	51

第2章 笔记本电脑的基础应用技巧

2.1 笔记本电脑轻松上手	53
技巧1 用好笔记本电脑的触摸板	53
技巧2 用好 ThinkPad 的“小红帽”	54
技巧3 为笔记本电脑设置合适的屏幕分辨率	55

技巧 4 添加“计算机”等常用图标到桌面上	55
技巧 5 整理桌面上杂乱的图标	56
技巧 6 将常用程序锁定在任务栏上	57
技巧 7 更改通知区域中的图标显示方式	57
技巧 8 多个窗口间的快速切换技巧	58
技巧 9 快速最小化当前窗口以外的所有窗口	59

2.2 让笔记本电脑更符合个人习惯 59

技巧 1 为笔记本电脑设置喜爱的桌面背景	59
技巧 2 将电脑中的图片设置为桌面背景	60
技巧 3 实现桌面背景定时自动更换	60
技巧 4 将个人照片设置为屏保	60
技巧 5 更换操作系统的主题	61
技巧 6 保存自定义的主题	62
技巧 7 更换系统窗口的颜色	62
技巧 8 关闭/开启“毛玻璃”特效	63
技巧 9 设置个性化的系统提示音	63
技巧 10 设置触摸板的轻敲 (Tapping) 功能	63
技巧 11 调节触摸板的灵敏度	64
技巧 12 开启触摸板的虚拟滚动功能	64
技巧 13 设置鼠标的双击速度和指针移动速度	65
技巧 14 让笔记本电脑键盘更好用	66
技巧 15 切换合适的电源计划	66
技巧 16 自定义“电源”开关的功能	67
技巧 17 设置关闭盖子执行的操作	67
技巧 18 “Fn”功能键的妙用	68
技巧 19 唤醒笔记本电脑时不输入密码	70

第3章 笔记本电脑常用外设应用技巧

3.1 商务办公设备应用 72

技巧 1 连接有线打印机	72
--------------	----

技巧 2 连接红外打印机	73
技巧 3 连接蓝牙打印机	73
技巧 4 连接 Wi-Fi 打印机	73
技巧 5 手动安装打印机驱动程序	74
技巧 6 将扫描仪连接到笔记本电脑上	75
技巧 7 使用扫描仪扫描文件	75
技巧 8 便携式投影仪的连接方法	76
技巧 9 使用投影仪的注意事项	77
技巧 10 连接掌上电脑 (PDA)	77
技巧 11 在笔记本电脑与 PDA 之间同步个人信息	78
技巧 12 在笔记本电脑与 PDA 之间进行文件传输	79

3.2 数码娱乐设备应用 79

技巧 1 将数码相机中的照片保存到电脑中	79
技巧 2 用读卡器将照片导入笔记本电脑	80
技巧 3 连接数码摄像机与笔记本电脑	81
技巧 4 通过笔记本电脑捕获摄像机中的视频	81
技巧 5 选择适合笔记本电脑使用的电视卡	82
技巧 6 通过 Windows Media Center 看电视	82
技巧 7 通过数据线将手机连接到笔记本电脑	83
技巧 8 通过蓝牙将手机连接到笔记本电脑	84
技巧 9 使用蓝牙从手机向电脑传输照片	84
技巧 10 在任务栏的通知区域添加蓝牙图标	85
技巧 11 发现蓝牙设备的技巧	85

3.3 其他常用设备应用 85

技巧 1 使用 U 盘或移动硬盘等可移动存储设备	85
技巧 2 正确卸载可移动存储设备	86

技巧3 笔记本电脑外接键盘	86
技巧4 笔记本电脑外接大屏幕显示器	87

第4章 笔记本电脑联网及系统更新

4.1 笔记本电脑有线上网 89

技巧1 认识常见的上网方式	89
技巧2 自己动手连接 ADSL Modem	90
技巧3 建立 ADSL 拨号连接	90
技巧4 使用 ADSL 连接拨号上网	91
技巧5 断开 ADSL 网络连接	92
技巧6 更改电脑的网络位置	92

4.2 笔记本电脑无线上网 93

技巧1 了解常见的移动上网方案	93
技巧2 通过移动 GPRS 无线上网	94
技巧3 通过 CDMA 1X 无线上网	95
技巧4 如何获取无线接入点	95
技巧5 通过公共无线接入点上网	96
技巧6 通过移动 WLAN 无线上网	96
技巧7 通过 3G 上网卡无线上网	97

4.3 局域网共享上网 97

技巧1 连接宽带路由器	97
技巧2 配置宽带路由器	98
技巧3 通过宽带路由器共享上网	100
技巧4 修改电脑的网络标识	100
技巧5 手动设置电脑的 IP 地址	101
技巧6 快速修复网络连接	101
技巧7 配置 DHCP 服务功能	102
技巧8 防止他人“蹭”网	103
技巧9 笔记本电脑变身 Wi-Fi 热点	104

4.4 更新操作系统 106

技巧1 什么是系统补丁，为何要安装系统补丁	106
-----------------------	-----

技巧2 手动下载并安装系统补丁	106
技巧3 自动下载并安装系统补丁	107
技巧4 查看已安装的系统补丁	108
技巧5 使用“金山卫士”修复系统漏洞	108
技巧6 使用“360 安全卫士”修复系统漏洞	109

技巧7 什么是升级服务包 (Service Pack)	110
技巧8 获取升级服务包 (Service Pack)	110
技巧9 安装升级服务包的注意事项	111
技巧10 安装 Windows 7 SP1 升级包	112

第5章 常用工具软件安装与使用

5.1 工具软件安装与卸载技巧 113

技巧1 查看电脑中已安装的软件	113
技巧2 了解工具软件的获取方法	113
技巧3 认识工具软件的常见版本	115
技巧4 安装常规的工具软件	115
技巧5 避免安装“流氓”插件	117
技巧6 正确安装和运行绿色软件	117
技巧7 通过“开始”菜单卸载软件	118
技巧8 通过“控制面板”卸载软件	118
技巧9 通过工具软件卸载软件	119
技巧10 卸载操作系统无法卸载的软件	119
技巧11 通过残留文件卸载软件	120

5.2 文件管理工具使用与技巧 121

技巧1 使用 WinRAR 压缩文件	121
技巧2 使用 WinRAR 解压缩文件	122
技巧3 解压缩时提示文件损坏怎么办	123
技巧4 利用 WinRAR 加密重要文件	123
技巧5 在 WinRAR 中设置汉字密码	124
技巧6 解压缩已加密的压缩文件	125
技巧7 使用分卷压缩功能分割大文件	125
技巧8 将文件压缩为 EXE 可执行文件	126

技巧 9	使用 7-Zip 压缩超大文件	127
技巧 10	使用雨木阁 TXT 文件切割器 分割长篇小说	127

5.3 图片处理工具使用与技巧 128

技巧 1	使用 ACDSee 调整图片大小	128
技巧 2	使用 ACDSee 批量修改图片大小	129
技巧 3	使用 ACDSee 裁剪图片	130
技巧 4	使用 ACDSee 将 JPG 图片转换为 PNG 格式	130
技巧 5	使用 ACDSee 在照片上添加文字	131
技巧 6	使用 ACDSee 为图片添加特殊效果	132
技巧 7	使用光影魔术手让照片褪色	133
技巧 8	使用光影魔术手让照片部分去色	133
技巧 9	使用光影魔术手让照片具有影楼 风格	134
技巧 10	使用光影魔术手去掉人像中的 “红眼”	134
技巧 11	使用光影魔术手为照片设置漂亮 的边框	135
技巧 12	使用光影魔术手为图片添加水印 效果	135

5.4 影音播放工具使用与技巧 136

技巧 1	使用千千静听播放本地音乐文件	136
技巧 2	千千静听显示的歌词不正确 怎么办	136
技巧 3	修复千千静听的在线搜索功能	138
技巧 4	使用千千静听在电脑上唱卡拉 OK	138
技巧 5	将 APE 音乐文件转换为 MP3	139
技巧 6	更换千千静听的界面外观	139
技巧 7	使用千千静听播放网络音乐	140
技巧 8	使用 QQ 音乐在线听歌	140
技巧 9	使用 QQ 音乐播放器下载歌曲	141
技巧 10	将喜欢的音乐收藏起来	141
技巧 11	使用暴风影音播放本地视频文件	142
技巧 12	在暴风影音中载入字幕文件	143

技巧 13	使用暴风影音截取电影画面	143
技巧 14	使用暴风影音在线观看电影	144

第6章 笔记本电脑办公应用 技巧

6.1 Word 2010使用技巧 145

技巧 1	基于模板新建 Word 文档	145
技巧 2	修复已损坏的 Word 文档	146
技巧 3	Word 文档的快速保存技巧	146
技巧 4	在 Word 中输入文本内容	146
技巧 5	更改文本的输入状态	147
技巧 6	在 Word 中输入各种标点符号	147
技巧 7	在 Word 中输入特殊符号	147
技巧 8	取消文字下方的红色或绿色 波浪线	148
技巧 9	快速输入相同的文本内容	149
技巧 10	在 Word 中选定文本内容	149
技巧 11	操作错误时如何撤销与恢复	150
技巧 12	设置文档的字体格式	150
技巧 13	对文本进行加粗、倾斜和添加 下划线	151
技巧 14	使用格式刷复制文本格式	151
技巧 15	让复制的文本内容变成无格式 文本	152
技巧 16	设置段落的对齐方式	152
技巧 17	设置段落的缩进方式	153
技巧 18	设置段落的间距和行距	153
技巧 19	对文档进行批注和修订	154
技巧 20	添加指定的项目符号	155
技巧 21	在 Word 文档中插入编号	155
技巧 22	巧妙设置特大号字	156
技巧 23	插入艺术字	156
技巧 24	插入自选图形	156
技巧 25	将多个对象组合为一个整体	157
技巧 26	设置 Word 文档的页面	158
技巧 27	对 Word 文档进行预览	158

6.2 Excel 2010使用技巧 159

技巧 1 新建空白的工作簿	159
技巧 2 基于模板新建工作簿	159
技巧 3 打开已有的工作簿	160
技巧 4 添加 Excel 工作表	160
技巧 5 删除多余的 Excel 工作表	161
技巧 6 对工作表进行重命名	162
技巧 7 选择一个或多个单元格	162
技巧 8 让单元格中的文本自动换行	163
技巧 9 合并多个单元格	163
技巧 10 调整行高或列宽	164
技巧 11 快速输入金额大写数字	164
技巧 12 添加人民币符号“¥”	165
技巧 13 输入以“0”开头的数字编号	165
技巧 14 让输入的身份证号码正确显示	166
技巧 15 让输入的数字自动保留 2 位小数	166
技巧 16 设置数据的字体格式	166
技巧 17 在 Excel 中直接输入公式	167
技巧 18 通过引用快速输入公式	167
技巧 19 如何修改公式	168
技巧 20 保护公式不被修改	168
技巧 21 什么是相对引用	169
技巧 22 什么是绝对引用	169
技巧 23 什么是混合引用	170
技巧 24 认识 Excel 函数	170
技巧 25 手动输入 Excel 函数	171
技巧 26 查询函数	171

6.3 办公文件保护与急救技巧 172

技巧 1 使用文件粉碎机彻底删除重要文件	172
技巧 2 对 Word 文档进行加密	172
技巧 3 查看或修改已加密的 Word 文档	173
技巧 4 防止突发事件导致 Word 文档丢失	173
技巧 5 为 Excel 文档添加密码保护	174

技巧 6 隐藏 Excel 文档表格中的部分内容	175
技巧 7 查看 Excel 文档中被隐藏的内容	175
技巧 8 查看或修改加密的 Excel 文档	176
技巧 9 拯救损坏的 Office 文档	176

第7章 笔记本电脑上网应用技巧**7.1 网页浏览 177**

技巧 1 访问指定的网站	177
技巧 2 使用多选项卡浏览网页	177
技巧 3 将网页添加到收藏夹中	178
技巧 4 快速访问收藏夹中的网站	179
技巧 5 删除浏览的历史记录	179
技巧 6 更改 IE 的默认主页	180
技巧 7 将多个常用网站设为默认主页	180

7.2 网络资源搜索与下载 181

技巧 1 搜索网页信息	181
技巧 2 搜索漂亮的图片	181
技巧 3 搜索并试听音乐	182
技巧 4 通过“百度地图”查询某地的地图	182
技巧 5 使用 IE 下载网络资源	183
技巧 6 让 IE 支持断点续传	184
技巧 7 使用迅雷下载网络资源	184
技巧 8 将迅雷设为默认下载工具	185
技巧 9 更改迅雷的默认下载目录	185
技巧 10 使用迅雷一次性下载多个文件	185
技巧 11 提高迅雷的下载速度	186

7.3 使用QQ与朋友聊天 187

技巧 1 申请免费的 QQ 号码	187
技巧 2 登录 QQ 并添加已知好友	187
技巧 3 添加陌生人为好友	188
技巧 4 发送并接收 QQ 消息	189

技巧 5 保存好友发送的表情	190
技巧 6 与好友语音聊天	190
技巧 7 与好友视频聊天	191

7.4 网上收发电子邮件 191

技巧 1 申请免费电子邮箱	191
技巧 2 在线撰写并发送电子邮件	192
技巧 3 将电脑中的文件发送给联系人	192
技巧 4 将一封邮件发送给多个联系人	193
技巧 5 收取并回复好友发来的邮件	193
技巧 6 下载邮件中的附件	194
技巧 7 添加联系人	194

7.5 个人网博 195

技巧 1 开通个人博客	195
技巧 2 登录博客并撰写博文	196
技巧 3 在博文中插入本地电脑中的图片	197
技巧 4 在博文中插入网络图片	198
技巧 5 更改博客的模板风格	198
技巧 6 开通个人微博	199
技巧 7 在自己的微博中发表文章	200
技巧 8 在微博中搜索并添加关注对象	201

第8章 笔记本电脑账户管理技巧

8.1 用户账户管理 202

技巧 1 为当前账户设置登录密码	202
技巧 2 创建密码重置盘	203
技巧 3 忘记了账户密码该怎么办	203
技巧 4 更换当前账户的头像	205
技巧 5 更改当前账户的密码	206
技巧 6 创建新的用户账户	206
技巧 7 更改指定账户的名称	207
技巧 8 更改指定账户的类型	208
技巧 9 删除无用的账户	208
技巧 10 启用 Guest 来宾账户	209

8.2 用户账户控制 (UAC) 210

技巧 1 认识用户账户控制机制	210
技巧 2 应对弹出的 UAC 对话框	210
技巧 3 禁用 / 启用 UAC 功能	211
技巧 4 禁用安全桌面	212

8.3 账户登录控制 212

技巧 1 实现启动时自动登录	212
技巧 2 锁定笔记本电脑	213
技巧 3 让笔记本唤醒时不输入密码	214
技巧 4 注销当前用户	214
技巧 5 让电脑进入“睡眠”状态	215
技巧 6 让电脑进入“休眠”状态	216
技巧 7 在多个用户间快速切换	216
技巧 8 重新启动笔记本电脑	217

第9章 笔记本电脑设置与优化技巧218

9.1 系统设置与优化 218

技巧 1 修正笔记本电脑的日期和时间	218
技巧 2 在线更新系统时间	219
技巧 3 提高笔记本电脑的启动速度	219
技巧 4 关闭系统中多余的视觉效果	220
技巧 5 提升应用程序的执行效率	221
技巧 6 优化系统的虚拟内存	222
技巧 7 使用 ReadyBoost 功能加速系统	223
技巧 8 为 Windows 7 的文件复制提速	224
技巧 9 关闭 Windows 7 的索引功能	225
技巧 10 解决 Windows 7 文件夹无响应的问题	225
技巧 11 禁用不必要的系统服务	226

9.2 笔记本电脑硬件优化 228

技巧 1 优化移动 CPU 的性能	228
技巧 2 优化笔记本电脑的内存	228
技巧 3 提高硬盘的读写性能	229

技巧 4	禁止光盘自动播放	231
技巧 5	延长笔记本电脑光驱的使用寿命	231
技巧 6	在 BIOS 中进行节能设置	232
技巧 7	手动调整笔记本电脑显示屏的亮度	233
技巧 8	优化笔记本电脑的电池	233

9.3 使用工具软件优化系统 234

技巧 1	使用 Windows 优化大师自动优化系统	234
技巧 2	使用 Windows 优化大师手动优化系统	235
技巧 3	使用 Windows 优化大师优化注册表	236
技巧 4	使用金山卫士一键优化系统	237
技巧 5	使用金山卫士为开机提速	237
技巧 6	使用金山卫士一键加速系统	238

第10章 笔记本电脑安全防护技巧

10.1 系统安全设置 239

技巧 1	禁用存在隐患的系统账户	239
技巧 2	获取 Administrator 管理员账户	240
技巧 3	禁止他人远程修改注册表	240
技巧 4	关闭系统中的默认共享	241
技巧 5	永久关闭系统的默认共享	242
技巧 6	查看系统中的可疑进程	244
技巧 7	哪些进程不能随意关闭	244
技巧 8	强制结束顽固的进程	245

10.2 电脑病毒查杀 246

技巧 1	预防笔记本电脑中病毒	246
技巧 2	判断笔记本电脑是否感染了病毒	246
技巧 3	用金山清理专家为系统健康打分	247
技巧 4	更新杀毒软件的病毒特征库	248
技巧 5	使用杀毒软件手动查杀病毒	248

技巧 6	让杀毒软件定时查杀病毒	249
技巧 7	使用金山在线杀毒工具在线查杀病毒	250
技巧 8	让杀毒软件实时保护系统	252
技巧 9	处理无法清除的病毒	253

10.3 木马查杀与黑客防御 253

技巧 1	防范木马程序	253
技巧 2	查杀笔记本电脑中的木马程序	253
技巧 3	使用金山卫士查杀恶意插件	255
技巧 4	使用 Spy Sweeper 扫描间谍软件	256
技巧 5	防止黑客入侵笔记本电脑	256
技巧 6	保障笔记本电脑的上网安全	257
技巧 7	使用瑞星账号保险柜保护个人隐私	258
技巧 8	使用金山卫士快速修复系统	259

第11章 笔记本电脑数据保护技巧

11.1 用户数据备份 260

技巧 1	转移“用户”文件	260
技巧 2	对 IE 收藏夹进行备份	261
技巧 3	备份 QQ 聊天记录	262
技巧 4	还原 QQ 聊天记录	262
技巧 5	备份喜爱的 QQ 表情	263
技巧 6	导入 QQ 表情	264
技巧 7	Foxmail 账户数据备份与还原	265
技巧 8	备份字体文件	266
技巧 9	还原字体文件	267

11.2 重要数据加密 267

技巧 1	防止重要数据被他人非法查看	267
技巧 2	对指定文件或文件夹加密	268
技巧 3	对已加密的文件或文件夹解密	269
技巧 4	防止他人随意查看自己的 IE 收藏夹	270

技巧 5	对 Access 数据库进行加密	271
技巧 6	对 Access 数据库进行解密	271
技巧 7	防止他人查看 Foxmail 中的邮件	272

11.3 灾难数据拯救 272

技巧 1	哪些情况下误删的数据还能恢复	272
技巧 2	认识常用的数据恢复软件	273
技巧 3	拯救数据时的注意事项	273
技巧 4	用 EasyRecovery 恢复被误删除的数据	274
技巧 5	用 EasyRecovery 恢复被格式化的数据	275
技巧 6	用 EasyRecovery 恢复压缩文档	276
技巧 7	用 FinalRecovery 恢复被格式化的数据	277
技巧 8	用 FinalData 恢复误删除的数据	278

第12章 笔记本电脑维护与保养技巧

12.1 操作系统日常维护 280

技巧 1	程序未响应时该怎样关闭	280
技巧 2	清理系统中的垃圾文件	281
技巧 3	“一键”清理硬盘中的垃圾	281
技巧 4	对笔记本电脑进行磁盘碎片整理	281
技巧 5	检查并修复笔记本电脑硬盘中的错误	282
技巧 6	使用笔记本电脑的“一键恢复”修复操作系统	283
技巧 7	使用系统光盘修复操作系统	284

12.2 系统备份与还原 284

技巧 1	为笔记本电脑设置正确的系统还原点	284
技巧 2	通过还原点还原笔记本电脑	285
技巧 3	减少还原点占用的磁盘空间	285
技巧 4	禁用“系统还原”功能	286

技巧 5	开启“系统还原”功能	287
技巧 6	使用系统光盘还原操作系统	287
技巧 7	备份 Windows 注册表	287
技巧 8	还原 Windows 注册表	288
技巧 9	备份硬件设备的驱动程序	288
技巧 10	还原硬件设备的驱动程序	289

12.3 笔记本电脑硬件保养 290

技巧 1	养成良好的笔记本电脑使用习惯	290
技巧 2	笔记本电脑使用过程中的注意事项	290
技巧 3	保养前应进行的准备工作	291
技巧 4	笔记本电脑外壳的保养方法	293
技巧 5	笔记本电脑液晶屏的保养方法	294
技巧 6	笔记本电脑键盘的保养方法	295
技巧 7	笔记本电脑触摸板的保养方法	296
技巧 8	笔记本电脑指点杆的保养方法	296
技巧 9	笔记本电脑外部接口的保养方法	296
技巧 10	笔记本电脑硬盘的保养方法	296
技巧 11	笔记本电脑光驱的保养方法	297
技巧 12	笔记本电脑电池的保养方法	297

第13章 为笔记本电脑安装操作系统

13.1 笔记本电脑的BIOS设置 299

技巧 1	进入 BIOS 设置界面	299
技巧 2	BIOS 设置的快捷操作技巧	300
技巧 3	在 BIOS 中设置系统日期和时间	300
技巧 4	在 BIOS 中设置磁盘引导顺序	301
技巧 5	保存 BIOS 设置并退出	301
技巧 6	退出 BIOS 且不保存设置	302
技巧 7	恢复 BIOS 的默认设置	302

13.2 硬盘分区与格式化 303

技巧 1	认识硬盘分区的类型	303
技巧 2	认识常见的硬盘分区格式	303

技巧 3 合理规划硬盘分区	304	技巧 9 激活 Windows 7 操作系统	313
技巧 4 认识硬盘的格式化	305	技巧 10 升级安装前的准备工作	314
技巧 5 在安装 Windows 7 时进行分区与 格式化	306	技巧 11 升级安装 Windows 7 操作系统	315
技巧 6 在 Windows 操作系统下格式化 分区	306	技巧 12 在苹果笔记本电脑上安装 Windows 系统	316
13.3 安装常见的操作系统	307	13.4 安装设备驱动程序	318
技巧 1 认识常用的操作系统	307	技巧 1 获取硬件驱动程序	318
技巧 2 选择合适的操作系统	308	技巧 2 查看未被识别的硬件设备	319
技巧 3 了解操作系统的安装方式	309	技巧 3 安装笔记本电脑主板的驱动程序	320
技巧 4 了解安装系统前的准备工作	310	技巧 4 安装移动显卡的驱动程序	320
技巧 5 在系统安装前为笔记本电脑硬盘 解锁	310	技巧 5 安装笔记本电脑声卡的驱动 程序	322
技巧 6 了解 Windows 7 的安装要求	310	技巧 6 安装以太网卡的驱动程序	322
技巧 7 了解 Windows 7 的安装流程	311	技巧 7 安装无线网卡的驱动程序	322
技巧 8 全新安装 Windows 7 操作系统	311	技巧 8 安装其他设备的驱动程序	323
		技巧 9 安装未签名的驱动程序	324

第1章

笔记本电脑的选购技巧

笔记本电脑，俗称“手提电脑”，是一种体积小巧、便于携带的个人电脑。随着其性能的不断提升，越来越多的用户开始选择或使用笔记本电脑。本章将主要介绍笔记本电脑的一些基础知识及选购方面的技巧。



1.1 认识笔记本电脑

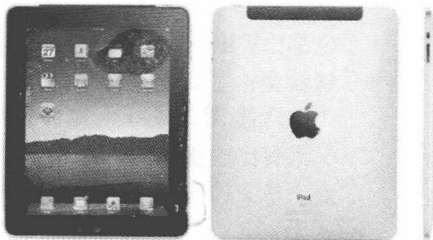
技巧 1 认识主流笔记本电脑的几大分类

市场上主流的笔记本电脑类型多种多样，根据不同的使用群体，主要可以分为以下几种类型。

- ❖ **商务应用型**：注重机器的稳定，可靠及数据安全。很多新技术都是最先使用在商务笔记本电脑中，例如钛合金材质、最先进的指纹识别技术、最强大的硬盘数据保护技术、最优秀的静音散热系统等。在外观设计方面，色彩比较单调，主要以灰、黑为主，稳重大方。

提示 为了满足部分用户便携性方面的要求，很多笔记本电脑厂商推出了超轻超薄机型。这类产品把便携性放在最重要的位置，一般没有内置光驱，重量在2kg以下。

- ❖ **家庭影音型**：用于替代家用台式电脑，倾向于娱乐设计，通常采用大尺寸屏幕（15英寸以上）和顶级音响系统。部分产品还带有TV功能，方便用户收看电视。这类产品体积较大，不便于携带。
- ❖ **娱乐游戏型**：注重视觉效果与影音效果。此类产品都采用顶级的显示屏，搭配性能强悍的独立显卡，为游戏玩家量身打造，同时兼顾了娱乐影音的需要，整体性能强劲。
- ❖ **平板手写型**：即平板电脑，集移动商务、移动通信和移动娱乐为一体，具有手写识别和无线网络通信功能。其外形介于普通笔记本电脑与掌上电脑之间，通常采用全触摸屏设计。这类产品包括苹果公司的iPad、联想的乐Pad等。



提示 随着 Google 公司研发的 Android (安卓) 操作系统的逐渐成熟, 市场上的平板电脑产品日渐丰富, 例如三星的 Galaxy Tab 系列、汉王的 TouchPad 系列等。

- ▶ **掌上轻便型:** 一般是指 10 英寸以下的小尺寸笔记本电脑, 便携性非常强, 电池续航时间长。这类产品具备一切台式电脑该有的功能, 并且支持 Wi-Fi 和蓝牙等无线连接技术。

提示 掌上轻便型笔记本电脑采用的 CPU 比较特别, 主要为 Intel 的 Atom (凌动) 系列、威盛的 Nano (凌珑) 系列以及 nVIDIA 公司的 Tegra 系列。

技巧 2 认识常见的笔记本电脑外壳材质

笔记本电脑的外壳主要用于保护内部的硬件, 优质的外壳材料还能够减轻整机重量并改善产品的散热性能。下面介绍几种主流的外壳材质。

- ▶ **聚碳酸酯 (PC):** 常用来制造笔记本电脑的外壳, 其原料为石油, 具有热量分散均匀、耐冲击性好和折射率高等优点, 且很有金属质感。聚碳酸酯最大的缺点是易脆, 一跌就破。耐磨性也较差, 一般不会用于制造笔记本电脑的底部外壳和上盖。
- ▶ **ABS 工程塑料 (PC+ABS):** 又名塑料合金, 既具有 PC 树脂的优良耐热耐候性、尺寸稳定性和耐冲击性, 又具有 ABS 树脂优良的加工流动性、低蠕变性、可塑性及配色容易等特点。生产成本低, 应用非常广。但由于存在导热性能较差和质量偏重等缺点, 因此无法用于制造轻薄机型, 主要应用中低端笔记本电脑中。
- ▶ **铝镁合金:** 主要成分是铝, 再掺入少量的镁等其他金属材料来加强其硬度。具有密度低、质量轻、散热性好、抗压性较强以及上色容易等特点。生产成本较高, 一般应用中高档笔记本电脑中。

注意 铝镁合金的耐磨性较差, 使用时间长后会显得颜色暗淡, 主要用来制作笔记本电脑的顶盖, 很少用于制造整机外壳。

- ▶ **碳纤维:** 外观类似塑料, 既具有 ABS 工程塑料的高可塑性, 又具有铝镁合金高雅坚固的特性, 其强韧性是铝镁合金的两倍, 散热效果更好。碳纤维是一种导电材质, 具有类似金属的屏蔽作用。由于其外观成型和着色都比较困难, 生产成本低, 所以一般应用中高端产品中。
- ▶ **钛合金:** 主要成分也是铝, 在铝镁合金的基础上掺入了少量的钛金属 (钛含量 3% 左右) 和碳纤维材料, 既具有 ABS 工程塑料的高可塑性, 又具有比铝镁合金更高的强韧性。通过它可以制作更轻更薄、外形更加复杂多变的笔记本外壳。