

预防手册

电脑数据损失

- 雇一个密码保镖
- 藏好情书万封
- 永不再为驱动发愁
- ◆◆ 高手防毒经验谈
- ◆◆ 一劳永逸——全自动备份大绝招
- ◆◆ 5分钟重装系统

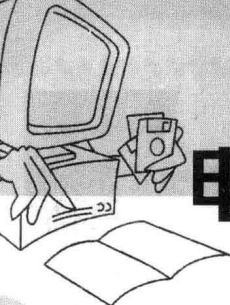


专题：

老黑客谈防黑

- ◆◆ 你的密码可靠吗？
- ◆◆ 设密码的艺术
- ◆◆ “藏”的艺术
- ◆◆ 我的文件你别动
- ◆◆ 木马一点不可怕
- ◆◆ 小心“本地黑客”

硬盘杀手通缉令



电脑数据损失预防手册

目录

专题：个人信息财产大清点	2
留住我的收藏、我的文档	3
雇一个密码保镖	6
藏好情书万封	11
轻松备份 OE	17
记下千言万语	20
谁也别想让我的下载中断	25
永葆“键指如飞”的风采	28
永不再为驱动发愁	31
特稿：MS Office 个性化设置自动备份 / 恢复流程攻略	34
专题：轻松备份	42
一劳永逸——全自动备份大绝招	42
妙用 Windows 组件自动定时备份	46
5 分钟重装系统	49
强中自有强中手——克隆软件横向评测	55
克隆备份自动化	62
专题：防毒防黑是关键！	65
任何病毒都可防可治	65
中毒了！怎么办？	67
预防为主治疗为辅	70
精品防病毒软件推荐	71
高手防毒经验谈	74
硬盘杀手通缉令	78
给你的文件买个诺顿保险	84
专题：老黑客谈防黑	88
你的密码可靠吗？	88
设密码的艺术	93
木马一点不可怕	96
小心“本地黑客”	103
巧用 WinRAR 加密	107
文件“隐身术”	109
“藏”的艺术	111
我删除的文件，谁也别想恢复！	118
轻轻地走，不留下任何信息	121



文 / 赵江

个人信息财产大清点

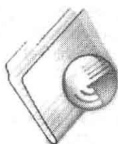
说起备份，很多朋友只想到把重要的文件复制一份，结果重装系统之后才发现自己的收藏夹不见了，邮件失踪了，QQ聊天记录丢失了，输入法用起来不像以前那样方便了，驱动程序找不到了……

看来，除了重要的文件之外，旧系统中还有很多“个人信息财产”需要我们做好备份。只有这样才能够将意外故障带来的负面效应减少到最低，保证我们在最短的时间内得以重新使用电脑。

既然“个人信息”如此重要，那么我们现在就来一次“个人信息财产大清点”，先搞清楚自己有些什么东西需要备份，然后搞清楚怎么备份。解决这两个问题之后，再想办法让这个备份工作尽可能简化。

Let's go!

留住我的收藏、我的文档



IE 收藏夹保存了我们上网冲浪时精心收录的优秀网站地址，而我们日常编辑的各种文档 Word 文档、Excel 表格等文件则是默认保存在“我的文档”中。Windows 的 IE 收藏夹以及“我的文档”都默认保存在系统分区（一般为 C:）中。很多朋友在重新安装 Windows 系统之前忘记了备份这些文件，结果格式化系统分区之，重新安装好 Windows 系统之后，才发现这些数据资料都彻底灰飞烟灭了，网址找不到，文件也丢失了……因此，备份收藏夹、“我的文档”是非常重要的。

留住我的收藏

内容丰富的收藏夹是长期积累的结果，从某种意义上来说，收藏夹也是一种宝贵的资料，所以对收藏夹的备份就等于是对资料的备份。备份收藏夹一般有下列两种方法。

直接复制备份收藏夹

优点：简便快捷。

对于 Win9x/Me 系统而言，默认的收藏夹存储路径是“C:\Windows\Favorites”，而 Win2000/XP 系统则存储在“C:\Documents and Settings\username\Favorites”（username 是当前登陆的用户名）文件夹中。所以，我们只需要把收藏夹所在文件夹的所有文件拷贝到一个安全的位置就算做好一个备份，重装系统之后或者其它需要恢复的时候再把它复制回来即可。

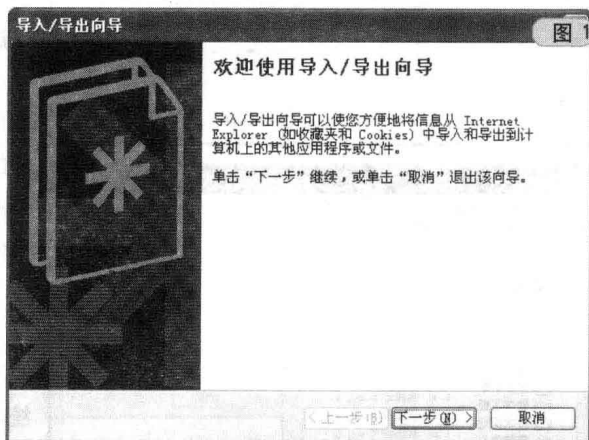
用 IE 导出收藏夹备份

用 IE 导出收藏夹备份

利用 IE 的收藏夹的导入/导出功能可以很方便地将收藏夹导出备份，或者导入恢复。

优点：备份后只有一个文件，易于管理。

第一步：先打开 IE 浏览器，在“文件”菜单中选择“导入和导出”。此时将出现“导入/导出向导”窗口（如图 1）。



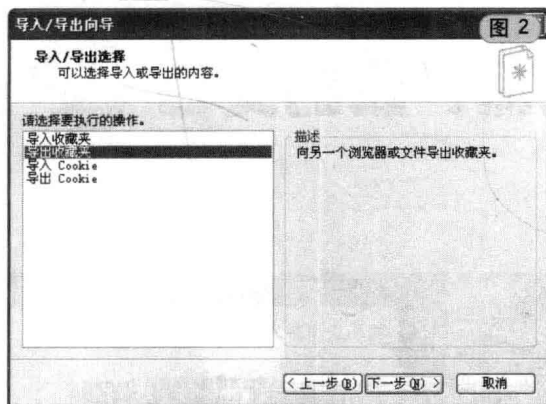


图 2

第二步：点击“下一步”按钮，在图2所示的窗口中选择“导出收藏夹”，再点击“下一步”按钮。

第三步：此时向导将显示出收藏夹中的所有的项目（如图3），选取最上部的“Favorites”之后点击“下一步”按钮继续。

第四步：接着在图4所示窗口中设置导出的收藏夹备份文件的存储位置和文件名（如图4），确认之后即可将整个收藏夹保存为一个单独的html文件了。

注意：一定要将导出的收藏夹备份文件保存在非系统分区中。

上述操作完成之后，我们可以直接双击打开得到的备份文件，此时可以在IE浏览器中看到整个收藏夹的完整信息。

如果想恢复收藏夹，操作方法与上述步骤类似，只是在图2所示窗口中要选取“导入收藏夹”一项，并且指定已经保存的收藏夹备份文件，再将其导入恢复。

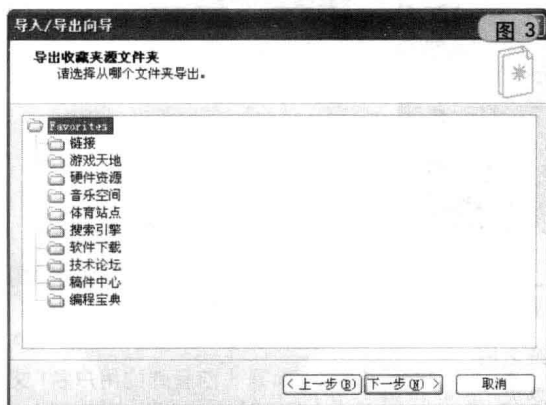


图 3

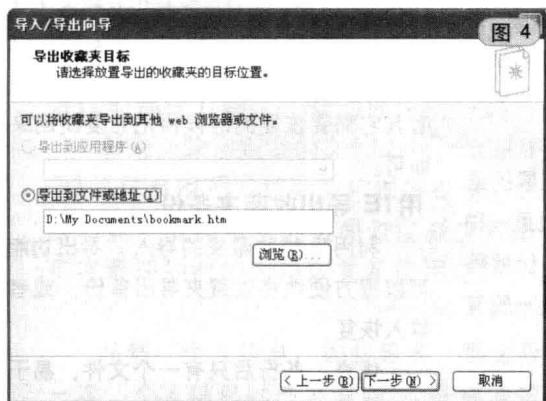


图 4

导出的收藏夹更好用



虽然上述两种方法都可以实现IE收藏夹的备份和恢复，但是建议

大家选择后者进行操作，这样更为方便，而且对各种版本的IE浏览器都通用。即使使用非IE的浏览器软件，也可以直接打开导出的html文件，浏览、使用收藏夹链接。

留住“我的文档”

安装好 Windows 之后，可以看见桌面上有一个名为“我的文档”的图标，双击之后即可查看保存在其中的各种文档资料。因为各种 Office 文档、上网冲浪时下载的精彩图片，以及很多程序编辑的文件都默认保存在“我的文档”，所以备份它非常重要。方法有两种。

直接复制备份“我的文档”

最简单的备份方法就是直接将“C:\My Documents” (Win98 系统) 或者“C:\Documents and Settings\username\My Documents” (Win2000/XP 系统，username 是你的用户名) 文件夹复制到其它分区中保存，在重新安装系统之后再复制回来即可。

提前转移“我的文档”

上述方法要求我们有一个好记性，否则很容易重装系统之后才想起没有备份，丢失这些辛苦制作的文档。所以，建议大家选用下面一种方法，把“我的文档”提前转移到其它分区（如 D：）中。

第一步：点鼠标右键单击桌面上的“我的文档”图标，并且在弹出菜单中选择“属性”命令。

第二步：在属性设置窗口中选择“目标文件夹”标签，点击“移动”按钮。

第三步：在弹出窗口中选择一个硬盘分区来保存“我的文档”（图 5）。确认

之后，系统就会把原先保存在 C：中的“My Documents”文件夹及其中的所有文件、文件夹转移到到你指定的位置中。

这样，我们在编辑文档时候就可以放心地直接把各种文档存放在“我的文



档”中，不用担心重新格式化安装 Windows 前会忘记备份了！

幽默



雇一个密码保镖



相信很多朋友都遇到过这种情况：当你第一次用IE登录信箱的时候，会有一个选项，问你是否要记住密码。选中这一项，下次再打开这个站点的时候就自动登录了。谁帮我们填好了用户名和密码？Cookie。

文件夹直接复制到其它分区中即可完成备份。在重新安装好 Windows 之后，只要把这个文件夹复制到原先的位置即可恢复。Win2000/XP 系统的 Cookies 存储位置稍有不同。一般是 C:\Documents and Settings\username\Cookies，其中 username 是你登录系统的用户名。备份、恢复的方法是一样的。

2.IE 导出 / 导入

虽然上述方法使用起来非常方便，但是通过 IE 的导出 / 导入功能来进行 Cookies 备份，得到的备份文件只有一个文本，管理起来会更加方便。

第一步：启动IE浏览器之后运行“文件>导出和导入”命令，此时将激活“导入 / 导出向导”程序。

第二步：在图 1 所示的窗口中选取“导出 Cookies”命令，点击“下一步”按钮继续。



何谓 Cookie?

Cookie 是 Internet 上被你访问过的网络服务器在你的硬盘上留下的某些细节记录。一般包括你访问该站点的时间、次数、及你访问时的 IP 地址。有的特殊网站（如论坛、邮箱），Cookies 还包括你的用户标识（ID）和密码（Password）。这些细节记录以文本文件的方式保存在系统指定的 Cookies 文件夹中。以后再访问该网站，这种 Cookies 文件就能提供登录 / 注册信息，使你在进入该网站时获得某些方便或实现某种功能。

既然 Cookies 能给我们带来这么大的方便，那我们自然要注意将它备份好。

手工备份 Cookies

1. 直接复制

在 Win9x/Me 系统中，Cookies 通常都是存放在 Windows 安装目录的 Cookies 文件夹中（如 C:\Windows\Cookies），只要把这个

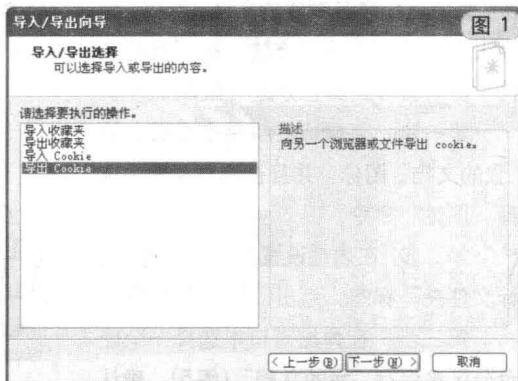


图 1

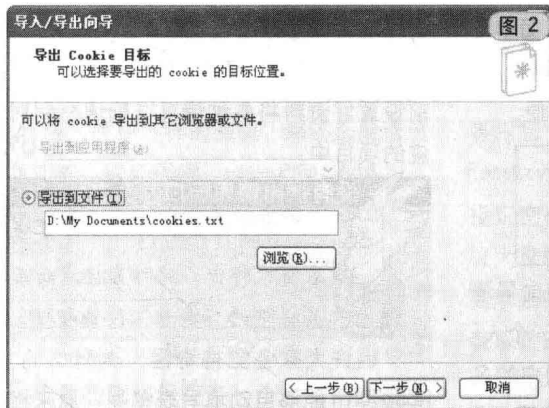


图 2

“Cookies”命令，然后指定已经保存在硬盘中的Cookies文件即可。

Cookies 不安全



很多朋友看完上文就想到了——如果哪个心怀不轨的人悄悄备份了我的Cookies文件，恢复到自己的机器上，岂不是可以登录我的信箱，用我的帐户登录论坛了？

的确，Cookies这种简单的存储方式注定带来严重的个人隐私安全隐患。所以我们有必要用一个更安全的方式来管理我们上网所用的帐户和密码。

雇一个密码管家

AI RoboForm是一套专业的网上表单自动填写软件。它把你的所有帐户、密码信息和个人资料收集管理起来，在你需要填写的

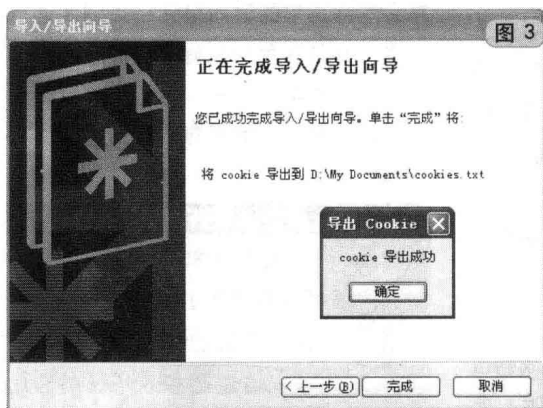


图 3

第三步：在图 2 所示窗口中设定 Cookies 文件的保存路径和文件名，点击“下一步”继续。

第四步：等 Cookies 文件导出完成之后可以看见图 3 所示的弹出窗口，这就证明 Cookies 已经导出成功了。

在恢复 Cookies 文件的时候，只要参照上述操作步骤，并且在图 1 所示窗口中选择“导入

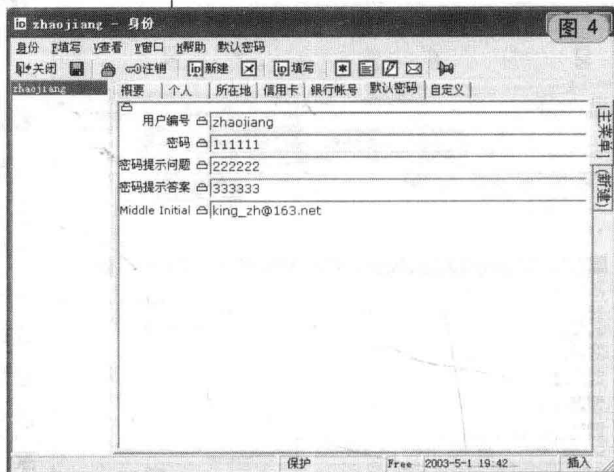
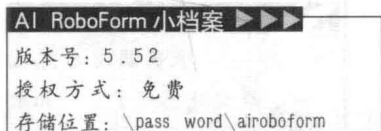


图 4

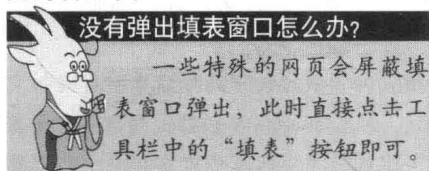
时候，经你允许之后，自动填写。简单地说，用它来管理、填写我们的各种帐户、密码和个人资料，既安全，又方便。



在安装该软件的时候会出现向导程序，提示你创建一个用户，并且在“个人”和“所在地”标签中设置这个用户的名称、家庭电话、工作电话、电子信箱、出生年月等个人信息以及地址信息（如上图4），接着进入“默认密码”标签填写用户名、密码、密码提示问题、密码提示答案和联系信箱。完成这些设置之后，在网上注册各种新用户的时候，我们就可以让AI RoboForm来帮助我们自动填写了。

这时打开IE浏览器，你会发现在工具栏中多出了一排AI RoboForm生成的按钮。那么怎样快速填写各种信息呢？非常简单，只要页面中出现注册信息窗口，

程序就会自动弹出填表窗口。如图5，此时点击窗口中的“填表”按钮就可以按之前设置好资料将各种信息准确填写到对应的项目中。



也许大家会觉得奇怪，为什么AI RoboForm能够自动填写表单呢？原来程序会对网页中的输入单元格关键字进行扫描，并且从我们设置好的信息中搜寻与其对应的字段信息，然后将其复制到表单中，因此能够把我们从繁琐的输入信息工作解放出来了。

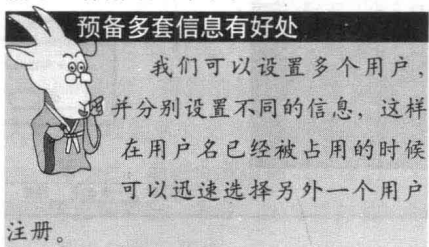


图5

雇一个密码保镖

以上给大家介绍的AI RoboForm，只能帮助我们填写网页上的各种表单。对于各种应用程序上的密码（如QQ密码）就无能为力了。而且就安全性方面考虑，AI RoboForm虽然可以给个人的数据库加密，但是它提供加密功能比较弱，不安全。所以，AI RoboForm只能当“管家”。在自己的家用电脑上使

用倒还凑合，如果要在单位的公用电脑这种安全性要求高的场合使用，或者要“代理”各种各样的密码，那还是要请出我们的“密码保镖”——PassCrypt。

PassCrypt 小档案 ▶▶▶

版本号：1.3

授权方式：共享

存储位置：\password\passcrypt

PassCrypt 最大的优点在于它能够将你所有的密码保存在一个单独的数据库文件中，而且可以快捷地调用、填写。省去你记忆、输入这些密码的麻烦。另外一方面，软件还采用访问口令方式，并且辅以 448 位超强加密技术来保证个人的密码数据安全。最后，它还提供了生成超强密码的功能。可以为用户设计难于破解的强悍密码。因此在它的帮助下，我们只需记住一个 PassCrypt 程序的运行密码就能够让所有的密码高枕无忧了。

把密码交给“保镖”

运行 PassCrypt 之后，首先在图6所示的窗口里选中“Enable password protect”启动对密码数据的加密保护，然后在其下的

文本框中输入两次密码。由于这个密码是进入 PassCrypt 的钥匙，因此一定要妥善保管，丢失或者遗忘之后就无法使用 PassCrypt 了。设定好密码之后，还可以指定密码数据文件存放在哪里，强烈建议大家修改存储路径，将这个文件存储到非系统分区上去，并做好备份。以免重装系统时丢失。

接着进入 PassCrypt 主界面，此时可以看见程序预先提供了 Banking（银行帐号）、Internet（网页登录）、Software（软件）以及 Email（电子邮件）几项，这是用于存储不同类型的密码。如果我们需要让 PassCrypt 记住自己信箱的密码，就可以点击“Email”一项，在右部窗口中逐一输入当前密码的描述、用户名、密码、认证日期和终止的日期等，完成之后 PassCrypt 就帮你保管这个密码了（图7）。参照这种方法，把其它各种的密码全部

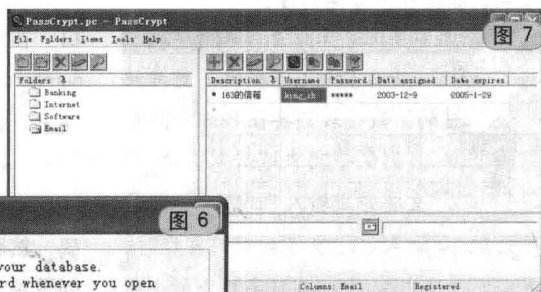


图 7

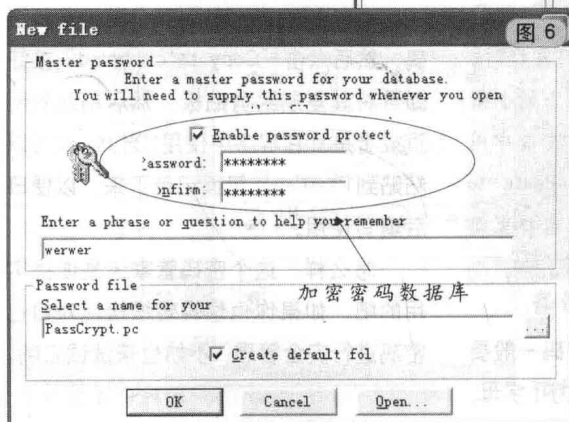
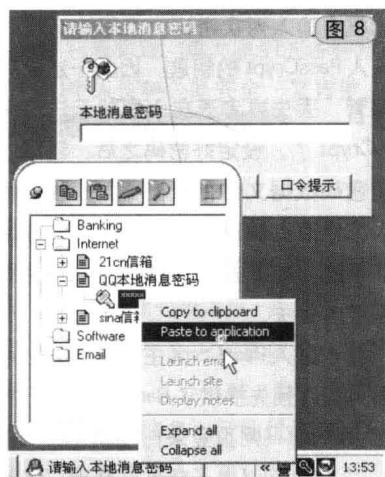


图 6

交给 PassCrypt 保管。

当我们需要使用密码的时候怎么办呢？其实也很简单，比如我们在登录信箱的时候需要输入密码，就可以在图7所示窗口中点击“Password”下的单元格，右



快速输入密码

击鼠标之后在弹出菜单中选取“Copy”命令，接着把复制得到的密码粘贴到网页登录界面或者是电子邮件程序中即可。所以通过这种方式，无论你有什么密码都可以很轻松选用。如果管理的密码较多，还可以借助程序的搜索功能查找，非常方便。

快速调用密码的绝招

PassCrypt 还提供了更方便的，假设我们要让 PassCrypt 帮我们保管 QQ 本地消息密码，那么将密码输入 PassCrypt，然后当出现 QQ 输入本地消息密码的窗口时，我们可以双击 PassCrypt 在任务栏上的小图标。如图 8，在弹出的快速输入窗口中用鼠标右键点击 QQ 密码，选择“Paste to application”。密码就自动填写到窗口里面了。

强悍密码设计师

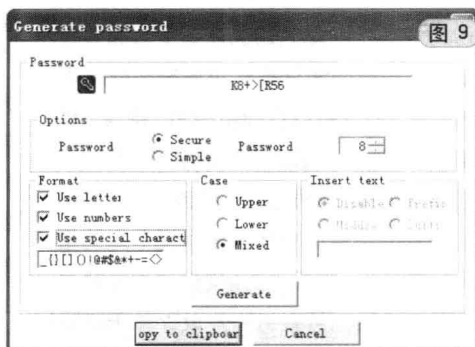
大家都知道一个安全的密码一般要求至少在 6 位以上，而且还要包含数字、字母、

特殊符号等内容，这样才能保证不会被轻易破解。

快速链接: ▶▶▶▶

《设计密码的艺术》请见 93 页

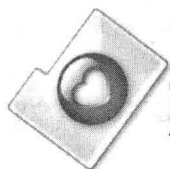
但是创建这种类型的密码却着实要费一番脑筋。现在，有了 PassCrypt，我们也不愁记不住密码了。而设计强悍密



帮你设计强悍的密码

码的事情也可以交给 PassCrypt 帮你完成。在程序主窗口中运行“Tools>Generate password”命令即可激活图 9 所示的窗口，在此可以选取“Use letter”、“Use numbers”和“Use special character”三项来创建复杂的密码，接着设定“Password”的位数，最后点击下部的“Generate”按钮即可得到一个随机安全密码。然后点击“Copy to clipboard”按钮即可将其复制到剪贴板，然后粘贴到网页或者是其它程序中使用。当然，也可以粘贴到 PassCrypt 里面记录下来，以便日后填写使用。

怎么样，这个密码管家还是便捷实用的吧，如果你也想轻轻松松地对自己密码进行安全管理，不妨也来试试它哟。



藏好情书万封

虽然E-mail 软件非常多,但大多数朋友最常用的也不外乎Outlook Express和Foxmail。在长期使用E-mail 之后,我们的硬盘上会保存有很多重要的邮件,还有大量好友、业务伙伴的邮箱地址等重要信息,备份保存好这些数据,也是至关重要。

一、Foxmail 邮件的备份与恢复

这项备份工作可以分为以下几种情况:备份个别邮件、备份一个帐户或者邮箱、备份地址簿和备份整个Foxmail。

备份与恢复整个Foxmail

首先,我们必须了解邮件的存储位置。如果你没有在新建帐户的时候特意指定邮箱存储位置,保留了“默认”,那

么邮箱应该是在Foxmail 安装目录的mail 文件夹中。

默认状态下,Foxmail 被安装在“C:\Program Files\Foxmail”文件夹。那么,所有的邮件都保存在该文件夹中的“\mail\accountname”子文件夹中,其中accountname是您在Foxmail中建立的用户

名。如果是这样,我们可以备份整个Foxmail,就是把

Foxmail 安装目录(如图1,包含子目录)整个复制一份到非系统分区(如D:)。然后给Foxmail.exe 建立一个桌面快捷方式(按住Alt 键,用鼠标左键将程序拖到桌面上)。以后直接用这个快捷方式启用Foxmail,所有的Foxmail 邮件帐户信息、地址簿、收件箱/发件箱中的邮件都在非

系统分区上,重装系统之后只要重新创建快捷方式即可继续使用。

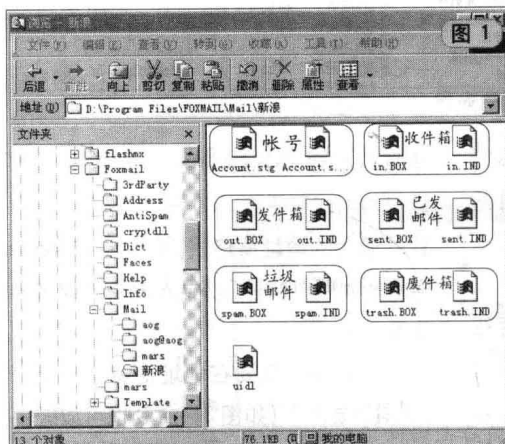


图1

安装Foxmail 时即可解决备份问题

由于Foxmail 是一款绿色软件,建议将它安装在非系统分区,这样即使格式化系统分区,重装Windows 系统后,Foxmail 也可以照常运行,而邮件和地址簿等信息也不会丢失。

备份与恢复个别帐户

有时候我们要单独备份某个帐户的邮件(例如要升级使用新

可精选备份内容

版的 Foxmail)，那就只要备份 Foxmail 中该帐户对应的整个文件夹。



怎样找到某帐户的邮箱路径？

如果某个帐户的邮箱路径没有按照默认值设置。那么，我们可以打开记事本程序，把 Foxmail 安装目录下的 accounts.cfg 文件拖进记事本窗口将其打开，这样就可以看到各帐户邮箱的存储位置了（如图 2）。

按以上方法备份的个别帐户的邮件，恢复的时候，要先在 Foxmail 中建立一个

地址簿有“公共地址簿”和“私人地址簿”之分，私人地址簿是和帐户相关的，如果要恢复私人地址簿，就必须首先建立它原先对应的帐户。

如果要与别人共享私人地址簿，或者要让 Foxmail 与其它 E-mail 软件共享地址簿，那就要用到 Foxmail 的地址簿导入 / 导出功能。

Foxmail 中的两种地址簿都可以包含多个文件夹，其实一个文件夹就相当于

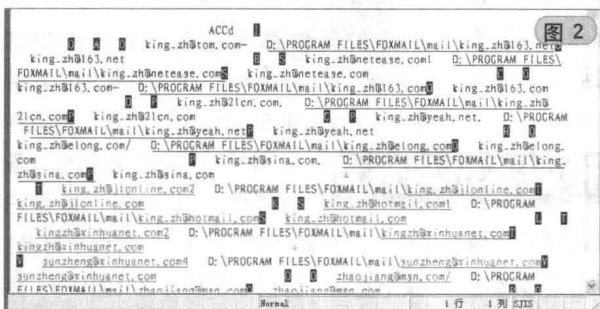


图 2

一个独立的地址簿。备份一个地址簿或者其中某一个文件夹下的地址信息，可以先在 Foxmail 主窗口中点击“地址簿”按钮，接着选定要备份的地址簿或者其中的文件夹，运行“工具>导出”命令把地址

邮箱路径尽在眼前
帐户，然后把备份文件复制到该帐户的邮箱路径，覆盖其中文件，启动 Foxmail 即可看见旧帐户的所有邮件。

如果文件备份到光盘上，复制回来时属性会变成只读的，这样会导致 Foxmail 不能运行或者产生异常，所以必须把所有文件的属性中的“只读”属性去除。

备份 Foxmail 地址簿

备份 Foxmail 地址簿

Foxmail 地址簿的所有信息都保存在 Foxmail 的 Address 目录下，因此可以通过备份这个目录或者其中的文件实现地址簿备份。不过要特别注意：Foxmail 中的

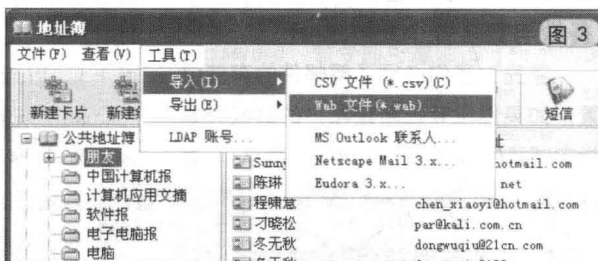


图 3

导入地址簿备份

信息导出到一个文件中。文件的格式可以是 WAB、TXT 或 CVS，这些都是 E-mail 软件通用的地址簿格式，Outlook Express 等 E-mail 软件也可以导入此格式或者导出为此格式。

Foxmail 只要在地址簿窗口中运行“工具>导入”（如图 3）命令也可以轻易地把这种文件中的地址信息导入地址簿。



导入 / 导出地址簿的缺陷

需要提醒大家注意的是，导出的地址簿并不包含文件夹（分组）的信息，所以如果想要保留地址簿中的各级文件夹，应该单独对各文件夹执行导出操作。恢复或者导入时再逐级导入。

个文件中。

而 Win2000/XP 中不同用户的邮件都存放在不同的文件夹中，比如 Administrator 的 E-mail 就全部存放在 C:\Documents and Settings\Administrator\Local Settings\Application Data\Identities\{D27996BF-9FF8-4893-A637-C34B624FBA85}\Microsoft\Outlook Express

文件夹中，其中“Administrator”和“{D27996BF-9FF8-4893-A637-C34B624FBA85}”将因用户名或计算机名不同而有所区别。

所以，如果要直接备份全部邮件，将上述保存邮件的文件夹直接复制到非系统分区即可。

在备份邮件之前，可以将不需保存的邮件彻底删除掉，这样可以节省备份的时间和备份资料占用的磁盘空间。

恢复的时候，只要用 OE 的“文件>导入>邮件”功能即可。这个功能是一个向导程序，操作非常简便，在此就不赘述了。

备份部分邮件

在 OE 中选择需要备份的邮件，然后运行“文件>另存为”命令，最后给邮件命名，保存即可（图 4）。

二、手工备份 Outlook Express

Windows 中免费集成的 Outlook Express（以下简称为 OE）凭借着强大的功能成为很多网虫首选的 E-mail 工具，通过 OE 不仅可以与朋友通过 E-mail 进行直接联系，还能够记录许多朋友的联系方式。可是一旦系统崩溃或者被病毒破坏，OE 将带着你的邮件和联系人等重要资料一同逝去……如果你不想后悔莫及的话，还是尽快给 OE 来个备份，让悔恨离我们远远的。

备份与恢复邮件

直接备份全部邮件

Win9x/Me 操作系统中，OE 将 E-mail 存储在 C:\Windows\Application Data\Identities\{7EE0B55F-C1E3-4AD7-9B64-BBD122FDCABC}\Microsoft\Outlook Express 文件夹下。其中的“{7EE0B55F-C1E3-4AD7-9B64-BBD122FDCABC}”这一段，在不同的计算机上会不尽相同。在这个目录下会看到一些名为收件箱、发件箱、dbx 的文件，它们对应着 OE 中的收件箱和发件箱，我们收发的邮件都存储在这两

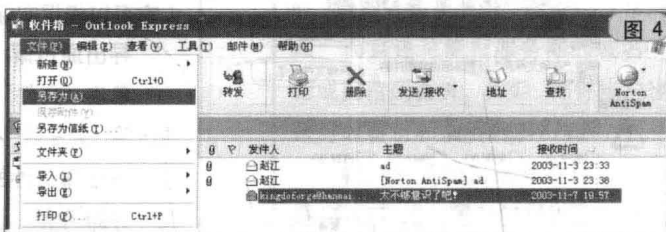


图 4 用“另存为”的方法备份个别邮件

不过上述方法只能保存一个邮件，如果要保存多个邮件，可以利用辅助键 Ctrl 和 Shift 选择多个邮件，其中 Shift 是连续选择，Ctrl 是间隔选择。不过选择多个邮件之后，“另存为”项是灰色不可选的。怎么办？我们可以先选择多个邮件，然后点击鼠标右键选择“将其作为一个附件转发”。当“新邮件”窗口弹出来的时候，再点击“文件>保存附件”，就可以把附件——我们需要保存的一批邮件保存到硬盘我们指定的文件夹里面。

需要恢复的时候，直接将这此eml文件选中，拖进 OE 的“收件箱”即可。

预先转移 OE 的邮件存储位置

将 OE 中邮件默认保存路径转移到非系统分区，免除了定期备份的繁琐工作，可算是最好的 OE 邮件备份方法。具体操作方法如下：

第一步：在 OE 中运行“工具>选项”命令，接着在出现的“选项”窗口中选择“维护”标签页面（图 5）。

第二步：点击“存储文件夹”按钮之

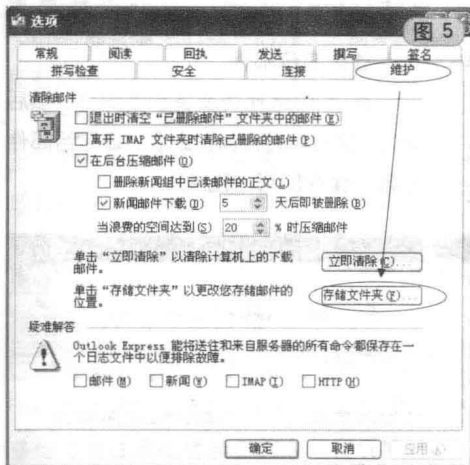


图 5

转移邮件存储位

后，在接着出现的窗口中点击“更改”按钮，并且选择你希望存储邮件的文件夹，这样就可以更改 OE 邮件的默认存储位置（图 6）。

恢复的时候，同样用 OE 的“文件>导入>邮件”功能即可。

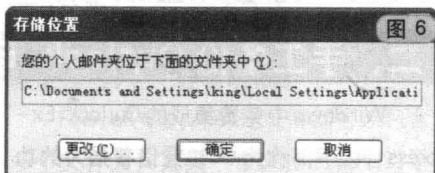


图 6

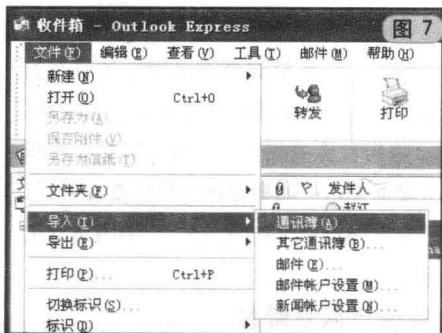


图 7

在 OE 中导入通讯簿

OE 通讯簿的备份与恢复

OE 中的通讯簿保存了很多好友的联系方式，如果这些信息丢失将会给我们与别人的交流带来极大不便，因此对于 OE 的备份也要注意对通讯簿的备份。一般备份地址簿的方法有两种，大家可以根据实际情况有选择地采用。

导出通讯簿

单击“文件”菜单，选择“导出>通讯簿”命令后，在弹出的窗口中选择导出地址簿文件的类别，输入名称后保存好即可。

如图 7，依样画葫芦，选择“文件>

导入>通讯簿”即可导入这种方法备份的通讯簿。

复制通讯簿

打开我的电脑或资源管理器，找到“c:\windows\Application Datas\Microsoft\Address Book”文件夹，在其中文件名与用户名相同的文件即为用户的通讯簿。备份后如果重装系统，将该文件复制回原文件夹即可。

恢复时只要在 OE 中运行“文件>导入>通讯簿”命令，然后选中曾经备份的通讯簿文件即可恢复 OE 通讯簿。



OE 通讯簿也可预先转移

OE 通讯簿默认的存储路径比较复杂，这也加大了备份工作的难度。其实我们可以在安装好系统之后就修改它的默认存储位置到非系统分区。就免除了经常备份的麻烦。方法如下：

启动注册表编辑器，打开“HKEY_CURRENT_USER\Software\Microsoft\WAB\WAB4\WabFile Name”，在右边窗口中将其默认值改成你希望的存储路径即可。

通过注册表导出通讯簿分组

按上述方法复制通讯簿有一个遗留问题：通讯簿分组信息没有备份。所以我

们还要进行以下操作：

打开注册表编辑器，找到“HKEY_CURRENT_USER\Software\Microsoft\Internet Account Manager\Accounts”一项，然后选中“Accounts”项，接着运行“文件>导出”命令（图 8），并在出现的对话框中的“导出范围”一项中选取“选定的分支”复选框，输入文件名，选定保存位置，确定即可。

恢复的时候，将此注册表文件导入注册表即可。

邮件规则的备份

定制邮件规则可以有效抵御垃圾邮件，因此邮件规则的备份也非常重要。

这项工作可以通过备份注册表完成，打开注册表编辑器，找到“HKEY_CURRENT_USER\Identities\{D27996BF-9FF8-4893-A637-C34B624FBA85}\Software\Microsoft\Outlook Express\5.0\Rules\Mail”（图 9）。将该注册表分支导出为一个注册表文件即完成了邮件规则的备份，待重装系统后恢复邮件规则时，在此注册表文件上单击鼠标右键，选择弹出菜单中的“合并”即可恢复邮件规则。

备份与恢复 OE 帐户

如果你拥有多个邮箱，重装系统后还需要一一设置服务器、用户 ID、口令等诸多参数，这些都非常麻烦，而且还可能把服务器的域名搞错或把密码丢失。其实，邮件帐户也是可以备份和恢复的。

帐户的备份方法有两种，一种是 OE 自带的，另一种可以通过备份注册表来实现。

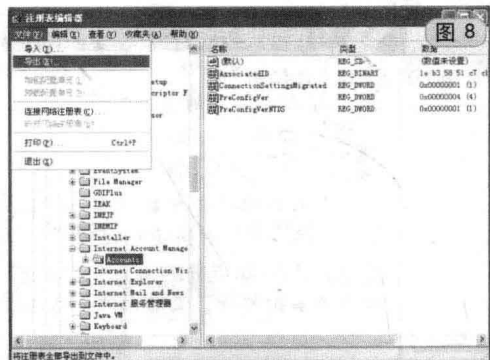


图 8

导出注册表中的通讯簿分组信息



图 9

在这里保存所有的帐户信息。运行“注册表>导出注册表文件”命令，并在出现的对话框中的“导出范围”项中选中“选定的分支”复选框，输入文件名后确定即可。

重新安装 Windows 系统之后，参照备份的步骤进入图9所示窗口，单击“导入”按钮并选择曾经备份的 iaf 帐号文件即可恢复帐号信息，重复此操作可一一导入所有帐户。

个性化签名的备份与恢复

个性化签名可以以两种不同的方式实现，一是文本的方式，即直接在 OE 中键入；二是文件方式，即指定某文件作为签名附加在邮件的末尾。对于后者，备份自然非常简单，只需要将该文本文件复制到安全位置并保存即可。可对于前者，就需要在注册中进行操作了。

在备份 OE 中输入的个性化签名时需要打开注册表，找到“HKEY_CURRENT_USER\Identities\{D27996BF-9FF8-4893-A637-C34B624FBA85}\Software\Microsoft\Outlook Express\5.0\signatures”主键，然后可以像备份和恢复邮件规则那样处理即可。

轻松导出 / 导入 OE 帐户

在 OE 中运行“工具>帐户”命令，在弹出的“Internet 帐户”对话框中选取“邮件”标签（如图 10），接着选择要备份的帐户并单击右侧的“导出”按钮，最后在弹出的“导出 Internet 帐户”对话框中选择用来保存帐户的文件名称及路径即可。

按照程序的默认设置，帐户的备份文件将以帐户名作为文件名，扩展名为 iaf。重复上面的操作，可备份所有的邮件帐户信息。

用注册表备份 / 恢复 OE 帐户

先进入注册表编辑器，找到“HKEY_CURRENT_USER\software\Microsoft\Internet Account Manager\Accounts”一项，

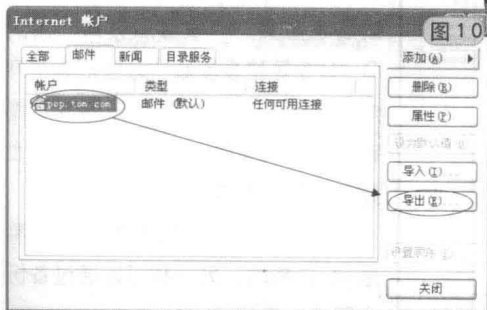


图 10

选择要备份的帐户，将其导出

有否简便方法？

本文所述，都是在没有第三方工具的情况下，手工备份邮件、帐户、通讯簿的方法。操作比较繁琐，但确实是一个必备的解决方案。

当然，简便方法是有的。下一篇文章，我们就讲解如何使用专门的软件来备份邮件，及其相关的数据。