

图解操作 即查即用

应用技巧与综合案例操作



电脑安全设置 与病毒防范应用大全

Wz坐标工作室 编著

-  Windows系统漏洞扫描与安全补丁升级
-  Windows系统安全基本设置
-  Windows系统使用权限限制与隐私保护
-  黑客防御安全设置
-  系统病毒/木马与恶意代码查杀与防御
-  Internet、电子邮件与聊天工具安全设置
-  重要文件的安全设置与保护
-  重要数据与注册表的备份与恢复
-  使用组策略来设置系统安全

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

应用技巧与综合案例操作



电脑安全设置 与病毒防范应用大全

Wz坐标工作室 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

网络设置

内 容 简 介

本书共 14 章, 分别为 Windows 系统漏洞扫描与安全补丁升级、Windows 系统安全基本设置、Windows 系统使用权限限制与隐私保护、黑客防御安全设置、系统病毒/木马与恶意代码查杀与防御、防火墙安全设置、Internet 安全设置、电子邮件安全设置、聊天工具安全设置、重要文件安全设置与保护、重要数据与注册表备份与恢复、Windows 系统与数据修复、为系统加个安全“金钟罩”和使用组策略来设置系统安全。全书写作详尽、条理清晰, 具有很强的实用性和可操作性, 是电脑用户必备的安全防御用书。

本书适合电脑使用初、中级用户, 系统安全管理人员以及电脑爱好者。通过本书的学习, 读者可以掌握大量电脑安全应用技巧, 从而让自己的电脑尽可能工作在安全状态之下。

图书在版编目(CIP)数据

电脑安全设置与病毒防范应用大全/Wz坐标工作室编
著. —北京: 中国铁道出版社, 2008. 12
(应用技巧与综合案例操作)
ISBN 978-7-113-09449-2

I. 电… II. W… III. 电子计算机—安全技术 IV. TP309

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第190153号

书 名: 电脑安全设置与病毒防范应用大全
作 者: Wz 坐标工作室 编著

策划编辑: 严晓舟 杨 倩

责任编辑: 杨 倩

编辑部电话: (010) 63583215

编辑助理: 周海燕

封面设计: 付 巍

封面制作: 白 雪

责任印制: 李 佳

出版发行: 中国铁道出版社(北京市宣武区右安门西街8号 邮政编码: 100054)

印 刷: 北京佳信达艺术印刷有限公司

版 次: 2009年2月第1版 2009年2月第1次印刷

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 29.25 字数: 743千

印 数: 5 000册

书 号: ISBN 978-7-113-09449-2/TP·3078

定 价: 58.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社计算机图书批销部调换。

前言

电脑安全是广大电脑用户无法回避的问题，就像无法回避自身健康问题一样。电脑在使用过程中，一不小心就会感染上各种病毒、木马、恶意代码，甚至遭受到黑客的攻击。受到各种攻击后，轻则系统运行缓慢，或禁用一些功能；重则系统崩溃，或重要数据、账号被盗。面对这样的结果，亡羊补牢可能为时已晚。

面对众多电脑“黑手”，越来越多的电脑用户迫切地想学习电脑安全防范设置方面的知识，但是却无从下手，为此笔者精心策划了这本《电脑安全设置技巧与病毒木马攻防诊断》。本书从电脑安全管理的基本原则出发，从系统漏洞扫描到系统安全补丁升级，从系统安全设置到系统权限限制与隐私保护，从黑客防御到病毒/木马查杀，从 Internet 安全设置到电子邮件/聊天工具安全设置，从重要文件安全设置到数据备份，对系统安全防御设置的方方面面，由浅入深地进行讲解，以全面提高用户的电脑安全防御水平。

全书涵盖内容广泛，每一个技巧的学习和应用，都有助于提高电脑安全的等级；而且本书荟萃了电脑安全防御的众多技巧与设置小范例，从多角度、多方面来帮助用户保护电脑安全，并且为广大电脑用户树立正确的电脑安全防御观念。

本书所介绍的技巧与设置小范例实用性强，在写作上步骤清晰、图文对照、版式新颖；在难易程度上循序渐进，以便于读者从基础开始学习，逐渐掌握电脑应用的全部知识。

本书由 Wz 坐标工作室策划与编撰，参与编写、校对、整理与排版的人员有：管文蔚、李涌波、彭志霞、吴祖兵、李伟、杨国平、陈伟、胡昆鹏、马永顺、李培静、黄引泉、王利、苏维维、王尔进、黄燕燕、段继成、徐湘琴、王慧玲、赵明、刘娟、蔡磊、簿明明等，在此对他们表示深深的谢意！由于时间仓促，书中难免会有疏漏和不足之处，恳请专家和读者不吝赐教。

读者在学习的过程中，如果遇到一些难题，或是有一些好的建议，请随时与我们交流。联系方式：Wz_zuobiao@126.com，我们将在第一时间为您解答。

Wz 坐标工作室

2008 年 10 月

目录

Chapter 1

Windows 系统漏洞扫描与安全补丁升级

1.1 Windows 系统漏洞扫描..... 2

- 技巧 1 使用微软 MBSA 工具扫描系统漏洞..... 2
- 技巧 2 使用 X-Scan 扫描系统漏洞..... 4
- 技巧 3 使用瑞星系统安全漏洞扫描工具扫描系统漏洞..... 5
- 技巧 4 使用金山漏洞扫描工具扫描系统漏洞..... 6
- 技巧 5 使用 QQ 医生扫描系统漏洞..... 7
- 技巧 6 使用天之网在线扫描系统漏洞..... 8
- 技巧 7 使用金山 ADODB.Stream 组件漏洞防范工具..... 9
- 技巧 8 使用 Serv-u 本地权限提升漏洞防御工具..... 10

1.2 Windows 系统安全补丁升级..... 10

- 技巧 9 启用 Windows “自动更新”功能..... 10
- 技巧 10 上网更新 Windows 系统程序及补丁..... 11
- 技巧 11 手工升级 Windows XP 的 SP2 补丁程序..... 12
- 技巧 12 从微软官方网站下载最新的漏洞补丁..... 14

Chapter 2

Windows 系统安全基本设置

2.1 Windows 系统登录与退出安全

设置..... 18

- 技巧 1 设置计算机开机密码..... 18

- 技巧 2 为登录用户创建密码保护..... 19

- 技巧 3 设置更为安全的 Windows XP 启动密码..... 20

- 技巧 4 加强系统登录密码的安全长度..... 21

- 技巧 5 设置系统登录账户的无效启动次数..... 22

- 技巧 6 更改 Administrator 账户的名称..... 23

- 技巧 7 禁用使用来宾账户登录系统..... 24

- 技巧 8 退出时自动清除页面文件..... 24

- 技巧 9 揪出隐藏的超级用户..... 25

- 技巧 10 采取安全登录系统方式..... 25

- 技巧 11 当用户离开时快速锁定桌面..... 26

- 技巧 12 启用系统的休眠功能..... 27

- 技巧 13 给屏幕保护程序加上密码..... 27

- 技巧 14 强制密码设置符合安全要求..... 27

- 技巧 15 给所有屏幕保护程序设置密码..... 28

- 技巧 16 系统登录后不显示上一次登录的用户名..... 29

2.2 Windows XP SP2 系统

安全设置..... 29

- 技巧 17 启用 Windows XP SP2 防火墙..... 29

- 技巧 18 管理防火墙的例外程序..... 30

- 技巧 19 限制例外程序仅适用于内网..... 31

- 技巧 20 禁止 ping 命令探测计算机..... 32

- 技巧 21 管理 Internet 加载项..... 32

- 技巧 22 设置 IE 阻止弹出窗口..... 33

- 技巧 23 启用程序的数据执行保护..... 33

2.3 Windows Vista 系统安全设置 35

- 技巧 24 清理 Vista 操作历史记录 35
- 技巧 25 快速以管理员权限打开命令行窗口 35
- 技巧 26 让 Vista 防火墙使用简单模式 35
- 技巧 27 让 Vista 防火墙使用高级模式 36
- 技巧 28 设置 Vista 防火墙端口过滤地址 38
- 技巧 29 在 Vista 中加密文件 / 文件夹 39
- 技巧 30 EFS 证书的导出 40
- 技巧 31 在 Vista 系统的不同用户之间共享加密文件 41
- 技巧 32 在 Vista 系统中禁止 UAC 锁定桌面 41

Chapter 3

Windows 系统使用权限 限制与隐私保护

3.1 Windows 系统使用权限限制 44

- 技巧 1 限制使用指定的应用程序 44
- 技巧 2 只允许运行指定的应用程序 46
- 技巧 3 限制用户使用指定的驱动器 47
- 技巧 4 限制用户在计划任务文件夹中添加 / 删除任务 48
- 技巧 5 限制用户对工具栏进行自定义 49
- 技巧 6 限制用户使用“控制面板” 50
- 技巧 7 限制用户使用“控制面板”中指定的项目 51
- 技巧 8 只允许使用“控制面板”中指定的项目 52
- 技巧 9 限制用户使用“打印机”中的“添加打印机”项 53
- 技巧 10 限制用户使用“打印机”中的“删除打印机”项 54
- 技巧 11 限制用户更改墙纸 55

- 技巧 12 限制用户使用屏幕保护程序 56
- 技巧 13 限制用户共享文件夹 57
- 技巧 14 限制用户脱机浏览网页 58
- 技巧 15 限制用户使用 TCP/IP 高级配置 59
- 技巧 16 限制用户使用任务管理器 60
- 技巧 17 限制用户随意更改“开始”菜单项 61
- 技巧 18 限制任意用户在桌面增加新的快捷方式 61
- 技巧 19 限制普通用户查看事件记录 62
- 技巧 20 限制用户在系统中随意安装软件 63
- 技巧 21 限制用户使用任务栏的属性菜单 64
- 技巧 22 限制用户使用“网上邻居” 64
- 技巧 23 限制用户更改打印机设置 65
- 技巧 24 限制用户使用注册表编辑器 65
- 技巧 25 限制用户使用注册表 REG 文件 66
- 技巧 26 限制用户使用“我的文档” 67
- 技巧 27 限制用户使用“我的电脑” 68
- 技巧 28 限制用户使用 inf 脚本文件 68
- 技巧 29 限制非法用户访问远程桌面 69
- 技巧 30 限制用户拨号访问计算机 70

3.2 Windows 系统隐私保护 71

- 技巧 31 清除最近使用的应用程序记录列表 71
- 技巧 32 清除“我最近的文档”记录列表 71
- 技巧 33 清除“运行”记录 72
- 技巧 34 清除“写字板”中的记录 73
- 技巧 35 清除百度中的搜索记录 73

技巧 36 清除系统中的临时文件.....	74
技巧 37 清除 Word 最近打开的 文件记录	75
技巧 38 清除 Excel 最近打开的 文件记录	75
技巧 39 清除 Office “回收站” 记录	76
技巧 40 清除瑞星防火墙安全日志 记录	77
技巧 41 清除输入法自动记忆 信息	77
技巧 42 清除 Cookies 文件夹记录	78
技巧 43 清除 “收藏夹” 记录	78
技巧 44 清除 QQ 交流记录	79
技巧 45 清除 Windows Media Player 播放记录	80
技巧 46 清除 Real Player 文件记录	80
技巧 47 清除暴风影音播放记录	81

Chapter4 黑客防御安全设置

4.1 端口安全设置	84
技巧 1 查看本机开放的所有端口	84
技巧 2 查看本机开放的可疑端口 程序	84
技巧 3 检查出恶意程序调用的端口	85
技巧 4 使用外挂 Fport 命令查看 本机开放的端口和程序	85
技巧 5 使用 Active Ports 程序查看 本地活动的端口和连接	86
技巧 6 防止黑客进行远程登录	87
技巧 7 更改默认的远程管理端口	88
技巧 8 停止使用服务器端的系统 服务	89
技巧 9 使用 Port Reporter 工具跟踪 端口活动状态	90
技巧 10 关闭本机共享端口	91
技巧 11 停止使用存在安全隐患的 1900 服务端口	92

技巧 12 停止使用蠕虫病毒利用的 123 服务端口	92
技巧 13 停止使用蠕虫病毒 利用的 445 服务端口	93
技巧 14 停止使用不安全的 139 服务端口	93
技巧 15 停止使用被黑客利用的 Telnet 服务	94
技巧 16 更改默认的 Telnet 端口	95
技巧 17 停止使用木马利用的 25 服务端口	96
技巧 18 使用 “TCP/IP 筛选” 功能 管理开放端口	96
技巧 19 使用端口映射避免攻击	97
技巧 20 停止使用不必要的服务	98
4.2 服务安全设置	99
技巧 21 设置 FTP 服务器 “只允许 匿名连接”	99
技巧 22 关闭 IIS 默认开启的 FTP 服务	100
技巧 23 更改 FTP 服务器默认端口	100
技巧 24 关闭 IIS 默认开启 Web 的 服务	101
技巧 25 关闭 IIS 默认开启 SMTP 的 服务	101
4.3 黑客防御设置	102
技巧 26 防 ping 命令探测系统	102
技巧 27 使用 IP 策略反制 Telnet 登录	105
技巧 28 捆绑 MAC 地址防止 IP 地址被盗	106
技巧 29 使用代理服务器隐藏真实 IP 地址	107
技巧 30 对网络进行全天自动监测	108
技巧 31 把攻击映射到不存在的 端口	108
技巧 32 更改 Web/Telnet 管理端口	109
技巧 33 配置注册表防止 DDOS 攻击	109

Chapter 5

系统病毒、木马与恶意 代码查杀与防御

5.1 病毒查杀与防御 112

技巧 1 使用 BIOS 设置防御病毒 112

技巧 2 根据进程名称查杀病毒 112

技巧 3 根据进程号查杀病毒 113

技巧 4 在故障恢复控制台下删除
病毒 113

技巧 5 使用杀毒工具全面查杀系统
病毒 114

技巧 6 使用专杀工具查杀系统指定
病毒 114

技巧 7 使用“在线杀毒”功能查杀
病毒 115

技巧 8 在电脑启动后自动查杀
重点区域 116

技巧 9 在电脑进入屏保程序后自动
对硬盘进行病毒查杀 117

技巧 10 使用查杀工具定时对系统
进行病毒查杀 118

技巧 11 制作 Linux 启动杀毒盘 118

技巧 12 解决 Windows 下无法清除的
病毒 120

技巧 13 防御图片病毒 120

技巧 14 设置注册表权限防病毒
启动 121

5.2 木马、恶意代码查杀与防御 122

技巧 15 通过注册表查看系统是否
感染木马程序 122

技巧 16 通过组策略查看系统是否
感染木马程序 122

技巧 17 禁止使用硬盘 AutoRun 功能
防御木马运行 123

技巧 18 禁止使用屏保程序防御木马
运行 124

技巧 19 防御反弹端口型木马 125

技巧 20 使用编辑器分离带木马的
文件 125

技巧 21 使用木马清除专家查杀
木马 126

技巧 22 防御网络游戏外挂木马 126

技巧 23 设置文件夹权限防御木马 127

技巧 24 使用反间谍专家查杀间谍
软件 127

技巧 25 使用冰刃工具杀死顽固
木马进程 128

5.3 查杀主流病毒与木马 129

技巧 26 查杀“QQ 尾巴”病毒 129

技巧 27 查杀“五毒虫”病毒 129

技巧 28 查杀“MSN 机器人”病毒 130

技巧 29 查杀“MSN 性感鸡”病毒 130

技巧 30 查杀“熊猫烧香”病毒 131

技巧 31 查杀“威金蠕虫”病毒 131

技巧 32 查杀“科多兽”病毒 132

技巧 33 查杀“狙击波”病毒 133

技巧 34 查杀“恶鹰”病毒 133

技巧 35 查杀“橙色八月”病毒 134

技巧 36 查杀“冲击波”病毒 134

技巧 37 查杀“恶邮差”变种病毒 135

技巧 38 查杀“硬盘杀手”病毒 135

技巧 39 查杀“灰鸽子”病毒 136

技巧 40 查杀“网银大盗”病毒 137

技巧 41 查杀“股票盗贼”病毒 137

技巧 42 查杀“魔兽木马”病毒 138

技巧 43 查杀“征途木马”病毒 138

技巧 44 查杀“大话西游和梦幻西游”
木马病毒 139

技巧 45 查杀“落雪”木马病毒 139

技巧 46 查杀“AUTO 木马群”病毒 140

Chapter 6

防火墙安全设置

6.1 Windows 防火墙安全设置 144

技巧 1 启用 Windows 防火墙让系统
获得安全保障 144

技巧 2 添加新的服务端口躲避
攻击 145

技巧 3	添加新的程序躲避攻击	146
技巧 4	编辑与删除服务端口	146
技巧 5	为指定的服务启用独立防火墙 来保护	147
技巧 6	记录防火墙安全日志保存被 攻击的证据	149
技巧 7	设置 ICMP 允许响应的信息	149
技巧 8	禁止程序访问外部网络	150
技巧 9	定制程序网络访问范围	151
技巧 10	使用 Netsh 命令添加允许 使用的端口	151
技巧 11	限制外部连接使用端口	152
技巧 12	使用 Netsh 命令定制访问 端口的连接	152
技巧 13	使用 Netsh 命令删除防火墙 允许的程序	153
技巧 14	使用 Netsh 命令删除防火墙 允许的端口	153
技巧 15	指定防火墙日志文件	153
技巧 16	禁止防火墙弹出通知 对话框	154
技巧 17	为指定网络接口开启 防火墙	154
技巧 18	开启防火墙例外功能	155
技巧 19	允许指定类型的服务通过 防火墙	155
技巧 20	限制外部网络使用指定类型 的服务	156
技巧 21	恢复 Windows 防火墙 默认设置	156
技巧 22	查看防火墙多播 / 广播 响应配置	157
技巧 23	查看防火墙的详细配置 信息	157
技巧 24	查看允许通过防火墙的 程序	158
技巧 25	查看 ICMP 报文设置信息	158
技巧 26	查看端口设置信息	159
技巧 27	查看当前防火墙工作 状态信息	159

6.2 其他防火墙安全设置

技巧 28	启用 ADSL Modem 防火墙 攻击防御	160
技巧 29	设置 ADSL Modem 防火墙 过滤 IP 地址	161
技巧 30	用 ADSL Modem 防火墙 黑名单追查攻击者	161
技巧 31	更改 ADSL Modem 管理密码	162
技巧 32	设置 ADSL Modem 防火墙 自动发送攻击通知	162
技巧 33	自定义天网防火墙 IP 规则	163
技巧 34	自定义 IP 规则防范指定 病毒	164
技巧 35	自定义规则关闭 TCP 139 端口	165
技巧 36	自定义规则开放 FTP 服务	165

Chapter 7

Internet 安全设置

7.1 浏览器基本安全设置

技巧 1	防止个人信息被泄露	168
技巧 2	让网页中的不安全 Java 程序和 ActiveX 控件不能运行	169
技巧 3	设置 Internet 安全级别	169
技巧 4	设置 Cookie 的安全策略	170
技巧 5	阻止弹出的不良网页	171
技巧 6	设置网页内容审查级别来限制 不良页面内容	172
技巧 7	为网页内容审查级别设置 密码保护	173
技巧 8	禁用浏览器中不需要的 加载项	174
技巧 9	巧妙消除 IE 浏览器自动 加载的网站地址	175
技巧 10	卸载 WSH 来防止恶意 代码	175
技巧 11	通过第三方工具来 24 小时 保护 IE 浏览器	176

7.2 浏览器高级安全设置 176

- 技巧 12 通过修改注册表来免疫恶意代码 176
- 技巧 13 禁止用户更改安全区域设置 177
- 技巧 14 禁止其他用户对分级审查进行设置 178
- 技巧 15 禁止对“安全”选项卡下的安全站点及安全级别的设置 179
- 技巧 16 禁止使用“帮助”菜单中的“发送反馈意见”选项 180
- 技巧 17 禁止使用浏览器在新窗口中打开网页 180
- 技巧 18 禁止使用“文件”菜单中的“打开”选项 181
- 技巧 19 禁止使用“查看”菜单中的“全屏显示”选项 182
- 技巧 20 禁止用户将下载的程序保存到硬盘中 182
- 技巧 21 禁止使用“查看”菜单中的“源文件”选项 183
- 技巧 22 禁止用户从“文件”菜单打开新浏览器窗口 184
- 技巧 23 禁止使用 IE 浏览器的打印功能 185
- 技巧 24 禁止 IE 组件自动安装 185
- 技巧 25 允许 IE 对 Windows Installer 脚本进行安全提示 186
- 技巧 26 禁止在 IE 浏览器中使用鼠标右键功能 187
- 技巧 27 禁止用户在 IE 浏览器中使用 F3 键进行搜索 187
- 技巧 28 禁止用户更改浏览器主页 188
- 技巧 29 禁止用户自定义浏览器工具栏上的按钮 189
- 技巧 30 隐藏 IE 浏览器工具栏中的“收藏夹”按钮 189
- 技巧 31 限制下载软件的站点 190
- 技巧 32 锁定 IE 浏览器的下载功能 191
- 技巧 33 取消 IE 浏览器缓存在本地磁盘中的临时文件 191

- 技巧 34 在安全和非安全模式之间切换时发出警告 192

Chapter 8 电子邮件安全设置

8.1 Outlook Express 安全设置 194

- 技巧 1 自动过滤垃圾邮件 194
- 技巧 2 禁止其他程序暗中发送邮件 194
- 技巧 3 对邮件进行加密和签名保护 195
- 技巧 4 保护 Outlook Express 私人收件箱 196
- 技巧 5 让 Outlook Express 自动清理垃圾 196
- 技巧 6 不让 Outlook Express 记住账户口令 197
- 技巧 7 让发送的邮件只为纯文本格式 197
- 技巧 8 将邮件存放文件夹移到安全的目录中 198
- 技巧 9 自动拒绝邮件炸弹 198
- 技巧 10 让 Outlook Express 自动防御病毒 199
- 技巧 11 防御邮件蠕虫病毒的几种方法 200

8.2 Office Outlook 安全设置 200

- 技巧 12 设置 Outlook 2003 保护密码 200
- 技巧 13 自动删除含特定名称的病毒 201
- 技巧 14 自动删除符合过滤条件的垃圾邮件 201
- 技巧 15 使用规则过滤未知来源邮件 202
- 技巧 16 禁用 Outlook 2003 的邮件自动预览功能 203
- 技巧 17 取消自动记忆邮箱口令 204
- 技巧 18 让 Outlook 2003 只接收安全收件人的邮件 204
- 技巧 19 巧妙收取安全的 .exe 附件 205
- 技巧 20 让 Outlook 2003 自动分拣邮件 205

技巧 21	为重要邮件设置自动标记功能	206	技巧 44	加密保护 Foxmail 6.0 文件夹防止其他用户修改	219
技巧 22	自动删除已发送的邮件	207	技巧 45	在接收邮件之前就将垃圾邮件清理掉	219
技巧 23	更改电子邮件和附件至安全保存位置	208	技巧 46	安全地将发件人添加到地址簿中	220
技巧 24	安全阅读电子邮件	209	技巧 47	让退出 Foxmail 6.0 时自动清理废件箱	221
技巧 25	预防 Outlook 2003 自动将病毒邮件寄出	209	技巧 48	给电子邮件进行加密和签名保护	221
技巧 26	删除不安全的附件	209	技巧 49	消除 Foxmail 6.0 地址自动记忆能力	222
技巧 27	设置 Outlook 2003 中的安全区域	210	技巧 50	禁止 Foxmail 6.0 日志文件再次记录操作信息	222
技巧 28	安全解除 Outlook 2003 的附件限制	210	技巧 51	利用 Foxmail 6.0 远程管理电子邮件	223
技巧 29	快速创建 Outlook 2007 邮件规则	211	技巧 52	安全浏览 Foxmail 6.0 的 HTML 邮件	223
技巧 30	在 Outlook 2007 中为所有宏设置警告	211	技巧 53	安全发送 Foxmail 6.0 邮件	224
技巧 31	设置 Outlook 2007 当防病毒软件不活动时给出警告	212	技巧 54	应用 Foxmail 6.0 加密高级设置	224
技巧 32	在 Outlook 2007 中加密待发送邮件	212	技巧 55	申请数字证书	225
技巧 33	关闭 Outlook 2007 附件预览功能	213	技巧 56	添加数字证书	227
8.3 Foxmail 安全设置	213		技巧 57	防御地址簿信息泄露	227
技巧 34	设置个人账户的保护密码	213			
技巧 35	防止用冒名账号发送邮件	214			
技巧 36	单独删除邮件的有害附件	214			
技巧 37	以纯文本方式显示可疑的 HTML 邮件	214			
技巧 38	找回遗忘的账户密码	215			
技巧 39	恢复误删除的 Foxmail 6.0 邮件	215			
技巧 40	将恶意邮件发送人添加到黑名单中	216			
技巧 41	为接收的不同用户邮件分别打上不同标记	217			
技巧 42	让 Foxmail 6.0 自动过滤垃圾邮件	218			
技巧 43	将邮件账户存储到安全的盘符中	218			

Chapter 9

聊天工具安全设置

9.1 QQ 安全设置

技巧 1	巧妙隐藏自己的 IP 地址	230
技巧 2	巧妙输入 QQ 密码来防止木马盗取	230
技巧 3	巧妙避开木马对 QQ 密码的监视	231
技巧 4	使用复杂的字母符号来设置 QQ 密码防木马盗取	231
技巧 5	限制其他用户使用 QQ 程序进行登录	232
技巧 6	使用代理服务器避免暴露真实 IP 地址	233

技巧 7	清除 QQ 登录对话框中的 QQ 号码列表	234
技巧 8	让 QQ 自动查杀木马	234
技巧 9	拒绝陌生人的任何信息	235
技巧 10	设置好友的身份验证方式	236
技巧 11	将接收的文件保存在特定文件夹中	237
技巧 12	设置文件接收安全级别	238
技巧 13	为 QQ 聊天记录设置加密保护	239
技巧 14	完全隐藏 QQ	240
技巧 15	隐藏 QQ 摄像头	241
技巧 16	为 QQ 申请密码保护	242
技巧 17	找回被盗的 QQ 账号	244
技巧 18	在新 QQ 账号中恢复被盗取 QQ 账号的好友列表	246
技巧 19	免费充值 Q 币的防骗技巧	246
技巧 20	购买 QQ 倩号的防骗技巧	247
技巧 21	使用 QQ 医生在线版来防御病毒与木马程序	247

9.2 Windows Live Messenger

安全设置

技巧 22	安全保存与联系人的通话记录	248
技巧 23	阻止不受欢迎的联系人	250
技巧 24	对 Hotmail 邮箱的登录进行密码保护	250
技巧 25	限制联系人名单存储在 不安全的计算机中	251
技巧 26	不允许其他人看到摄像头	252
技巧 27	改变传输文件的安全保护位置	252
技巧 28	自动拒绝不安全的文件	254
技巧 29	使用指定的杀毒软件来保护 Windows Live Messenger	254
技巧 30	使用 Windows OneCare 来保护 Windows Live Messenger	256
技巧 31	在 Windows Live Messenger 中 隐藏 IP 地址	257

技巧 32	巧妙保护 Windows Live Messenger 聊天记录	258
-------	---	-----

技巧 33	防止他人未经授权访问个人信息	259
-------	----------------------	-----

9.3 POPO 与 UC 安全设置

技巧 34	让 POPO 自动拒绝 不良邀请	259
技巧 35	在 POPO 交流中不显示 摄像头图标	260
技巧 36	限制 POPO 中的好友 查看权限	260
技巧 37	为 POPO 共享文件夹设置 保护密码	261
技巧 38	为 POPO 申请密码保护	262
技巧 39	备份 POPO 联系人名单	263
技巧 40	退出 UC 时自动删除 个人信息	263
技巧 41	通过远程管理 UC 邮箱 拒绝垃圾邮件	264
技巧 42	让 UC 自动接受或拒绝文件 传输	264
技巧 43	申请 UC 密码保护	265

Chapter 10 重要文件安全设置与 保护

10.1 系统文件 / 文件夹安全设置与 保护

技巧 1	通过修改文件的扩展名来保护 重新文件	268
技巧 2	将文件夹图标更改为系统图标 来进行保护	268
技巧 3	利用 NTFS 文件系统来 加密文件	269
技巧 4	利用合并文件技巧来 伪装文件	269
技巧 5	让系统文件隐藏起来	270
技巧 6	让系统文件彻底不显示	271
技巧 7	隐藏文件的扩展名	272

技巧 8	使用 DOS 命令将重要文件隐藏起来.....	272
技巧 9	使用 WINRAR 来加密文件	273
技巧 10	使用特定工具对文件进行伪装保护	274
技巧 11	禁止用户修改文件属性	274
技巧 12	利用“文件签名策略”来保护数据安全	275
技巧 13	将 FAT32 文件系统转换为 NTFS 文件系统.....	276
技巧 14	通过停止服务来设置共享驱动器或文件夹安全	277
技巧 15	使用高级共享模式来保护共享文件夹	278
技巧 16	设置共享文件夹的访问权限	279
技巧 17	使用 Html 模板加密文件夹	280
10.2	Office 文件安全设置与保护	282
技巧 18	为 Word 2007 文档添加加密保护	282
技巧 19	将 Word 2007 文档标记为最终状态	282
技巧 20	保护 Word 2007 文档不被编辑或修改	283
技巧 21	限制 Word 2007 文档可编辑的区域	285
技巧 22	利用保护窗体的方法保护 Word 2007 文档.....	285
技巧 23	利用保护窗体的方法保护 Word 2007 文档部分内容.....	286
技巧 24	保护 Word 2007 文档设置的格式不被修改	287
技巧 25	设置 Word 2007 文档的编辑权限	287
技巧 26	防止 Word 2007 文档宏病毒	288
技巧 27	防止暴露 Word 2007 文档信息	289

技巧 28	保存 Word 2007 文档的同时保留备份	290
技巧 29	防止突发事件导致 Word 2007 文档丢失	291
技巧 30	禁止多用户同时编辑 Word 2007 文档	292
技巧 31	保护 Excel 2007 工作表	292
技巧 32	隐藏含有重要数据的 Excel 2007 工作表	293
技巧 33	限制 Excel 2007 工作表中的可编辑区域	294
技巧 34	设置 Excel 2007 工作表可编辑区域的权限	295
技巧 35	保护 Excel 2007 工作簿	296
技巧 36	设置 Excel 2007 工作簿打开权限密码	297
技巧 37	保护 Excel 2007 工作表中的公式不被更改	297

Chapter 11

重要数据与注册表备份与恢复

11.1	系统文件备份与恢复	300
技巧 1	备份与恢复 Windows 98 系统文件	300
技巧 2	备份 Windows XP 系统文件	301
技巧 3	恢复 Windows XP 系统文件	302
技巧 4	备份 Windows 2000/XP/2003 硬件配置文件	303
技巧 5	恢复 Windows 2000/XP/2003 硬件配置文件	304
技巧 6	使用 DEBUG 命令备份主引导记录	304
技巧 7	使用三茗硬盘医生备份主引导记录	307
技巧 8	使用 DEBUG 命令恢复主引导记录	308
技巧 9	使用三茗硬盘医生恢复主引导记录	309

技巧 10	使用 Disk Genius 工具备份分区表记录	310
技巧 11	使用 Disk Genius 工具恢复分区表记录	311
11.2	日常数据备份与恢复	311
技巧 12	将“我的文档”移至安全区域中	311
技巧 13	备份重要的文件和设置	312
技巧 14	恢复备份的文件和设置	313
技巧 15	备份与恢复 Word 模板文件	313
技巧 16	备份 Office 设置	314
技巧 17	恢复 Office 设置	314
技巧 18	使用 Office 2003 应用程序恢复工具恢复文档	315
技巧 19	备份和恢复 Foxmail 账户	316
技巧 20	备份和恢复 Foxmail 地址簿	316
技巧 21	备份 Outlook Express 中的邮件	317
技巧 22	备份和恢复 Outlook Express 中的通讯簿	318
技巧 23	备份 Outlook Express 中的邮件规则	318
技巧 24	备份 Office Outlook 个人目录	319
技巧 25	备份与恢复 QQ 聊天记录	320
技巧 26	备份与恢复 QQ 好友信息	320
11.3	注册表备份与恢复	321
技巧 27	手工备份 Windows 98 注册表	321
技巧 28	手工恢复 Windows 98 注册表	322
技巧 29	手工备份 Windows 2000/XP/2003 注册表	322
技巧 30	手工恢复 Windows 2000/XP/2003 注册表 (FAT32 格式)	323
技巧 31	手工恢复 Windows 2000/XP/2003 注册表 (NTFS 格式)	324

技巧 32	在 DOS 下利用注册表编辑器备份、恢复注册表	325
技巧 33	使用注册表检查器备份注册表	326
技巧 34	使用注册表检查器恢复注册表	327
技巧 35	使用注册表编辑器备份整个注册表	327
技巧 36	使用系统自带备份工具备份注册表	328
技巧 37	使用系统自带备份工具还原注册表	329
技巧 38	使用系统安装光盘恢复注册表	329
技巧 39	用紧急修复盘修复 Windows 2000 注册表	329
11.4	Windows 系统备份与恢复	330
技巧 40	创建 Windows 2000/XP/2003 系统还原点	330
技巧 41	使用系统还原点恢复 Windows 2000/XP/2003 系统	331
技巧 42	使用 Windows XP 自动系统恢复功能备份系统	331
技巧 43	使用 Windows XP 自动系统恢复功能还原系统	332
技巧 44	使用 Ghost 备份 Windows 系统	332
技巧 45	使用 Ghost 恢复 Windows 系统	333
技巧 46	使用 Ghost 备份分区映像	334
技巧 47	使用 Ghost 恢复分区映像	335
技巧 48	使用 Ghost 备份磁盘映像	336
技巧 49	利用 Ghost 恢复磁盘映像	338
技巧 50	利用 Ghost 9.0 的增量备份让备份文件自动更新	339
技巧 51	使用 Power Quest Drive Image 备份 Windows 系统	340
技巧 52	使用 Power Quest Drive Image 恢复 Windows 系统	341

- 技巧 53 备份和还原 Windows XP
激活文件 342
- 技巧 54 备份和还原 Internet 信息服务
配置信息 343

Chapter 12 Windows 系统与数据修复

12.1 Windows 系统文件修复 346

- 技巧 1 使用故障恢复控制台修复
Windows 2000/XP/2003
系统 346
- 技巧 2 系统 NTLDR 文件丢失的
修复 346
- 技巧 3 系统 SAM 文件丢失的修复 347
- 技巧 4 多系统下 Windows XP 无法
启动的修复 348
- 技巧 5 误格式化 C 盘造成启动
文件丢失的修复 349
- 技巧 6 系统 Ntfs.sys 文件丢失的
修复 350
- 技巧 7 系统 Rundll32.exe 文件
损坏的修复 351
- 技巧 8 系统 Boot.ini 文件丢失的
恢复 351
- 技巧 9 系统 nwlink.vxd 文件丢失的
修复 351
- 技巧 10 多操作系统启动菜单的
修复 352
- 技巧 11 多操作系统下的 Windows XP
无法启动的修复 354
- 技巧 12 修复系统默认的文件关联 354
- 技巧 13 修复无法使用缩略图
查看照片文件的问题 355
- 技巧 14 修复“添加 / 删除程序”无法启
动的问题 355
- 技巧 15 修复 Windows 无法在线升级的
问题 356
- 技巧 16 修复 Windows Media Player
出错的问题 357

- 技巧 17 修复无法打开系统功能的
问题 357
- 技巧 18 修复 Windows XP 用户账户
不能使用的问题 358
- 技巧 19 修复无法打开的“我的文档”
文件夹 358
- 技巧 20 使用系统配置实用程序来修复系
统损坏或丢失的系统文件 359
- 技巧 21 修复所有注册的动态链接
库文件 360
- 技巧 22 系统文件被病毒感染后的
修复 361
- 技巧 23 注册表被恶意代码禁用后的
恢复 362
- 技巧 24 “运行”功能被恶意代码禁用
后的恢复 362
- 技巧 25 在恢复控制台修复
分区表 363
- 技巧 26 硬盘零磁道损坏的修复 364
- 技巧 27 硬盘坏道的修复 367
- 技巧 28 硬盘碎片过多后的修复 368

12.2 日常数据修复 369

- 技巧 29 Word 文档损坏后的修复 369
- 技巧 30 Normal.dot 模板损坏而导致
Word 文档损坏的修复 370
- 技巧 31 忘记 Word 文件的加密密码
后的恢复 371
- 技巧 32 忘记 Access 文件的加密密码
后的恢复 371
- 技巧 33 EXE 文件的打开方式被病毒更改
后的修复 372
- 技巧 34 RAR、ZIP 压缩包损坏的
修复 372
- 技巧 35 视频文件播放无法拖动的
修复 373
- 技巧 36 硬盘数据丢失的修复 374
- 技巧 37 误格式化硬盘后数据丢失的
修复 375
- 技巧 38 误删除数码照相机照片的
修复 377

技巧 39	无法读取的光盘数据的 修复	378
12.3	浏览器修复	379
技巧 40	全面修复 IE 浏览器	379
技巧 41	修复网页上 FlashGet 右键 菜单的错误	380
技巧 42	修复网页上无法显示最新 Windows Media Player 程序	381
技巧 43	修复被恶意代码破坏的 IE 首页	381
技巧 44	修复被恶意代码破坏的 IE 标题栏	382
技巧 45	修复被恶意代码破坏的 IE 搜索引擎	383
技巧 46	修复右键快捷菜单被添加的 非法网站	383
技巧 47	修复被恶意代码破坏的 IE 搜索引擎	384

Chapter 13 为系统加个安全“金钟罩”

13.1	使用卡巴斯基快速杀毒	386
13.1.1	快速查杀病毒	386
13.1.2	开机时启动卡巴斯基并 实现保护	387
13.1.3	设置对扫描病毒的处理方式	388
13.1.4	实现定时自动查杀病毒	388
13.1.5	让卡巴斯基定期自动升级 病毒库	389
13.1.6	利用卡巴斯基保护注册表 不被修改	389
13.2	利用专杀工具查杀指定病毒	390
13.2.1	在瑞星网站下载专杀工具	390
13.2.2	在金山毒霸网站下载专杀 工具	391
13.3	木马病毒查杀	392
13.4	使用防火墙保障网络安全	394

13.4.1	天网防火墙安全级别设置	394
13.4.2	天网防火墙管理权限设置	396
13.4.3	天网防火墙设置向导的使用	397
13.4.4	应用程序规则设置	398
13.5	为系统打上安全补丁	399
13.5.1	使用 X-Scan 工具查找漏洞并打上 安全补丁	400
13.5.2	使用木马清道夫查找漏洞并打上 安全补丁	401

Chapter 14 使用组策略来设置系统安全

14.1	设置系统登录 / 注销策略	404
14.1.1	禁止显示上次登录用户名称	404
14.1.2	清除缓冲区中被保存的登录 次数	405
14.1.3	预先提示用户密码将要到期	406
14.1.4	强制用户使用智能卡登录	407
14.1.5	取出智能卡自动注销	408
14.1.6	限制未使用密码账户的登录 行为	409
14.1.7	强制用户以经典方式登录	410
14.1.8	禁止用户登录时运行一次性列表 中的程序	411
14.1.9	强制普通用户使用任务 管理器	412
14.1.10	禁止普通用户锁定计算机	413
14.1.11	强制从休眠 / 挂起状态恢复时 输入密码	414
14.1.12	禁止从故障恢复控制台访问 所有文件	415
14.1.13	禁止以管理员身份自动登录 故障控制台	416
14.1.14	禁止用户在未登录状态下 关闭计算机	417
14.2	设置系统账户安全策略	418
14.2.1	强制用户密码满足指定的 复杂性	418
14.2.2	设置用户密码的最小长度	419

14.2.3 设置用户密码的有效期	420
14.2.4 禁止用户更改密码	421
14.2.5 禁止密码历史记录功能	422
14.2.6 使用加密方式存储密码	423
14.2.7 锁定登录失败的账户	424
14.2.8 设定账户登录失败后被锁定的 时间	425
14.2.9 设置复位账户锁定计数器	426
14.2.10 禁用管理员 (Administrator) 账户	427
14.2.11 禁用来宾 (Guest) 账户	428
14.2.12 修改默认管理员 (Administrator) 账户的名称	429
14.2.13 修改来宾 (Guest) 账户的 名称	430
14.3 设置网络安全策略	431
14.3.1 登录时间用完后强制注销 用户	431
14.3.2 与客户端协商使用签字通信	432
14.3.3 强制使用数字签字通信方式	433
14.3.4 禁止发送未加密密码到第三方 SMB 服务器	434
14.3.5 增强 LAN Manager 身份验证 级别	435
14.3.6 强制要求 LDAP 客户进行 签名	436
14.3.7 禁止存储 LAN Manager 的 Hash 值	437
14.3.8 设置服务器最小会话安全	438
14.3.9 设置客户端最小会话安全	439
14.3.10 禁止本地用户以来宾身份进行 验证	440
14.3.11 禁止 SAM 账户的匿名枚举	441
14.3.12 禁止 SAM 账户和共享的匿名 枚举	442
14.3.13 禁止存储网络验证凭据 及 .NET Passports	443
14.3.14 禁止匿名访问系统中的 共享数据	444
14.3.15 禁止匿名访问系统中的 命名管道	445
14.3.16 禁止从网络远程访问 注册表	446
14.3.17 禁止将“每个人”权限附加 给匿名用户	447