

网管员典藏书架

电脑高手

【第2版】

THE STUDY BIBLE
FOR MASTER
OF COMPUTER

学习宝典

■ 郭蕊 周建峰 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

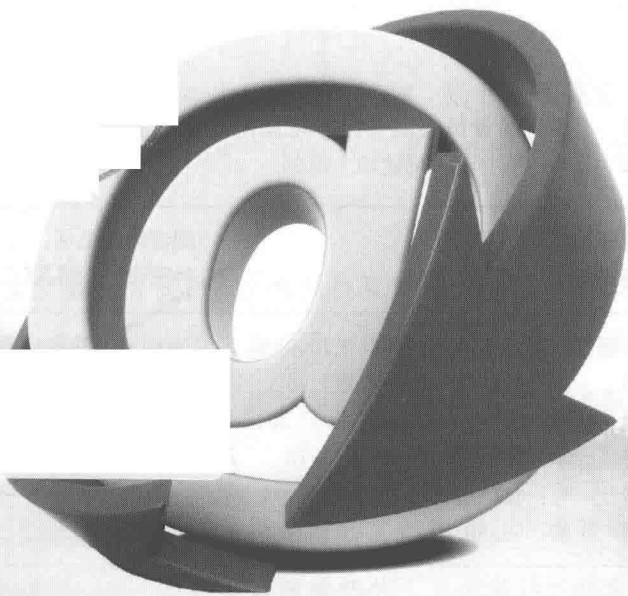
电脑高手

【第2版】

THE STUDY BIBLE
FOR MASTER
OF COMPUTER

学习宝典

■ 郭蕊 周建峰 编著



中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书通过 6 个篇章共计 24 个章节的丰富内容向读者展示了成为一名电脑高手必须掌握的知识与操作技巧,内容涵盖工具软件、操作系统、数据恢复、DOS 命令、BIOS 设置和电脑故障排除的方方面面,同时也在结构和行文安排上为读者指出了一条电脑高手的成长之路。

本书为中小企业级别的网络管理员量身定制,帮助他们更系统地理解电脑运行机制,掌握维护方面的实践技巧;同时本书也适用于具备一定的电脑使用经验且有兴趣通过学习和了解更多、更深的技巧而成为电脑高手的读者。

图书在版编目(CIP)数据

电脑高手学习宝典/郭蕊,周建峰编著.—2版.—北京:
中国铁道出版社,2018.9
ISBN 978-7-113-24349-4

I. ①电… II. ①刘… ②周… III. ①电子计算机-基本知识 IV. ①TP3

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第051056号

书 名: 网管员典藏书架: 电脑高手学习宝典(第2版)
作 者: 郭 蕊 周建峰 编著

责任编辑: 荆 波
责任印制: 赵星辰

读者热线电话: 010-63560056
封面设计: **MX** DESIGN
STUDIO

出版发行: 中国铁道出版社(100054,北京市西城区右安门西街8号)
印 刷: 北京铭成印刷有限公司
版 次: 2014年7月第1版 2018年9月第2版 2018年9月第1次印刷
开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 25.5 字数: 605千
书 号: ISBN 978-7-113-24349-4
定 价: 59.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版图书,如有印制质量问题,请与本社读者服务部联系调换。电话:(010)51873174
打击盗版举报电话:(010)51873659

电脑是一个伟大的发明。它是我们工作中的效率工具，生活中的幸福帮手，给我们带来了非常多的好处……就像农耕时代农民会熟练使用自己的锄头一样，在这个信息时代，我们不但要会用电脑，而且要用得足够好，只有这样才能让电脑成为自己最便利的工具。

电脑高手成长之路

不少朋友常常羡慕我们，看我们可以熟练地使用各种软件，给电脑添加新设备，处理各种电脑故障，敲几个快捷键甚至一个简单的命令就能让电脑立即恢复良好状态，因此惊叹：做一个电脑高手就是好！

实际上，我们认为，只要你会用 Windows 的基本功能、会上网、会使用 Word 等常规软件，通过一定的训练，也可以成为电脑高手，轻松学会新的应用，熟练处理各种电脑问题。我们总结了不少电脑高手的成长经历，根据目前电脑应用技术的发展情况，设计了一条清晰的电脑高手成长路线：

第一，学习和掌握大量软件的使用方法，掌握软件使用的规律。通过上网搜索工具软件，然后下载和试用，这样会养成一种很好的学习和自我训练的习惯，即搜索、下载、使用这个不断提高的学习模式。

第二，动手实践是提升技能非常有效的方式，书上看到和直接用手接触完全是两回事，因此我们强烈建议读者拆装一次电脑，给电脑升级个别部件，比如内存或者更换一块硬盘。这会建立一个印象，知道电脑是“用不坏”的，同时在直观印象上拉近自己与电脑硬件的距离。

第三，学习和掌握电脑高手必备的基本知识。通过学习和实践训练，出现新的问题后，知道如何去判断、如何吸收新的知识、如何上网搜索新的工具来解决。这就进入了一个良性的循环，可以不断吸收新的知识，培养新的技能，这样你就进入电脑高手的行列了。

本书内容安排

我们把这些学习方法和电脑高手必备的基础知识及基本技能记录下来，汇集成书。希望能对你有所帮助。按照我们的学习规划，全书分为 6 篇。

第 1 篇 做电脑的主人。讲述成为电脑高手的基本条件 and 自我训练的基本方法，介绍电脑高手必备的基本知识，并通过举例说明如何吸收知识和技能。

第 2 篇 电脑高手必知必会的工具软件。从熟悉各种工具软件的基本用法开始，到熟练和精通各种工具软件时，电脑高手的初级修炼就结束了。然后你就可以开始电脑操作系统 Windows 和 DOS 研究之旅了。

第 3 篇 电脑高手的撒手锏——玩转操作系统。Windows 操作系统是管理电脑的核心，虽然你会用 Windows，但你其实并不是真正地理解 Windows，本章深度解析 Windows，让你真正掌握 Windows。另外，电脑高手和普通用户的重要区别，就在于是否会使用 DOS 命令来解决问题。本部分内容可以说是全书的一个分水岭。Windows 和 DOS 的内容很多，因为篇幅有限，我们把一些内容放到了本书附赠的电子文档中。

第 4 篇 数据恢复。学习数据恢复技术已成为全面掌握数据安全知识的一个重要环节。快速而深入地了解数据备份与恢复技术，提高数据安全性是成为电脑高手的必备技能。

第 5 篇 BIOS 设置。电脑爱好者如何把自己打造成一位电脑高手？根据我们的经验，一个会 Windows 基本应用，能使用像 Office 等软件的电脑爱好者，只要再深入了解 Windows 和 BIOS 的一些基本设置，达到轻松玩转这些电脑设置的程度，一位电脑高手就诞生了。BIOS 是软/硬件的交汇处，是解决某些故障和安装系统的必备技能。通过学习 BIOS 设置，还能对硬件底层有所了解。

第 6 篇 电脑系统重置与维护。电脑使用一段时间后，系统会因为安装了各种软件和 DLL 包互相冲突而让系统变得缓慢或者提示一些软故障，这个时候，重新安装 Windows 系统是最好的办法，可以让电脑恢复如新。Windows 操作系统安装与优化。对于电脑高手来说，系统的安装与重装是基本技能，同时也是很多普通电脑用户不知所措的地方，毕竟 Windows 一旦崩溃，就需要重新安装。同时，这也是排除电脑故障，

维护系统的最常用办法。除此之外，因为硬件老化、驱动不合适、软件数据丢失、用户操作不当等原因，电脑会出现一些小故障。如何准确判断故障并排除，也是一位电脑高手的重要技能。知识和经验积累是成为高手与普通用户的重要区别。我们把一些常见的故障收集在本书，希望对读者解决故障有所帮助。本篇内容较多，于是我们把 Windows 系统的简介，Windows 多操作系统的维护，鼠标电源移动硬盘等不重要硬件的故障排除等内容放到了网上供读者下载学习。

读者对象

本书面向有一定的电脑使用经验具有兴趣通过学习和了解更多、更深的电脑应用技巧而成为电脑高手的读者。

只要你按照我们提出的训练方法逐一学习，并时常拿出本书来翻看、查找，成为人人羡慕的电脑高手，并提高使用电脑的效率，给自己的生活、工作和学习带来极大的便利。那么，我们的目标也就达到了。

扫码获取超值资源包

在本次改版过程中，我们特意整理了一个超值资源包，包含 2 套视频，5 套电子教程以及本次改版中的补充文档，旨在帮助本书读者更全面的掌握电脑应用的相关知识，完善技能架构。

二维码和下载址放在了封面前勒口上，读者可以扫码下载使用。

本次改版目标与学习建议

不知不觉，我们已经进入了一个智能手机时代，像一些信息获取的功能、人际交往功能、音乐视频等多媒体播放功能……人们越来越多地在手机上完成。电脑更加成为一个专业的工具，电脑的熟练应用和深入应用，也更加需要人们的学习。

本次改版，我们综合考虑了现在的情况，将一些电脑使用的视频播放等内容去除，加强了一些电脑高手需要深入理解性质的内容，比如 Windows 的设计，希望你除了成为电脑高手之外，将来有更大的收获。

对于一些年轻的学习者来说，本书是你成为电脑专家的开始。如果你想更深入地学习计算机技术，在 DOS/BIOS 领域，我们有《DOS/BIOS 高手真经（第 2 版）》；在数据恢复领域，我们为你准备了《数据存储、恢复与安全应用实践》；在电脑安全方面，我们出版了《系统防护、网络安全与黑客攻防实用宝典》……当你学习完这些图书，相信你可以一步步成为电脑专业人士，对你的工作带来助力。这也是我们乐于见到的，帮助读者成功，是我们的最大乐趣。

编者

2018 年 3 月

目 录

第 1 篇 做电脑的主人

本篇用朴实的文字和丰富的经验告诉读者如何做电脑的主人。首先要熟知电脑运行和菜单设置基本规律，讲述成为电脑高手的基本条件、必备技巧和自我训练的基本方法，并通过举例说明如何吸收知识和技能。

第 1 章 你也可以成为电脑高手	1
1.1 电脑是用不坏的	1
1.2 使用电脑，有规律可循	2
1.2.1 任何软件都有“菜单”命令	2
1.2.2 “文件”菜单的规律	3
1.2.3 “编辑”菜单的规律	4
1.2.4 “工具”菜单的规律	4
1.2.5 “视图”“窗口”“帮助”菜单	4
1.2.6 工具栏与软件命令的一般规律	5
1.2.7 对话式操作	6
1.2.8 鼠标+键盘，速度可以更快	6
1.3 如何成长为电脑高手	6
1.3.1 先软后硬，不断学习和实践	6
1.3.2 电脑高手必知必会的工具软件	7
1.3.3 电脑高手的撒手锏——DOS 命令	7
1.3.4 电脑管家——注册表与 BIOS 设置	8
1.3.5 Windows 操作系统的安装与优化	8
1.3.6 电脑故障排除	9
第 2 章 尝试做电脑高手的感觉	10
2.1 电脑使用的好习惯	10
2.1.1 让系统盘 C 盘保留至少 1 GB 剩余空间	10
2.1.2 别把文档数据放在系统盘	11
2.1.3 定期清空回收站	11
2.1.4 别让你的桌面太凌乱	12
2.1.5 关键数据及时备份	12

2.2	让电脑启动更快.....	13
2.3	删除长期不用的应用程序.....	13
2.4	要想快，用右键.....	15
2.5	面向文档的操作习惯.....	15
2.6	熟练使用常用快捷键.....	16
2.6.1	什么是快捷键操作.....	16
2.6.2	通用编辑功能快捷键.....	16
2.6.3	文件操作快捷键.....	17
2.6.4	Windows 窗口操作快捷键.....	17
2.6.5	Windows 键的快捷组合.....	18
2.6.6	特殊的系统快捷键.....	18
第3章	学习与实践：电脑高手自我提升之道	20
3.1	边学边用，提高最快.....	20
3.2	升级内存见效快.....	20
3.3	我的电脑能加多少内存.....	22
3.4	拟订升级计划.....	25
3.5	升级内存.....	26
3.6	购买电脑时就考虑升级.....	27
3.7	慢慢培养高手的思维方式.....	27
第4章	认识体系结构，学通电脑硬件	30
4.1	原理：与时间一起跳舞.....	30
4.2	X86 指令集，难以撼动的 PC 兼容性标准.....	31
4.3	要致富，先修路：总线的作用.....	32
4.4	CPU 从单核到多核.....	34
4.5	背后的功臣：摩尔定律.....	35
4.6	新 CPU 融合 GPU 融合 MCH.....	37
4.6.1	计算机整体架构变化不大.....	37
4.6.2	CPU, GPU 和 MCH 融合是大势所趋.....	39
4.6.3	集成更多，性能更强，系统更简化.....	40
4.7	电子硬盘解决电脑性能瓶颈.....	41
4.7.1	硬磁盘当道，大肚能容天下.....	41
4.7.2	电子存储颠覆未来.....	41
4.7.3	能解决电脑速度瓶颈是关键.....	42
4.8	掌握计算机体系结构知识的作用.....	43

第2篇 电脑高手必知必会的工具软件

本篇分门别类但翔实地介绍了电脑高手必知必会的工具软件。熟悉各种工具软件的基本用法是成为电脑高手的必经之路,等到读者熟练和精通各种工具软件时,电脑高手的第一层修炼就结束了。只不过时代在发展,现在人们多用手机播放音乐、看视频……计算机上的这类多媒体娱乐应用的介绍,我们就放到了网络上,供有需要的读者学习参考。

第5章 文件类工具软件	45
5.1 PDF 文档编辑软件	45
5.1.1 创建 PDF 格式文档	46
5.1.2 加密 PDF 文档	46
5.1.3 创建已验证文档	47
5.1.4 创建策略	48
5.1.5 应用策略	51
5.1.6 创建安全的 eEnvelope	51
5.2 压缩文件管理器 WinRAR	54
5.2.1 制作 WinRAR 压缩文件	54
5.2.2 对压缩文件进行解压	55
5.2.3 建立自解压文件	56
5.2.4 创建分卷压缩文件	57
5.2.5 快速压缩和解压缩	57
5.2.6 对压缩文件进行加密	58
5.3 让重要文件彻底隐身	58
5.3.1 用 Txt to bmp 隐藏文本到图片中	58
5.3.2 用 Easy File Locker 隐藏文件或文件夹	59
5.3.3 使用 WinMend Folder Hidden 隐藏文件和文件夹	60
5.4 加密解密重要文件与文件夹	62
5.4.1 使用 E-钻文件夹加密大师加密文件夹	63
5.4.2 使用 Windows 优化大师加密文件	64
第6章 网络应用工具软件	67
6.1 Firefox 火狐浏览器	67
6.1.1 阻止弹出式窗口	67
6.1.2 分页浏览	68
6.1.3 隐私安全	68
6.2 Google 新贵 Chrome	69
6.2.1 一框多用	69
6.2.2 快速浏览	70
6.2.3 智能快速拨号	71

6.2.4	任务管理器	71
6.2.5	标签自动恢复	71
6.3	迅雷	72
6.3.1	专用通道下载	72
6.3.2	智能限速	73
6.3.3	搜索下载	73
6.4	P2P 文件下载 BitComet	74
第 7 章	给你的电脑加把锁	75
7.1	设置系统登录密码	75
7.1.1	创建账户	75
7.1.2	设置账户登录密码	78
7.2	设置系统启动密码 (Syskey)	80
7.3	设置 BIOS 开机密码	81
7.3.1	设置进入 CMOS 的密码	82
7.3.2	设置开机密码	82
7.4	设置屏保密码	82
7.5	快速锁定系统	83
7.5.1	快捷方式法	83
7.5.2	【Win+L】组合键法	84
7.5.3	使用【Ctrl+Alt+Delete】组合键	85
7.5.4	使用休眠功能	85
7.5.5	使用“关机”菜单	86
7.6	开启 Windows 7 超级管理员账户	87
7.6.1	从“计算机管理”中开启 Administrator 账户	87
7.6.2	使用命令启用 Administrator 账户	88
7.7	更改默认账号设置	89
7.7.1	Administrator 账号	89
7.7.2	Guest 账号	91
7.7.3	为用户设置合适的身份	92

第 3 篇 电脑高手的撒手锏——玩转操作系统

本篇是本书的重点章节，在本篇中读者将详细了解电脑高手的撒手锏——Windows 系统和 DOS 命令。电脑高手和普通用户的重要区别，就在于是否理解 Windows、用好 Windows，会使用这些快捷的命令方式来解决。本部分内容可以说是全书的一个分水岭，能否熟练地运用 DOS 命令，高下立判。

第 8 章	理解 Windows 用户界面	95
8.1	了解 Windows 设计简史	95

8.2	Windows 界面设计上的特点	96
8.3	Windows 对于应用程序的意义	97
8.4	图标	98
8.5	揭秘 Windows 图标设计者	99
8.6	鼠标	100
8.7	窗口	102
8.8	对话框	103
8.9	向导	104
8.10	用户界面	106
8.11	程序界面	107
8.12	程序员和用户的福气	108
8.13	Windows 是一个好工具	109
第 9 章	详细了解系统启动项	111
9.1	启动项是病毒木马的温床	111
9.2	经典的“启动”文件夹	111
9.3	经典的 Msconfig	112
9.3.1	Windows XP 中的 Msconfig	113
9.3.2	Windows 7 中的 Msconfig	115
9.3.3	Windows 10 中的启动修改	115
9.4	注册表中的启动项	116
9.4.1	“Load”键值	116
9.4.2	“Userinit”键值——用户相关	117
9.4.3	“Run”子键	117
9.4.4	“RunOnce”子键	118
9.4.5	Windows 中加载的服务	119
9.4.6	Windows Shell——系统接口	120
9.4.7	BootExecute——属于启动执行的一个项目	120
9.4.8	组策略加载程序	121
第 10 章	Windows 系统安全防范	123
10.1	了解系统进程	123
10.1.1	查看系统中运行的进程	123
10.1.2	关闭正在运行的危险进程	126
10.1.3	新建系统进程	128
10.1.4	查杀病毒进程	128
10.2	修补系统漏洞防范黑客	129
10.3	系统方面的防黑设置	131
10.3.1	查看和关闭默认共享	131
10.3.2	设置代理服务器隐藏 IP 地址	132

10.4	注册表防黑设置.....	133
10.4.1	禁止远程修改注册表.....	133
10.4.2	永久关闭默认共享.....	133
10.4.3	禁止普通用户查看事件记录.....	134
10.4.4	找出隐藏的超级用户.....	135
第 11 章	大家都来学 DOS.....	137
11.1	DOS 的前世今生.....	137
11.1.1	DOS 释义.....	137
11.1.2	DOS 之父.....	137
11.1.3	MS-DOS 的发展之路.....	138
11.2	DOS 系统的组成和特点.....	139
11.2.1	DOS 系统的组成.....	139
11.2.2	DOS 的命令特征.....	140
11.2.3	DOS 中目录和文件的特征.....	140
11.2.4	新 DOS 时代的 DOS 特征.....	141
11.3	进入 DOS 平台.....	142
11.3.1	适可而止用 DOS.....	142
11.3.2	Windows 9x 平台下的启动法.....	143
11.3.3	Windows XP/7 平台下的启动方法.....	145
11.4	认识 DOS 命令.....	146
11.4.1	认识 DOS 命令提示符.....	146
11.4.2	DOS 命令的分类.....	146
11.4.3	DOS 命令的格式.....	147
11.5	认识 Windows XP/7 中的命令提示符.....	147
11.5.1	命令提示符概述.....	148
11.5.2	使用命令语法.....	148
11.5.3	配置命令提示符.....	149
11.6	DOS 与命令行的区别.....	149
第 12 章	命令行下的网络管理和诊断.....	151
12.1	用 ping 命令检测网络连接.....	151
12.1.1	ping 命令介绍.....	151
12.1.2	用 ping 命令检查连接.....	152
12.1.3	使用 ping 命令参数.....	152
12.1.4	用 ping 127.0.0.1 命令测试网卡连接情况.....	153
12.1.5	用 ping 192.168.0.228 命令测试网络连接情况.....	153
12.1.6	用 ping 命令对网关进行测试.....	154
12.1.7	比较测试数据包的大小对反应时间的影响.....	155
12.2	用 ipconfig 目录检测网络配置.....	156

12.2.1	网络配置基础知识	156
12.2.2	网络协议检查	158
12.2.3	测试 TCP/IP 协议配置工具 ipconfig	158
12.2.4	用 ipconfig/all 命令解决网络连接故障	160
12.2.5	用 ipconfig 命令解决路由器导致的网络故障	160
12.2.6	用 ipconfig 命令解决网络配置故障	161
12.2.7	用 ipconfig 命令解决 IP 地址冲突故障	161
12.2.8	子网掩码错误导致无法正常通信	162
12.3	用 tracert 命令排查网络故障	162
12.3.1	tracert 命令简介	162
12.3.2	用 tracert 命令解决无法对某网站域名进行解析故障	163
12.3.3	用 tracert 命令解决电脑无法访问某网站故障	164
12.3.4	用 tracert 命令解决网速变慢故障	164
12.4	用 arp 命令查看网络连接	164
12.4.1	认识 arp 命令格式	165
12.4.2	利用 arp 命令查看哪些电脑连接了本机	165
12.4.3	用 arp 命令来捆绑 IP 和 MAC 地址	165
12.5	用 nslookup 命令解决上网故障	165
12.5.1	nslookup 命令简介	166
12.5.2	利用 nbtstat 命令探测对方计算机名	166
12.5.3	查看 DNS 服务器工作是否正常	166
12.6	用 netstat 命令查看网络协议	166
12.7	用 net 命令进行账户和共享管理	169
第 13 章	DOS 对文件和文件夹的操作技巧	173
13.1	文件和文件夹的基本操作技巧	173
13.1.1	显示当前目录	173
13.1.2	分屏显示多目录	174
13.1.3	快速查看目录	174
13.1.4	宽行显示文件	175
13.1.5	快速查看同类型文件	175
13.1.6	显示隐藏文件	176
13.1.7	快速搜索文件	176
13.1.8	建立目录	176
13.1.9	删除目录	177
13.1.10	设置目录搜索路径	177
13.1.11	改变目录	178
13.1.12	删除目录结构	178
13.1.13	删除文件	179

13.1.14	隐藏重要文件	179
13.1.15	更改文件属性	180
13.1.16	去除文件只读、隐藏属性	181
13.1.17	复制文件	181
13.1.18	传送系统文件	183
13.2	文件操作高级应用技巧	183
13.2.1	用 copy 命令实现远程上传和下载	184
13.2.2	用 copy 命令实现文件隐藏	184
13.2.3	用 copy 命令合并 MP3 文件	185
13.2.4	用 fc 命令破解共享软件使用期限	187
13.2.5	用 fc 命令让过期共享软件卸载后能重装	187
13.2.6	在 DOS 下进入任意乱码目录	188
13.2.7	用 type 命令查看系统安装密码	188
13.2.8	用 type 命令复制加密盘	188
13.2.9	用 edit 命令编辑 BOOT.INI 文件	189
13.2.10	在 Edit 文本编辑中定义块	190
13.2.11	在 DOS 下显示中文文件	190
13.2.12	用 tree 命令制作文件目录清单	191
13.2.13	用 dir 命令提取文件目录	191
13.2.14	快速复制命令行中的文本	192

第 4 篇 数据恢复

从目前来看,经常地对数据进行备份是最直接有效的。但由于在一些特殊情况下,数据备份也无法避免数据丢失,因此数据恢复成为挽救这些数据的最后机会。学习数据恢复技术已成为全面掌握数据安全知识的一个重要环节。快速而深入地了解数据备份与恢复技术,提高数据安全性是成为电脑高手必备的技能。

第 14 章	磁盘数据的恢复	194
14.1	数据丢失的原因	194
14.1.1	由软件故障引起的数据丢失	194
14.1.2	由硬件故障引起的数据丢失	194
14.1.3	自然损坏	194
14.2	硬盘数据恢复概述	195
14.2.1	数据的可恢复性	195
14.2.2	数据类型影响恢复的成功率	196
14.2.3	物理恢复不可能 100%成功	196

14.3	数据恢复的原则和步骤	198
14.3.1	数据恢复的一般原则	198
14.3.2	数据恢复的步骤	199
14.4	可恢复的数据类型	199
14.4.1	硬件设备的数据恢复	199
14.4.2	软件故障数据恢复	201
14.5	使用 EasyRecovery 恢复硬盘数据	203
14.5.1	EasyRecovery 功能概述	203
14.5.2	如何提高 EasyRecovery 的恢复成功率	204
14.5.3	找回被误删除的数据	204
14.5.4	恢复被格式化的数据	206
14.5.5	恢复因其他原因丢失的数据	208
14.5.6	检测硬盘故障	208
14.5.7	Office 文档文件和 Zip 文件的修复	209
14.6	使用 FinalData 恢复硬盘数据	210
14.6.1	FinalData 功能特点	210
14.6.2	FinalData 使用方法	210
第 15 章	硬盘故障紧急处理	214
15.1	硬盘拯救技术基础	214
15.1.1	对硬盘进行初始化	214
15.1.2	硬盘拯救的原理	219
15.1.3	硬盘故障表现	222
15.2	硬盘无法引导的修复	223
15.2.1	新买的硬盘, 在新主板上却找不到 IDE 设备	223
15.2.2	更换硬盘后提示 “Non-System disk or disk error”	223
15.2.3	硬盘不能启动, 屏幕显示 “Invalid partitionable”	223
15.2.4	设置活动分区	224
15.2.5	逻辑锁的处理	225
15.2.6	使用 Fdisk 恢复主引导记录	225
15.2.7	使用 Fixmbr 恢复主引导记录	226
15.3	备份与恢复引导扇区和分区表	226
15.3.1	备份与恢复引导扇区	226
15.3.2	备份与恢复硬盘分区表信息	227
15.3.3	重建分区表和主引导记录	229
15.4	磁道的修复	230
15.4.1	使用 DM 修复损坏的 0 磁道	230
15.4.2	使用 Disk Genius 处理硬盘 0 磁道损坏	235

15.5	硬盘坏道的处理.....	236
15.5.1	硬盘有坏道的表现.....	236
15.5.2	使用磁盘扫描工具修复逻辑坏道.....	237
15.5.3	用 ScanDisk 修复磁盘逻辑坏道和屏蔽物理坏道.....	238
15.5.4	使用 Format 命令检测物理坏道.....	239
15.5.5	使用 Fdisk 屏蔽物理坏道.....	239
第 16 章	系统还原与备份.....	241
16.1	用好系统还原功能.....	241
16.1.1	创建 Windows 7 系统还原点.....	241
16.1.2	使用系统还原点还原 Windows 7 系统.....	242
16.2	用好系统自带备份工具.....	243
16.2.1	用系统自带备份工具备份 Windows 7.....	243
16.2.2	用系统自带备份工具恢复 Windows 7.....	245
16.3	用 Ghost 手动备份系统.....	248
16.3.1	手动快速运行 Ghost 程序.....	248
16.3.2	使用 Ghost 备份分区.....	249
16.3.3	使用 Ghost 恢复分区.....	251
16.3.4	使用 Ghost 备份磁盘.....	253
16.3.5	利用 Ghost 恢复磁盘映像.....	254
16.3.6	使用 Ghost 备份时为镜像文件加密.....	256
16.4	一键还原全自动备份.....	256
16.4.1	安装一键 GHOST.....	257
16.4.2	使用一键 GHOST 备份系统.....	258
16.4.3	一键 GHOST 恢复系统.....	260

第 5 篇 BIOS 设置

BIOS 是电脑运行的管家。通过学习 BIOS, 不但能掌握一些特殊技能, 而且能对 Windows 的理解有所加深, 犹如一种内功修炼, 关键时刻可以起到重要作用。BIOS 是软、硬件的交汇处, 是解决某些故障和安装系统的必备技能。通过学习 BIOS 设置, 还能对硬件底层有所了解。

第 17 章	必知必会 BIOS 设置.....	261
17.1	BIOS 入门.....	261
17.1.1	BIOS 是硬件还是软件.....	261
17.1.2	开机时, BIOS 是如何工作的.....	262
17.1.3	CMOS 又是什么.....	262
17.1.4	如何查看你的 BIOS 产品类型.....	263
17.2	BIOS 设置基本应用.....	264