

从入门到精通

· 指引入门捷径 ·

直通高手殿堂 ·

新编

系统安装·重装· 备份与还原

本套书由“6度获得全国优秀畅销书的作者+教育专家”组织编写，按照初学者接受知识的难易程度，由浅入深地布局内容，不仅能帮助初学者快速掌握系统安装、重装、备份与还原的基本操作，而且能教会初学者一些实用的系统安装·重装·备份与还原的技能。

超值光盘

包括160分钟多媒体教学录像，另赠送一本668页、内含600个经典的系统安装·重装·备份与还原应用技巧的电子书。

◎ 神龙工作室 编著



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

从入门到精通

新编

系统安装·重装· 备份与还原

◎ 神龙工作室 编著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

新编系统安装·重装·备份与还原从入门到精通 / 神龙工作室编著. —北京: 人民邮电出版社, 2008.4
ISBN 978-7-115-17629-5

I. 新… II. 神… III. 操作系统(软件)—基本知识
IV. TP316

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 018359 号

内 容 提 要

本书是指导初学者学习如何进行系统安装、重装、备份与还原的入门书籍。书中详细地介绍了初学者在学习安装与重装操作系统以及备份与还原时必须掌握的基本知识、使用方法和操作步骤。全书共分 12 章, 分别介绍安装前的准备、单操作系统的安装、多操作系统的安装与管理、修复操作系统、重装操作系统、安装和卸载驱动程序、安装虚拟机与虚拟操作系统、修补系统漏洞、卸载多操作系统、备份和还原操作系统、备份和还原系统信息以及数据恢复技术等内容。

本书附带一张精心开发的专业级多媒体教学光盘, 它采用全程语音讲解、情景式教学、详细的图文对照和真实的情景演示等方式, 紧密结合书中的内容对各个知识点进行了深入的讲解, 一步一步地引导读者完成系统安装、重装、备份与还原的实际应用。光盘中还赠送了一本 668 页、内含 600 个经典的系统安装、重装、备份与还原应用技巧的电子书, 大大地扩充了本书的知识范围。

本书不仅适合刚刚接触电脑的初学者阅读, 对有一定电脑基础的用户也有很高的参考价值。

新编系统安装·重装·备份与还原从入门到精通

- ◆ 编 著 神龙工作室
责任编辑 魏雪萍
- ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京隆昌伟业印刷有限公司印刷
新华书店总店北京发行所经销
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 24.5
字数: 606 千字
印数: 1-6 000 册
- 2008 年 4 月第 1 版
2008 年 4 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-17629-5/TP

定价: 49.00 元(附光盘)

读者服务热线: (010)67132692 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

从入门到精通

· 指引入门捷径 直通高手殿堂 ·

配套光盘导航



介绍安装操作系统之前需要了解的知识以及安装操作系统的过程

介绍如何安装和使用虚拟机

介绍如何备份和还原操作系统中的数据文件等

随书附赠大量应用技巧

介绍如何修复和重装操作系统

介绍卸载不同的多操作系统的方法

介绍如何使用数据恢复技术找回已丢失的数据



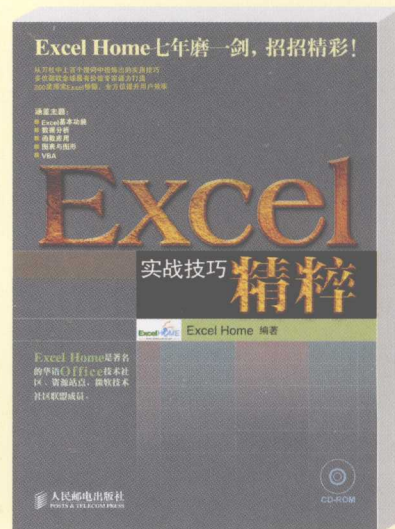
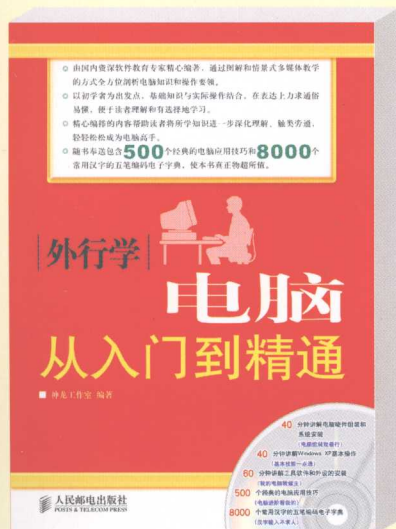
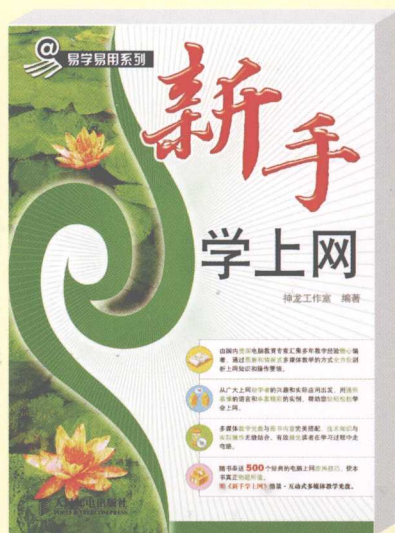
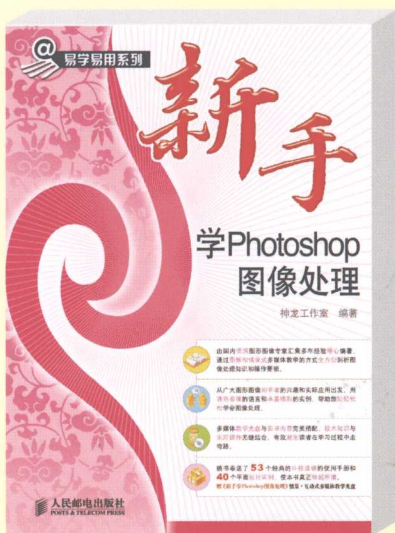
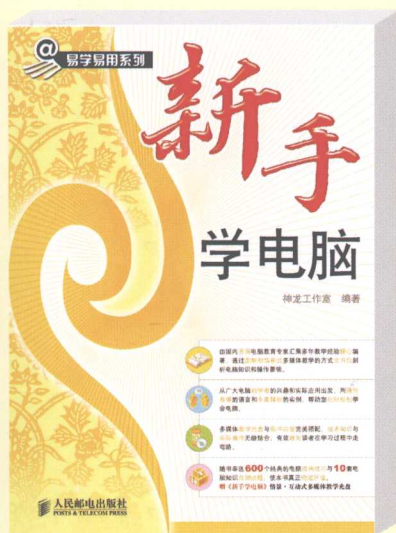
滑块的位置表示当前演示的进度，拖动滑块可以实现快进或快退

拖动“背景音量”和“解说音量”滑块可以调节相应音量的大小

积淀孕育创新 品质铸就卓越

全国优秀
畅销书

全国优秀畅销书推荐





前言

电脑是现代信息社会的重要标记,掌握丰富的电脑知识,正确熟练地操作电脑已成为信息化时代对每个人的要求。鉴于此,为了满足广大读者学习电脑知识及电脑操作的需要,我们针对不同的学习对象的掌握能力,总结了多位电脑高手及计算机教育专家的经验,精心编写了这套“新编从入门到精通”丛书。



丛书主要内容

本套丛书涉及读者在日常工作和学习中各个常见的电脑应用领域,在介绍软硬件的基础知识及具体操作时都是以大家经常使用的版本为主要讲述对象,在必要的地方也兼顾了其他的版本,以满足不同领域读者的需求。本套丛书主要包括以下图书。

新编 Windows Vista 中文版从入门到精通	新编办公软件从入门到精通
新编外行学电脑从入门到精通	新编 Excel 2003 中文版从入门到精通
新编外行学上网从入门到精通	新编 Word 2003 中文版从入门到精通
新编 Windows XP 中文版从入门到精通	新编 PowerPoint 2003 中文版从入门到精通
新编电脑组装与维护从入门到精通	新编 Access 2003 中文版从入门到精通
新编电脑家庭应用从入门到精通	新编 AutoCAD 2008 中文版从入门到精通
新编黑客攻防从入门到精通	新编 Word/Excel 高效办公从入门到精通
新编 Photoshop CS2 中文版从入门到精通	新编 Project 2003 项目管理从入门到精通
新编系统安装·重装·备份与还原从入门到精通	新编系统优化·安全设置·防杀电脑病毒从入门到精通
新编 Photoshop CS3 中文版从入门到精通	新编 Photoshop CS3 从入门到精通
新编 Flash CS3 动画制作从入门到精通	新编 ProENGINEER 野火版 3.0 中文版从入门到精通
新编 3ds Max 9 三维动画创作从入门到精通	新编 UG NX 4.0 中文版从入门到精通
新编 CorelDRAW X3 矢量绘图从入门到精通	新编 AutoCAD 2008 从入门到精通
新编 Premiere Pro 2.0 影视制作从入门到精通	新编 SQL Server 2005 数据库管理与开发从入门到精通
新编 HTML 网页设计从入门到精通	新编 Dreamweaver CS3 精彩网站制作从入门到精通
新编 Visual Basic 6.0 程序设计从入门到精通	新编 Visual FoxPro 6.0 数据库管理与开发从入门到精通
新编 VB.NET 2005 程序设计从入门到精通	新编 ASP.NET 2.0 网站开发从入门到精通
新编 Visual C# 2005 程序设计从入门到精通	新编 ASP.NET 2.0 + SQL Server 2005 从入门到精通
新编 Dreamweaver CS3、Flash CS3 与 Fireworks CS3 网页制作三剑客从入门到精通	



写作特色

❖ **双栏排版, 超大容量:** 本书采用双栏排版的格式, 信息量大。在 370 多页的篇幅中容纳了传统的 500 多页的内容, 这样我们就能在有限的篇幅中为读者奉送更多的系统安装、重装、备份和还原知识和实战案例。

❖ **一步一图, 图文并茂:** 在介绍具体操作步骤的过程中, 每一个操作步骤均配有对应的插图。这种图文结合的方法使读者在学习过程中能够直观、清晰地看到操作的过程以及效果, 便于理解和掌握。

❖ **提示技巧, 贴心周到:** 本书对读者在学习过程中可能会遇到的疑难问题以“提示”和“技巧”的形式进行了说明, 以免读者在学习的过程中走弯路。

❖ **精心排版，实用至上：**双色印刷既美观大方又能够突出重点、难点，精心编排的内容可以使读者对所学知识进一步深化理解，触类旁通。

❖ **书盘结合，互动教学：**本书配套多媒体教学光盘内容与书中知识紧密结合并互相补充。在多媒体光盘中，我们仿真工作和生活中的真实场景，让读者体验实际工作环境，并借此掌握生活和工作中所需的知识以及技能，掌握处理各种问题的方法，知道在合适的场合使用合适的方法，以达到学以致用目的，从而大大地扩充了本书的知识范围。



光盘特点

❖ **内容丰富：**光盘中不仅提供了 18 个涵盖系统安装、重装、备份与还原全过程的典型实例，而且还附赠一本 668 页内含 600 个经典的系统安装、重装、备份与还原应用技巧的电子书，使读者能够轻松地解决一些常见的问题。

❖ **超大容量：**本书所配的光盘涵盖了书中绝大多数的知识点，并做了一定的扩展延伸，突破了目前市场上现有光盘内容含量少、播放时间短的缺点。

❖ **解说详尽：**光盘在演示系统安装、重装、备份与还原经典实例的过程中，对每一个操作步骤都做了详细的解说，使读者能够身临其境，加快学习的进度。

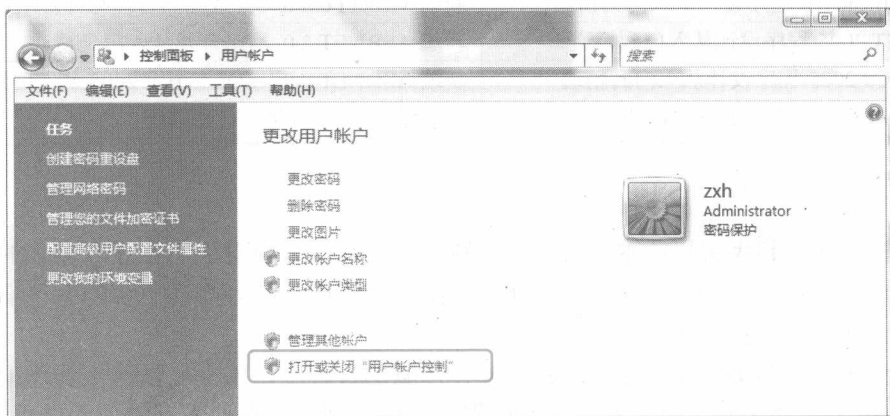
❖ **实用至上：**全面突破传统的按部就班讲解知识的模式，以解决问题为出发点，通过光盘中经典的系统安装、重装、备份与还原演示实例，全面地涵盖了用户在日常生活中所遇到的电脑问题及解决的方案。



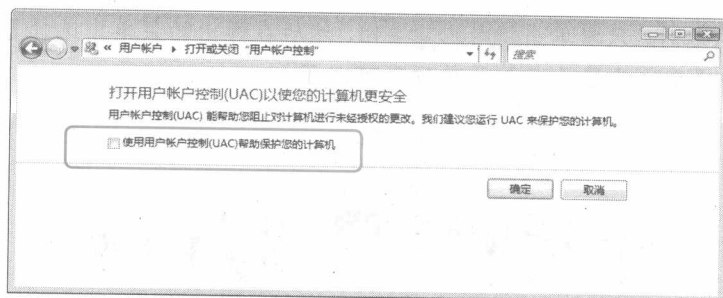
光盘使用须知

❖ **注意：**如果您在 Windows Vista 操作系统下使用本光盘，请在运行光盘之前关闭用户账户控制（UAC）功能，否则可能会出现报错（在 Windows XP 系统下不会出现报错）。

- 1 单击【开始】>【控制面板】菜单项，打开【控制面板】窗口。
- 2 单击左侧窗格中的【经典视图】链接，切换到经典视图模式，然后双击右侧窗格中的【用户账户】图标，打开【用户账户】窗口。
- 3 单击【打开或关闭“用户账户控制”】链接，打开【打开或关闭“用户账户控制”】窗口。

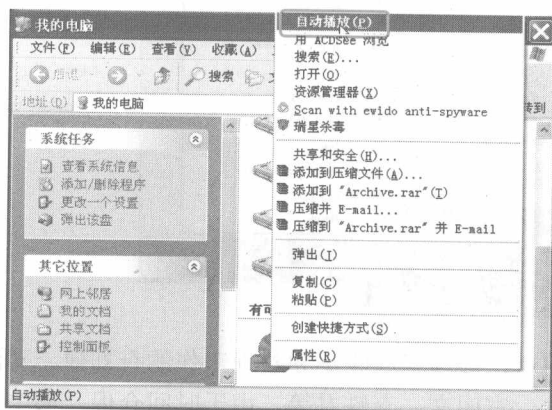


- 4 在这里撤选【使用用户账户控制（UAC）帮助保护您的计算机】复选框，然后单击 **确定** 按钮即可完成更改。



配套光盘运行方法

- ① 将光盘印有文字的一面朝上放入光驱中，几秒钟后光盘就会自动运行。
- ② 若光盘没有自动运行，可以双击桌面上的【我的电脑】图标，打开【我的电脑】窗口，然后双击光盘图标，或者在光盘图标上单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择【自动播放】菜单项，光盘就会运行。



- ③ 由于光盘长期使用会磨损，旧光驱读盘的能力可能也比较差，因此最好将光盘内容安装到硬盘上观看，把配套光盘保存好作为备份。在光盘主界面中单击【安装光盘】按钮，就可以将光盘内容安装到硬盘中。



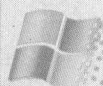
- ④以后观看光盘内容时，只要单击 **开始** 按钮，然后在弹出的菜单中选择【所有程序】>【从入门到精通】>【系统安装重装】菜单项就可以了。



本书由神龙工作室编著，参与资料收集和整理工作的有刘建、邓淑文、尚玉琴、吕兴胜、王福艳、徐晓丽、姜永水、宫明文、李轶君等。由于时间仓促，书中难免有疏漏和不妥之处，恳请广大读者不吝批评指正。

我们的联系信箱：weixueping@ptpress.com.cn。

编者



目 录

第1章 安装前的准备	1
1.1 操作系统介绍	2
1.2 安装方式介绍	3
1. 全新安装	3
2. 升级安装	3
3. 覆盖安装	3
4. 并列安装	4
5. 自动安装	4
1.3 启动方式介绍	4
1. 从光盘启动	4
2. 从硬盘启动	4
3. 从U盘启动	5
4. 从移动硬盘启动	5
1.4 BIOS 设置介绍	5
1.4.1 BIOS 介绍	5
1. BIOS 的工作原理	5
2. BIOS 的分类	5
3. BIOS 的功能	6
4. BIOS 与 CMOS 的区别	6
1.4.2 BIOS 设置的主界面	7
1. 进入 BIOS 设置主界面	7
2. 退出 BIOS 设置	7
3. BIOS 设置主界面选项及其功能	8
4. 设置 BIOS 时的常用按键及其注意事项	9
1.4.3 与安装操作系统相关的 BIOS 设置	10
1. 设置启动顺序	10
2. 加载/恢复 BIOS 默认设置	11
1.5 硬盘分区知识	11
1.5.1 分区的基础知识	11
1. 主分区、扩展分区和逻辑分区	11
2. 硬盘分区格式介绍	12
3. 分区格式之间的转换	13
4. 硬盘分区的原则及注意事项	14
5. 常见的硬盘分区工具介绍	15
6. 常见的硬盘分区方案	15
1.5.2 使用软件进行硬盘分区	16
1. PartitionMagic	16
2. FDISK	31
第2章 单操作系统的安装	37
2.1 安装 Windows 2000	38
2.2 安装 Windows XP	42
2.2.1 全新安装 Windows XP	42
2.2.2 升级安装 Windows XP	47
2.3 安装 Windows Server 2003	49
2.3.1 全新安装 Windows Server 2003	49
2.3.2 升级安装 Windows Server 2003	53
2.4 安装 Windows Vista	54
2.4.1 全新安装 Windows Vista	54
2.4.2 升级安装 Windows Vista	58
2.5 安装 Linux	61
2.5.1 全新安装 Linux	61
2.5.2 升级安装 Linux	70
第3章 多操作系统的安装与管理	73
3.1 多操作系统安装的基础知识	74
3.2 安装双操作系统	75
3.2.1 按照由低到高的版本顺序安装	75
1. 在 Windows 2000 下安装 Windows XP	75
2. 在 Windows 2000 下安装 Windows Server 2003	77
3. 在 Windows 2000 下安装 Windows Vista	79

4.	在 Windows XP 下安装 Windows Server 2003	80
5.	在 Windows XP 下安装 Windows Vista	82
6.	在 Windows Server 2003 下安装 Windows Vista	83
3.2.2	按照由高到低的版本顺序安装	83
1.	在 Windows Vista 下安装 Windows 2000	83
2.	在 Windows Vista 下安装 Windows XP	87
3.	在 Windows Vista 下安装 Windows Server 2003	90
4.	在 Windows Server 2003 下安装 Windows XP	93
5.	在 Windows Server 2003 下安装 Windows 2000	95
6.	在 Windows XP 下安装 Windows 2000	95
3.3	安装多操作系统	95
3.3.1	按照 Windows 2000/XP/Server 2003 顺序安装	95
3.3.2	按照 Windows XP/2000/Server 2003 顺序安装	96
3.3.3	按照 Windows Server 2003/XP/2000 顺序安装	96
3.3.4	按照 Windows XP/Server2003/Windows Vista 顺序安装	97
3.3.5	按照 Windows Vista/XP/Server 2003 顺序安装	97
3.3.6	按照 Windows Vista/Server 2003/XP 顺序安装	100
3.4	安装 Windows XP/Vista/Linux	100
1.	设备管理	101
2.	分区数量	101
3.	各个分区的作用	101
3.5	修改系统引导文件	105

1.	修改 Windows Vista 之前版本的操作系统引导文件	105
2.	修改包含 Windows Vista 系统的引导文件	107
3.6	使用 System Commander 管理多操作系统	109
3.6.1	安装 System Commander	109
3.6.2	System Commander 界面介绍	111
3.6.3	使用 System Commander 管理多操作系统	113
1.	使用【OS Wizard】功能管理操作系统	113
2.	管理系统启动菜单	115
3.7	多操作系统之间的资源共享	117
3.7.1	多操作系统之间的资源共享方式	117
1.	使用绿色软件	117
2.	设置软件的安装位置	117
3.	使用快捷方式	118
3.7.2	共享系统资源	118
1.	共享临时文件夹	118
2.	共享【我的文档】文件夹	119
3.	共享页面文件	119
4.	共享系统桌面	121
3.7.3	共享网络资源	121
1.	共享 IE 收藏夹	121
2.	共享下载信息	122
3.	共享 IE 缓存	122
4.	共享 Cookies 文件	123
5.	共享 QQ 数据	125
6.	共享 MSN 数据	126

第4章 修复操作系统

4.1	制作系统启动盘	130
4.1.1	制作 DOS 启动软盘	130
4.1.2	制作 DOS 启动光盘	131
4.1.3	制作启动 U 盘	132
4.1.4	制作系统启动盘	133



1. 制作 Windows 2000 安装启动盘	133
2. 制作 Windows 2000 紧急修复盘	134
3. 制作 Windows XP 自动系统恢复盘	135
4.2 使用系统的自动恢复功能	137
1. 使用【最后一次正确的配置】功能	137
2. 使用 BIOS 中的【恢复默认设置】功能	138
3. 使用 BIOS 中的【恢复标准设置】功能	138
4. 为 CMOS 放电	139
4.3 使用故障恢复控制台	139
4.4 使用安装光盘修复操作系统	144
1. 修复 Windows Vista 之前版本的操作系统	144
2. 修复 Windows Vista 操作系统	146
4.5 进入安全模式修复操作系统	147
第 5 章 重装操作系统	149
5.1 重装系统前的准备工作	150
1. 备份重要数据	150
2. 备份驱动程序	150
5.2 在单个操作系统下重装	150
5.2.1 系统已经无法启动	150
5.2.2 系统可以启动但无法正常运行	153
5.3 在多个操作系统下重装	156
5.3.1 Windows 2000/XP 共存时的重装	156
1. 重装 Windows 2000	156
2. 重装 Windows XP	161
5.3.2 Windows XP/Vista 共存时的重装	164
1. 重装 Windows XP	165
2. 重装 Windows Vista	166
第 6 章 安装与卸载驱动程序	173
6.1 驱动程序介绍	174
6.1.1 认识驱动程序	174
1. 驱动程序的作用	174
2. 常用的驱动程序	174
6.1.2 获得驱动程序	174
1. 操作系统自带	174
2. 硬件设备厂家赠送	174
3. 网上下载	174
6.1.3 驱动程序的安装顺序	175
6.1.4 查看驱动程序的方法	175
6.2 安装驱动程序	176
6.2.1 安装主板驱动程序	176
6.2.2 安装 DirectX 驱动程序	179
6.2.3 安装显卡驱动程序	179
6.2.4 安装声卡驱动程序	181
6.2.5 安装网卡驱动程序	182
6.3 卸载驱动程序	184
6.4 升级驱动程序	185
第 7 章 安装虚拟机与虚拟操作系统	187
7.1 认识虚拟机	188
7.1.1 虚拟机的概念	188
7.1.2 常用的虚拟机	188
1. VMware	188
2. Virtual PC	188
7.1.3 虚拟机的安装需求	189
1. 电脑硬件配置	189
2. 对本机操作系统的要求	189
7.2 VMware 的安装与配置	189
7.2.1 安装 VMware	189
7.2.2 配置 VMware	191
7.2.3 更改虚拟机配置	194
1. 修改虚拟内存的大小	194
2. 添加和删除虚拟硬盘	195
7.3 安装虚拟操作系统	196
7.3.1 利用安装光盘	196
1. 安装前的准备工作	196
2. 安装操作系统	197
7.3.2 利用镜像文件	198
1. 选择镜像文件	198

2. 安装操作系统	198	3. 恢复保留的操作系统	234
7.4 添加 VMware 虚拟硬盘	199	9.2 卸载 Windows 双系统	234
7.5 安装 VMWare Tools	202	9.2.1 Windows 2000/XP 共存时的卸 载	234
7.6 虚拟系统的快照和克隆	204	1. 卸载 Windows XP	234
7.6.1 虚拟系统的快照	204	2. 卸载 Windows 2000	238
1. 建立快照	204	9.2.2 Windows Vista/XP 共存时的卸 载	239
2. 恢复快照	204	1. 卸载 Windows Vista	239
3. 删除快照	206	2. 卸载 Windows XP	241
7.6.2 克隆系统	207	9.3 卸载 Windows 和 Linux 并存的双系 统	243
1. 关闭系统	207	9.3.1 卸载 Linux	243
2. 克隆系统	207	1. 引导程序安装在 MBR 中	243
7.7 Virtual PC 的安装与配置	209	2. 引导程序没有安装在 MBR 中	251
7.7.1 下载和安装 Virtual PC	209	9.3.2 卸载 Windows XP	252
7.7.2 汉化和配置 Virtual PC	211	1. 删除 Windows XP 系统分区	252
1. 汉化 Virtual PC	211	2. 删除 Windows XP 系统启动项	253
2. 配置 Virtual PC	212	9.4 卸载多操作系统	255
7.8 安装虚拟操作系统	214	9.4.1 Windows 2000/XP/Server 2003 并存时的卸载	256
7.8.1 利用安装光盘	214	1. Windows XP 不在 C 盘	256
1. 设置从光驱启动	214	2. Windows XP 在 C 盘	256
2. 安装虚拟系统	215	9.4.2 卸载与多个早期版本 Windows 并存的 Windows Vista	256
7.8.2 利用镜像文件	215	1. Windows Vista 不在 C 盘	256
7.9 添加已经安装的虚拟系统	216	2. Windows Vista 在 C 盘	256
7.10 安装附件功能模块	219	9.4.3 卸载与 Windows Vista 并存的 早期版本 Windows	256
7.11 实现文件共享	220	9.4.4 多个 Windows 系统与 Linux 共 存时的卸载	256
1. 实现文件共享	220		
2. 取消共享	222		
第 8 章 修补系统漏洞	223		
8.1 使用系统自带的更新功能	224		
8.2 手动安装补丁	226		
8.3 扫描并修复系统漏洞	228		
8.3.1 使用 360 安全卫士扫描并修复 系统漏洞	228		
8.3.2 使用金山清理专家扫描并修复 系统漏洞	230		
第 9 章 卸载多操作系统	233		
9.1 卸载操作系统的流程	234		
1. 备份数据	234		
2. 卸载操作系统	234		
		第 10 章 备份和还原操作系统	257
		10.1 备份和还原操作系统简介	258
		10.1.1 备份和还原概述	258
		1. 备份	258



2. 还原	258
10.1.2 备份操作系统的最佳时机	258
1. 安装完操作系统时	258
2. 进行有可能损坏系统的操作时	258
3. 安装重要软件后	258
10.1.3 常用的操作系统备份和还原软件	258
1. 备份软件	258
2. 系统还原软件	258
3. Ghost 软件	258
4. 一键还原精灵	259
10.2 使用系统自带的软件备份和还原系统	259
10.2.1 使用备份软件备份和还原系统	259
1. 备份系统	259
2. 还原系统	264
10.2.2 使用系统还原软件备份和还原系统	265
1. 创建还原点	265
2. 还原系统	266
3. 撤销还原	267
4. 设置系统还原	268
10.3 使用 Ghost 备份和还原系统	270
10.3.1 Ghost 简介	270
1. 软件特点	270
2. 存储介质	270
3. 运行环境	271
10.3.2 使用 Ghost 备份系统	271
1. 制作 Ghost 引导型 U 盘	271
2. 设置系统从 U 盘启动	272
3. 使用一键 Ghost 和 Ghost 软件备份系统	273
4. 使用一键 Ghost 和 Ghost 软件还原系统	277
10.4 使用一键还原精灵备份和还原系统	281

10.4.1 一键还原精灵简介	281
1. 一键还原精灵的特点	281
2. 一键还原精灵的版本	281
3. 使用一键还原精灵时需要注意的问题	282
10.4.2 一键还原精灵装机版	282
1. 安装一键还原精灵装机版	282
2. 设置系统启动菜单	283
3. 备份系统	284
4. 还原系统	286
5. 卸载一键还原精灵装机版	287
第 11 章 备份和还原系统信息	289
11.1 备份和还原硬盘分区表	290
11.1.1 使用 WinHex 软件备份和还原硬盘分区表	290
1. 破坏硬盘分区表的主要因素	290
2. 安装 WinHex 软件	290
3. 使用 WinHex 软件备份分区表	292
4. 使用 WinHex 软件还原分区表	295
11.1.2 使用 DiskGen 软件备份和还原硬盘分区表	297
1. 启动 DiskGen 软件	297
2. 使用 DiskGen 软件备份分区表	297
3. 使用 DiskGen 软件还原分区表	298
11.2 备份和还原注册表	299
11.2.1 注册表受损的原因和现象	299
1. 注册表受损的原因	299
2. 注册表受损的现象	299
11.2.2 在注册表编辑器中备份和还原注册表	300
1. 备份注册表	300

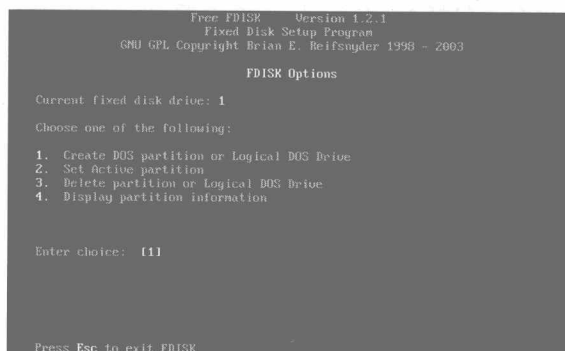
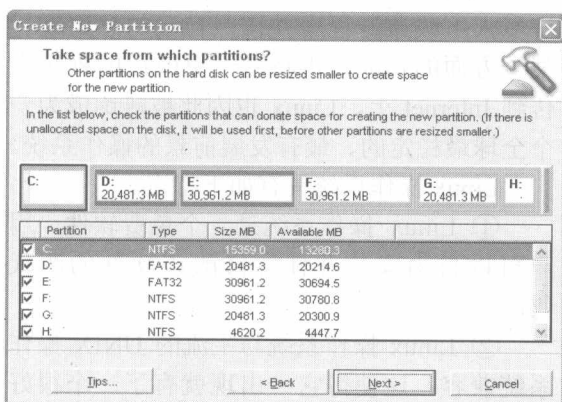
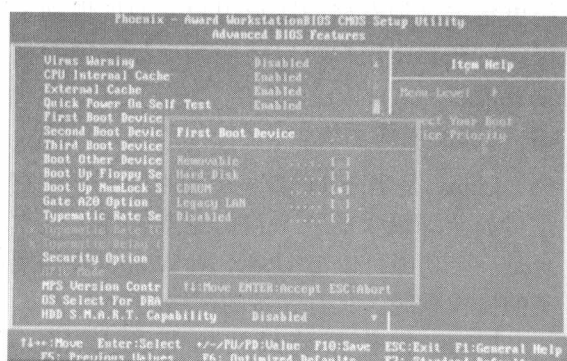
2. 还原注册表	300
11.2.3 使用系统备份工具备份和还原注册表	301
1. 备份注册表	301
2. 还原注册表	304
11.2.4 使用系统维护软件备份和还原注册表	305
1. 使用超级兔子备份和还原注册表	305
2. 使用优化大师备份和还原注册表	307
3. 使用备份之星备份和还原注册表	308
11.2.5 还原注册表的其他方法	311
1. 在安全模式下恢复注册表	311
2. 使用“最后一次正确的配置”还原注册表	312
11.3 备份和还原 BIOS	313
11.3.1 在 DOS 环境下备份和还原 BIOS	313
1. 制作 DOS 启动 U 盘	313
2. 使用 AWDFlash 软件备份 BIOS	314
3. 使用 AWDFlash 软件还原 BIOS	316
11.3.2 在 Windows 环境下备份和还原 BIOS	317
1. 使用 WinFlash 软件备份 BIOS	317
2. 使用 WinFlash 软件还原 BIOS	318
11.4 备份和还原驱动程序	319
11.4.1 使用驱动精灵备份和还原驱动程序	319
1. 使用驱动精灵备份驱动程序	319
2. 使用驱动精灵还原驱动程序	321
11.4.2 使用优化大师备份和还原驱动程序	323
1. 使用优化大师备份驱动程序	323
2. 使用优化大师还原驱动程序	324
11.5 备份和还原字体	324
11.5.1 手动备份和还原字体	324
1. 手动备份字体	324
2. 手动恢复字体	326
11.5.2 使用备份之星备份和还原字体	327
1. 使用备份之星备份字体	327
2. 使用备份之星还原字体	328
11.6 备份和还原输入法	328
11.6.1 手动备份和还原输入法	328
1. 手动备份输入法	329
2. 手动还原输入法	330
11.6.2 使用备份之星备份和还原输入法	330
1. 使用备份之星备份输入法	330
2. 使用备份之星还原输入法	331
11.7 备份和还原 IE 收藏夹	332
第 12 章 数据恢复技术	333
12.1 数据恢复技术介绍	334
12.1.1 硬盘的数据结构	334
1. 主引导扇区	334
2. 操作系统引导扇区	334
3. 文件分配表	334
4. 目录区	335
5. 数据区	335
12.1.2 数据的存储原理	335



1. 数据的概念	335
2. 文件的读取	335
3. 文件的写入	335
4. 文件的删除	335
12.1.3 保护硬盘数据	335
1. 硬盘数据丢失的原因	336
2. 防范硬盘数据丢失的措施	336
12.1.4 数据恢复原则	336
12.2 使用 EasyRecovery 恢复数据	337
12.2.1 EasyRecovery 功能简介	337
12.2.2 EasyRecovery 的安装与设置	337
1. 安装 EasyRecovery	338
2. 设置 EasyRecovery	339
12.2.3 磁盘诊断	341
12.2.4 数据恢复	343
1. 高级恢复	343
2. 删除恢复	346
3. 格式化恢复	348
4. Raw 恢复	349
5. 继续恢复	351
6. 紧急启动盘	351
12.2.5 文件修复	351
12.2.6 E-mail 修复	353
12.2.7 软件升级	353
12.2.8 救援中心	354
12.3 使用 FinalRecovery 恢复数据	354
12.3.1 FinalRecovery 简介	354
1. 启动 FinalRecovery 软件	354
2. FinalRecovery 的功能选项	354
12.3.2 标准恢复	355
12.3.3 高级恢复	357
12.4 使用 FinalData 恢复数据	358
12.4.1 FinalData 主界面	358
1. 标题栏	358
2. 菜单栏	358
3. 工具栏	358
4. 目录列表框	359
5. 文件列表框	359
6. 状态栏	359
12.4.2 FinalData 软件的使用	359
12.5 使用 GetDataBack 恢复数据	361
12.6 使用 R-Studio 恢复数据	363
12.7 使用 Recover My files 恢复数据	365
附录 系统安装·重装·备份与还原应用技巧 600 招	369



第1章 安装前的准备



小月新买了一台电脑，需要安装操作系统，但是她从来没有安装过任何操作系统，不知道该如何操作，更何况这里面还要涉及 BIOS 设置与硬盘分区知识。于是小月去找小龙，希望他能够教给自己一些操作系统的知识，以及安装操作系统、设置 BIOS 和对硬盘进行分区的方法。下面就让我们来看看小龙是如何给小月讲解这些知识的吧！

- 操作系统介绍
- 安装方式介绍
- 启动方式介绍
- BIOS 设置介绍
- 硬盘分区知识