

CD-ROM



光盘内附
视频教学

电脑图解易学易用系列

笔记本电脑完全宝典

全程图解，迅速掌握，选购维护升级一册包罗

旗讯中文 编著



超级实用，练就火眼金睛，从此奸商水货一目了然

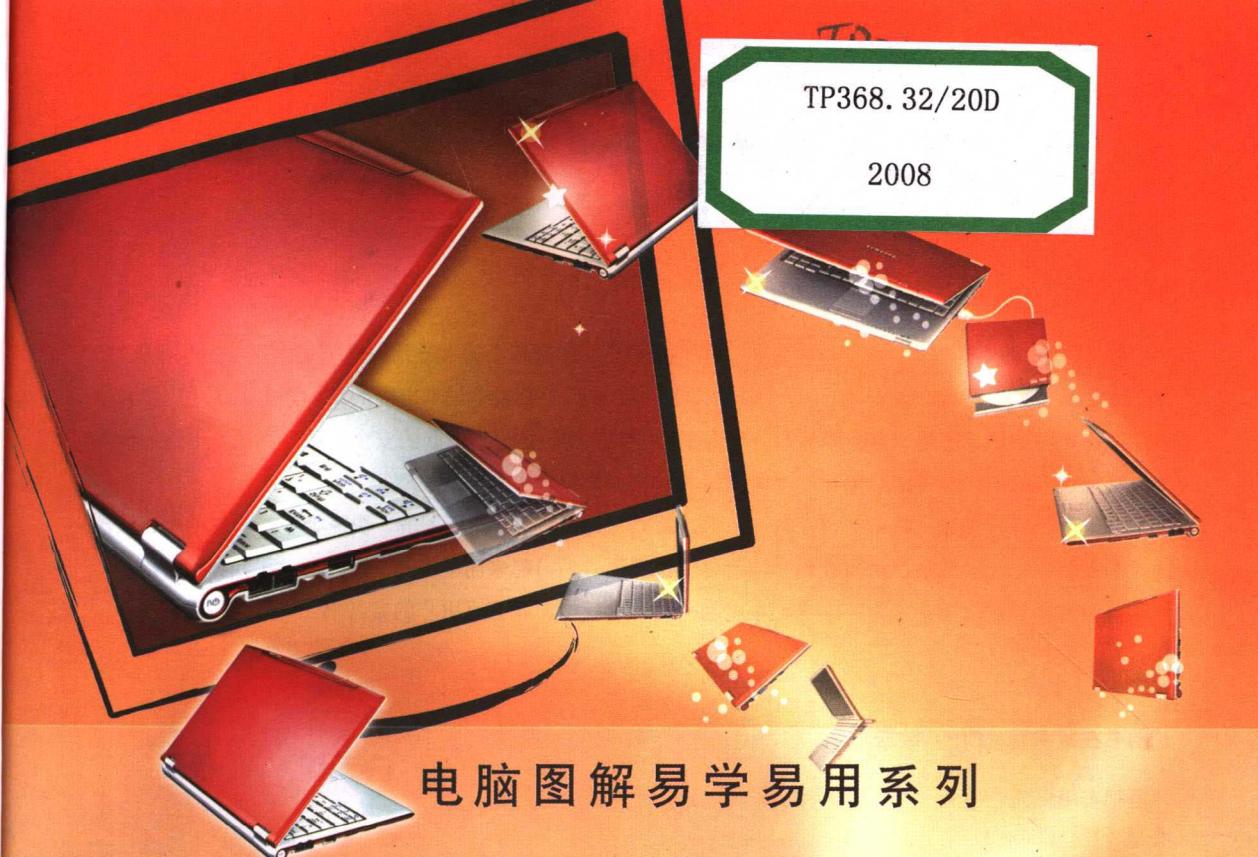
知识全面，从本本发展历史到相关趣闻，增添无穷阅读乐趣

赠送实用软件，让您成为笔记本达人如虎添翼

旗讯
FLAGINFO

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE





TP368. 32/20D

2008

电脑图解易学易用系列

笔记本电脑完全宝典



旗讯中文 编著



内 容 简 介

随着 IT 技术的不断发展，笔记本电脑的价格不断降低，越来越多的人开始选购笔记本电脑。本书是“电脑图解易学易用系列”丛书之一，由浅入深、从零开始地讲解了有关笔记本电脑的知识。本书主要内容包括笔记本电脑入门知识、笔记本电脑的选购、笔记本电脑的应用、笔记本电脑的安全防护、笔记本电脑的保养维护、笔记本电脑的扩展升级、笔记本电脑维修和优化、笔记本电脑技巧荟萃等。

本书采用环境教学法，具有知识互补性，版式新颖、美观实用，全程图解、快速上手，彩色印刷、轻松阅读，书盘结合、互动教学。语言浅显易懂，可操作性强，学习起来简单容易。

本书面向初学者，适合作为广大笔记本电脑初级、中级用户和家庭用户的参考书。

图书在版编目（CIP）数据

笔记本电脑完全宝典 / 旗讯中文编著. —北京：中国铁道出版社，2008. 2

（电脑图解易学易用系列）

ISBN 978-7-113-08662-6

I . 笔… II . 旗… III . 便携式计算机—基本知识 IV .

TP368. 32

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2008）第 021812 号

书 名：笔记本电脑完全宝典

作 者：旗讯中文

出版发行：中国铁道出版社（100054，北京市宣武区右安门西街 8 号）

策划编辑：严晓舟 李鹤飞

责任编辑：李鹤飞 徐盼欣

封面设计：路 瑶

印 刷：北京精彩雅恒印刷有限公司

开 本：787mm×1092mm 1/16 印张：16.5 字数：368 千

版 本：2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

印 数：1~5 000 册

书 号：ISBN 978-7-113-08662-6/TP · 2729

定 价：39.00 元（附赠光盘）

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。

笔记本电脑的学习是一个循序渐进的过程。将笔记本电脑某一方面的知识以最简单的语言、最直观的操作步骤、最容易理解的表现形式展现在读者面前，这就是本书所追求的目标。

本书写作意图

目前各大书城中关于笔记本电脑入门的图书琳琅满目，但仔细分析即会发现，不少笔记本电脑入门的图书对知识的概括不够细致，操作过程也较为模糊。这使得读者在购买并阅读后，并不会对书中的内容有太深刻的理解，从而导致图书的作用并未充分发挥。

本书以非常直观的图解方式，生动细致地为读者朋友们介绍笔记本电脑入门应用等各方面的知识；并且，本书的编写取得了长期工作在电脑教育战线上的教师的指导与支持，使得本书的内容更加贴切实际。

本书内容特色

本书采用环境教学法，版式新颖、美观实用，全程图解、快速上手，双色印刷、轻松阅读，书盘结合、互动教学。总的说来，可从以下几方面了解到本书所带给读者的全新阅读感受：

1. 易学

全书在内容的安排上，由浅入深、较有层次地安排了笔记本电脑在选购、应用中的各类操作知识，便于读者从最基础的内容学起，最终完成整个笔记本电脑入门的学习；并且在语言表述上也尽量贴近现实生活，易学性较为突出。

2. 易用

本书在基础知识的介绍过程中，通常都会结合实例进行说明，这方便读者将所介绍的知识与实际操作联系起来，非常具有实用性。

3. 表现多样

为了帮助读者更好地理解书中内容，在操作步骤的介绍过程中，还附有“小提示”、“小知识”、“名词解释”等体例结构，这些体例结构通常是对某一操作步骤、某一基础知识作必要的说明。

本书内容说明

本书主要包括以下章节的知识内容：

我是门外汉（入门篇）、跟我去 Shopping（购物篇）、玩转“本本”（应用篇）、给爱机上把锁（安全篇）、与爱机心心相印（保养、维护篇），“本本”大变身（扩展、升级篇）、我也做医生（维修、优化篇）、百花齐放——实用知识大集合（技巧、经验篇）。

本书阅读对象

从基础出发，再配以实际案例，最后针对不同的笔记本电脑操作方法，介绍笔记本电脑选购、应用、安全、保养、升级、优化等多方面的内容，使得此书适用于笔记本电脑初学者、爱好者，或者办公企业文员等阅读群体；同时也可作为大中专院校笔记本电脑入门应用的参考书。

序

Preface

本书由旗讯中文（Flaginfo）策划并组织编写，参与本书编写的人员都是长期从事电脑教育的工作者和电脑中高级技能人员，他们都具有较强的实践操作能力以及自学指导经验。

由于笔记本电脑技术的飞速发展，以及编者自身水平的限制，书中难免有疏漏的地方，希望广大读者朋友批评指正。



2008年1月

Contents

目
录

CHAPTER 1 我是门外汉（入门篇）

1



1.1 零起点——啥是笔记本电脑	2
1.1.1 物种起源——“本本”的来源	2
1.1.2 时光隧道——“本本”的发展历史	2
1.2 我比商家更明白——笔记本电脑组成大揭密	14
1.2.1 技术趋势——“本本”的主流技术	14
1.2.2 霓裳羽衣——认识“本本”的外表	17
1.2.3 我“芯”飞扬——CPU 深入接触	19
1.2.4 “屏”定天下——“本本”的屏幕种类	23
1.2.5 第一次亲密接触——触摸板与键盘	25
1.2.6 “本”是铁，“电”是钢——了解“本本”的电池	25
1.2.7 记忆仓库——内存与硬盘	26
1.2.8 资源宝库——“本本”的光驱	27
1.2.9 无限可能——“本本”的扩展接口	28
1.3 新手起步——向市场进军	32
1.3.1 市场进军方向 1——卖场购买	32
1.3.2 市场进军方向 2——网上订购	32

CHAPTER 2 跟我去 Shopping（购物篇）

35



2.1 兵马未动，粮草先行——购机前的准备与定位	36
2.1.1 买前多想想——选择适合自己的“本本”	36
2.1.2 穷人的“宝马”——看水货与二手“本本”市场	39
2.2 畅游大观园——市场采购实战	42
2.2.1 了如指掌——勿作待宰羔羊	42
2.2.2 火眼金睛——拒绝样机、水货与“装修”机	43
2.2.3 气定神闲——识破奸商伎俩	45
2.2.4 唇枪舌剑——浅谈与商家侃价	45
2.2.5 皆大欢喜——验货与售后服务	46
2.2.6 满载而归——“本本”付款与取货	49

CHAPTER 3 玩转“本本”（应用篇）

51



3.1 一锤定音——BIOS 设置轻松搞定	52
3.2 双管齐下——操作系统与驱动程序安装	58
3.2.1 图解安装 Windows XP 系统	58

Contents

3.2.2 图解安装驱动程序.....	62
3.3 三分天下——硬盘分区谈笑间	68
3.3.1 跟我学——创建主分区	68
3.3.2 跟我学——创建扩展分区	70
3.3.3 跟我学——创建逻辑驱动器.....	71
3.3.4 跟我学——设置活动分区	71
3.4 四通八达——漫游网络世界.....	72
3.4.1 无线你的无限——移动上网新潮流.....	72
3.4.2 条条大路通罗马——有线网使用一点通.....	74
3.4.3 虚拟空间——感受网络会议	78
3.5 五光十色——打造绚丽的“本本”	84
3.5.1 个性十足——让“本本”的启动画面消失	84
3.5.2 玩转图标——个性化“本本”的系统图标	85
3.5.3 天籁之音——个性化“本本”的系统声音	86
3.5.4 视力保护——个性化“本本”的屏幕保护程序	87
3.5.5 DIY 视频——使用“本本”截取好友视频	89
3.5.6 绚丽夺目——Windows 桌面主题随心改	90
3.5.7 魅力十足——开关机画面想换就换	91
3.5.8 五彩缤纷——桌面换肤也精彩	92
3.5.9 小巧实在——图标指针炫一把	93
3.6 影音娱乐——打造绚丽的多媒体中心	96
3.6.1 天籁之音——用“本本”打造 MP3 音乐站	96
3.6.2 手机也疯狂——用“本本”扩充手机功能	98
3.6.3 娱乐任我行——用“本本”打造移动电影院和游戏中心	101
3.6.4 数码之翼——用“本本”处理数码相片与 DV 影片	104
3.6.5 打来打去——“本本”+打印机，打出精彩生活	109
3.6.6 新鲜有趣——让电视、投影仪与笔记本联动	110

CHAPTER 4 给爱机上把锁（安全篇）

113



4.1 防范未然——“本本”安全技术	114
4.1.1 防盗锁技术	114
4.1.2 防盗夹锁技术	114
4.1.3 防盗锁按钮和动作感测器技术	115
4.1.4 智能报警技术	115
4.1.5 指纹识别技术	115
4.1.6 安全智能卡技术	116
4.2 安全防盗——给“本本”上锁	118
4.3 小心翼翼——打造“本本”系统安全	122

4.3.1 设置“本本” BIOS 开机密码.....	122
4.3.2 设置 Windows XP 系统登录密码.....	123
4.3.3 禁止修改注册表	124
4.3.4 禁止安装或删除软件	124
4.3.5 禁止修改开始菜单	125
4.3.6 清除系统操作记录.....	126
4.3.7 巧隐藏“网上邻居”	126
4.4 数据加密——为“本本”内部数据上锁.....	128
4.4.1 让磁盘消失.....	128
4.4.2 加密文件和文件夹	129
4.4.3 加密 NTFS.....	130
4.4.4 加密压缩文件	131
4.4.5 加密 Office 文档	132
4.4.6 保护聊天记录	133
4.4.7 巧用快捷方式锁定电脑	134
4.5 百毒不侵——让“本本”远离病毒.....	136
4.5.1 知己知彼——了解病毒	136
4.5.2 我有高招——使用杀毒软件	136

CHAPTER 5 与爱机心心相印（保养、维护篇）

141



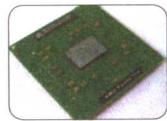
5.1 “本本”保养经验谈——制定“本本”日常维护计划.....	142
5.1.1 言而有信——制定合理的维护周期	142
5.1.2 周而复始——养成良好的日常使用习惯	142
5.1.3 温室效应——确保“本本”的运行环境	143
5.1.4 制胜之道——“本本”日常维护准则	144
5.1.5 维护法宝——合适的清洁工具	145
5.2 别让“本本”丢面子——屏幕保养窍门	148
5.2.1 注意防止 LCD 被划伤	148
5.2.2 合理安排使用时间和调整显示亮度	148
5.2.3 开关 LCD 上盖要注意	149
5.2.4 定时清洁液晶显示屏	149
5.3 “本本”驻颜有妙方——外壳护肤术	150
5.4 敲敲打打要有度——鼠标与键盘的维护保养	152
5.3.1 鼠标的维护保养	152
5.3.2 键盘的维护保养	153
5.5 让光驱歇歇——光驱保养与虚拟光驱妙用	154
5.5.1 光驱的日常保养	154
5.5.2 掌握虚拟光驱	154
5.6 坚持就是胜利——让电池工作更长久	158
5.6.1 充满电时不要使用 AC 电源驱动	158
5.6.2 让“本本”更省电	158

Contents

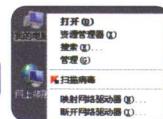
5.6.3 定时放电一次	159
5.6.4 长时间不用应拔下 AC 适配器	159
5.6.5 “本本”电池的续航能力	159
5.7 解暑良方——让“本本”更加凉快	160
5.7.1 不让“本本”通宵下载	160
5.7.2 禁止为“本本”超频	160
5.7.3 定期清理散热口	161
5.7.4 使用外接散热器	161
5.8 将保养进行到底——硬盘、接口与其他配件	162
5.8.1 硬盘保养注意事项	162
5.8.2 PCMCIA 卡的保养	163
5.8.3 外接光驱的保养	163
5.8.4 便携打印机的保养	164
5.8.5 扫描仪的保养	164
5.8.6 音箱的保养	165
5.8.7 数码摄像头的保养	165

CHAPTER 6 “本本”大变身（扩展、升级篇）

167



6.1 偷天换日——为“本本”换一颗“心”	168
6.1.1 “本本”CPU的主要升级形式	168
6.1.2 实战“本本”升级过程	168
6.1.3 换“心”的注意事项	170
6.2 胸怀四海——硬盘升级轻车熟路	172
6.2.1 轻松做好升级准备	172
6.2.2 玩转硬盘升级实战	172
6.3 如虎添翼——享受大容量内存的快感	174
6.4 移形换影——更换光驱轻松学	176
6.5 全能之选——PCMCIA设备大搜查	178
6.5.1 PCMCIA卡的分类	178
6.5.2 PCMCIA卡大搜捕	178
6.6 武装到牙齿——蓝牙红外全接触	182
6.7 天籁之音——打造Hi-Fi级“本本”	184
6.7.1 内部改造——我的声卡我作主	184
6.7.2 完美再现——搭配外置音箱	185
6.7.3 软硬兼施——软件搭配指南	186
6.8 千奇百怪——新奇外设面面观	188



7.1 中医——软件故障，排忧解难	194
7.1.1 芝麻小事我作主——活用系统还原	194
7.1.2 治标又治本——自制系统恢复盘	196
7.1.3 与死机说再见——预防与对策	198
7.1.4 时光回转——误删文件不用急	202
7.1.5 终极武器——注册表大法翻转乾坤	203
7.2 西医——硬件问题，快刀斩乱麻	206
7.2.1 让电池重新激活——牛刀小试电池维修	206
7.2.2 水漫金山使不得——防水与意外处理	207
7.2.3 硬盘不“硬”——抗震与事故对策	208
7.2.4 处理维修“三板斧”——光驱修理手记	209
7.2.5 问题一箩筐——常见“本本”故障解决办法	211
7.3 我“本”奔驰——“本本”优化一条龙	214
7.3.1 启动优化——让系统启动飞起来	214
7.3.2 关机优化——让“本本”自动化关机	215
7.3.3 运行优化——让程序运行更畅快	216
7.4 懒汉也疯狂——走进 Windows 优化大师	218
7.4.1 初次见面——安装 Windows 优化大师	218
7.4.2 支持共享——注册 Windows 优化大师	220
7.4.3 懒人学优化	221
7.4.4 系统大扫除	223
7.4.5 系统我维护	224



8.1 “本本”系统应用	228
8.1.1 关机重启只需一秒	228
8.1.2 关机也来“秀”一把	228
8.1.3 启用磁盘上的写入缓存	229
8.1.4 巧妙优化 U 盘	230
8.1.5 为鼠标超频	231
8.1.6 快速复制文件	231
8.1.7 让过期软件自己退出硬盘	232
8.1.8 让电脑标识的颜色更加深邃	234
8.1.9 设置时间显示方式为 12 小时制	234
8.1.10 清除 Windows XP SP2 下顽固的弹出窗口	235
8.1.11 Windows 常用快捷键一览	235
8.2 “本本”网络应用	238

Contents

8.2.1 让 ADSL 自动拨号	238
8.2.2 释放 Windows XP 保留的 20% 带宽	238
8.2.3 让“本本”互联共享	239
8.2.4 免费发短信	240
8.2.5 免费拨打电话	241
8.2.6 免费看在线电影	243
8.3 “本本” DIY 应用	246
8.3.1 IBM “本本” 指点杆使用技巧	246
8.3.2 部分“本本” 快捷键解析	247
8.3.3 校准“本本” 电脑的电池	248
8.3.4 彻底隐藏“本本” 分区	249
8.3.5 你了解吗?“本本” 维修也分三六九等	250
8.3.6 心情舒畅——让“本本” 使用更加舒适	251

CHAPTER

1

我是门外汉（入门篇）

笔记本电脑的时尚性和便携性是台式电脑无法媲美的。随着IT技术的发展，笔记本电脑的价格已不再高不可攀，越来越多的人开始选购笔记本电脑。在本章中，将为读者介绍笔记本电脑的相关基本常识，使大家对笔记本电脑有全面的了解。

本章导读

- 1.1 零起点——啥是笔记本电脑
- 1.2 我比商家更明白——笔记本电脑组成大揭密
- 1.3 新手起步——向市场进军

1.1

零起点——啥是笔记本电脑

随着 IT 技术的发展，笔记本电脑更新换代的速度越来越快。下面就为读者介绍“本本”的相关基础知识。

● 笔记本电脑基础知识

▼ “本本”的来源

▼ “本本”的发展历史

1.1.1 物种起源——“本本”的来源

1985 年东芝所推出的 T1100 第一次将电脑主机和显示器完美结合，在便携性上得以长足进步，开创了笔记本电脑的先河。

1.1

零起点——
啥是笔记本
电脑



小知识：关于“本本”的来源一直是业界争论的焦点，说法不一。1979年，夏普公司宣布研制成功第一台手提式微电脑；而在1982年11月，Compaq公司也推出第一台IBM兼容手提计算机，不过由于这些机器太重，技术还不成熟，所以一直未能得到人们的普遍认同。直到东芝T1100的问世，才开创便携计算机的新纪元。T1100被媒体公认为世界上第一款笔记本电脑。

你知道：T1100的实际用途很小，因为其性能与同期的台式机相比相差甚远，使用起来不方便；机身也太笨重，不方便携带；最重要的是没有内置电池，还需依赖外接电源，并且在价格上也非常昂贵。



世界上第一台真正意义上的笔记本电脑——东芝 T1100

1.1.2 时光隧道——“本本”的发展历史

笔记本电脑的发展进程是一部高科技产品不断创新、进步的成长史。今天，让我们回到“本本”诞生的那个年代，来回顾一下“本本”的发展历史。

1. 春雨润无声——“本本”的萌芽（1985~1990年）

第一台带电池的便携移动电脑





小知识：在东芝 T1100 面世后的第二年，IBM 也推出了自行研发的第一台笔记本电脑。

与 T1100 相比，IBM 的 Convertible 5140 最具创新的地方就是内置了电池，这是世界上第一台完全通过内置电池工作的计算机。内置电池的使用确立了以后笔记本电脑的设计规范，电池也成为了笔记本电脑不可替代的标准配置。

尽管 IBM 在 5140 之前也曾推出过这种样子的计算机，不过 Convertible 5140 依然被人们认为是 IBM 所推出的第一款笔记本电脑。事实上，这台机器相比于真正意义上的笔记本电脑还是有差距的。它的机身重量达 5.5kg，根本没有便携性可言，但在当时，5140 却是一款性能强劲的便携电脑。它的出现也为 IBM 在笔记本电脑领域树立了一个里程碑，为后来的 IBM 笔记本电脑奠定了基础。

首款 16 位处理器笔记本电脑



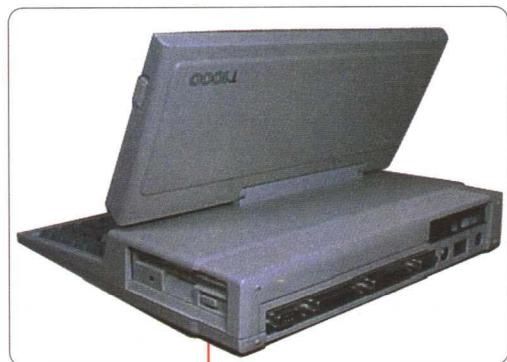
小知识：在 1986 年之前，笔记本电脑的处理器还停留在 8 位运算的水平，这令“本本”的性能受到了不少限制。使用 16 位处理器的东芝 J-3100GT 面市，为笔记本电脑性能的提升创造了良好的前提条件。

另外，J-3100GT 率先采用了 20MB 的硬盘作为存储系统，开创了笔记本电脑存储量的先河。



1.1

零起点——啥是笔记本电脑



业界最早的商用笔记本电脑



首款能调整显示器角度的便携电脑



小知识：作为探索笔记本电脑领域初期的产品，这款业界最早的商用笔记本电脑东芝 T1000 被记录到了美国电脑博物馆的资料中。而且，由于这款产品已经开始克服“本本”重量上的难关，因此也让业界看到了生产超轻薄笔记本电脑的可能性。

笔记本电脑完全宝典



小知识：1987年，Compaq公司发布了这款名为Portable III的便携电脑，这款电脑首次将VGA(640×480)标准带入了便携电脑行列。另外，这款Portable III创新的地方在于其屏幕可以上下翻转，让使用者可以随时调整屏幕到最佳角度，这一人性化的设计也一直沿用至今。

不过，这款笔记本电脑依然存在很多缺陷，首先是机身太重，机身重量还未能从台式机中获得解放；其次是是没有内置电池，需要外接电源才能使用；而且外观上看上去还有点像空调机，这些缺陷也让它始终摆脱不了台式机的阴影。不过从理念上来说，它已经有了可以随身携带的特点。

1.1

零起点——**啥是笔记本电脑**

第一台苹果笔记本电脑



小知识：1989年，苹果公司推出了自己的第一台笔记本——Mac Portable，意味着苹果笔记本电脑正式诞生。此后的苹果笔记本赢得了众多消费者的信赖和喜爱。

第一台轻薄笔记本电脑



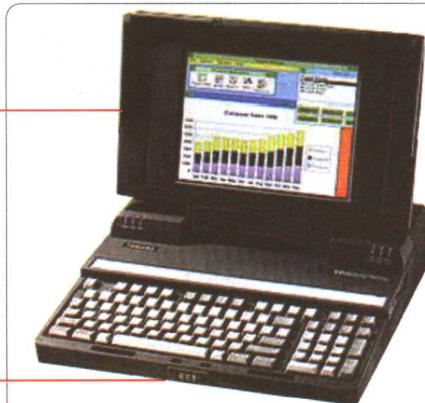
小知识：1989年6月，东芝终于推出了一款具划时代意义的笔记本电脑——DynaBook J3100 SS001。

这款笔记本电脑不仅是东芝笔记本电脑DynaBook系列的最初尝试，而且其重量只有2.7kg，它标志着笔记本电脑轻薄时代的来临。

你知道：虽然当时在笔记本电脑上使用STN彩色显示屏已经是一个很大的进步了，但是由于这种显示屏的色彩还原能力差、对比度和亮度也都比较差，拖尾现象非常严重，所以STN彩色显示屏占据历史舞台的时间也比较短。

另外，这款T5200C的重量达到19磅(8.6kg)，因此笔记本电脑的移动性受到很大的限制，后来人们甚至不肯承认它是一台笔记本电脑。

1990年，第一台彩色的笔记本电脑出现



小知识：1990年，东芝推出了这款STN彩色笔记本电脑，从此，笔记本电脑由单一的黑白显示色变成了彩色。

2. 见证历史——“本本”的发展（1991~2000年）

第一款采用 TFT 液晶显示屏的笔记本电脑



小知识：尽管在1990年东芝已经推出了世界上第一款彩色屏幕的笔记本电脑，不过由于STN彩色显示屏的显示效果不尽如人意，所以东芝在第二年（也就是1991年）推出了这款带有TFT液晶显示屏的T3200SXC便携电脑。

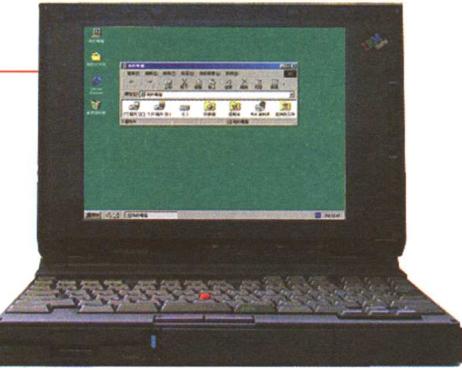
可以说，TFT液晶屏的推出具有划时代的意义，是现代笔记本电脑发展过程中的一个里程碑。



ThinkPad 第一款产品



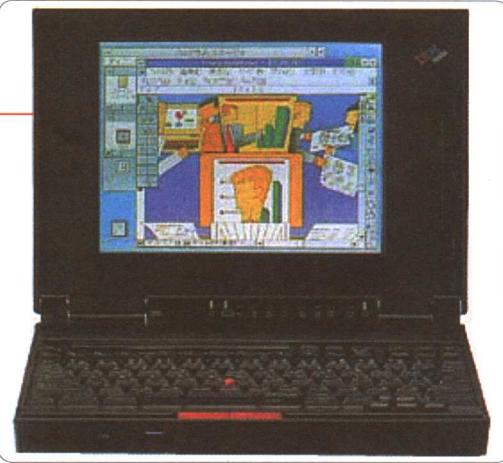
小知识：1992年10月5日，ThinkPad 700C问世了，这对于IBM公司具有非同一般的意义。这款笔记本电脑对IBM乃至整个笔记本电脑行业都具有极其深远的影响，在ThinkPad面市后的十几年中，ThinkPad在全球业界所获得的各种大奖超过了1000项，人们把它称为会“思考”的笔记本电脑。



第一台进入太空的个人电脑



小知识：在1993年11月，IBM的这款ThinkPad 750cs正式推出，不久后它成为了人类历史上第一台随航天飞机进入太空的个人电脑，从此人们对IBM笔记本电脑的质量也逐渐建立了信心。可以说是这款ThinkPad 750cs确立了IBM笔记本电脑在业界的领先地位。



1.1

零起点——啥是笔记本电脑

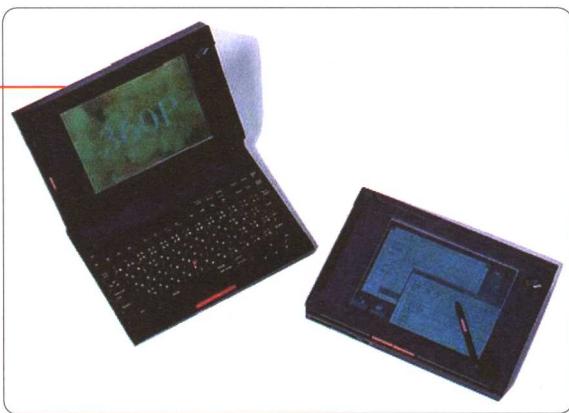
1.1

零起点——什么是笔记本电脑



小知识：1993年，IBM的ThinkPad 750P/360P首次将手写输入方式引入了笔记本电脑领域，让用户可以更加方便地操作笔记本电脑。这在当时来说是极具创新意义的，可以说是平板电脑的始祖。这款笔记本电脑也成为了后期PDA的雏形。

“本本”也可以手写了



小知识：1994年，Intel公司推出奔腾处理器，同步推出笔记本电脑专用处理器Mobile Pentium，这也意味着笔记本电脑正式进入奔腾处理器时代。而第一款使用奔腾处理器的笔记本电脑就是东芝的T4900CT。

东芝T4900CT当年凭借最早搭载奔腾处理器而闻名一时，而它的推出也将笔记本电脑带入了新时代，为笔记本电脑的发展树立了一个新的里程碑。

第一款奔腾“芯”笔记本电脑



小知识：同样在1994年，IBM推出了世界上第一台内置CD-ROM驱动器的笔记本电脑ThinkPad 755cd，它的出现让数据交换更加方便快捷，而且为以后多媒体时代的到来打下了基础。

第一款带有CD-ROM驱动器的笔记本电脑

