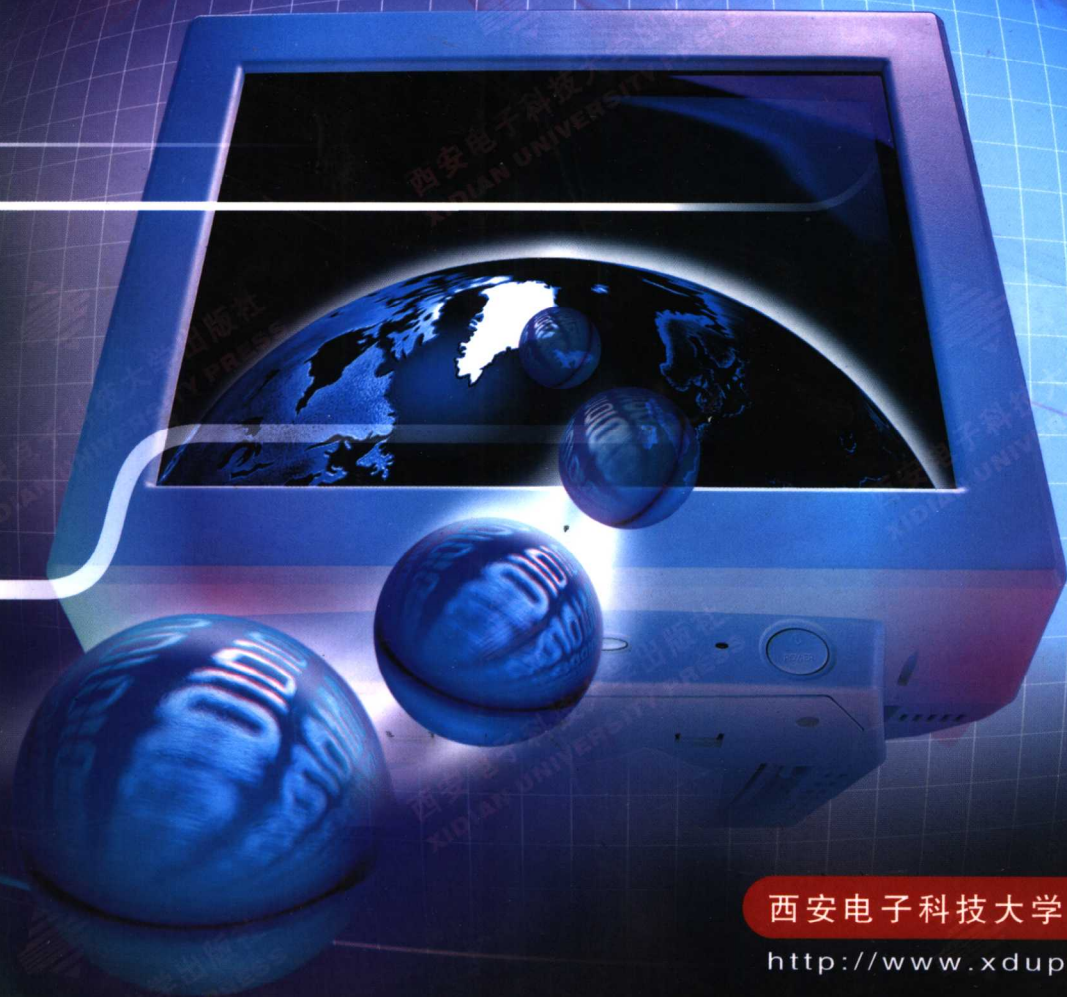


Fascn 工作室 编著

专家点拨 高手支招
剖析难点 化解疑点

电脑安全

高手秘笈 666 招



西安电子科技大学出版社

<http://www.xduph.com>

电脑安全

高手秘笈 *666* 招

Fascn 工作室 编著

西安电子科技大学出版社

2005

内 容 简 介

本书主要介绍电脑日常使用常识, 电脑数据和文件损坏后的修复以及电脑安全防护的方法和技巧。

本书适合所有电脑用户使用。对于初学者, 通过本书可以学到很多电脑安全的基础知识, 并能对自己的电脑进行基本的防护, 在遇到问题的时候能够想办法解决。对于有一定基础的电脑用户, 本书可以提高其个人电脑安全技巧, 从容面对数据损坏或丢失、文件损坏以及黑客病毒等状况。对于电脑高手, 本书更是一本查漏补缺的宝典, 可以扩大其知识面, 使其从一个电脑高手晋级为一个电脑多面手!

图书在版编目(CIP)数据

电脑安全高手秘笈 666 招 / Fascn 工作室编著. —西安: 西安电子科技大学出版社, 2005

ISBN 7-5606-1526-0

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 047111 号

策 划 李惠萍

责任编辑 阎 彬 李惠萍

出版发行 西安电子科技大学出版社(西安市太白南路 2 号)

电 话 (029)88242885 88201467 邮 编 710071

<http://www.xduph.com>

E-mail: xdupfxb@pub.xaonline.com

经 销 新华书店

印刷单位 西安文化彩印厂

版 次 2005 年 6 月第 1 版 2005 年 6 月第 1 次印刷

开 本 787 毫米×960 毫米 1/16 印张 19

字 数 423 千字

印 数 1~6 000 册

定 价 26.00 元

ISBN 7-5606-1526-0/TP·0815

XDUP 1817001-1

如有印装问题可调换

本社图书封面为激光防伪覆膜, 谨防盗版。

前言

2004年5月3日，是一个让我永远难忘的日子。就在这一天，我亲历了一场数据浩劫。一个小小的疏忽让一个古老的病毒乘虚而入，由于过度相信自己的电脑是安全的，又被黑客利用病毒留下的后门潜入电脑，于是乎就发生了一场让我窒息的惨剧：大量的数据资料被恶意毁掉，5位QQ号码、MSN号码、邮箱密码等都被窃取；尤为严重的是，黑客用我的网上支付卡购买了2000多元的东西……其实我最心疼的是多年积累的资料，还有十年的电子日记！于是我就开始手忙脚乱地自己拯救数据，恢复资料。可是由于经验不足，等到我实在黔驴技穷，带着硬盘来到一家著名的数据拯救公司的时候，工程师告诉我：“如果在发现异样的时候你没有进行任何操作，如果你第一时间就拿到这里，或许你的数据会在10分钟之内完璧归赵！”

此后，我开始潜心研究电脑安全：从病毒到木马，从黑客到恶作剧，从恶意网页到善意代码，从资料备份到数据拯救，还请教了无数专家，求助了很多高手。为了学艺，我故意拿着几个坏硬盘到数据拯救公司去花钱修复；为了能够得到样本，我特意准备了一个毫无防范的电脑等待入侵……

一年多的经验积累与资料储备，促成了本书的诞生。非常感谢李惠萍编辑给我这个机会，将这些经验之谈加以组织整理和重新规划，最后终于成书。撰写本书的目的很简单，就是希望朋友们能多一些安全意识，多一些防范意识，多一些备份技巧，多一些拯救手段，在遇到各种病毒、黑客时都能应对自如。

本书适合所有电脑用户使用。对于初学者，通过本书可以学到很多电脑安全的基础知识，并能对自己的电脑进行基本的防护，在遇到问题的时候能够想办法解决。对于有一定基础的电脑用户而言，本书可以提高其个人电脑安全技巧，从容面对数据危险、文件损坏以及黑客病毒等状况。对于电脑高手来说，本书更是一本查漏补缺的宝典，可以扩大其知识面，使其从一个电脑高手晋级为一个电脑多面手！

目 录

第一章 日常电脑使用篇	1
第一节 主动防御，电脑安全从点滴做起	2
第 1 招 清除访问过的文档和程序	2
第 2 招 清除上网历史记录	2
第 3 招 清空 Windows 临时文件夹	3
第 4 招 彻底删除文件	4
第 5 招 清空回收站	4
第 6 招 手工删除 Windows 的 Cookies 数据	4
第 7 招 自动清空 Cookies 的批处理	4
第 8 招 彻底阻止 Cookies	5
第 9 招 防止“自动完成”泄密	5
第 10 招 别忽视剪贴板泄密	6
第 11 招 禁止 Word 显示最近文件列表	6
第 12 招 禁止 WPS 显示最近打开的文件列表	7
第 13 招 保密 FlashGet 下载内容	7
第 14 招 清除网络蚂蚁的下载记录	7
第 15 招 防止网络黑客入侵	7
第二节 重要数据，想方设法保安全	8
第 16 招 改文件名避免被关注	8
第 17 招 隐藏文件夹是最简单的手段	8
第 18 招 让隐藏的文件看不见	9
第 19 招 在文件管理器里藏文件	10
第 20 招 在资源管理器里藏文件	10
第 21 招 让 Subst 帮你藏起驱动器	11
第 22 招 用映射法访问隐藏的驱动器	11
第 23 招 电脑启动软驱成空	12
第 24 招 把一般文件夹图标改成系统文件图标	12
第 25 招 让文件夹图标更多样	13

第 26 招	借系统目录警告打造系统级目录.....	13
第 27 招	打造系统级别的隐藏文件夹.....	13
第 28 招	将文件夹变成声音文件.....	14
第 29 招	将文件夹变成网页文件.....	14
第 30 招	将文件夹伪装为网上邻居.....	14
第 31 招	将私人文件夹变为回收站.....	14
第 32 招	将文件夹变为桌面.....	14
第 33 招	将文件夹变为公文包.....	14
第 34 招	将文件夹变为字体文件夹.....	15
第 35 招	将文件夹变为控制面板.....	15
第 36 招	将文件夹变为打印机.....	15
第 37 招	将文件夹变为我的电脑.....	15
第 38 招	将重要文件藏在 MP3 中.....	15
第 39 招	将重要文件藏在回收站中.....	16
第 40 招	将重要文件藏到图片中.....	16
第 41 招	在 Windows 中隐藏驱动器.....	17
第 42 招	隐藏 Windows 2000/XP 的驱动器.....	17
第三节	把加密数据进行到底.....	18
第 43 招	最常用的 BIOS 密码.....	18
第 44 招	电源开关无效, 密码开机显能.....	19
第 45 招	随身钥匙盘, 无它别开机.....	19
第 46 招	将软盘生成镜像保存.....	19
第 47 招	用 WinZip 加密重要文件.....	19
第 48 招	使用 WinRAR 加密文件.....	20
第 49 招	给 WPS 2000 文件加密码.....	21
第 50 招	给 Office 应用程序加密码.....	21
第 51 招	给 Office XP 文件加密码.....	22
第 52 招	Office 2003 中另存文件也加密.....	22
第 53 招	给 Word 97/2000 文件加密码.....	23
第 54 招	给 Excel 97 文件加密码.....	24
第 55 招	给 Excel 2000 文件加密码.....	24
第 56 招	给 Foxmail 帐户加密码.....	24
第 57 招	让 ICQ 程序的安全性更高.....	25
第 58 招	为腾讯 QQ 加密.....	26

第 59 招	启用本地消息加密口令提示.....	26
第 60 招	给 OE 程序加密.....	27
第 61 招	用 Encrypted Mayic Folders 为文件夹加密.....	28
第 62 招	邮件地址的相互保密.....	28
第 63 招	为 Windows 2000/XP 设置登录密码.....	29
第 64 招	Windows 98 的强制密码登录.....	30
第 65 招	管理保存的 IE 密码.....	30
第四节	密码忘了别着急, 找回密码很轻松.....	31
第 66 招	了解密码和口令.....	31
第 67 招	了解密码字典.....	31
第 68 招	管理好你的密码.....	32
第 69 招	用猜测法破解密码.....	32
第 70 招	用穷举法破解密码.....	32
第 71 招	用密码字典破解密码.....	32
第 72 招	用通用密码破解 BIOS 密码.....	32
第 73 招	用跳线法来清空 BIOS 数据.....	33
第 74 招	妙用 debug 破解 BIOS 密码.....	33
第 75 招	debug 清除 BIOS 的原理.....	33
第 76 招	双系统轻松找回 Windows 2000 密码.....	33
第 77 招	轻松破解 Windows 98 系统密码.....	34
第 78 招	用 Repair 修复找回 Windows XP 密码.....	34
第 79 招	用密码重设盘恢复 Windows XP 密码.....	35
第 80 招	给 Windows 的密码限制长度.....	35
第 81 招	NTFS 系统密码遗忘急救.....	35
第 82 招	采用 IP 冲突法破解屏保密码.....	36
第 83 招	用光盘自动运行破解屏保密码.....	36
第 84 招	恢复 SCSI 硬盘的系统密码.....	36
第 85 招	屏保密码遗忘, 重启即可取消.....	36
第 86 招	轻松破解加密的 Office 文件.....	37
第 87 招	破解加密的 Lotus 文件.....	37
第 88 招	破解加密的 WPS 2000 文件.....	38
第 89 招	轻松恢复 MSN 密码.....	38
第 90 招	让 MSN 不保存登录名和密码.....	39
第 91 招	在线恢复 MSN 密码.....	39

第 92 招	拨号与 ADSL 上网防盗技巧	41
第 93 招	清除 OE 的邮箱密码	42
第 94 招	忘记邮箱密码别着急	42
第 95 招	轻松破解 Foxmail 密码	43
第 96 招	让 QQ 不再记住密码	44
第 97 招	用 ICQ Password Revealer 找回 ICQ 密码	45
第 98 招	用 AIMPR 软件找回 ICQ 等 IM 软件密码	45
第 99 招	在线找回丢失的 QQ 密码	46
第 100 招	手机找回 QQ 密码	46
第 101 招	找回网站和论坛的密码	47
第 102 招	用 Protected Storage PassView 找回论坛密码	47
第 103 招	用软件查看星号密码	48
第 104 招	用 SC-PassUnleash 轻松看星号	48
第 105 招	轻松破解 PDF 加密文件	48
第 106 招	用 PWSHow 轻松看星号密码	49
第 107 招	用 Crack 软件破解 RAR 文件	49
第 108 招	破解加密的 ZIP 文件	50
第 109 招	破解加密的 ARJ 文件密码	51
第五节	重要数据的彻底毁灭	51
第 110 招	删除——最简单的销毁文件的方法	52
第 111 招	快速格式化——快速销毁硬盘数据	52
第 112 招	快速删除所有文件和文件夹	52
第 113 招	删除指定类型的文件	52
第 114 招	用 robocopy 覆盖销毁数据	52
第 115 招	文件销毁利器——Shelltoys XP	53
第 116 招	快速分区，数据再也看不见	54
第 117 招	用 Gdisk 快速清除分区信息	55
第 118 招	文件粉碎机让文件无影无踪	55
第 119 招	在安全模式下删除文件	55
第 120 招	在 DOS 下删除文件	56
第 121 招	取消预览功能，删除指定文件	56
第 122 招	换个系统删文件	56
第 123 招	用特定软件来删除文件	56
第 124 招	删除的文件不能被进程占有	56

第 125 招	重启再删除是常用的手段.....	57
第 126 招	缩略图导致文件无法删除.....	57
第 127 招	用 DiskEdit 修改文件和目录名.....	57
第 128 招	去除文件的只读属性.....	57
第 129 招	非正常关闭导致文件无法删除.....	57
第 130 招	用 xxcopy 快速清空磁盘数据.....	57
第 131 招	用 xxcopy 快速删除指定类型的文件.....	58
第 132 招	用 xxcopy 快速删除空文件夹.....	58
第 133 招	用 xxcopy 快速删除字节数为零的文件.....	58
第 134 招	用 xxcopy 快速删除小于指定大小的文件.....	58
第 135 招	用 xxcopy 快速删除大于指定大小的文件.....	59
第 136 招	用 xxcopy 快速删除指定大小范围的文件.....	59
第 137 招	用 xxcopy 快速清空指定文件夹.....	59
第 138 招	用 xxcopy 快速删除指定时间的文件夹.....	59
第 139 招	用 xxcopy 快速删除指定时间之后的文件.....	59
第 140 招	用 xxcopy 快速删除指定时间之前的文件.....	59
第 141 招	用 xxcopy 快速删除指定时间之间的文件.....	59
第 142 招	彻底删除全拼输入法.....	59
第 143 招	彻底删除微软拼音输入法.....	59
第 144 招	彻底删除智能 ABC 输入法.....	59
第 145 招	彻底删除郑码输入法.....	60
第 146 招	彻底删除内码输入法.....	60
第 147 招	彻底删除表形码输入法.....	60
第 148 招	彻底删除历史记录.....	60
第 149 招	删除不喜欢的 QQ 好友.....	60
第 150 招	删除受保护的 Windows XP 系统文件.....	61
第 151 招	删除不需要的启动项.....	61
第 152 招	删除 Windows 98 启动组的程序.....	61
第 153 招	删除 Windows 98 注册表的自启动程序.....	62
第 154 招	用“添加/删除程序”删除无用的程序.....	62
第 155 招	删除 Windows 98 的临时文件.....	62
第 156 招	彻底删除 Windows 98 注册表中的无用项.....	62
第 157 招	删除 Windows 2000 不用的字体.....	63
第 158 招	删除 Windows 98 的开机标志.....	63

第 159 招	删除键盘布局、输入法和区域设置.....	63
第 160 招	彻底删除 OE 的邮件	63
第 161 招	彻底清除 XP 的预读文件.....	64
第 162 招	用 XP 的预读技术为电脑提速.....	64
第 163 招	清理卸载无用的动态链接.....	64
第 164 招	删除无用的 dll 文件	64
第 165 招	删除某个自动完成表单项.....	65
第 166 招	删掉 Windows 中无用的组件	65
第六节	个人电脑优化提速技巧.....	66
第 167 招	保持电脑自动更新.....	66
第 168 招	让资源管理器带文件夹启动.....	66
第 169 招	让 Windows 2000 鼠标更快	67
第 170 招	让带宽的占用率达到最高.....	67
第 171 招	修改缓存大小 提高电脑速度.....	68
第 172 招	快速关闭多级文件夹窗口.....	68
第 173 招	Shift 键技巧 5 则.....	68
第 174 招	Shift 键与小键盘的妙用.....	69
第 175 招	将临时文件挪到其他分区.....	69
第 176 招	将喜爱的程序放在开始菜单.....	70
第 177 招	换个身份运行程序.....	70
第 178 招	快速浏览脱机网页.....	70
第 179 招	更改首选项以加快搜索.....	70
第 180 招	不让索引占用太多 CPU.....	72
第 181 招	在 Windows XP 中获得控制或帮助	72
第 182 招	用组策略限制访问任务管理器.....	73
第 183 招	修改注册表限制访问任务管理器.....	74
第 184 招	让屏幕显示更清晰的文字.....	74
第 185 招	让 QQ 号码不轻易被窃取.....	75
第 186 招	为 Windows 2000 显示菜单提速	75
第 187 招	让磁盘自检等待时间为 0.....	75
第 188 招	启用显卡的硬件加速.....	75
第 189 招	启用 DirectX 加速.....	76
第 190 招	禁用 Windows 2003 的配置服务器向导	76
第 191 招	启用 Windows 2003 的 ASP 支持	76

第 192 招	让系统自动关闭停止响应的程序.....	76
第 193 招	加快 Windows 窗口的弹出速度	77
第 194 招	禁用 Windows XP 的压缩功能	77
第 195 招	禁止 Windows 2003 关机事件跟踪器	77
第 196 招	加快 Windows XP 的开关机速度	78
第 197 招	让电脑启动时运行 Defrag 程序.....	78
第 198 招	用 Bootvis 优化启动速度	78
第 199 招	让电脑也能自动关闭.....	78
第 200 招	如何知道 Windows XP 是否已经激活	79
第 201 招	重装 Windows XP 不需再激活	80
第 202 招	给登录界面背景变色.....	80
第 203 招	完全卸载 Windows XP	80
第 204 招	快速关机或重启的快捷键.....	80
第 205 招	关机重启只要 1 秒钟.....	80
第 206 招	用 Windows XP 批量重命名文件	80
第 207 招	在 Windows XP 中快速锁定电脑	80
第 208 招	让双键鼠标具有滚页功能.....	81
第 209 招	让 Windows XP 读英文字母	81
第 210 招	Windows XP 也有 NetMeeting	81
第 211 招	找回被系统还原霸占的空间.....	81
第 212 招	禁止 MSN 跟随 IE 启动	82
第 213 招	禁用 Windows 文件保护	83
第 214 招	取消磁盘空间警告提示.....	83
第 215 招	解决软件与 Windows XP 的不兼容	83
第 216 招	给 Windows XP 命令提示符目录搬家	84
第 217 招	在 Windows XP 下让鼠标右键具有复制和移动文件功能	84
第 218 招	优化 BIOS 设置.....	84
第 219 招	优化“启动”组.....	84
第 220 招	扩大虚拟内存容量.....	85
第 221 招	启动 DMA，提高硬盘速度	86
第 222 招	去掉墙纸、主题等设置.....	86
第 223 招	让引导信息停留时间最短.....	86
第 224 招	经常维护系统.....	86
第 225 招	整理、优化注册表.....	87

第 226 招 精简 ini 文件	87
第 227 招 挂起电脑, 快速复原	87
第 228 招 让双系统等待时间短一些	87
第二章 个人数据安全篇	89
第一节 电脑可能遇到的危险	90
第 229 招 数据资料面临的危险	90
第 230 招 主机和硬盘格外需要关注	91
第 231 招 数据的恢复	93
第 232 招 遇到硬盘坏了怎么办	94
第 233 招 拯救宝贵的光盘资料	94
第 234 招 遇到重要的软盘坏了怎么办	94
第 235 招 Windows 无法启动的处理方法	95
第 236 招 Windows 启动时死机的解决方法	95
第 237 招 检查临时文件, 找回丢失文档	95
第 238 招 小心对待 NTFS 格式, 谨慎重装系统	95
第 239 招 修复之前做好磁盘的全盘备份	96
第 240 招 重建分区表前先备份分区表	96
第 241 招 密码忘记的解决方法	96
第 242 招 误删分区的数据急救	97
第二节 备份常用的输入法词组	97
第 243 招 智能 ABC 的词组备份	97
第 244 招 微软拼音词组备份	97
第 245 招 智能狂拼词组备份	97
第 246 招 万能五笔的词组备份	98
第 247 招 一般五笔词组备份	98
第 248 招 五笔加加词组备份	98
第 249 招 智能五笔词组备份	98
第 250 招 拼音加加词组备份	98
第 251 招 紫光输入法词组备份	98
第三节 备份常用软件的注册码	99
第 252 招 从版权对话框备份注册码	99
第 253 招 ACDSee 的注册码键值	99
第 254 招 备份 EmEditor 注册码	100

第 255 招	备份 FlashGet 的注册码	100
第 256 招	备份 HyperSnap-DX 的注册信息	100
第 257 招	备份 ImageFox 的注册码	101
第 258 招	备份 Nero 的注册码	101
第 259 招	备份 Office XP 的注册信息	101
第 260 招	备份 PicaView 的注册码	101
第 261 招	备份 SnagIt 的注册信息	101
第 262 招	覆盖安装软件亦可回归软件正版	101
第 263 招	SnagIt 注册码的备份	101
第 264 招	备份 Total Commander 的注册信息	101
第 265 招	备份 Windows XP 的注册信息	102
第 266 招	备份 WinRAR 的注册信息	102
第 267 招	备份 WinISO 的注册码	102
第 268 招	备份 WinZip 的注册码	102
第四节	驱动程序的备份	102
第 269 招	用驱动精灵备份驱动程序	102
第 270 招	用驱动精灵快速还原驱动程序	103
第 271 招	从指定目录手动还原驱动程序	104
第 272 招	驱动找不到了怎么办	104
第 273 招	用驱动精灵更新驱动程序	105
第 274 招	即插即用、免驱动和驱动程序签名	105
第五节	备份硬盘主引导记录	106
第 275 招	制作 Windows 98 启动盘	106
第 276 招	修改启动盘上的 config.sys 文件	106
第 277 招	修改启动盘上的 autoexec.bat 文件	107
第 278 招	硬盘主引导备份利器——MBRTool	107
第 279 招	刻录引导光盘	108
第 280 招	备份恢复主引导记录	108
第 281 招	备份主引导记录到软盘	108
第六节	做好个人重要数据的备份	109
第 282 招	让你的电脑能用“公文包”	109
第 283 招	新建一个“公文包”	109
第 284 招	向“公文包”里面复制文件	109
第 285 招	用“公文包”更新文件	109

第 286 招	复制数据到家里的电脑.....	110
第 287 招	没有“全部更新”命令怎么办.....	110
第 288 招	同步家里资料到公司电脑.....	111
第 289 招	误删公文包文件怎么办.....	111
第 290 招	“公文包”文件不要了怎么办.....	111
第 291 招	服务器文件备份也可用“公文包”.....	111
第 292 招	“公文包”图标也换壳.....	112
第 293 招	将 IE 临时文件夹放到其他分区.....	112
第 294 招	多用户共用一个临时文件夹.....	113
第 295 招	将“我的文档”转移.....	113
第 296 招	用 Tweak UI 建立“我的文档”.....	114
第 297 招	字体文件夹的备份.....	114
第 298 招	用 Office XP 的“保存设置向导”备份.....	115
第 299 招	保存备份 Office 状态.....	116
第 300 招	恢复 Office 设置.....	117
第 301 招	共享设置文件.....	117
第 302 招	用完全拷贝法备份 Foxmail.....	117
第 303 招	多系统共享 Foxmail.....	118
第 304 招	用 WinRAR 更新备份 Foxmail.....	118
第 305 招	用 xxcopy 备份 Foxmail.....	119
第 306 招	自动备份 Foxmail.....	119
第 307 招	让 Foxmail 的启动更快些.....	120
第 308 招	让 Foxmail 接收 Hotmail 邮件.....	121
第 309 招	更改 Foxmail 的邮件存储位置.....	121
第 310 招	Foxmail 邮件帐户密码丢失怎么办.....	121
第 311 招	删除 Foxmail 的收件箱中的附件.....	122
第 312 招	用 Foxmail 群发、暗送邮件.....	122
第 313 招	欣赏邮件的背景音乐.....	122
第 314 招	打印 HTML 邮件及预览.....	123
第 315 招	玩转 Foxmail 的滚动提示栏.....	123
第 316 招	保护 Foxmail 的邮件秘密.....	123
第 317 招	追查匿名邮件的地址.....	124
第 318 招	用 BackRex Outlook Express Backup 备份 OE.....	124
第 319 招	使用 OEB 恢复 OE 信息.....	125

第 320 招	未注册 OE 也能保存邮件	126
第 321 招	用 Outlook 2000/XP Backup 备份 Outlook 数据	127
第 322 招	备份 MyIE 的群组信息	128
第 323 招	备份 Avant Browser 群组信息	129
第 324 招	多用户共享收藏夹	129
第 325 招	拷贝备份 IE 收藏夹	129
第 326 招	启动自动备份 IE 收藏夹	130
第 327 招	手动备份 IE 收藏夹	130
第 328 招	手动还原 IE 收藏夹	130
第 329 招	将 IE 收藏夹备份到网上	130
第 330 招	使用 QQ 内置的网络收藏夹	131
第 331 招	备份 QQ 的收藏夹到服务器	131
第 332 招	使用 ACDSee 收藏夹	132
第 333 招	备份 ACDSee 收藏夹	132
第 334 招	使用注册表的收藏夹	132
第 335 招	备份注册表中的收藏夹	133
第 336 招	还原注册表中的收藏夹	134
第 337 招	备份帮助中心的收藏夹	134
第 338 招	用 Tweak UI 修改收藏夹位置	134
第 339 招	备份 MSN Messenger	135
第 340 招	用 Messenger Backup 备份多种软件聊天记录	135
第 341 招	备份 MSN 聊天记录	136
第 342 招	手动备份 MSN 好友与聊天记录	136
第 343 招	拷贝法备份 QQ 所有信息	136
第 344 招	用 WinRAR 备份 QQ 更轻松	137
第 345 招	用 QQ 会员备份重要信息	137
第七节	海量数据的备份	138
第 346 招	认识系统还原与文件备份	138
第 347 招	用管理员设置系统还原属性	139
第 348 招	用系统还原来还原系统	139
第 339 招	手动创建还原点	139
第 350 招	禁止系统还原	139
第 351 招	用 Second Copy 备份数据	139
第 352 招	用 SC 快速备份文件	140

第 353 招	用 SC 备份指定文件.....	141
第 354 招	用 SC 排除指定的文件来备份.....	142
第 355 招	让 SC 帮你定时备份数据.....	143
第 356 招	用 Second Copy 实现自动备份.....	143
第 357 招	认识 Ghostfiles.....	143
第 358 招	用 Ghostfiles 同步两分区.....	144
第 359 招	用 Ghostfiles 同步两硬盘.....	145
第 360 招	用 Ghostfiles 同步备份服务器文件.....	146
第 361 招	用 Ghostfiles 拷贝锁定的文件.....	146
第 362 招	用 Ghostfiles 同步两个文件夹.....	147
第 363 招	制作 U 盘系统备份/恢复盘.....	147
第 364 招	将数据同步备份到光盘.....	149
第 365 招	在一张光盘上多次备份.....	149
第八节	数据丢失的解决经验谈.....	150
第 366 招	FinalData——数据拯救的利器.....	150
第 367 招	FinalData 通过网络恢复文件.....	154
第 368 招	恢复文件到光盘.....	155
第 369 招	恢复特定文件.....	155
第 370 招	修复 Office 文件.....	156
第 371 招	修复 MPEG 文件.....	156
第 372 招	恢复电子邮件.....	156
第 373 招	用 R-Mail 恢复误删除的 OE 数据.....	157
第 374 招	修复 Foxmail 丢失的邮箱.....	158
第 375 招	用 Recover4All 恢复共享数据.....	159
第 376 招	恢复误删的地址簿.....	160
第 377 招	恢复丢失的邮件附件.....	160
第 378 招	用 WinDrivers Backup 备份驱动.....	160
第 379 招	网络删除恢复的利器——Undelete.....	161
第 380 招	使用 Undelete 恢复网络误删除.....	162
第 381 招	用 DIR 恢复数码设备中的文件.....	163
第 382 招	U 盘与数码相机的数据恢复.....	165
第 383 招	恢复续刻光盘上的数据.....	166
第 384 招	CD-R 被删数据的恢复原理.....	167
第 385 招	恢复在 Windows 98 DOS 下删除的文件.....	167

第 386 招	QQ 数据的备份与恢复.....	167
第 387 招	寻找丢失的快速启动栏.....	167
第 388 招	用 PC Inspector File Recovery 拯救损坏分区.....	167
第 389 招	用 PCIFR 恢复误删除的硬盘分区.....	168
第九节 数据损坏急救经验谈.....		169
第 390 招	什么是故障恢复控制台.....	169
第 391 招	用光盘启动故障恢复控制台.....	169
第 392 招	将故障恢复控制台安装在本机.....	170
第 393 招	copy——拷贝备份文件.....	170
第 394 招	fixboot——修复 Boot 区.....	170
第 395 招	fixmbr——修复主引导记录.....	170
第 396 招	format——格式化坏区.....	170
第 397 招	expand——解压压缩包中文件.....	171
第 398 招	diskpart——全中文的分区工具.....	171
第 399 招	disable——禁止服务.....	171
第 400 招	修复丢失的 Windows 9x 系统文件.....	172
第 401 招	F8 键——系统的救命稻草.....	172
第 402 招	恢复硬件以前的驱动程序.....	172
第 403 招	从 Windows 安装光盘恢复文件.....	172
第 404 招	恢复 Windows 标准文件关联.....	173
第 405 招	修复 Windows 的活动桌面.....	173
第 406 招	修复任务栏和开始菜单.....	173
第 407 招	修复 Explorer.....	173
第 408 招	修复“我的文档”.....	173
第 409 招	修复“网页查看”.....	173
第 410 招	还原 Windows 98 的图片预览功能.....	173
第 411 招	还原图片文件的原打开程序.....	174
第 412 招	用 fixpix 修复图片预览功能.....	174
第 413 招	修复资源管理器的缩略图功能.....	175
第 414 招	用 fixthumbnails 修复缩略图功能.....	175
第 415 招	恢复桌面丢失的 IE 图标.....	175
第 416 招	认识 Windows 文件保护.....	176
第 417 招	设置 DllCache 的数量.....	177
第 418 招	修复损坏的自解压文件.....	177