

Windows XP 系統還原

一、與 IBM 系統還原之差異：

1. IBM 系統還原：

不論是較早期以光碟片的還原，或是以較新技術由硬碟直接來做還原的方法，都是將主要開機磁區（C:\）內的所有資料、包含病毒在內一併予以清除，並將系統回復到原來的出機狀態（只存留作業系統—Windows）。

2. Windows 系統還原：

目前有內建系統還原的作業系統為：Windows XP Home Edition、Windows XP Professional、以及 Windows Millennium Edition。

此程式只針對重要的系統檔案、登錄檔（registry）做選擇性的備份，且只有在其經過變動、更改時才會做備份，然後將備份檔儲存於目前的作業系統磁區內，並建立起一個可還原的時間點。

3. 優缺點：

以還原速度而言，「Windows 系統還原」僅需時約 10~30 分鐘，相較於「IBM 系統還原」的 1~2 小時，明顯快了很多，但「Windows 系統還原」在做備份時，有可能會將電腦中已存在的病毒一併也備份了下來，當然做了系統還原後也會將病毒也還原了，而且「Windows 系統還原」後並無法保證原先所安裝的應用程式、遊戲等軟體還可正常執行，另外如果病毒已感染破壞了之前的備份檔，那即使以此方法還原到最初建立的時間點也是沒有用的。

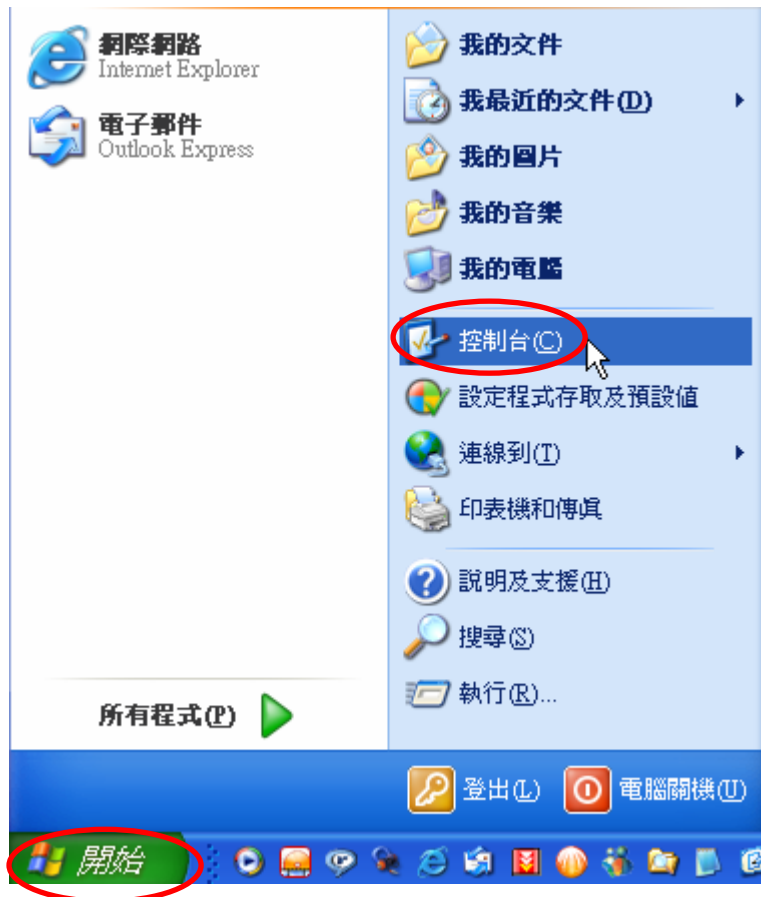
「IBM 系統還原」雖然較費時，且無法還原出機後所安裝的程式軟體，但它可以一併解決因為安裝了不明程式，或因程式安裝過多，導致系統不穩定的現象；而且當系統中了電腦病毒，它也可以將之清除殆盡，將電腦回復至出廠時的狀態。

4. 使用時機：

建議當系統只是不穩定，且還可以進入作業系統執行「Windows 系統還原」程式時，可先試試「Windows 系統還原」的方法；但當作業系統都進不了時，只有執行「IBM 系統還原」了。不論執行何種還原方法，**強烈建議**一定要先設法自行備份電腦中的重要資料，以免一旦執行了系統還原而導致重要資料遺失的不幸後果。

二、開啓或關閉「Windows 系統還原」功能：

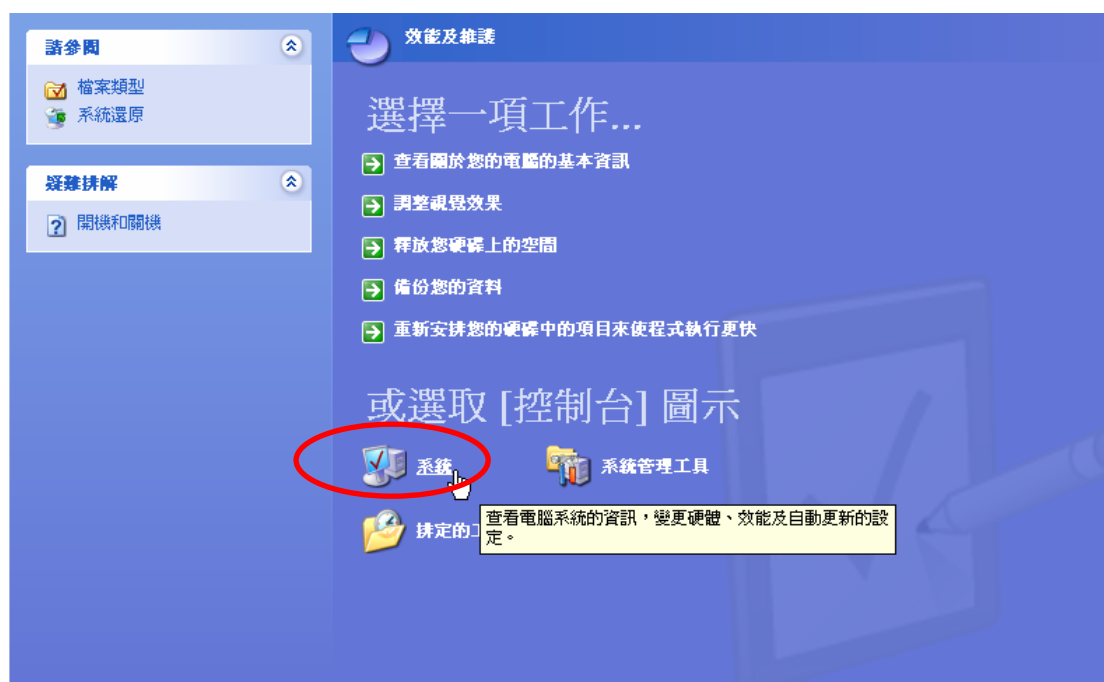
1. 按選左下角的「開始」功能表，並隨後點選「控制台(C)」項目：



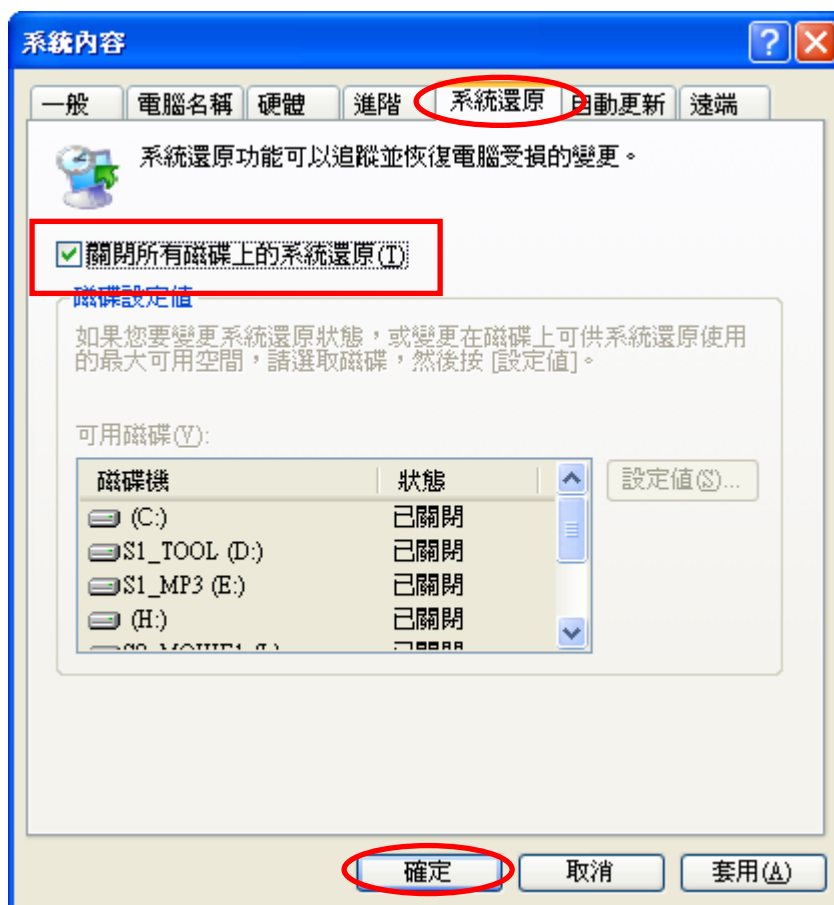
2. 點選「效能及維護」：



3. 點選「系統」：



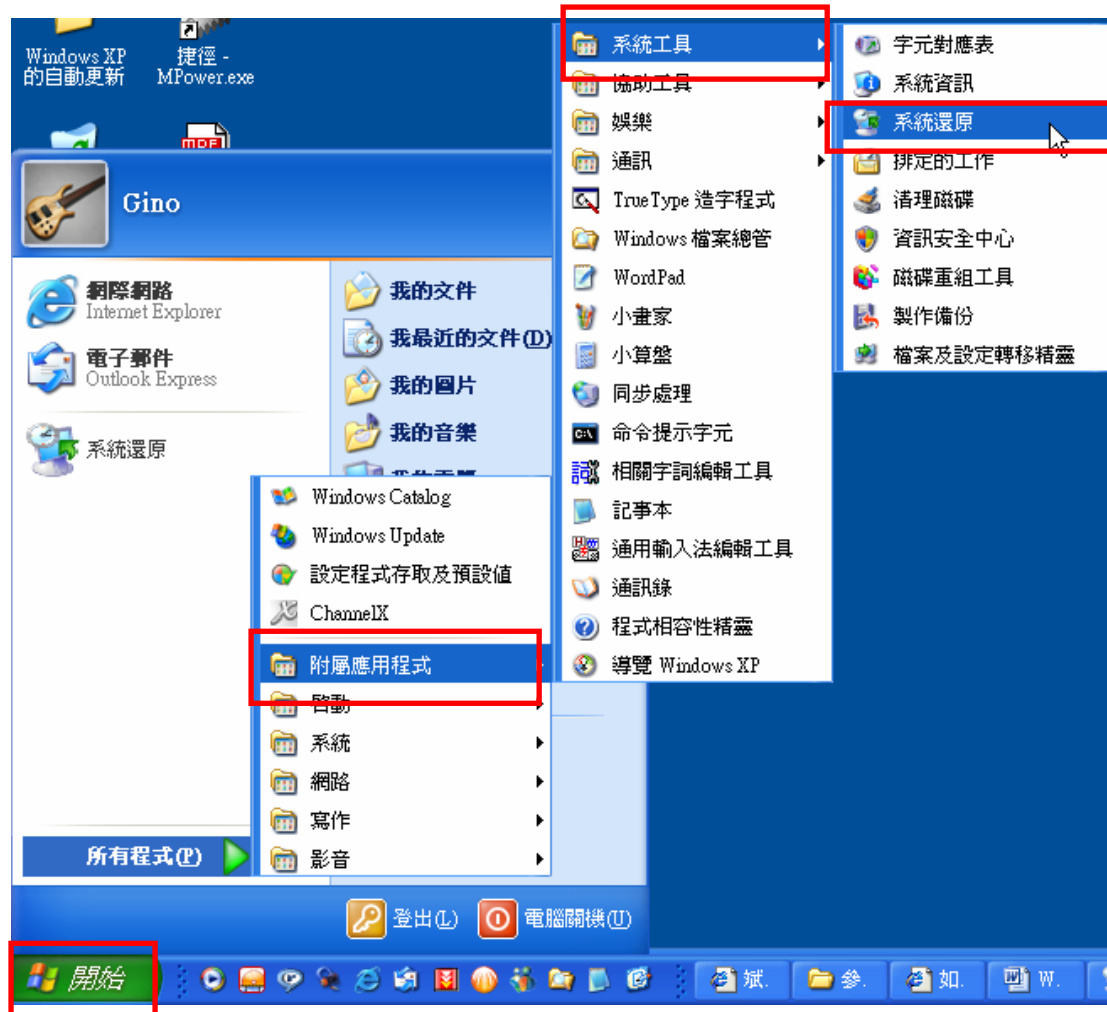
4. 點選「系統還原」欄位後，即可在裡面設定開啓或關閉系統還原功能，設定完後記得按下「確定」鈕，並重新開機即可生效。



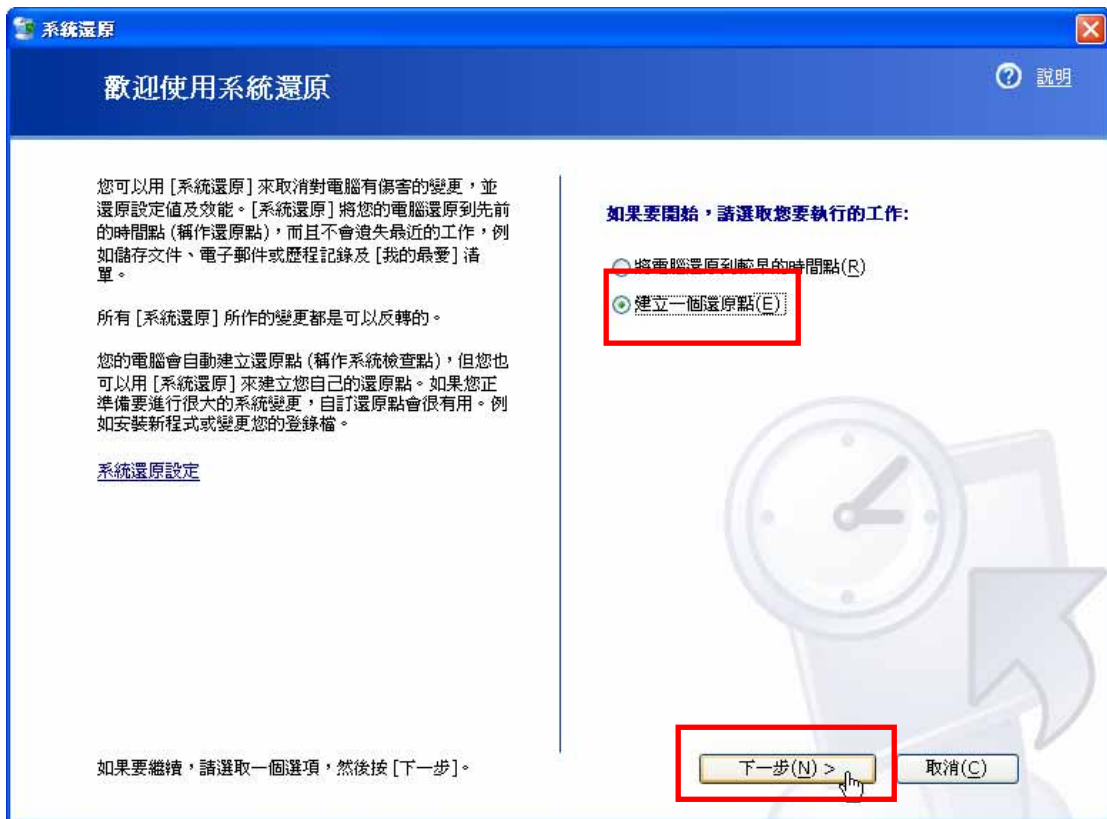
三、建立系統還原點：

1. 請依序點選：

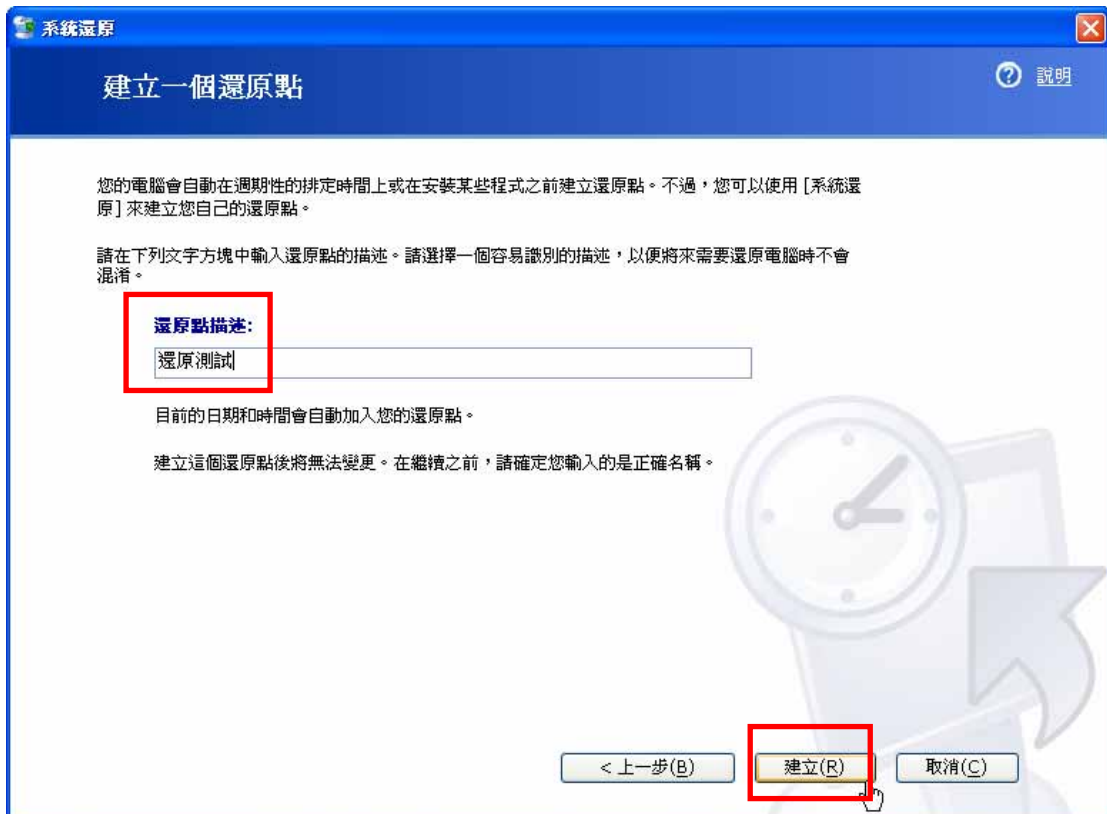
「開始」→「所有程式」→「附屬應用程式」→「系統工具」→「系統還原」

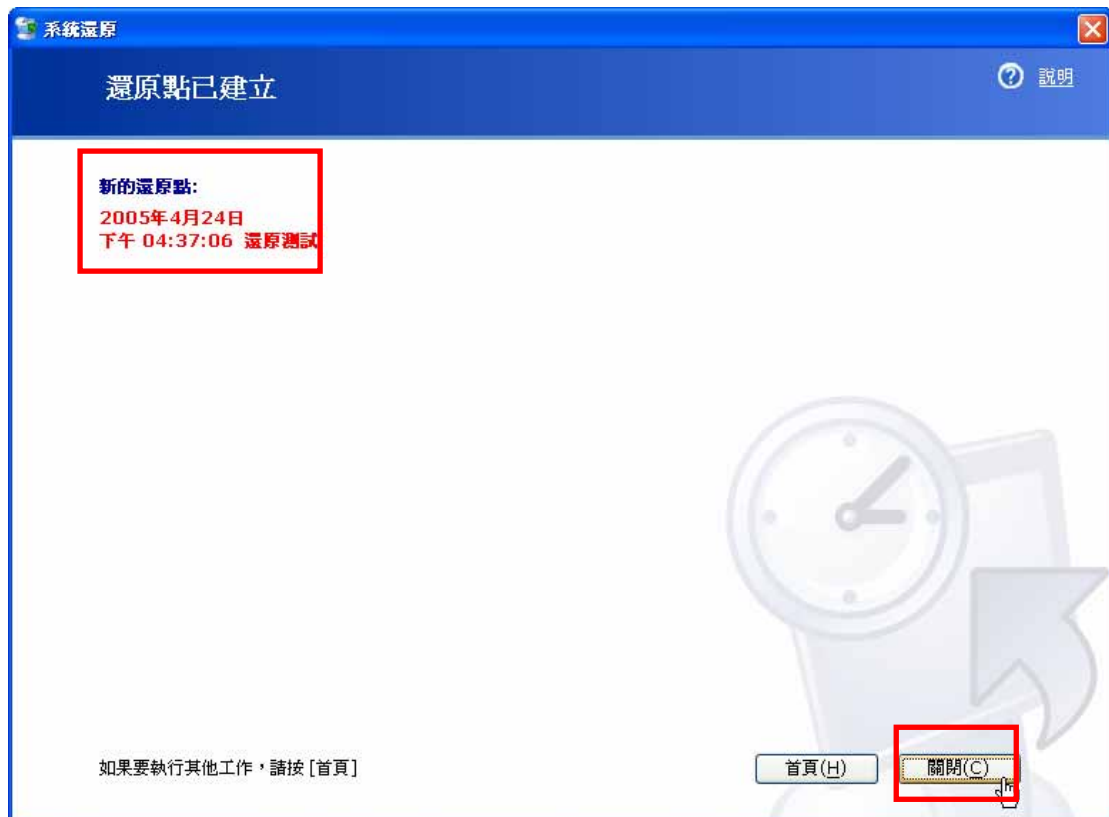


2. 點選「建立一個還原點」，再按「下一步 (N)」：



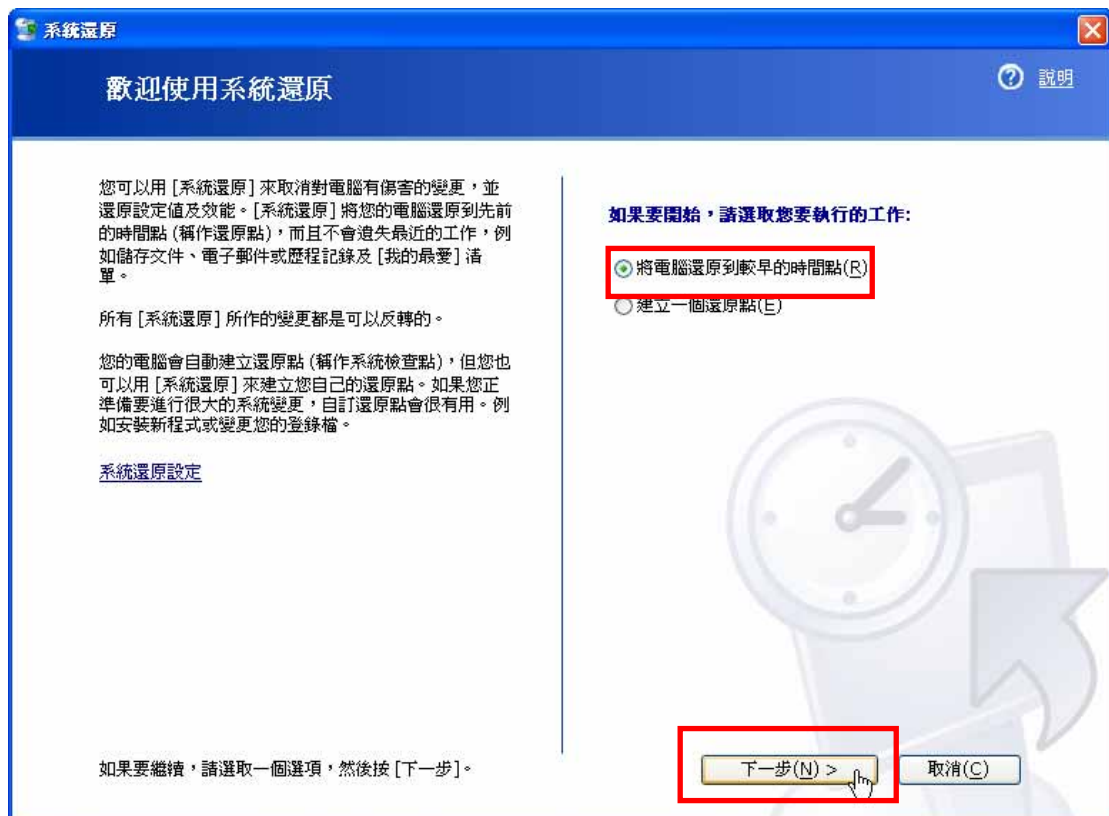
3. 可在「還原點描述」中輸入自己瞭解的描述，輸入後按下「建立 (R)」及次畫面的「關閉 (C)」後，即完成建立還原點的動作，而且會顯示建立此還原點的時間：





四、執行「Windows 系統還原」：

1. 依照上述方法執行「Windows 系統還原程式」後，點選「將電腦還原到較早的時間點 (R)」，並按「下一步 (N)」：



2. 在此可能會發現一個以上較粗的日期字體，這些都是系統已建立的還原點，當然您也可以點選<或>鈕來選擇不同月份下所建立的還原點：



3. 此處會再要求您確認所要還原的資料是否正確，並列出需注意的事項，如果確認無誤可按「下一步 (N)」繼續：



4. 還原程式隨後會進行系統還原並自動重新開機，當出現下面畫面即表示已完成還原程序：

