

保护爱机知识大普及CPU温度知多少？PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/272/2021_2022__E4_BF_9D_E6_8A_A4_E7_88_B1_E6_c100_272195.htm 你知道如何监控CPU温度吗？如何让温度不再升高？学会监控，学会降温，给CPU一个好的工作环境吧！CPU即中央处理器，没有网卡，我们可以忍受，没有声卡，也可以继续使用。而没有CPU，那就真的没有了一切。但是，CPU长期运行时会产生很大的热量，温度也会比较高，而这一切，都是隐藏在你Windows桌面下不可知的事情。而今，你要了解的，就是CPU的工作温度，从多个方面，了解CPU的运行环境，保证它的健康，这样，也就保证了PC整体的健康。

一.温度至关重要 早期的CPU，无论是Intel还是AMD，内部都没有温度监控功能，大多数情况下，他们依靠的只是主板CPU插座内的一个热敏电阻来监视CPU温度。热敏电阻是接触式测温元件，如果热敏电阻与微处理器接触不够紧密，微处理器的热量不能有效地传送到，所测量温度会有很大误差。同时，微处理器的核心（die）发出热量由芯片封装向外部散热，微处理器的表面温度和核心温度之间约有15度~30度的温差，同时因芯片封装形式不同，及环境温度的不同而难以确定。而现在，新型CPU都在内部集成了热敏二极管，如Intel Pentium4、Pentium D，当然还包括Core 2 Duo；AMD的Athlon XP、Sempron以及Athlon 64等等。这样一来，通过BIOS或Windows XP桌面下都可以实现对温度的实时监控，数值也相对精确得多。CPU运行温度是一个非常微妙的事情，很多PC死机、损坏的故障都和CPU过热有着紧密关系。因此，

对CPU运行温度进行实时监控是很有必要的，虽然现在的CPU都有过热保护功能，但是，过热保护的机制是关闭电脑，切断电源，这可不是使用中你愿意接受的事情，不停的关机怎么使用？

二.如何监控CPU温度？

在BIOS下查看温度的方法很简单，开机的时候根据提示按下“ Del ”或“ F1 ”键进入BIOS，在BIOS主界面中可以找到一个叫“ Hardware Monitor ”或“ PC Health ”的选项，还有一种是设置为“ PowerHardware Monitor ”，在这里，你可以看到CPU的空载温度。为什么叫空载温度呢？在BIOS驱动电脑进行自检时，CPU并未承担什么工作，因此温度只具有参考价值。

BIOS001.GIF 在BIOS下查看CPU温度，最大的用处就是检查CPU的闲置运行状况是否良好，散热器没有安装好，或是没有涂抹硅脂，CPU温度会在很短的时间内快速攀升。温度如果在5分钟内就攀升到60度以上，一般情况下都可以判断是存在温度的，因为通常大多数CPU的空载运行温度约为50度上下，超过60度就比较危险了。在Windows XP下，你可以选择的软件就很多了。很多名牌主板在随机光盘中都会带有温度监控的功能软件，通过软件，就能了解到系统运行下CPU的工作负荷。或者你也可以使用监控类的软件，如MotherBoard Monitor来监控CPU温度，只是这类软件比较专业，安装时需要对主板的温控芯片有了解。所以，尽可能使用主板附带的监控程序最现实。

CPU001.BMP 用MotherBoard Monitor来对CPU的温度监控实际上是最为专业的，包括风扇的转速等等，都可以提供预警，而且数值也很可靠，有兴趣的玩家可以下载使用。下载地址

：<http://www.skycn.com/soft/3967.html>

三.了解CPU温度数值保

护爱机 在对CPU温度进行全方位监控后，你需要对散热器、硅脂进行检查，但是，你还应该了解一件事情CPU的正常工作温度范围，长期让CPU在一个较高的温度环境下运行，虽然也不会出太多问题，但会大大缩短CPU寿命，所以，你需要了解的更多，而不止是那么一点点。 AMD Althon, Althon Opteron, Duron amp. 840 (3.0 - 3.2GHz) 69.8度 这些温度数值并不意味着超过了就会烧毁CPU，但工作在这个温度以下，无疑是最安全的。你可以这样理解，冰箱有它的工作温度设置，一般都厂家都会给出建议值，以保证冰箱的制冷效果。这个数值列表也有相似的含义尽可能地让CPU运行在正常工作温度以内吧，这样才能更好的保护你的爱机。 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com