

windows7系统还原与镜像备份Microsoft认证考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/644/2021_2022_windows7_E7_B3_c100_644315.htm 我们知道从Windows ME系统开始就有一项“系统还原”功能，这项系统自带的功能可以通过对还原点的设置，记录我们对系统所做的更改，当系统出现故障时，可以在不需要重新安装操作系统，也不会不影响个人数据文件（例如文件、电子邮件或相片）的情况下，使用系统还原功能就能将系统恢复到更改之前的状态，继续正常使用。相比Ghost备份，系统还原有自身的优点，如操作安全方便、不影响个人数据文件等。此外，在Windows 7中备份的功能也得到极大增强，不仅仅对于各类文件的备份更加强大大，而且还可以如同Ghost备份那样将系统保存为映像文件。那么，系统还原经历了Windows XP、Windows Vista系统后，在Windows 7中这项好用的功能会有哪些变化呢？下面就随七仔来试一试Windows 7的系统还原功能，顺便对“备份和还原”中全新的创建系统映像功能一探究竟吧。如同在Windows XP系统中一样，使用系统还原功能前，先确认Windows 7是否开启了该功能。在资源管理器的“计算机”页面（也就是Windows XP中的“我的电脑”）空白处点击鼠标右键，选择“属性”，然后在“系统”查看窗口中点击界面左侧的“系统保护”链接，最后在“系统保护”选项页中确保所要保护的驱动器出去打开保护的状态。当对某个分区设置了保护功能打开后，Windows 7就会在必要的时候自动创建还原点。当然，此时我们也可以手动创建一个还原点，方法是在上图的界面中，点击最下方的“创建”按钮，填入还原点名称后，稍等片刻

即可完成还原点的创建。启用了系统还原功能，Windows 7 就会在必要的时候为相应的分区创建还原点。那么，当系统出现问题的时候如何进行系统还原呢？点开开始菜单，依次点选“所有程序” - “附件” - “系统工具” - “系统还原”，打开系统还原主界面按照向导进行操作。在Windows XP中使用系统还原，我们看到的是一个日历视图，并可在其中选择还原点，而在Windows 7中这些变化了不少。首先Windows 7的系统还原功能会默认选择系统所推荐的还原点，并告诉你该还原点的创建时间、说明等，让你对系统的推荐有所了解。当然，我们也可以“选择另一还原点”，自己来选择需要还原到哪个状态。当我们设置自己选择还原点后，Windows 7会将可用的还原点显示在列表中，时间、说明、类型都清清楚楚，而我们先前手动创建的还原点也列于其中。来源：www.examda.com Windows 7的系统还原相较于XP系统中的还有一个很大的改进，就是可以扫描每个还原点的所影响的程序。当我们选中某个还原点后，点击“扫描所影响的程序”按钮，稍等片刻即可得到详细的报告，其中包含了将删除和将还原的程序和驱动程序等。这个功能有很大的好处，让你对还原点的选择更加明白，特别是有两个时间相近的还原点时，你可以通过这个功能来选择影响面更小的还原点进行还原。选择后还原点后，最后经过一个确认步骤，剩下的就又系统还原功能自动完成了，还原、重启、完成，过程如同Windows XP一样，很快你就可以重新见到没有问题的系统了。虽然七仔个人认为系统还原这项功能很不错，但是自Windows XP以来，就有不少用户并不喜欢使用系统还原功能，觉得它并没有多少用处，而总是说习用Ghost进行备份好

得多。其实，七仔认为Windows的系统还原和Ghost的使用完全不冲突，并非是“二者选其一”的关系，而是可以相互互补、同时使用的。现在，Windows 7也具备了类似Ghost的功能，可以建立系统镜像，以在意外时候进行恢复，我们来看看这项功能。打开开始菜单，依次点选“所有程序” - “维护” - “备份和还原”。在打开的“备份和还原”功能窗口中，点击左侧的“建立备份镜像”开始创建一个系统映像。首先是选择保存备份的位置，可以是硬盘分区、DVD盘片和网络位置，需要注意的只有NTFS的磁盘分区才可以保护备份文件。点击“下一步”按钮进入确认备份设置界面，我们可以看到要备份磁盘显示在列表中。因为七仔的电脑安装的是双系统，所以这里系统映像功能自动对Windows XP存在的C盘和Windows 7存在的F盘进行备份。点击“开始备份”按钮就会开始备份的进程了，整个过程并不会耗费过多时间，大概在10分钟左右。如何使用系统镜像进行还原呢？同样进入“备份和还原”界面，点击下方的“还原系统设置或你的计算机”，接着点击“高级恢复方法”。最后在“高级恢复方法”窗口中点击“使用之前创建的系统映像恢复计算机”选项。这时会出现一个用户文件备份的界面，如果不需要点击“跳过”按钮忽略，不过再次之前还是建议对一些必要的文件、数据等进行备份。最后点击“重启”按钮，剩下的操作就可以由系统自动完成了。创建的系统映像不仅仅可以如上使用，还可以在系统完全无法启动时，插入Windows 7安装盘，通过安装盘的修复功能，使用映像进行还原，使得系统恢复到备份的状态，就如同使用Ghost一样。上面我们体验了Windows 7新改进的系统还原功能和全新的创建系统映像功

能，一个可在系统出现小问题、还可以启动时使用，一个则更可用于出现大问题或是系统无法启动时，恢复到某个备份状态，二者相互结合使用，我们就完全不必担心系统出问题时无法解决了，而且还可以最大程度保护文件、数据，免除重新安装各种软件的麻烦。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