

Windows7操作系统到底该怎么“睡”？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_E6_93_c100_644532.htm 平时用电脑，我们常常在离开时选择关机，笼统地认为这样既省电又安全。不过这只是大家的习惯性做法，很多人并没有思考过这种做法是否合理。其实自Windows XP(以下简称WinXP)系统开始，微软就提供了“待机”和“休眠”功能，而到了Windows 7(以下简称Win7)，这一功能更得到了加强，提供了更多丰富的模式可供选择。下面我们就来看看在哪些不同情况下我们应该为Windows7选择什么样的“睡”法。

一、短暂离开用“睡眠”让电脑小憩一会儿 平时使用电脑，常常有这样的情况：偶尔需要离开一段时间，或长或短，不是很固定，比如中午或晚上吃饭的时候就是如此。而此时如果关机的话，显得有些小题大做，因为回来的时候很多程序、网页又要重新打开，可是如果不关机，电脑又是白白开着浪费电，如果再有什么事儿耽搁一下，时间从一个小时变成两个小时也不一定，那不就更是浪费了!真有点左右为难，怎么办？其实这时候你只要启用系统的睡眠功能就好了。进入睡眠状态后需要唤醒时，只需要按一下电源按钮或者晃动一下USB鼠标就可以快速恢复离开前的工作状态，继续开始工作。速度可要比关机之后重新启动快多了!而且睡眠前所有的工作都可以继续，而不需要重新启动。同时，进入睡眠状态后，电脑将只有内存通电，用以保存工作状态的数据，而其他硬件则全部断电，因此耗电量非常低。什么是“睡眠”？电脑在睡眠状态时，将切断除内存外其他配件的电源，工作状态的数据将保存在内存中，这样在

重新唤醒电脑时，就可以快速恢复睡眠前的工作状态。如果你在工作过程中需要短时间离开电脑，那么可以使用睡眠功能，一方面可以节电，另外一方面又可以快速恢复工作。不过需要提醒你的是，因为睡眠状态并没有将桌面状态保存到硬盘中，所以如果在睡眠状态时断电，那么未保存的信息将会丢失，因此在系统睡眠之前，你最好把需要保存的文档全部“Ctrl S”保存一下，以防万一。提示：启用睡眠功能的方法有两种，一种是在开始菜单的关机按钮当中直接点击睡眠，另外一种是在计算机电源管理当中设定时间，只要电脑一直没有人操作并达到了这个设定的时间后，就会自动进入睡眠状态。此外，启用休眠、混合睡眠和离开模式的方法均与启用睡眠功能的方法类似。

二、长时间不在用“休眠”让电脑睡个好觉

除了短时间离开电脑，有时候我们可能还会离开更长的时间，例如外出办事，甚至可能一天都不在电脑旁，那么这个时候到底关不关机呢？关机的话，电脑中打开的程序、文档、网页、资料等等在下一次开机的时候又要重新打开！不关机，如果一天都不回来，电源一关，全部数据都Over了，即便是用睡眠也不行啊！怎么办？很简单！启用另外一个实用功能“休眠”！相比睡眠功能是将数据保存在内存中，休眠功能则是将数据保存到硬盘中，进入休眠状态后，所有配件都不通电，所以功耗几乎为零！而且在休眠状态下即便断电，也不会影响已经保存的数据，在电脑唤醒时，所有工作依然可以正常恢复。同时，因为数据是保存在硬盘中，所以唤醒的速度也要比重新启动电脑快得多。

什么是“休眠”？“休眠”是一种主要为便携式计算机设计的电源节能状态，这种状态下会将打开的文档和程序保存到硬盘的一个文件中(可以

理解为内存状态的镜像)，当下次开机后则从这个文件读取数据，并载入物理内存，这个文件和物理内存一样大小。由于休眠时内存写入的文件是一个磁盘文件，读取时速度要比正常启动时访问磁盘的效率高很多，所以要比正常启动快很多。另外必须要说的是，启用休眠功能后，将在系统盘生成一个同你的内存大小一致的休眠文件，用以存储内存当中的数据，用户应当注意自己的系统盘是否有足够空间。为了系统的稳定运行，可用空间应占系统分区的10%左右，即50GB的系统分区应至少有5GB的可用空间。提示：如果长时间不用电脑，最好是选择关机。另外，一些联网的程序，例如需要登录的Web应用程序、即时通信软件(多数即时通信软件可以在恢复后自动重新连接，但是不能保存原来的对话框)和很多网络管理程序在恢复以后可能会出现无法正常使用的情况，因此最好在系统休眠前退出这些程序。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