

還原、備份及疑難排除指南

簡介

關於還原

什麼是還原？

還原是將電腦還原至出廠狀態的程序。

還原電腦系統共有兩種方式：

- 從系統還原媒體還原
- 從還原區還原



何時必須執行還原？

- 電腦使用情形不穩定
- 電腦遭病毒感染
- 電腦出現疑難排除無法解決的問題
- 不慎格式化了 C: 磁碟機

應該使用哪種軟體維護並還原電腦系統？

使用下列軟體。

VAIO Care

- 建立系統還原媒體
- 檢查電腦硬體

VAIO Care Rescue

- 救援（備份）資料
- 還原電腦系統
- 清除內建儲存裝置上的所有資料



如需詳細資訊，請參閱 **VAIO Care** 和 **VAIO Care Rescue** 隨附的說明檔案。

什麼是還原區？

還原區位於內建儲存裝置上，包含系統及應用程式還原所需的資料。一般情況下，您無法修改或刪除此區域內的資料，然而，使用專用於修改此還原區資訊的市售軟體，可以修改或刪除資料。

為什麼必須建立系統還原媒體？

系統還原媒體用於將電腦還原至出廠狀態。如果 Windows 無法啟動，且您已刪除還原區，則需要系統還原媒體才能執行還原。請在購買電腦後立即建立系統還原媒體。

關於備份

什麼是備份程序？

備份程序建立內建儲存裝置中的資料備份並儲存至另一位置。



為什麼必須備份資料？

如果發生意外狀況或電腦中毒，您可能遺失內建儲存裝置中的各種資料。若要還原遺失的資料，就需要資料備份。強烈建議您定期備份資料。

建立系統還原媒體

！
無法使用 **Blu-ray Disc™** 媒體、**DVD-RAM**、**CD-R** 和 **CD-RW** 光碟作為系統還原媒體。




光碟和 USB 隨身碟均可作為系統還原媒體。但仍建議使用光碟，例如 DVD-R，因為 USB 隨身碟上的資料有可能意外刪除。

建立系統還原媒體過程中，將顯示所需光碟數量、可使用的媒體類型以及所需 USB 隨身碟容量。

1 將電腦連線至網際網路，使用 **VAIO Update** 下載並安裝最新的更新。

2 如果在未配備內建光碟機的機型上建立系統還原媒體（光碟），請將外部光碟機（未隨附）或者配備內建光碟機的擴充機座（僅特定機型隨附）連接至電腦和交流電源。

3 依序按一下開始 、所有程式、**VAIO Care**。如果出現使用者帳戶控制視窗，請按一下是。



若您目前是以標準使用者帳號登入電腦，可能會提示您輸入管理員名稱及密碼。

4 依序按一下進階工具、還原與復原和建立系統還原媒體。

5 請詳細閱讀螢幕指示，再按一下下一步。

6 依螢幕指示操作。

！
此步驟的目前狀態，可能需要一段時間後才會顯示。建立系統還原媒體時請勿退出或斷開媒體，否則步驟可能失敗。系統還原媒體請存放於安全處。



可能無法使用 USB 隨身碟建立系統還原媒體，視您使用的隨身碟而定。如需詳細資訊，請參閱 **VAIO Care** 隨附的說明檔案。

還原電腦系統

若要將電腦恢復到出廠狀態，請依照下列還原方法之一進行。

！
還原電腦系統會刪除內建儲存裝置中的所有資料。

若要從還原區還原

1 當電腦處於關機狀態時按 **ASSIST** 按鈕，啟動 **VAIO Care Rescue**。



如果出現語言選項視窗，請選擇所需的語言並按一下確定。

2 按一下開始復原精靈。



若要執行自訂復原，請選擇工具，然後按一下開始進階復原精靈。

3 依螢幕指示操作。

若要從系統還原媒體還原

1 如果在未配備內建光碟機的機型上用系統還原媒體（光碟）還原電腦系統，請將外部光碟機（未隨附）或者配備內建光碟機的擴充基座（僅特定機型隨附）連接至電腦和交流電源。

2 在電腦處於正常模式時，將光碟插入光碟機，或者將 USB 隨身碟連接至電腦 USB 連接埠。

3 關閉電腦，並重新啟動。

4 如果正在使用外部光碟機或 USB 隨身碟，請在 VAIO 標誌消失前按幾下 **F11** 鍵。隨即顯示 **Windows Boot Manager** 畫面。

5 按 **↑** 或 **↓** 鍵，選擇啟動 **VAIO Care Rescue**，再按 **Enter** 鍵。



如果出現語言選項視窗，請選擇所需的語言並按一下確定。

6 選擇開始復原精靈。



若要執行自訂復原，請選擇工具，然後按一下開始進階復原精靈。

7 依螢幕指示操作。

備份及還原資料

若要在 Windows 可以啟動時備份及還原資料

如果可以啟動 Windows，請使用 Windows 功能備份及還原資料。若要使用 Windows 功能，請依序按一下**開始**、**控制台**、**系統及安全性**，然後按一下**備份與還原**。

若要在 Windows 無法啟動時備份及還原資料

當 Windows 無法啟動時，請使用 **VAIO Care Rescue** 備份資料。若要還原已用 **VAIO Care Rescue** 備份的檔案，請使用 **VAIO 資料還原工具**。

使用還原點還原資料

還原點可讓您將電腦系統檔案還原至先前建立還原點時的狀態。一般情況下，還原點會自動建立，例如在安裝軟體驅動程式時。但是，我們建議您在電腦上安裝任何軟體或軟體驅動程式前，在**控制台**視窗上手動建立還原點。

若要在 Windows 無法啟動時使用還原點還原系統檔案

1 請依照正面**還原電腦系統**之「若要從系統還原媒體還原」中的步驟 1 至 4 進行。

2 按 **↑** 或 **↓** 鍵，選擇**修復 Windows 7**，再按 **Enter** 鍵。

3 選擇鍵盤配置，再按一下下一步。

！ 如果未選擇適當鍵盤配置，可能無法正確輸入密碼。

4 選擇作業系統，再按一下下一步。

！ 如果在使用 Windows 備份功能備份檔案後曾變更檔案，請使用**救援資料**備份檔案。

5 按一下**系統還原**。**系統還原**視窗便會出現。

6 在**復原**視窗內，按一下**開啟系統還原**。

7 如果在**系統還原**視窗內出現**選擇其他還原點**選項，請選擇並按一下下一步。如果未顯示，請按一下下一步。

8 選擇還原點，再按一下下一步。

9 按一下**完成**確認還原點。如果出現視窗提示您重新啟動電腦，請重新啟動。

疑難排除

如果在操作電腦中遇到任何問題

在直接聯絡授權的 Sony 服務/支援中心或當地 Sony 經銷商前，請先嘗試這些建議。

- 閱讀本節或電子版**用戶指南**中的疑難排除資訊。
- 當電腦處於關機狀態時按 **ASSIST** 按鈕，啟動 **VAIO Care** 並執行必要的操作。
- 造訪 VAIO 線上網站。

還原問題

無法從還原區還原電腦

如果已使用軟體修改還原區，安裝了不同於預先安裝作業系統的系統，或者未使用 **VAIO Care Rescue** 來格式化內建儲存裝置，請從系統還原媒體還原電腦系統。

無法建立系統還原媒體

請嘗試下列建議：

- 重新啟動電腦。然後嘗試重新建立系統還原媒體。
- 使用 **VAIO Update** 下載並安裝最新的更新。

嘗試使用更可靠的媒體。

無法完成還原程序

從電腦斷開所有不必要的外部裝置。

請嘗試下列建議：

- 檢查系統還原媒體的狀況。如果使用的是光碟，請檢查光碟有無灰塵或損壞。如果光碟不乾淨，請清潔後再次嘗試還原電腦系統。
- 如果無法從還原區還原電腦，請重新啟動電腦並再次從還原區還原電腦系統，或者使用系統還原媒體。
- 如果無法用 USB 隨身碟還原電腦系統，請將隨身碟連接至電腦的另一個 USB 連接埠，然後再次嘗試還原電腦系統。

如果問題仍然存在，請造訪 VAIO 線上網站，獲取更多協助。

常見問題

電腦無法啟動

首次使用電腦時，請務必將電腦連接至交流電源。交貨時電源按鈕或電源開關處於停用狀態，只有將電腦連接至交流電源才能重新啟用。

電腦應確實連接電源並開啟，且電源指示燈亮起。

請檢查電池是否正確安裝並充電。

若有任何外部 USB 裝置，請全部移除，再重新啟動電腦。

移除自您購買電腦之後插入的所有記憶體模組，再重新啟動電腦。

電腦若連接延長線或不斷電系統 (UPS)，延長線或 UPS 必須接上電源並開啟。

拔除電源線或交流電源轉接器，並移除電池。等候三到五分鐘。重新安裝電池，插上電源線或交流電源轉接器，然後開啟電腦。

濕氣可能導致電腦故障，若有這種情況，請等候至少一小時後再使用電腦。

請檢查您是否使用隨附的 Sony 電源線或交流電源轉接器。

若使用外部顯示器，請確實連接電源並開啟。

電源指示燈為綠色亮起但螢幕沒有影像

按數下 **Alt+F4** 鍵，關閉應用程式視窗。可能發生了應用程式錯誤。

請按 **Ctrl+Alt+Delete** 鍵，再按一下**關機**  按鈕旁邊的箭頭  及**重新開機**  。

按住電源按鈕或撥動電源開關按住四秒以上，將電腦關閉。拔除電源線或交流電源轉接器，讓電腦閒置約五分鐘。然後插上電源線或交流電源轉接器，重新啟動電腦。

！ 使用 **Ctrl+Alt+Delete** 鍵、電源開關或電源按鈕將電腦關閉，可能遺失尚未儲存的資料。

充電指示燈快速閃爍且電腦無法啟動

這個問題可能是因為電池未正確安裝。若要解決這個問題，請將電腦關機並移除電池，再將電池裝回電腦。詳細資訊請參閱電子版**用戶指南**。

如果問題仍無法解決，表示安裝的電池不相容。請取出電池，然後聯絡授權的 Sony 服務/支援中心。若要查找最近的中心或代理商，請參閱電子版**用戶指南**。

出現訊息視窗，提示電池不相容或安裝不正確，然後電腦就進入了休眠模式

請參閱「充電指示燈快速閃爍且電腦無法啟動」的回答。

開機時 Windows 不接受我的密碼，且出現訊息：「Enter Onetime Password」

如果開機密碼連續三次輸入錯誤，會出現 **Enter Onetime Password** 訊息，且 Windows 無法啟動。按住電源按鈕或撥動電源開關按住四秒以上，直到電源指示燈確實熄滅。等候 10 到 15 秒，然後重新啟動電腦，並輸入正確的密碼。密碼區分大小寫，因此輸入密碼前請務必檢查字母大小寫狀態。

忘記開機密碼

如果忘記開機密碼，請聯絡授權的 Sony 服務/支援中心。重設須另外收費。

如何建立硬碟磁碟分割？

1 依序按一下**開始**、**控制台**、**系統及安全性**，並在**系統管理工具**下按一下**建立及格式化硬碟磁碟分割**。如果出現**使用者帳戶**控制視窗，請按一下是。



若您目前是以標準使用者帳號登入電腦，可能會提示您輸入管理員名稱及密碼。

2 在 C 磁碟機上按右按鈕，選擇**壓縮磁碟區**。

3 在**輸入要壓縮的空間大小**（以 **MB** 為單位）中輸入要建立的磁碟分割大小，再按一下**壓縮**。

4 在**未配置**上按右鍵，選擇**新增簡單磁碟區**。

5 依螢幕指示操作。