

# Ashampoo Rescue Disc

您可以使用此软件创建一个急救 CD、DVD 或 U 盘。此急救系统用于以下两种情形：

1. 用于还原备份到主硬盘中。由于无法在您正常系统正在运行时直接进行还原。所以你需要一个急救系统。
2. 用于在系统损坏，无法启动时还原备份。

**重要：**急救系统目前仅能用于还原备份的映像。如，一个或多个硬盘或分区的完整备份。使用常规 Windows 程序可以还原选择的文件和文件夹。

## 创建急救系统

您可以在本网站中找到如何创建急救系统的说明：

<https://www.ashampoo.com/en/usd/pin/0459/system-software/Backup-Rescue-Disc>

## 使用急救系统

急救系统是可引导的。这意味着您的计算机可以直接从包含急救系统的光盘、U 盘启动，而无需依赖于您正常的操作系统。

请注意，光启动急救系统不会对计算机进行任何更改。备份不会自动进行还原。在还原任何数据前，急救系统都会询问您进行确认。

1. **如果您使用 CD 或 DVD：**将光盘放到光驱中。

**重要：**如果您使用的外置光驱带独立的供电，**即使平时使用时不需要连接电池**，也请确保您连接了此电源！一些计算机可能无法从其它驱动器中启动。注意这仅仅针对提供了独立供电的外置光驱 – 如果不带独立供电就不需要了。

**如果您使用 U 盘：**请将 U 盘**直接插入**计算机。请不要使用 USB 分线器（USB Hub），一些计算机可能无法从连接在 USB Hub 的 U 盘中启动。

2. 重启计算机。

**重要：**如果您使用 Windows 8 或更新版本，请确保使用了“重启”功能来重启计算机。**不要使用 Windows 8 的“关机”功能。**它会阻止计算机从其它可引导设备启动。

3. 现在急救系统应该启动了。几秒后您可以看到一个简单的引导菜单，名为“急救系统（Rescue System）”。如果您看到了菜单，您就可以进行下一步了。

如果仍是启动到了您的正常的 Windows 系统，或是您得到一上消息说操作系统丢失，那么您的计算机需要配置为从 CD/DVD 或 U 盘启动（取决于您的急救系统使用的介质）。此设置是在计算机的 BIOS / UEFI 中设置的。很不幸，每台计算机访问这些设置的办法都不完全一样。但大部分计算机都可以通过下列步骤更改：

- a. 注意，**只有**当您无法启动到急救系统时才需要执行这些步骤！如果正常启动了，请跳过这些处理步骤继续进行下面的步骤。
- b. **重要：**更改 BIOS / UEFI 设置涉及较多技术并有一定风险。如果您设置错误，可能会造成临机无法启动！如果您不确定您是否能正确更改设置，建议您询问专家获得帮助！
- c. 首先，您需要打开 BIOS / EFI 设置。通常可以在计算机开始启动时连续按特定的键来进入。大部分计算机使用这些键：**F2、F1、DEL、ESC、F10**。您可以试试在计算机重启时依次连续按这些键。如果没有进入到设置，请重启计算机尝试下一个键。
- d. 一旦进入 设置，您需要将屏幕导航到包括引导设置的界面中。应该可以在屏幕上找到如何在不同标签中导航的说明（如，使用方向键、TAB 键、F-数字键或类似）。

- e. 下面您需要寻找意为“引导顺序（Boot order）”或“启动顺序（Startup order）”之类的设置。这是一个列表定义了计算机按哪个顺序尝试从连接的存储设置中启动。您需要更改此顺序让急救系统的驱动器（CD/DVD 或 U 盘，取决于您使用的介质）是第一顺位。有时 U 盘可能被称为“USB HDD”，CD 光驱可能叫做“Optical”。

**重要：**请小心的更改此设置。不要从列表中删除任何条目。仅更改顺序。

- f. 如果您已经完成了更改，您需要保存设置并重启计算机。请查看屏幕中的说明如何进行保存并退出。通常会有一个菜单条目叫做“退出（Exit）”或“（离开）Quit”，按下此条目会显示保存并退出设置的选项。
- g. 如果设置正确，计算机会启动到急救系统并显示启动菜单（如上面的描述）。
4. 此急救系统的菜单仅会显示几秒钟时间。您需要在这时选择如何启动急救系统：正常模式或“安全模式”。第一次启动急救系统时或是没有遇到任何问题（见下）那么您应该选择正常模式。如果您没有在几秒钟内进行选择急救系统会自动以正常模式启动。
  5. 现在会加载急救系统。注意，**这最多会需要 15 分钟时间 – 请耐心等待！**如果急救系统没有正常加载或是您发现不少图形界面失真了，您应该重启计算机并在急救系统的启动菜单中选择一个“安全模式”选项。在安全模式下，急救系统可能会略慢一些，因为它使用较少的硬件驱动，但功能是一样的。
  6. 急救系统加载后，会显示语言选项界面。请选择您想要使用的变速器。
  7. 如果您的计算机使用无线网卡，急救系统会询问您连接到本地网络的相应设置。您可以跳过此步骤，除非您需要 Internet 访问或网络连接来还原备份。例如，您的备份是保存在云端的，就会需要网络。
  8. 之后会询问您的国家和地区。需要进行此设置以便能正确的显示时区。
  9. 下面的界面中您需要选择使用的键盘。在左侧您可以选择键盘语言（通常与您使用的语言相同），在右侧您可以选择键盘类型。如果您不知道右侧的如何选择，您可以使用默认设置。
  10. 现在常规配置过程完成了，急救系统将会完成启动。这也可以需要几分钟时间才能完成。
  11. 急救系统会自动启动还原程序。这与 Windows 下常用备份软件的功能几乎完全一样。

下列的步骤描述在还原程序中如何还原备份。

- 选择存储类型

这里您需要选择您的备份保存在哪类数据存储设置中。

- 选择备份驱动器

如果您选择了从本地驱动器或网络驱动器还原备份，下一步是选择备份数据保存的驱动器。

**重要：**在页面底部，您可以选择驱动器中包括备份的文件夹名称。如果备份数据不是保存在当前显示的文件夹中，保存在另一文件夹中您需要选择输入的文件夹。否则无法找到您的备份。

- 授权访问

如果您选择云存储提供商或网络驱动器作为备份的存储设备，您需要授权备份软件访问该存储。多数情况下您需要输入存储提供商的登录名和密码。还有一些情况下会显示“授权”按钮。“授权”按钮会引导您来到存储提供商的网站，您可以在这里对备份软件授权访问。

- 选择备份

在此界面中显示在选择的存储设备（在选择的文件夹中）中所有的找到备份列表。您只需选择在还原的那个即可。

如果您要的那个备份没有显示在这里，那么很可能在选择备份驱动器时选择了错误的文件夹。这样的话您应该点击“上一步”直接返回到驱动器选择界面。然后您需要再次选择正确的文件夹，软件会在该文件夹中搜索备份。

- 输入加密密码

如果备份受密码保护，那么接下来您需要输入密码。此密码就是您创建备份计划时用的密码。如果备份没密码，那么此步会被自动跳过。

- 下面的步骤取决于您选择的是哪类备份。

- 如果您选择了基于文件的备份，请参照这些步骤：

1. 选择要还原的文件和文件夹。

请在要还原的文件和文件夹边上打勾。要文件夹上打勾会选中该文件夹以及所有内容。

双击一个文件夹会打开文件夹并浏览其内容。

如果您在文件夹边上看到一个小的勾选标记，那说明该文件夹仅有部分内容被选中了。

您可以一次性勾选或取消勾选多个条目，只需在列表中选中多个条目然后勾选其中任一个的勾选框。

您也可以回到过去，访问备份的文件的旧版本。要这样做，只需简单的选择对应的时间，程度会自动显示在那天结束时的备份状态。能够回到多久前主要取决于备份计划的设置，里面指定了文件的旧版本要保留多久。

2. 选择一个目录用来保存还原的文件和文件夹。

为防止系统文件被自动覆盖的风险，您应该还原到空文件夹。

3. 下面的界面中您可以设置还原的文件和文件夹的访问权限。可以选择使用默认权限（推荐）或是还原成文件和文件夹备份时拥有的原始权限。后面的选项仅推荐专家使用，普通用户通常应该勾选“使用默认访问权限”选项。

如果不勾选“使用默认访问权限”选项，那么如果备份的文件原来是来自另一台计算机或是操作系统已经重装过了，那么还原原始访问权限后可能会造成您无法访问还原后的文件和文件夹，除非使用一些技术手段才能解决这个问题。

4. 点击**下一步**后会显示一个摘要界面，显示了您选择的设置。

5. 再点击**下一步**，就会开始还原过程。会显示一个进度条直到还原操作完成。

- 如果您选择了基于映像的备份（完全硬盘或分区的备份），那么您需要选择您要还原哪类数据：

1. **浏览备份或还原单个文件或文件夹**

此选项在急救系统中不可用。只能在 Windows 备份软件中才会显示此选项。

此功能让您可以用备份的数据创建一个虚拟驱动器。只需选择要还原的驱动器以及备份的日期然后点击“打开”。会新开一个 Windows 资源管理器窗口显示备份的内容。您可以如正常的硬盘一样浏览虚拟驱动器。您甚至可以在虚拟驱动器中打开或是直接复制文件。

2. **覆盖一个驱动器的数据，不是整个硬盘（“不包含引导信息”）**

此选项适用于您希望覆盖硬盘的一个分区（如 D 盘）的数据的情况。如果此硬盘中有其它分区（驱动器）它们不会被更改。

**重要：**您只能用此功能覆盖现有分区。您不能还原到不含任何分区的空白硬盘。那种情况下需要使用还原整个硬盘（“包含引导信息”）。

您可以在左侧看到备份的驱动器，在右侧看到系统中的驱动器。使用鼠标从左侧拖拽备份驱动器到右侧的目标驱动器上。如果需要可以覆盖多个驱动器。

选择完成后，只需点击**下一步**就行了。软件会开始还原数据。还原完成后，您需要重启计算机。

### 3. 还原整个硬盘（“包含引导信息”）

使用此选项可以还原整个硬盘。硬盘中的所有数据都会被覆盖。无论此硬盘是空的还是非空的。

您可以在左侧看到备份的硬盘，在右侧看到系统中的硬盘。使用鼠标从左侧拖拽备份到右侧的目标上。如果需要您可以指定多个备份还原到各自硬盘。

选择完成后，点击**下一步**开始还原。还原完成后，您需要重启计算机。