Windows 工作模式

傳統 Windows 的關機開機方式，工作被迫中斷（開機後須再重來）且過程耗時甚久，為使用者不願關電腦的主因之一，建議使用者用**「休眠」、「睡眠」、「待命」工作模式來取代傳統的關機方式**，其好處如下：

1. **自動接續工作**：執行中的工作在重開機後可自動接續執行，不會因關機被迫中斷（少數網路軟體會連線中斷，如SSH但多數的網路軟體會自動再連線登入，如Outlook因此並不影響使用），例如：**下班前開了一大堆開啟中的檔案及郵件，不用關閉，直接使用「休眠」（或「睡眠」）後，即可關閉電源，明天上班開機，自動會開到關機前的狀態**，省卻要手動一一開啟檔案及軟體的麻煩，而且**整個開關機時間也較短**
2. **節省電力消耗**：「休眠」、「睡眠」狀態下可關閉電源，完全不耗電；而「待命」狀態下所消耗的電力亦極低。
3. **提高用電安全**：24小時**不關機的電腦，須更注意用電安全，以避免引發火災(消防署案例商品瑕疵案例)**，關機可大幅減少用電安全的問題。
4. **提高資通安全**：進入「休眠」、「睡眠」、「待命」，該電腦及**網路已無運作，此時自然阻絕任何來自網路的攻擊**倘若電腦之前已不幸遭駭，至少關機期間資料不會被外流，也不會對外進行攻擊

模式說明及建議時機

工作模式	說明	建議使用時機
待命 (Standby)	待命模式先將**工作儲存在記憶體**中，電腦再進入待機狀態，**電源不能中斷**(尚須少量電力供應記憶體，中斷將遺失工作），**開機較休眠快**（進入待命約10秒內，開機約需10幾秒，因設備等級而不同）。	短時間不用電腦
休眠 (Hibernate)	休眠模式先將**工作儲存在硬碟**中，電腦再進入休眠狀態，**可完全關閉電源開機較待機慢**，但比重新開機快（進入休眠約需100秒，開機約30幾秒，因設備等級而不同）。	長時間不用電腦，如：下班
睡眠 (Hybrid sleep)	睡眠模式(Hybrid sleep)為結合待機與休眠兩者，先將**工作同時儲存在記憶體與硬碟**中，電腦再進入睡眠模式，**電源可中斷若電源未中斷其開機則快**	Windows Vista 之後的使用者

操作說明

待命 (Standby)

進入待命

1. 按「開始」，再按「電腦關機」

2. 按「待命」

3. 畫面顯示如下

4. 畫面全黑，電腦即進入待命狀態（**注意：不可關閉電源**）

離開待命，重開機

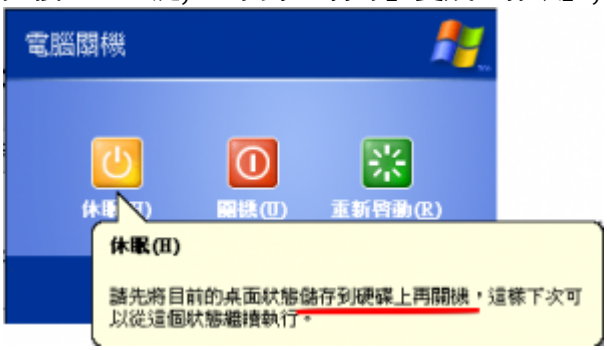
1. 按任意鍵，電腦即重開機

休眠 (Hibernate)

進入休眠

1. 按「開始」，再按「電腦關機」

2. **先按 Shift 鍵，畫面中「待命」變成「休眠」，再按「休眠」**

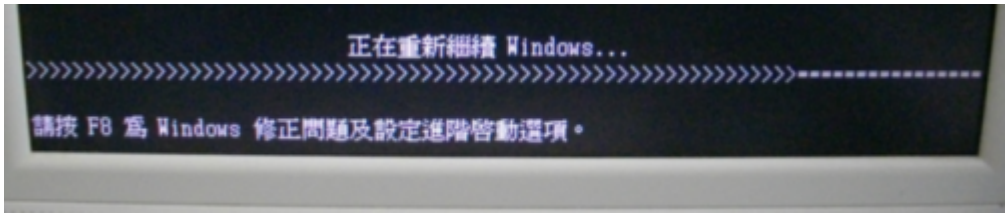


3. 畫面顯示如下

4. 畫面全黑，電腦即進入休眠狀態（**注意：此時才可關閉電源**）

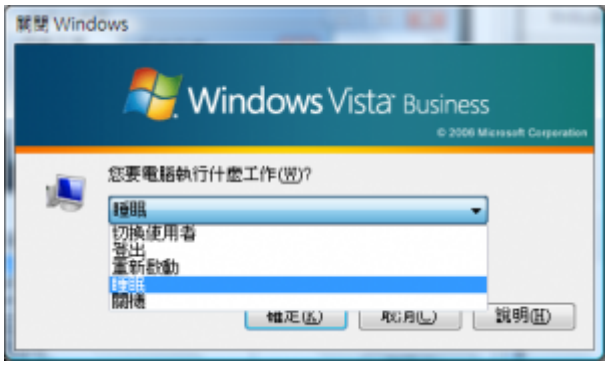
離開休眠，重開機

1. 若未關閉電源，按任意鍵，電腦即重開機；若已關閉電源，則先開電源再依一般程序開機。接著電腦畫面顯示如下，最後完成開機。



睡眠 (Hybrid sleep)

- Windows Vista 之後版本才有此功能，Windows XP 無。



參考資料

- What happened to standby and hibernate?
- Use Standby and Hibernate
- 15“ **傳統式CRT**電腦顯示器(每台規格耗電150W)實際耗電**80W**，**新型15”LCD 液晶**顯示器每台耗電**25W**...詳全文(摘自台灣綠色生產力基金會-節能服務網)
- 環保署監資處處長朱雨其表示，一般電腦螢幕保護程式雖然可以節電，每小時的耗電量還是有**115瓦**，但只要電腦設定「**休眠」狀態，每小時耗電量卻只有2瓦**而已…詳全文(摘自中央廣播電台新聞網)

From:
https://net.nthu.edu.tw/netsys/ - **網路系統組**

Permanent link:
https://net.nthu.edu.tw/netsys/green:windows_mode

Last update: **2010/04/29 12:54**