新來的朋友看這裡

01 常見問題
02 發問技巧
03 筆電選購
04 螢幕問題
05 網路問題
06 請幫我看菜單
07 電腦零組件選購系列
08 電腦報價及詢價問題
09 如何選購一台組裝電腦
10 作業系統/office/防毒問題
11 電腦故障/維修/費用說明
12 免費常用軟體推薦
13 部落格實戰系列
14 痞客邦大更新
15 聊抖音系列
16 魔獸世界

最新留言

[26/10/20] fangjinwun 於文章「【筆電推薦報明牌】高效能型消費機 / 影像處理 / 2D繪...」
發表了一則私密留言

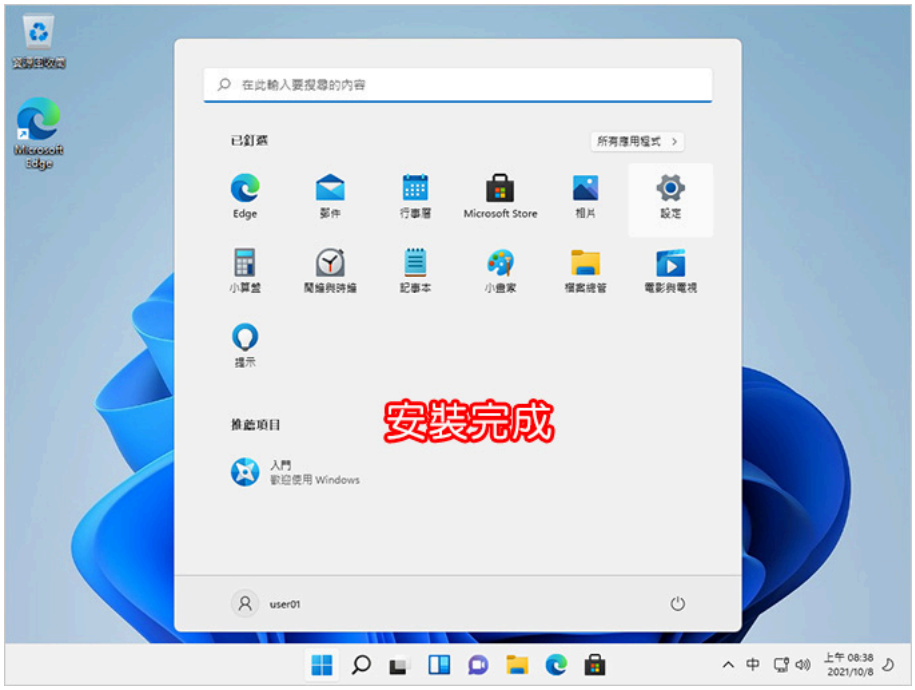
[26/10/15] 王慶豪 於文章「【開店經驗談】電腦維修有 SOP（標準作業流程），...」
留言：
做維修的都差不多倒光了，錢少事多，不如賣新的。

[26/10/08] 天天 於文章「【開店經驗談】電腦何時能交機？客戶有權詢問進度，我...」
留言：
身為一位工程師，每次都被客戶追問交期。 看到這篇文章深有感觸...

[26/10/08] 天天 於文章「【開店經驗談】電腦何時能交機？客戶有權詢問進度，我...」
留言：
身為一位工程師，每次都被客戶追問交期。 看到這篇文章深有感觸...

JUL 20
2025

【教學】Windows 11 系統優化：以24H2版為例 (2025年7月更新)



寫在前面：

早期10幾年前，例如Win7之前的系統優化是必要的，但自從(2015) Win10以後，**優化主要是為了配合使用者的使用習慣**，而不是為了讓電腦更快。

也就是說，現在的新電腦有沒有優化跟電腦速度其實沒有什麼太大的差別，因為無論怎麼優化，還是同一台電腦、同樣的規格、同樣的系統。

當您灌完系統、主機板及顯示卡驅動程式之後，接下來您要幹嘛？
可以收工了嗎？當然不是。

接下來您還有幾項工作：

一、Windows Update（系統更新）

二、常用軟體安裝（如解壓縮等）

三、系統優化（必要項目）

四、系統優化（選擇項目）

【電腦維修】平常上網很安靜，但只要一開遊戲就會有明...」

留言：
好的，感謝！後來想可能是我在筆電旁邊有個外接螢幕，插小喇叭沒...

[26/10/06] eponli111 於文章「【檢測費】又沒有維修，只是看一下，這樣就要收錢喔?...」

留言：
換作是看病就沒這疑慮 醫生只是"看一看" 沒有一次抓到病因、...

[26/10/06] eponli111 於文章「【電腦開機問題】開機時會自動重開一次，才能正常進入...」

留言：
好盧喔... 都已經知道造成的原因 還要反問一句「我想這樣不...

[26/10/05] 歐飛 於文章「【20年後重回魔獸世界】156 | 永恆版還沒正式...」

留言：
總之，現在真的就是走一路看一步。 海哥的P3團如果繼續開，...

[26/10/05] 丁于修 於文章「【20年後重回魔獸世界】156 | 永恆版還沒正式...」

留言：
改版前沒辦法，只是正式服改版人和公會都還在，過幾天滿等又開始...

[26/10/03] shanguc 於文章「【電腦維修】平常上網很安靜，但只要一開遊戲就會有明...」

留言：
您好，想要請問，我購買一台Swift GO 16筆電，一次W...

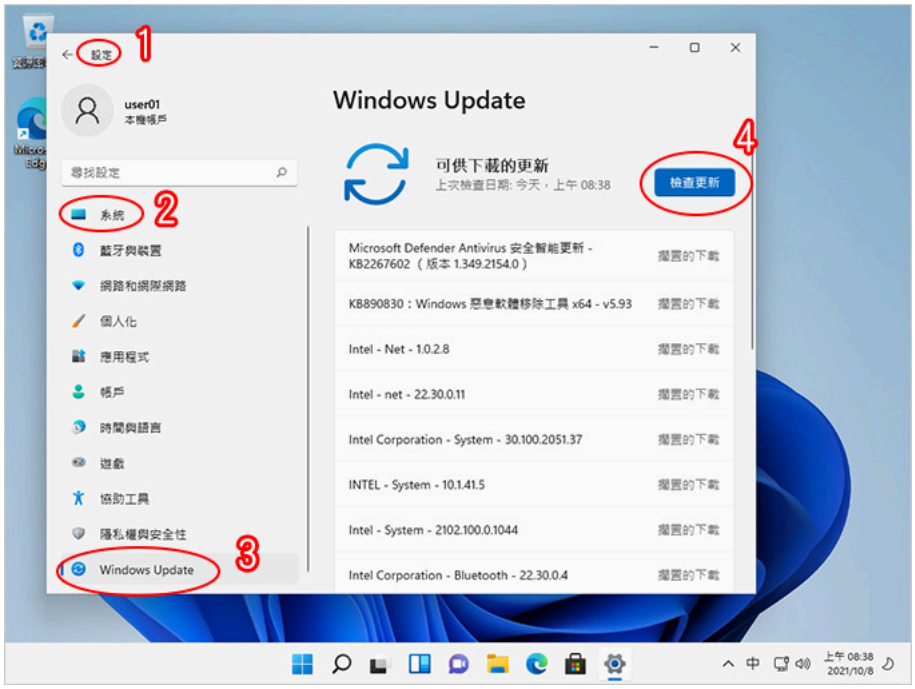
熱門文章

(4,851,148) 【2026筆電推薦】如何挑選一台筆電？別管型號了，看需求與預算最實際！ (2026年10月更新)

(2,826,455) 【電腦組裝】CPU的選購與推薦：Intel Core Ultra 200 與 AMD Ryzen 9000 怎麼挑？(2026年10月更新)

(2,260,960) 【電腦組裝】顯示卡的選購與推薦 (2026年10月更新)

我不會講太多理論（估計您也不想聽），我直接告訴您如何實戰。



一、Windows Update（系統更新）

開始→設定→系統→Windows Update→檢查更新

問：一定要更新嗎？

答：不一定，但建議您要更新。

我都會更新，更新的過程依照您電腦的速度及網速而定，快的話可能10~20分鐘，慢的話1~2個小時都有可能。

二、常用軟體安裝

1. 壓縮軟體：WinRAR或7-ZIP (不裝也行，Win11有內建)
2. pdf瀏覽：PDF24 (不裝也行，用瀏覽器也能開PDF)
3. 影片播放：PotPlayer（這種東西一定要裝，否則很多影片沒辦法看）
4. 圖片編輯/秀圖：FastStone
5. 瀏覽器：Chrome

其他請參考我特別準備的：免費好用的常用軟體 (推薦)

再來講Win11系統優化，這是本文重點，我會盡可能讓步驟簡單化，接下來您要花點時間慢慢看。

三、系統優化（必要項目）(以Win 11 24H2版為例)

10 系統安裝 (2024年5月更新)

(1,985,678) 【2026手機選購懶人包】如何挑選一支手機? CP值不是重點，「你喜歡」才是重點 (2026年9月更新)

(1,823,833) 【電腦組裝】主機板的選購與推薦　(2026年10月更新)

(1,802,437) 【電腦組裝】SSD固態硬碟的選購與推薦　(2026年10更新)

(1,730,933) 【筆電選購】系列目錄：常見問題、推薦清單與網友QA (2026年10月更新)

(1,614,799) 【電腦組裝】RAM記憶體的選購與推薦 (2026年10月更新)

(1,436,089) 【重設此電腦】Win10內建的一鍵還原 (2023年7月更新)

最新文章

【20年後重回魔獸世界】165 | 花了26500G買齊T6套裝，卻錯過23000G的狗杖

【20年後重回魔獸世界】164 | 你有多想要？不是我特別能忍，是跟著這個團對我最有利

【20年後重回魔獸世界】162 | 老是被團長公開嫌打得不好，我為什麼還是厚著臉皮繼續跟團？

【電腦維修】插一條記憶體能開機，插兩條就沒畫面？這次竟然是CPU 故障

【20年後重回魔獸世界】160 | 從TBC 到永恆：跟著固定團走，未來才有我的位子啊！

【20年後重回魔獸世界】163 | 薩滿哥選 PVE，我選 PVP：我明明不想打野外，為什麼永恆版還是選了PVP 服？

【20年後重回魔獸世界】161 | 我覺得打到70分就可以，團長海哥卻希望我打到90分

【20年後重回魔獸世界】159 | TBC 越來越冷清，永恆又還沒正式開服：現在玩什麼都沒勁



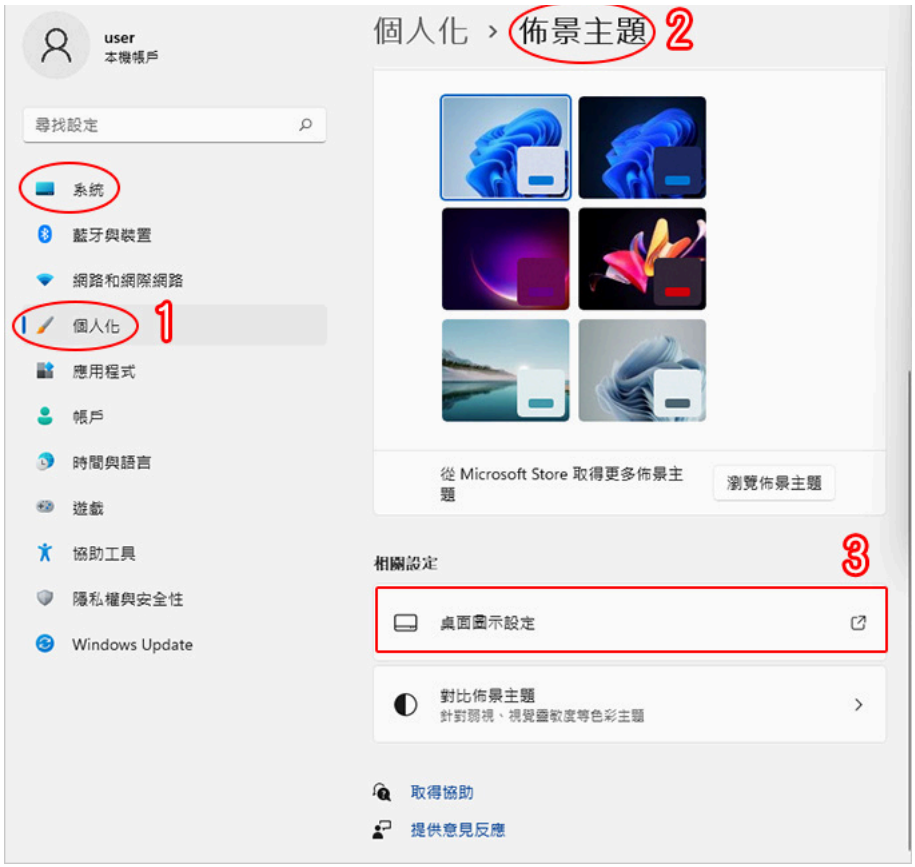
1. 開始功能表預設置中，但可以移到左邊對齊

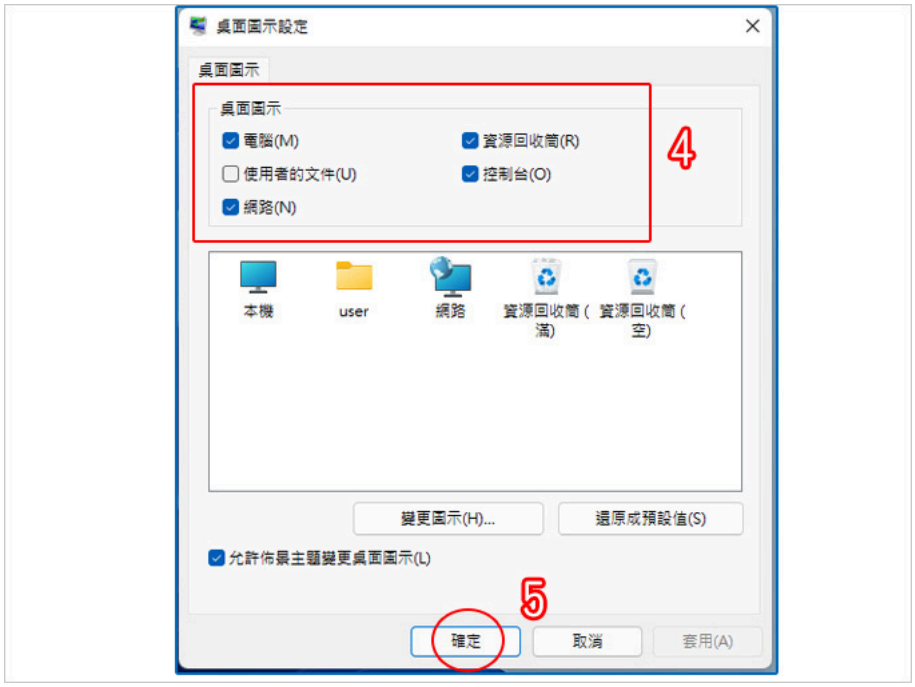
・桌面空白處(右鍵)→個人化→工作列→工作列對齊(左)

預設置中感覺很潮，但你實際使用後就會發現不順手，特別是當你釘選在工能表的圖示越來越多後，開始鈕會一直往左移，也就是你的工作列上的圖示無法固定位置，這樣在使用上反而困擾。

子花了6500G

【部落格實戰】535 | 叫我做短影音拉流量？請先分享你自己的經驗





2. **桌面圖示設定** (把電腦及控制台叫出來)

・桌面空白處(右鍵)→個人化→佈景主題→桌面圖示設定

預設桌面是沒有電腦及控制台的，這樣不好用。



3. 關閉使用者帳戶控制UAC功能

・控制台→使用者帳戶→使用者帳戶→變更使用者帳戶控制設定→不要通知

這個功能的優點是避免中毒或惡意軟體，但說真的你每次開軟體都會一直出現警告視窗真的很煩，一般是建議直接關掉。



4. 關閉顯示快速存取和最近使用過的檔案

· 檔案總管→三個點→選項→隱私權 (取消打勾)→清除→確定



5. 變更電源計畫，改成高效能

・控制台→硬體和音效→電源選項

1>選擇→高效能

2>讓電腦睡眠→永不

→變更進階電源設定

3>關閉硬碟前的時間→永不

4>允許喚醒計時器→停用 重點是要把睡眠功能關掉，你如果不要用電腦請直接關機，不要用睡眠功能。

還有一種：開啟終極效能 (電源計劃)

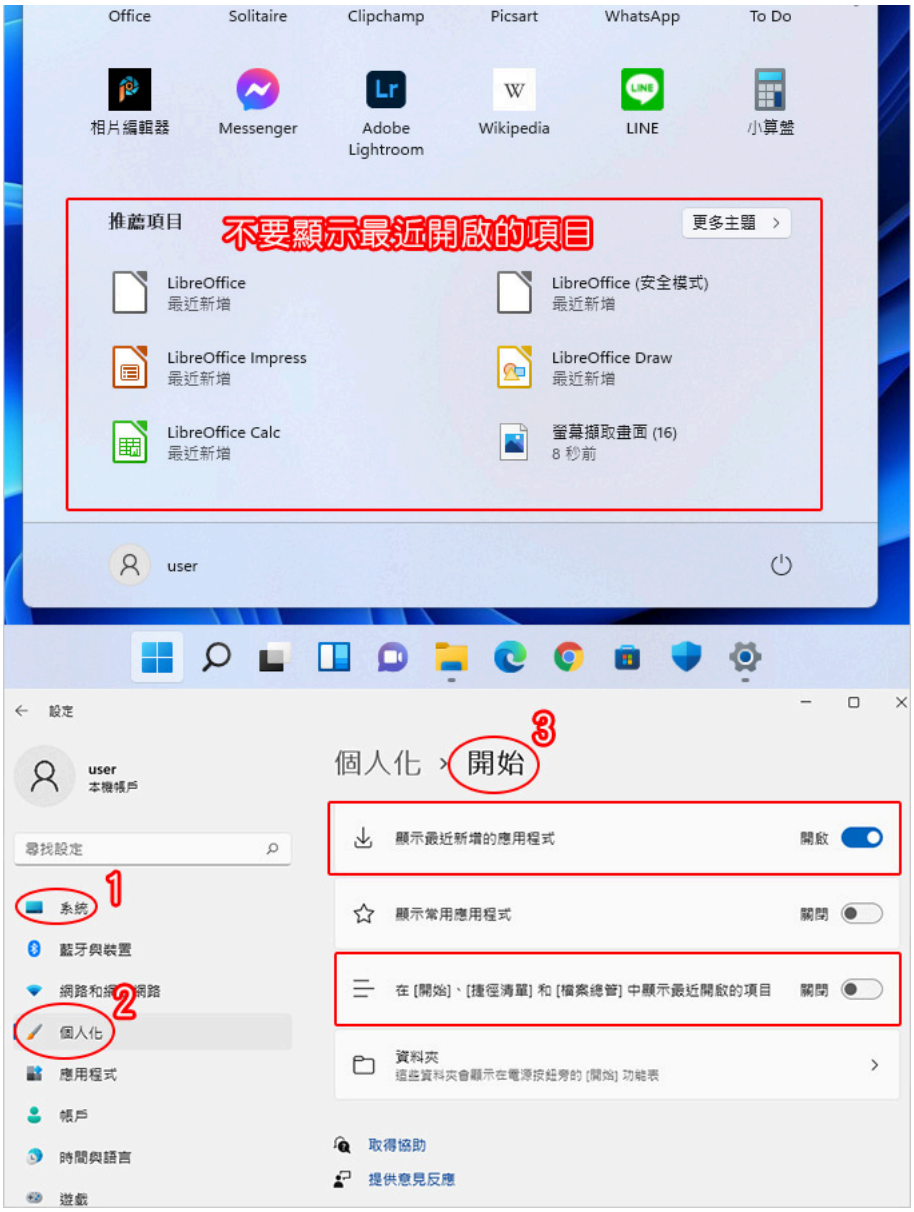
補充：如果您的是筆電，那可能就沒有高效能，通常只有平衡或原廠建議值兩種。

補充：如果你intel第13~14代，電源選項請用「平衡」就好，不要高效能，擔心縮缸。



6. 系統更新失敗時，不要重新啟動

電腦→(右鍵)顯示其他選項→內容→進階系統設定→啟動及修複→設定→系統失敗→自動重新啟動(這個不要打勾)



7. 開始選單 不要顯示最近開啟的項目或程式

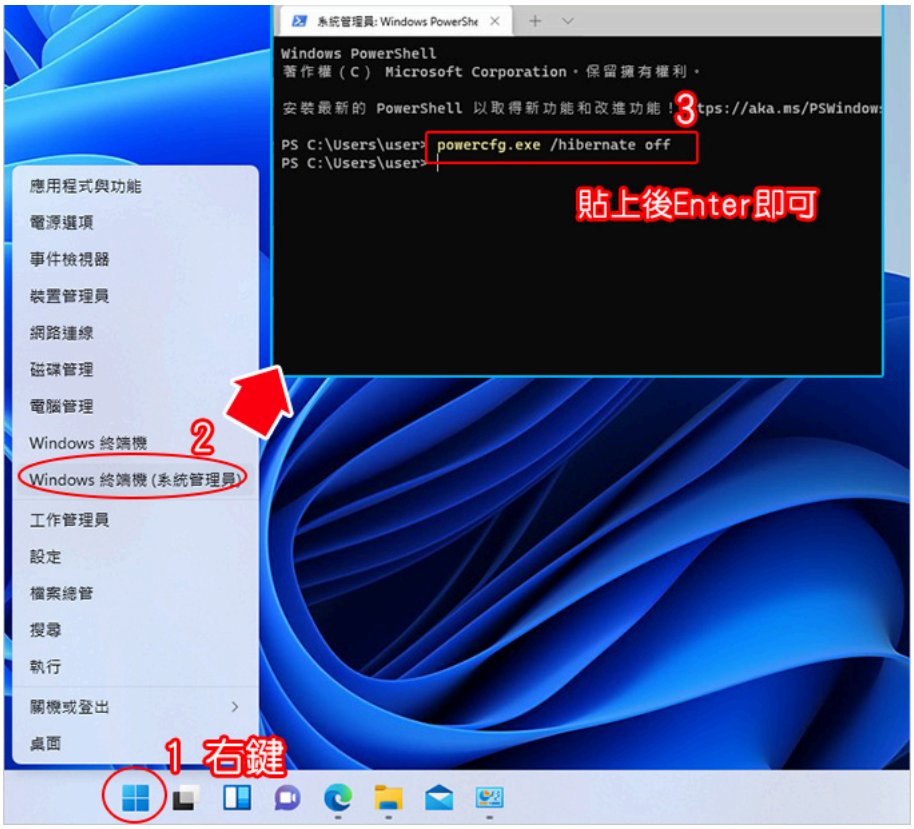
設定→系統→個人化→開始→(關閉) 最近開啟的項目 或 (關閉)新增的應用程式



8. 重組並最佳化磁碟機

系統→進階儲存空間設定→磁碟機優化→選擇磁碟機→最佳化

win11的最佳化磁碟機會自動判斷是SSD或傳統硬碟。



9. 關閉休眠功能

・開始(右鍵)→Windows終端機(系統管理員)→貼上「powercfg.exe /hibernate off」後按Enter即可。

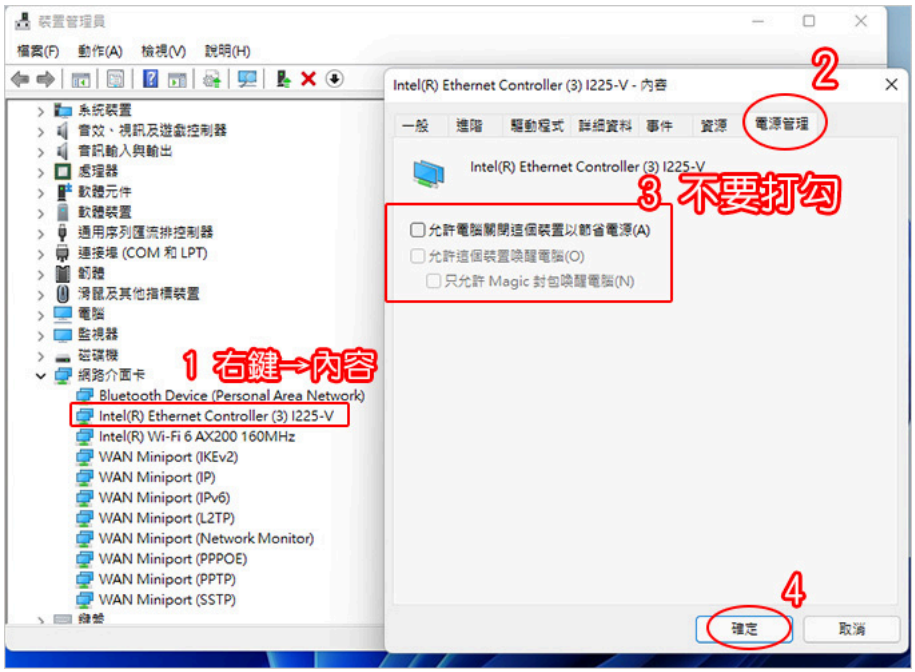
電腦沒在用時，建議直接關機，不要休眠。



10. 隱藏重要訊息通知提示

設定→系統→通知 (關閉)

如上圖選擇不顯示(這個功能太干擾)



11. 關閉網路省電模式

說明：避免遊戲掛網時會因省電功能而中斷網路被迫登出 (這裡)



12. 關閉傳遞最佳化，提升網路頻寬 (說明)

開始→設定→Windows Update→進階選項→傳遞最佳化→關閉



13. 移動C槽的使用者資料夾到D槽

為何要把[user]資料夾移到D槽理由有二：

1> 避免[user]資料夾佔用C槽的空間

2>避免電腦重灌(C槽)時個人檔案不見。

那要如何移動呢？請參考我的詳細說明：C槽的使用者資料夾改到D槽的問題

以上是我認為必要的優化動作，接下來是選擇性的優化。

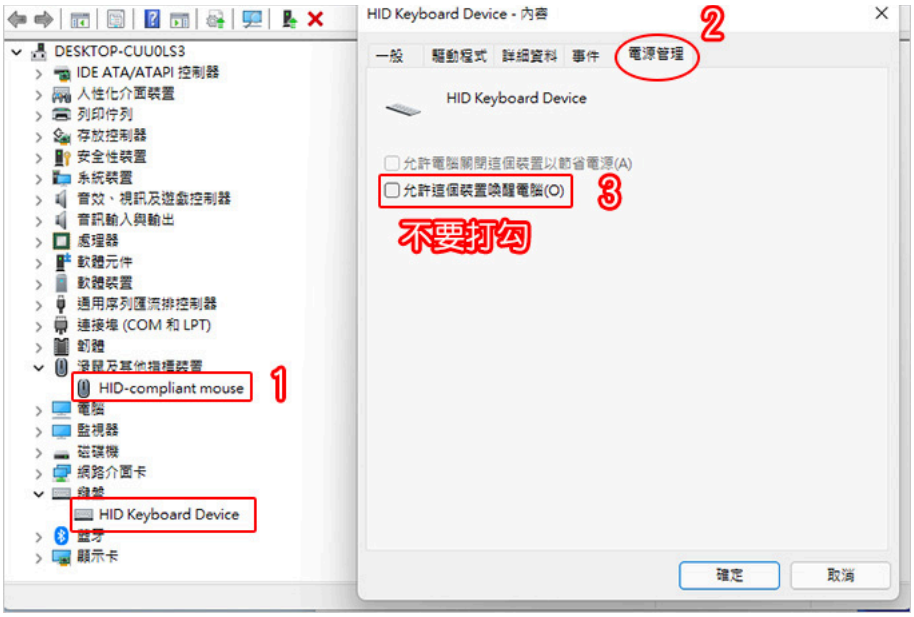
四、系統優化（選擇項目）



1. **停用「不需要」的啟動項目**（可縮短開機時間）

・開始→設定→啟動

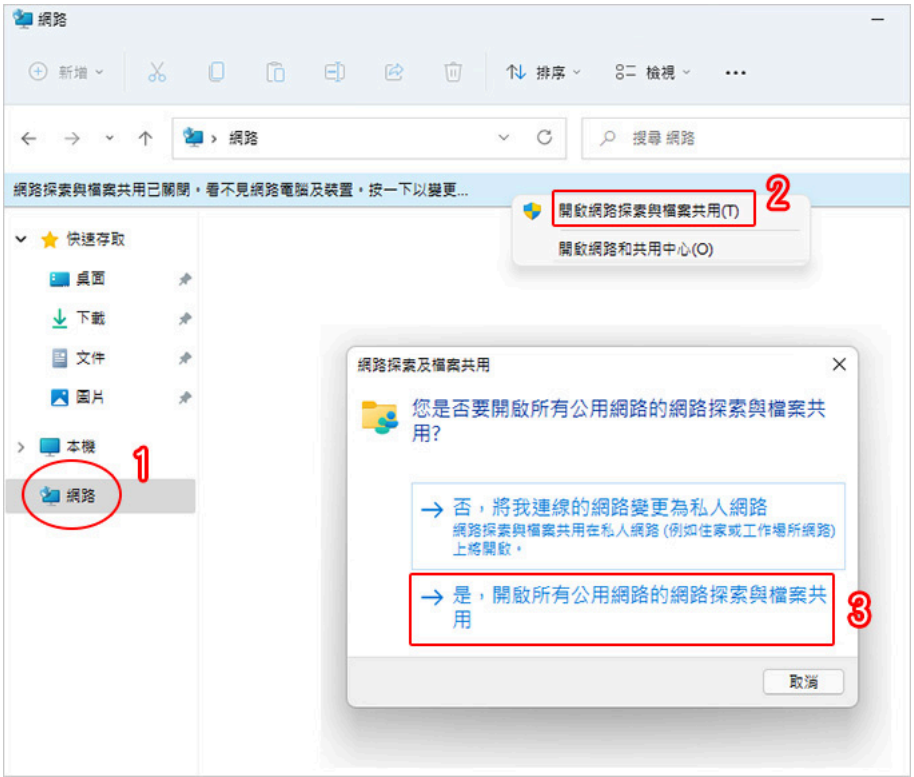
這一個步驟如果您不知道要關什麼好，那請直接跳過。



2. 取消鍵盤、滑鼠的喚醒電腦功能

· 開始→右鍵→裝置管理員→鍵盤及滑鼠→電源管理(不要打勾)

說明：避免電腦關機後會自動重開機 (這裡)

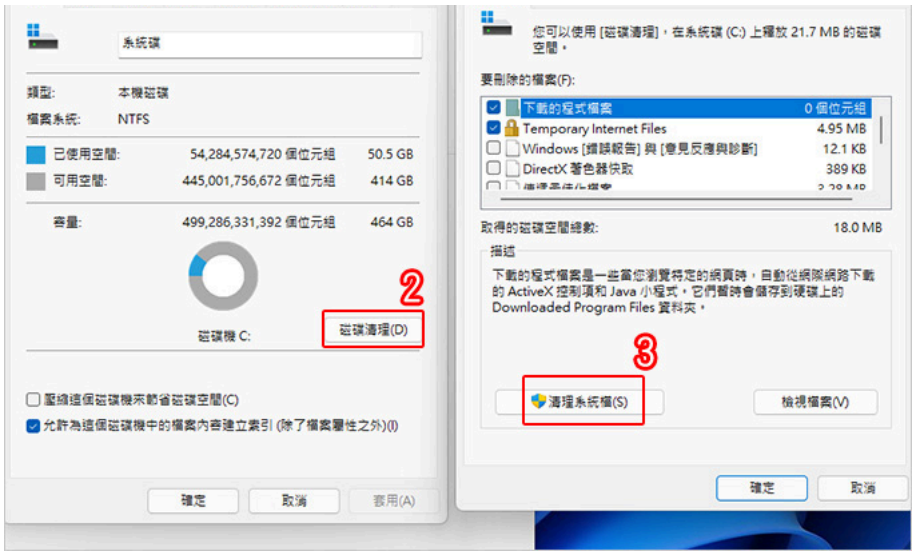


3. 開啟網路分享

控制台→網路和網際網路→網路和共用中心→進階共用設定→**開啟網路探索、檔案及印表機共用→關閉以密碼保護共用**。

您一定要這樣設定，才可以正常開啟網路分享

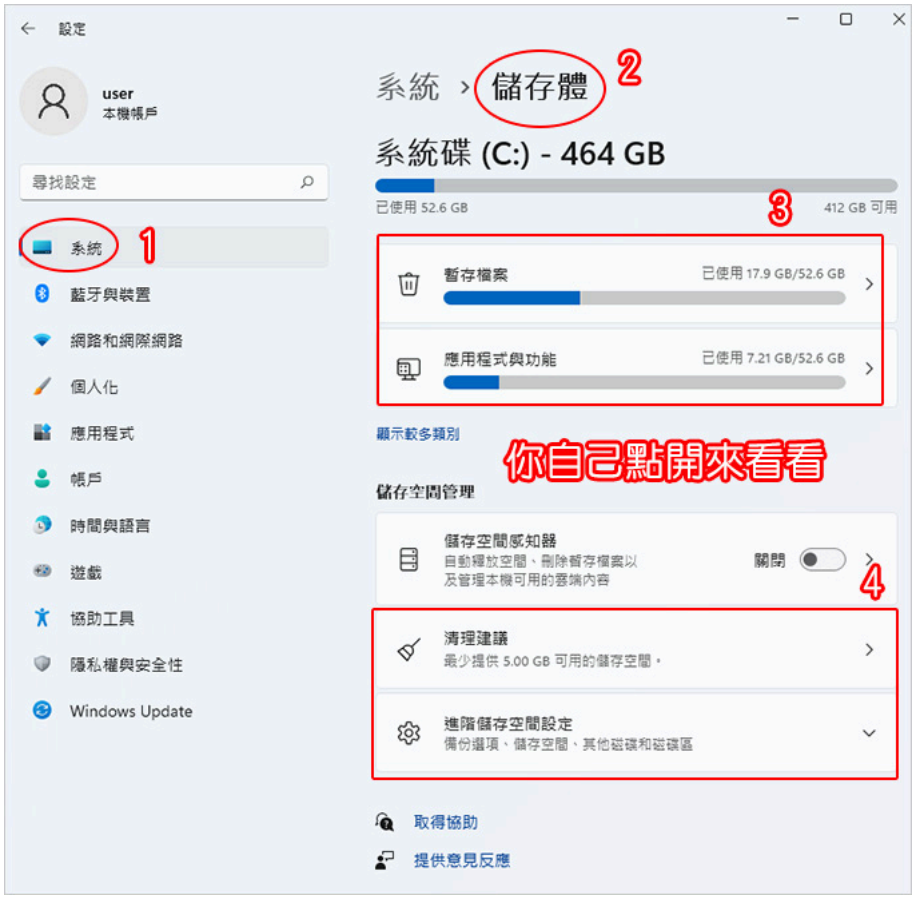
請參考：區域網路分享設定— 共用資料夾．共用硬碟



4. 清除無用的垃圾檔案

磁碟機(右鍵)→磁碟清理→清理系統檔

說明：如何刪除 升級win10 之後的舊版備份檔



▲**設定→系統→儲存體** (你自己點開來看看)


user
本機帳戶
隱私權與安全性 › Windows 安全性
Windows 安全性是供您檢視及管理裝置安全性和健康情況的中心。
開啟 Windows 安全性
尋找設定
系統
藍牙與裝置
網路和網際網路
個人化
應用程式
帳戶
時間與語言
遊戲
協助工具
隱私權與安全性
Windows Update
1
保護區域
病毒與威脅防護
無須採取動作。
3
帳戶防護
建議採取動作。
防火牆與網路防護
無須採取動作。
應用程式與瀏覽器控制
無須採取動作。
裝置安全性
無須採取動作。
裝置效能與運作狀況
裝置健康情況的報告。
家長監護選項
管理您的家人對其裝置的使用方式。


Windows 安全性
首頁
病毒與威脅防護
帳戶防護
防火牆與網路保護
應用程式與瀏覽器控制
裝置安全性
裝置效能與運作狀況
家長監護選項
保護歷程記錄
病毒與威脅防護
保護您的裝置免受威脅。
目前的威脅
沒有目前的威脅。
上次掃描: 無法使用
快速掃描
掃描選項
允許的威脅
保護歷程記錄
病毒與威脅防護設定
不需採取動作。
管理設定
4
病毒與威脅防護更新


Windows 安全性
首頁
病毒與威脅防護
帳戶防護
防火牆與網路保護
應用程式與瀏覽器控制
裝置安全性
裝置效能與運作狀況
家長監護選項
保護歷程記錄
病毒與威脅防護設定
檢視及更新 Microsoft Defender 防毒軟體的病毒與威脅防護設定。
即時保護
找出及阻止惡意程式碼在您的裝置上安裝或執行。您可以暫時先關閉即時保護，稍後會為您自動重新開啟。
開啟
5
視需求開啟或關閉
雲端提供的保護
透過存取雲端的最新防護資料，提供加強且反應速度更快的防護。開啟自動樣本提交時效果更好。
開啟

開始→設定→隱私與安全性→Windows安全性→病毒與威脅防護→管理設定→即時保護 (預設開啟)

如果您有安裝其他的防毒軟體，預設這邊的即時保護會關閉。(說明)

如果您有習慣的免費軟體，那就另外安裝，否則我會建議用用win11內建的防毒軟體即可，理由：簡單好用，永久免費更新。



6. **開始→設定→隱私權與安全性**

win11的穩私權相較於Win10非常的多項，請自己點開來看一下~

注意：隱私權中的麥克風如果關閉，麥克風會沒聲音，這一點請注意喔。



7. 舊版的IE在哪裡？

答： Windows 11 沒有舊版的IE，預設的瀏覽器是Edge

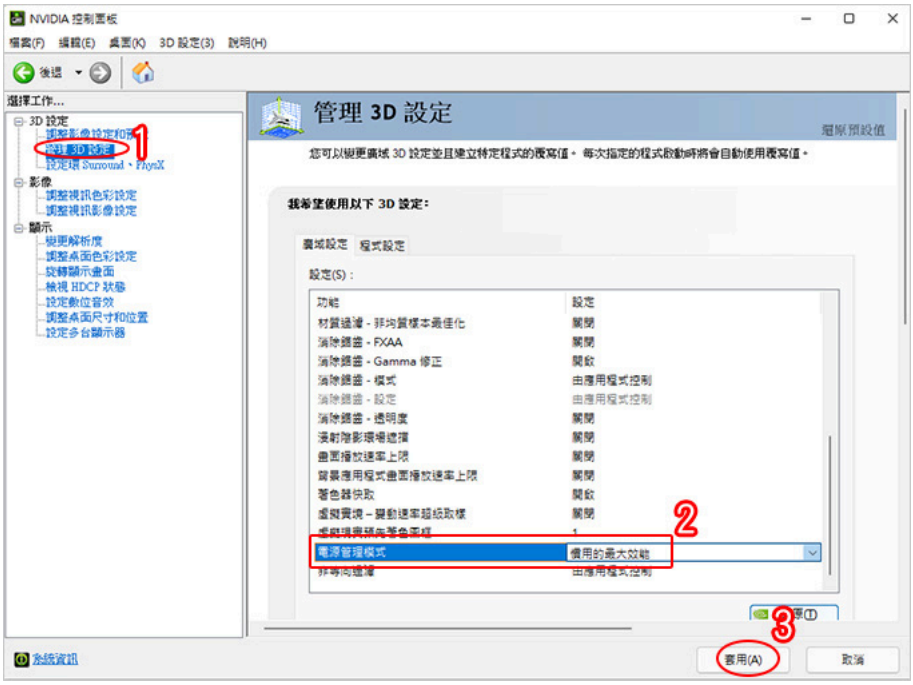
請參考：全新的 Microsoft Edge 瀏覽器來囉 (Chrome內核)



8. 停用系統還原檔及刪除

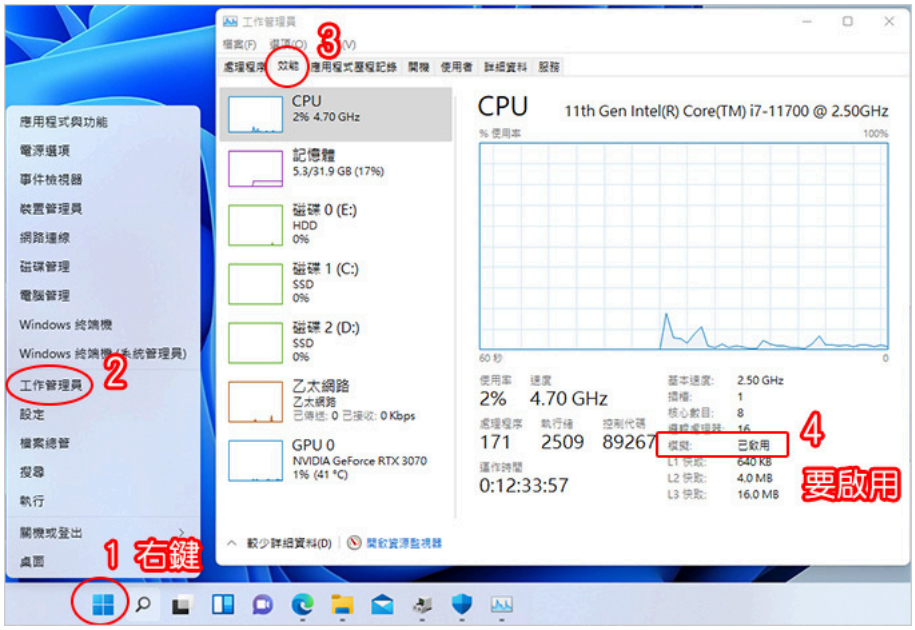
設定→系統→系統保護→選擇C槽→設定→停用系統保護→刪除→確定

系統還原檔會佔用C槽的空間，而且如果真的有問題，這個還原檔能真正復原的機率也不高，通常是直接關掉並刪除還原檔，省事。另外我都有幫客戶裝易數一鍵還原，因此不太有機會用到這個還原檔。



9. 顯示卡若是用nVidia

滑鼠在桌面上點右鍵→NVIDIA控制面板→管理3D設定→廣域設定→電源管理模式→慣用的最大效能→套用



10. PC玩模擬器，請到BIOS開啟VT虛擬化技術

請參考：虛擬化技術在intel叫VT，在AMD叫SVM

補充：2020年以後新的電腦，預定模擬都是啟用的，不需要另外設定。

好，這一篇Windows 11系統優化就講到這裡。

本篇的系統優化只是給您一個參考，因為每台電腦規格的不同，每位使用者也不同，所以在實務上都會再做微調，但是大方向如上。

相關文章：

1. 如何查電腦的規格、廠牌及型號
2. 【教學】Windows 11 系統安裝 (電腦重灌)

延伸閱讀：【推薦】免費好用的常用軟體

◎ **站長介紹：**歐飛先生

◎ **發問技巧：**常見問題

◎ **電腦組裝：**找歐飛/組電腦

全站分類： 數位生活
個人分類： 教學文章

三點

三點高速迴旋

想請教歐大!!不知道我W10的序號 可否用在W11^^？

1年前

歐飛

歐飛　作者

WIN10的序號，可以啟動WIN11

注意：

你的序號要是全新的

或你是買彩盒版

說明：https://ofeyhong.pixnet.net/blog/post/227246719

1年前

祈影

祈影

歐飛先生您好:

我想問的是 windows系統安全性(內建的防毒軟體)裡面,病毒與威脅防護裡的保護歷程記錄要如何消除

2年前

歐飛

歐飛　作者

我剛看了一下，這個無法刪除，因為也沒有提供可刪除的地方

再說，這個也不用刪除啊~~~

不影響你的使用，而且也無關個人資訊

2年前

祈影

祈影

歐飛先生您好:

想請問 windows系統安全性裡面的保護歷程記錄要如何消除,有在網路上爬了些文使用後還是存在,想請教還有沒有其他辦法

2年前

歐飛

歐飛　作者

請參考：https://support.microsoft.com/zh-tw/windows/-windows-%E6%B4%BB%E5%8B%95%E6%AD%B7%E7%A8%8B%E8%A8%98%E9%8C%84%E5%92%8C%E6%82%A8%E7%9A%84%E9%9A%B1%E7%A7%81%E6%AC%8A-2b279964-44ec-8c2f-e0c2-6779b07d2cbd

如果您擔心，請不要用別人的電腦即可

如果是自己的電腦，就沒有這種問題

2年前

版主您好
不好意思
因為看錯篇優化文章不小心把w11本來的防毒軟體刪除
請問要如何復原 😅

2年前

歐飛 作者

我其實不太理解你的意思
因為WIN11 系統的防毒「windows系統安全性」根本沒辦法移除啊

那你是怎麼移除的?

你就算想裝其他的防毒軟體，也不能直接移除windows系統安全性啊~~
根本沒有地方讓你移除了

2年前

e

6. 系統更新失敗時，不要重新啟動
電腦→(右鍵)內容→進階→啟動及修複→設定→系統失敗→自動重新啟動(這個不要打勾)

在win11好像沒有『進階』這個選項？

2年前

歐飛 作者

感謝回報，我改好了

2年前

00 002

有空可以試試看XD
微軟真的越來越搞了Q_Q

3年前

歐飛 作者

歡迎光臨~~~

3年前

00 002

感謝大大~
如果想確認圖片可以在google搜尋圖片上面打"XP左下角"就能看到我說的小圖案了在"開始"的右邊...

其實很多人會說可以用內建釘選~但我還是覺得以前這種小一點的比較好看XD

3年前

我已經好久好久沒有用XP了....(尷尬)
至於WIN10 我其實也沒用過這個功能

3年前

00 **002**

你好~請問W11有辦法在工具列上新增自訂工具列新增小圖標嗎?
類似以前XP版本左下角都會有一個回首頁的那種(非訂選那種)
之前W10還可以這樣作但W11點擊工具列右鍵只有二個選項無新增選項..
不知道是否被移除了呢?

3年前

歐飛 **歐飛　作者**

這個我不知道耶 (我沒有用這個功能)
不過我有筆記了，我找個時間在測試一下看看

3年前

訪客 **訪客**

謝謝您的回覆

筆電的PCI Express>連結狀態電源管理
貌似都是預設《最大電源節省量》

那這樣調成《關閉》還是更好吧？

3年前

歐飛 **歐飛　作者**

預設就是關閉

3年前

訪客 **訪客**

請問關於"三、系統優化"的"5. 變更電源計畫，改成高效能"

電源選項的
PCI Express>連結狀態電源管理
有需要關閉它嗎?

3年前

歐飛 **歐飛　作者**

保持預設即可 (預設就是關閉的)

3年前

載入更多

請先 登入 以發表留言。

你可能也喜歡

為你精選 3 篇值得延伸閱讀的內容



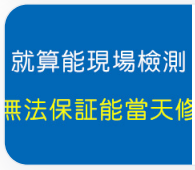
2026/10/19

【抖音】287 | 《成都詩詩》白天擺攤、晚上直播，她為什麼這麼拚？ (2026年10月更新)



2026/10/16

【部落格實戰】457 | 靠自媒體賺「睡後收入」？醒醒吧，你其實是全年無休！ (2026年10月更新)



2026/10/22

【電腦維修】為何我不做現場檢測？就算當場檢測，也不一定當天修好 (2026年10月更新)

歐飛信箱：ofeyhong@outlook.com

© 2026 PIXNET | 文章與圖片權利屬原作者所有 | 隱私權政策 | 服務聲明