

如何在 Word 2003 中恢复丢失的文件

我们在日常的工作中使用 Word 时，难免遇到一些问题。例如，系统发生了强制 Word 退出的错误、您在编辑时遇到电源中断或者您没有保存更改就关闭了文档等，文档就有可能丢失。

本文向您介绍可用于恢复丢失的文档的一些小技巧。

（注意：如果您最近没有保存文档，则有可能丢失整个文档。如果您保存了文档，则只会丢失自上次保存以来所做的更改。

某些已丢失的文档可能无法恢复。根据您的情况，按照顺序使用以下方法。）

一、搜索原文档

单击“开始”，然后单击“搜索”——“所有文件和文件夹”——在“全部或部分文件名:”框中键入要查找的文件名，在查找范围中选择“我的电脑”，然后单击“搜索”。

如果结果窗格中没有该文件，则继续使用以下步骤搜索所有 Word 文档。

在“全部或部分文件名:”框中，键入 *.doc，然后单击“搜索”。

如果结果窗格框中没有该文件，请查看回收站。

如果您找到了要查找的文档，右键单击该文档，然后单击“还原”。

这会将该文档返回到其原位置。

二、搜索 Word 备份文件

如果选中了“保留备份”设置（在“工具”菜单上，单击“选项”以查看“保存”选项卡），则可能会有该文件的一个备份。要找出该文件，请按照下列步骤操作：

A、找到您上次保存丢失的文件的文件夹，搜索扩展名为 .wbk 的文件。

如果您找到了任何其名称形式为“备份属于 + 丢失的文件的名称”的文件：

启动 Word，单击“文件”——“打开”，在“文件类型”框中，单击“所有文件 *.*”，选择文件，然后单击“打开”。

B、如果原文件夹中不存在 .wbk 文件，请在整个计算机中搜索所有 .wbk 文件：

单击“开始”，然后单击“搜索”——“所有文件和文件夹”——在“全部或部分文件名:”框中，键入 *.wbk。

在查找范围中选择“我的电脑”，然后单击“搜索”。

如果您找到了任何其名称形式为“备份属于 + 丢失的文件的名称”的文件，就按上边的操作打开文件即可

三、Word 自动恢复文件

选中“自动保存时间间隔”选项后（在“工具”菜单上，单击“选项”，然后单击“保存”选项卡），Word 会创建一个包含对文档的最新更改的临时“自动恢复”文件。Word 每次启动时都会搜索“自动恢复”文件，然后显示它在“文档恢复”任务窗格中找到的所有文件。单击要恢复的文档后面的下拉箭头，从中选择“打开”或“另存”来恢复文档。

四、手动恢复“自动恢复”文件

首先搜索“自动恢复”文件：

单击“开始”——“搜索”——“所有文件和文件夹”，在“全部或部分文件名:”框中，键入 *.ASD。

在查找范围中选择“我的电脑”，然后单击“搜索”。

如果找到了任何扩展名为 .asd 的文件，就可以

启动 Word——“文件”菜单——“打开”，在“文件类型”列表中，单击“所有文件 *.*”，找到并选择“.asd”文件，打开它，重新启动计算机，启动 Word。

如果 Word 找到了“自动恢复”文件，“文档恢复”任务窗格会在屏幕左侧打开，丢失的文档显示为“document name [原始]”或“document name [恢复]”。如果出现这种情况，双击“文档恢复”任务窗格中的文件，单击“文件”菜单上的“另存为”，然后将文档另存为 .doc 文件。

注意：如果您在“恢复”窗格中找到的“自动恢复”文件无法正确打开，请参阅本文中“强制 Word 恢复文件”的注解。

五、搜索临时文件

如果使用上述方法找不到文件，请尝试恢复临时文件。

单击“开始”——“搜索”——“所有文件和文件夹”——在“全部或部分文件名:”框中，键入 *.TMP。

在查找范围中选择“我的电脑”，单击“什么时候修改的？”，单击“指定日期”，键入“从”和“至”日期，此范围应涵盖自从您上次打开文件以来的时间段，然后单击“搜索”。

搜索完成之后，在“查看”菜单上，单击“详细资料”，在“查看”菜单上，单击“排列图标”，然后单击“修改时间”，浏览文件，找到与您上次编辑文档的日期和时间相匹配的文件。

如果您找到了要查找的文档，请参阅本文中“强制 Word 恢复文件”的注解。

六、搜索 ~ 文件

某些临时文件名是以波形符 (~) 开头的。要查找这些文件，请按照下列步骤操作：

单击“开始”——“搜索”——“所有文件和文件夹”——在“全部或部分文件名:”框中，键入 ~*.*。

在查找范围中选择“我的电脑”，单击“什么时候修改的？”，单击“指定日期”，键入“从”和“至”日期，此范围应涵盖自从您上次打开文件以来的时间段，然后单击“搜索”。

搜索完成之后，在“查看”菜单上，单击“详细资料”，在“查看”菜单上，单击“排列图标”，然后单击“修改时间”，浏览文件，找到与您上次编辑文档的日期和时间相匹配的文件。

如果您找到了要查找的文档，请参阅本文中“强制 Word 恢复文件”的注解。

注：强制 Word 恢复文件

打开 Word 程序，选择“文件”菜单——“打开”，在“打开”对话框中，将文件类型设为 *.*，并选中您要恢复的文档，单击“打开”按钮上的箭头，然后单击“打开并修复”。

以上的操作只是加大了找回丢失的文件的可能性，不过大家应该养成随时存盘的好习惯，以把损失降到最低。