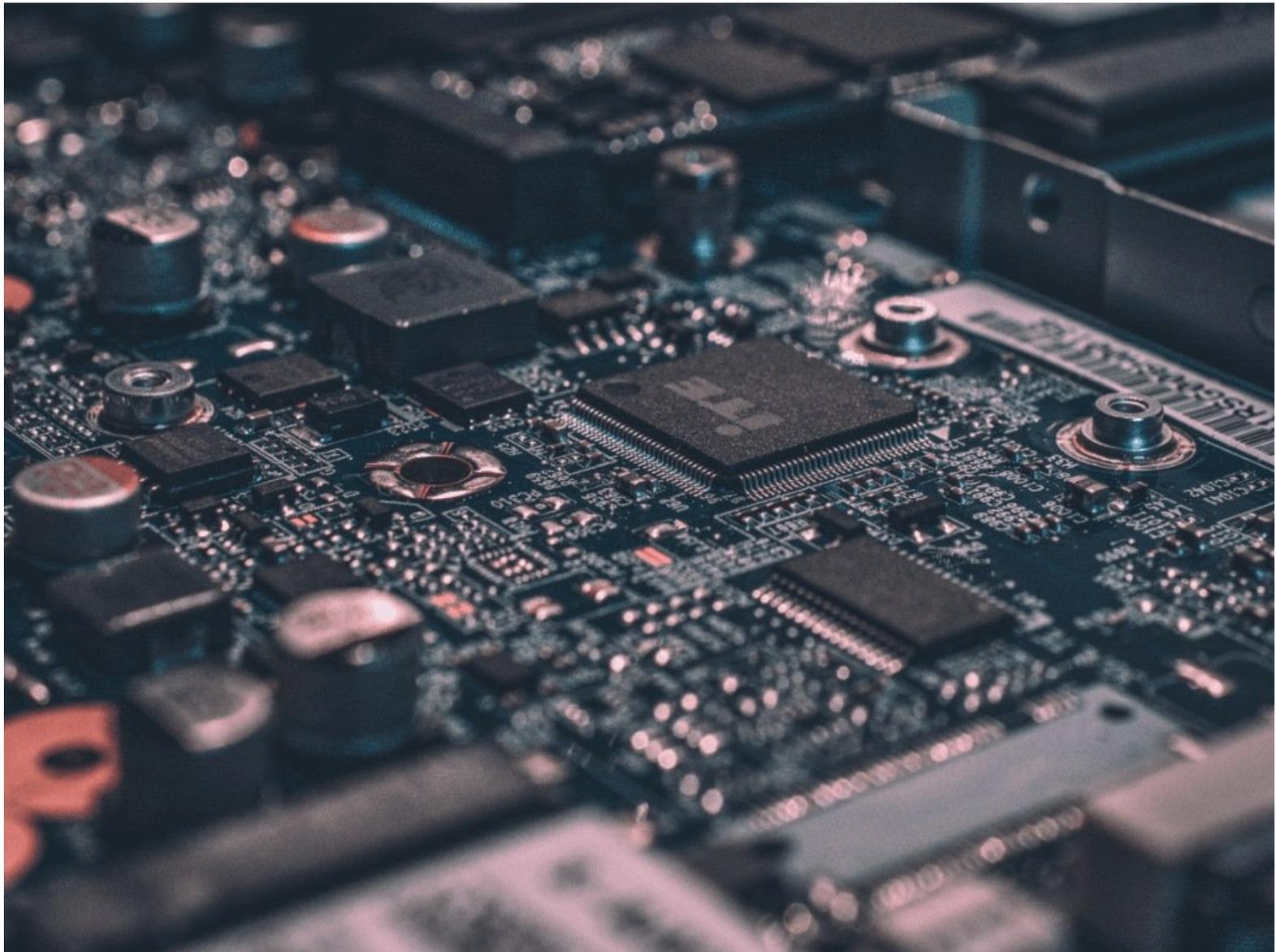




# 如何重置MacBook Pro Touch Bar 2018的 SMC,PRAM和NVRAM

MacBook Pro崩了？这些重置或许可以解决你的MacBook Pro的问题！这份指南也可以用于15英寸的型号。

撰写者: Aaron Cooke



## 介绍

我不得不写一个单独的教程因为这款MacBook Pro搭载了Apple T2芯片所以与其他Mac笔记本的步骤不同。

## 步骤 1 — SMC重置 步骤1



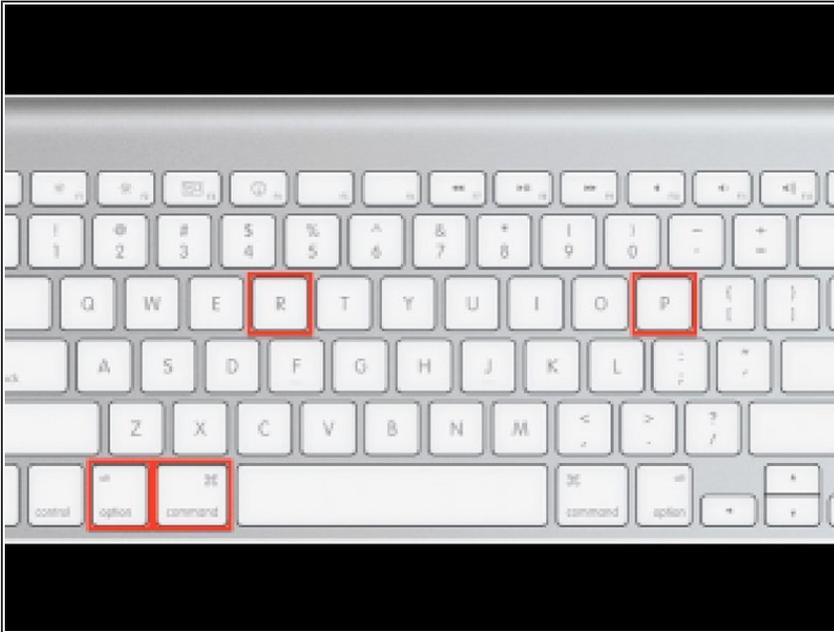
- 选取苹果 (🍏) 菜单 >“关机”
  - Mac关机后，按住电源键10秒。
  - 松开电源键，稍等几秒钟。
  - 再次按电源键打开Mac
- ⓘ 如果这个步骤没有解决问题，那就看步骤 2

## 步骤 2 — SMC重置 步骤2



- 选取苹果 (🍏) 菜单 >“关机”
- 在Mac关机后，同时按住左侧的Shift键、左侧的Option键和Control键 7 秒钟。随后，继续按住这些按键的同时，再按住电源键7秒钟。
- 松开所有按键，稍等几秒钟。
- 再次按电源键打开Mac

### 步骤 3 — PRAM/NVRAM 重置



- 关闭你的Mac
  - 然后再次打开并同时按住如下按键：  
Option , Command , P , R。
  - 20秒后松开这些按键，然后你的Mac将会重启。
- ⓘ 你可以在Apple logo出现然后又消失后松开按键或者就是按20秒，两个方法都可以。

重置后依然无效吗？请至我们的[论坛](#) 寻求帮助。