

TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y KHOA PHẠM NGỌC THẠCH
PHÒNG CÔNG NGHỆ THÔNG TIN



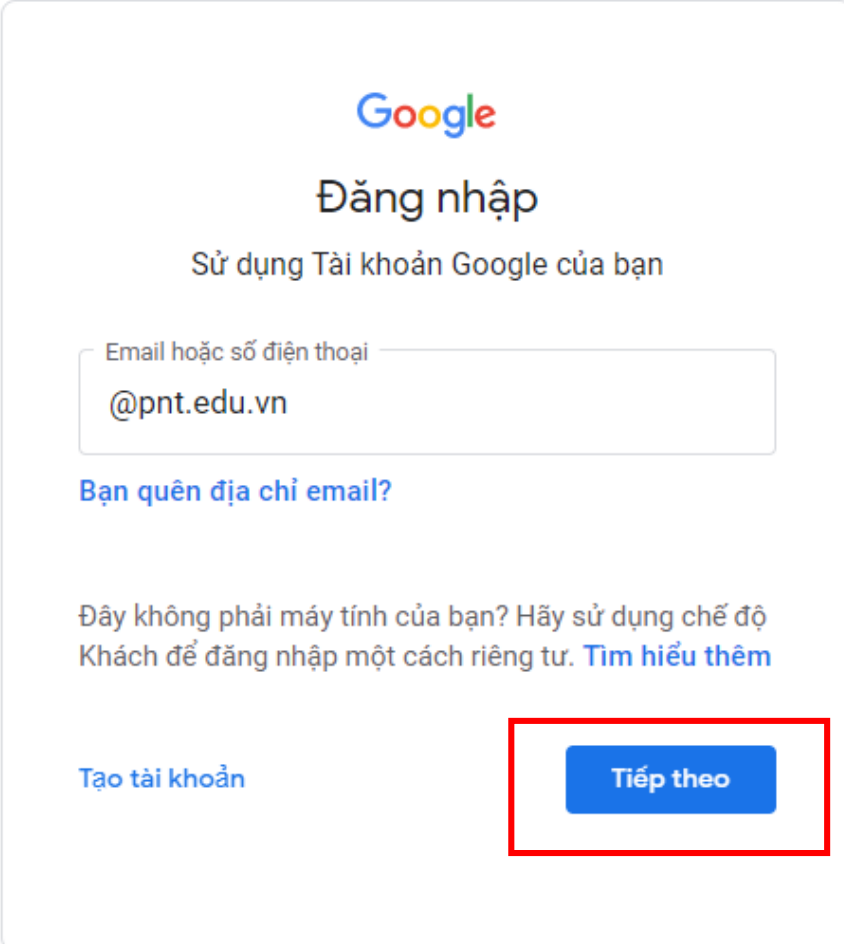
HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG GOOGLE TAKEOUT DOWNLOAD
EMAIL VÀ CÁCH MỞ TỆP .MBOX

Mục lục

Truy cập Google Takeout.....	1
Cách mở tệp .Mbox	6

Truy cập Google Takeout

Truy cập đường link <https://takeout.google.com/>



Google

Đăng nhập

Sử dụng Tài khoản Google của bạn

Email hoặc số điện thoại

[Bạn quên địa chỉ email?](#)

Đây không phải máy tính của bạn? Hãy sử dụng chế độ Khách để đăng nhập một cách riêng tư. [Tìm hiểu thêm](#)

[Tạo tài khoản](#) [Tiếp theo](#)

Tiếng Việt ▾

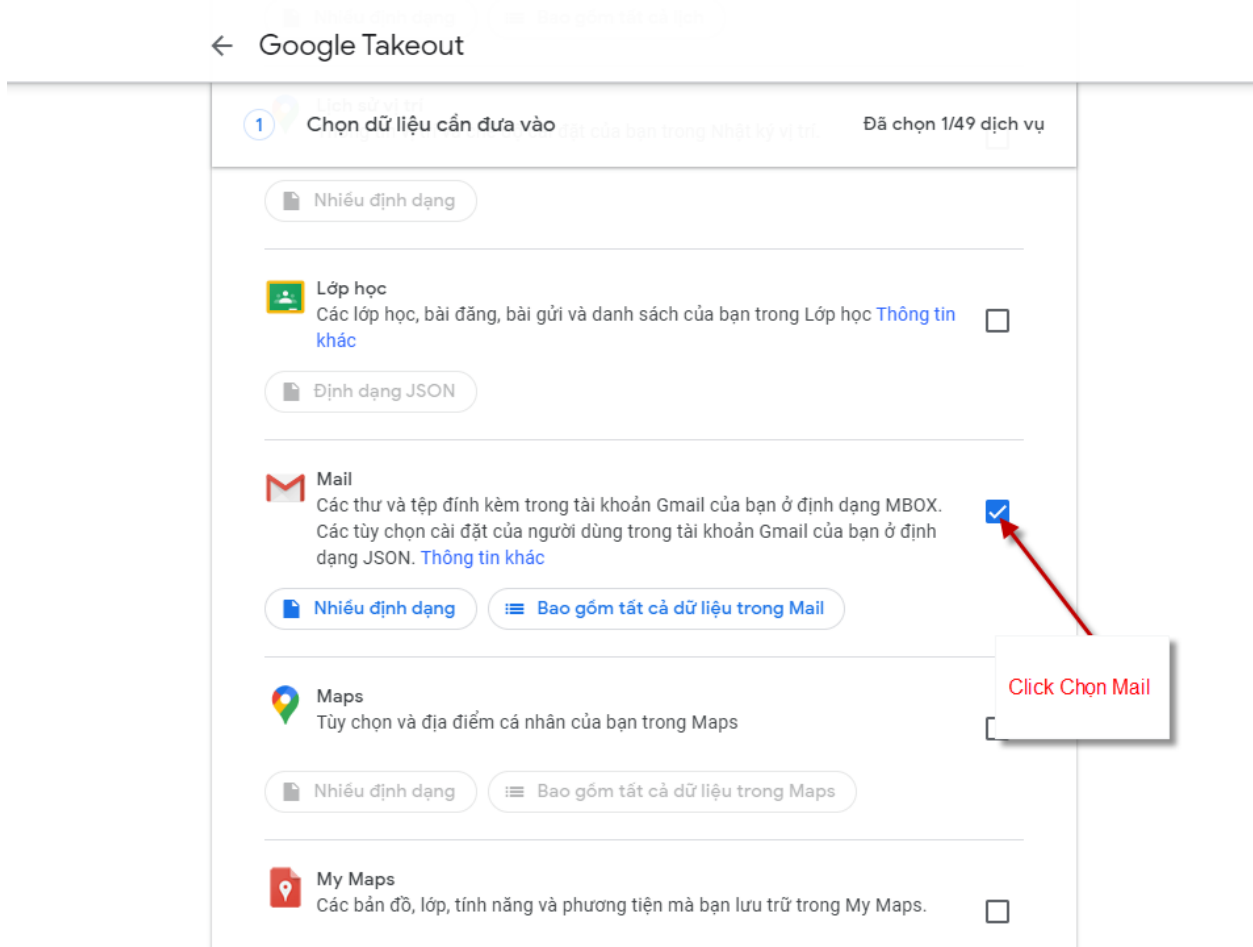
[Trợ giúp](#)

[Bảo mật](#)

[Điều khoản](#)

Đăng nhập tài khoản Trường cấp

2 Hướng dẫn sử dụng Google takeout download email và cách mở tệp .MBOX



Chọn dịch vụ mail muốn sao lưu về máy

3 Hướng dẫn sử dụng Google takeout download email và cách mở tệp .MBOX

Thông tin về thiết bị, phòng, nhà và lịch sử trong ứng dụng Home. [Thông tin khác](#)

[Nhiều định dạng](#)

Voice
Lịch sử cuộc gọi, tin nhắn và thư thoại mà bạn đã lưu trong Google Voice cũng như các số điện thoại đã liên kết hiện tại. [Thông tin khác](#)

[Nhiều định dạng](#)

YouTube và YouTube Music
Nhật ký xem và tìm kiếm, video, bình luận và nội dung khác mà bạn đã tạo trên YouTube và YouTube Music [Thông tin khác](#)

[Nhiều định dạng](#) [Bao gồm tất cả dữ liệu trên YouTube](#)

Bước tiếp theo

2 Chọn loại tệp, tần suất và vị trí xuất

Chọn bước tiếp theo

← Google Takeout

✓ Chọn dữ liệu cần đưa vào Đã chọn 46/46 dịch vụ

2 Chọn loại tệp, tần suất và vị trí xuất

Phương pháp gửi

Gửi đường liên kết tải xuống qua email ▼

Khi tệp của bạn đã xuất xong, bạn sẽ nhận được đường liên kết tải xuống qua email. Bạn sẽ có 1 tuần để tải tệp xuống.

Tần suất

Xuất một lần
1 tệp xuất

Xuất dữ liệu 2 tháng 1 lần trong 1 năm
6 tệp xuất

Loại và kích thước tệp

.zip ▼
Có thể mở tệp zip trên hầu hết mọi máy tính.

2 GB ▼
Các tệp xuất lớn hơn kích thước này sẽ được chia thành nhiều tệp.

Tạo tệp xuất

1

2

3


4

1. Chọn phương pháp gửi (qua Google Drive, Dropbox, Onedrive hoặc Box)
2. Chọn tần suất
3. Chọn loại tệp tải (.zip hoặc .tgz) và kích thước tệp tải xuống (1GB, 2GB, 4GB, 10GB, 50GB)
4. Tạo tệp xuất

TAO TỆP XUẤT MỚI

<input checked="" type="checkbox"/>	Chọn dữ liệu cần đưa vào	Đã chọn 1/46 dịch vụ
<input checked="" type="checkbox"/>	Chọn loại tệp, tần suất và vị trí xuất	

Tiến trình xuất

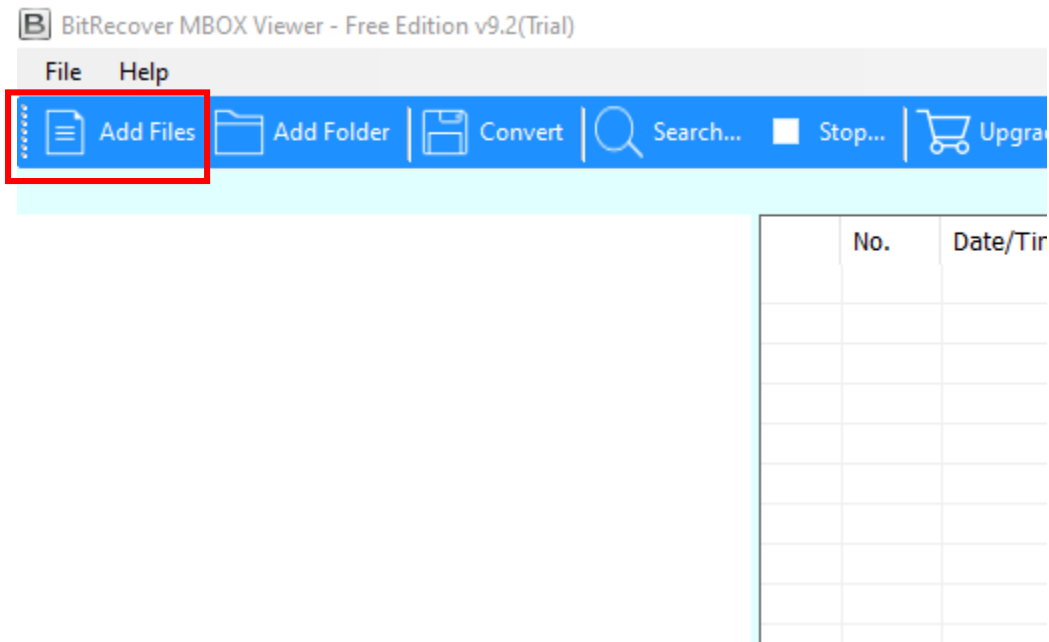
 Google đang tạo bản sao của các tệp trong Mail
Có thể mất nhiều thời gian (có thể là nhiều giờ hoặc nhiều ngày) để xuất xong dữ liệu. Bạn sẽ nhận được email khi quá trình xuất đã hoàn tất.

Thời gian xuất tệp tùy vào dung lượng của tệp

Cách mở tệp .Mbox

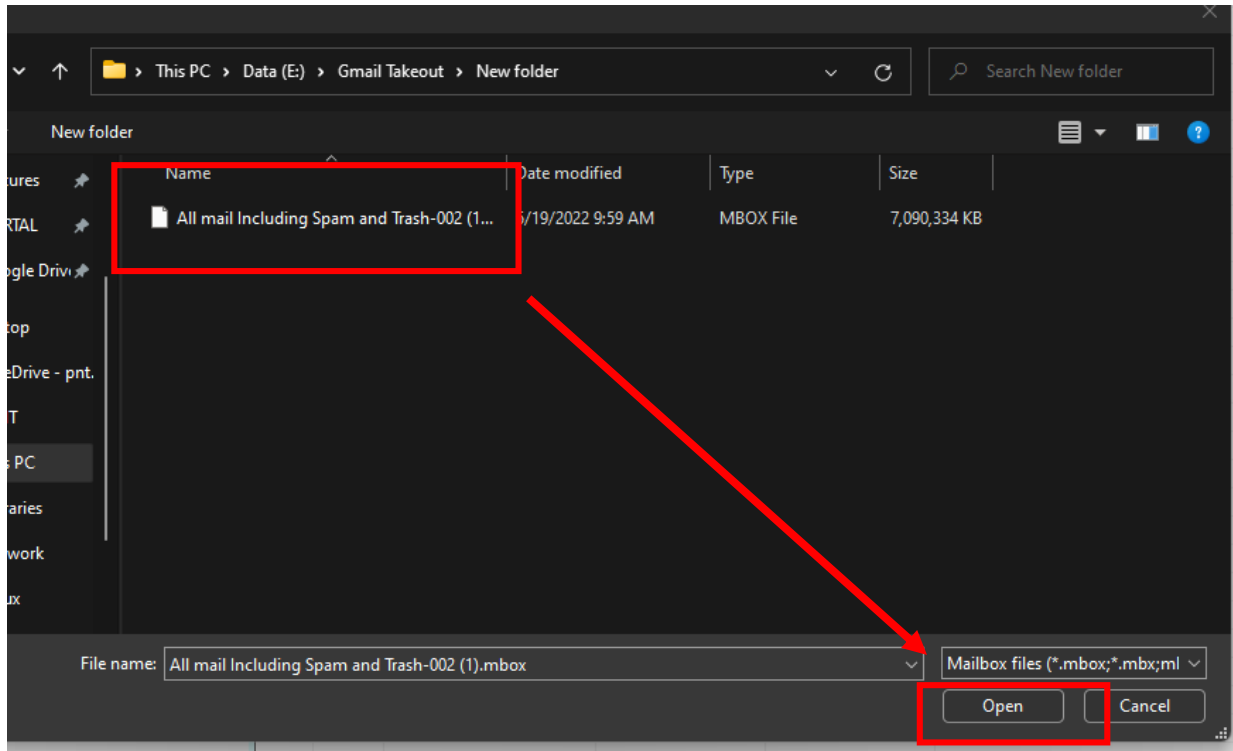
Đối với Mail tải về là tệp .mbox có thể sử dụng phần mềm BitRecover MBOX Viewer để mở

Link download <https://www.bitrecover.com/free/mbox-viewer/>

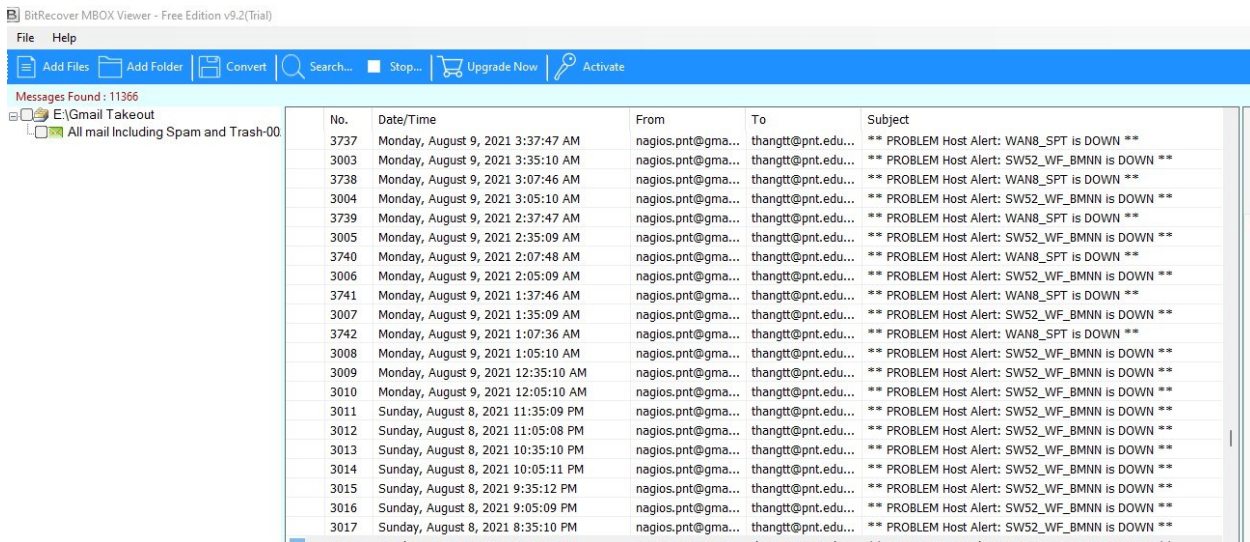


Chọn “Add Files”

7 Hướng dẫn sử dụng Google takeout download email và cách mở tệp .MBOX



Chọn tệp đuôi .mbox sau đó chọn “Open”



Kết quả sau khi mở tệp .mbox bằng phần mềm BitRecover MBOX Viewer