

# 清理 macOS 的启动项

要管理在登入 macOS（包括 macOS 15.2 及更新版本）時自動啟動的應用程式和進程，您可以調整您的啟動項目。以下是具體步驟：

## 1. 使用系統設定（或系統偏好設定）

- **步驟 1:** 點擊屏幕左上角的 Apple 選單 ()，然後選擇 **系統設定**（在較舊的 macOS 版本中稱為 **系統偏好設定**）。
- **步驟 2:** 前往 **一般**，然後選擇 **登入項目**。
- **步驟 3:** 將會顯示啟動時自動開啟的應用程式和服務列表。要移除某個項目，請選中它並點擊列表下方的 **減號 (-)** 按鈕。
- **步驟 4:** 對所有您希望移除的項目重複此操作。

## 2. 調整應用程式特定設定

- 許多應用程式包含自己的設定來控制啟動行為。請查看應用程式的偏好設定或設定，以停用自動啟動功能。

## 3. 管理啟動代理和守護進程（進階）

- 背景進程可以通過啟動代理或啟動守護進程來管理。這些通常位於以下目錄中：
  - ~/Library/LaunchAgents（用於用戶特定的代理）
  - /Library/LaunchAgents（用於系統範圍的代理）
  - /Library/LaunchDaemons（用於系統範圍的守護進程）
- **注意：**修改這些文件可能會影響系統穩定性。請謹慎操作。

### 提示：

- **重新啟動您的 Mac：**進行更改後，請重新啟動您的 Mac 以確認啟動項目不再自動啟動。