Cookie的作用：存储用户在特定网站上的密码和 ID，用以保持用户的登录状态（浏览器会将保存在其上的Cookie随网页的请求一同发送给服务器）。其中会话Cookie在关闭浏览器窗口后就失效，而持久Cookie会保存在硬盘上，关闭窗口后也依然存在，再次打开窗口也是在线状态（直到超过有效时间）。

SESSION的作用：一次浏览器和服务器的交互的会话，当用户访问到一个服务器，如果服务器启用SESSION，服务器就会先检查这个用户发来的请求里是否包含了一个SESSION ID，如果包含了一个SESSION ID就说明之前该用户已经登陆过，那么服务器就会按照这个找到的SESSION ID为用户显示对应的网页，如果请求里不包含有SESSION ID，服务器就会创建一个SESSION并生成一个与此SESSION相关的SESSION ID。这个SESSION ID是唯一的、不重复的、不容易找到规律的字符串，这个SESSION ID将被在本次响应中返回到客户端并保存在Cookie中，从而也实现保持登陆状态的功能。

Cookie的优劣：好处是快速方便，解决了原先无法保持登陆状态的问题，也避免了反复查询数据库来获取登录状态造成的数据库负担；坏处是它是保存在用户端的，尺寸大小有限，大于4kb的会被拦截，用户还可以随意更改，有安全隐患。

SESSION的优劣：好处是只需要传递一个信息就可以根据用户的不同展示不同的界面；坏处是在关闭窗口后SESSION仍存在并保存一段时间，如果SESSION中储存了过大的东西，那么随着站点访问量的增大，服务器将会因此而无法正常运行。