第一步：先尝试一下进入DDMS的Device中重置adb，或许能一步到位，直接解决了这个问题，Eclipse很好找到DDMS，在此就不再赘述，如果是Android Studio，DDMS在ADK Manager右边

倒数第三个，点击进入后

在Name上面有个向下的小箭头，点击后可以reset adb。如果还是不行就继续下一步。

第二步：首先进入SDK的这个路径sdk\platform-tools，你会看到adb.exe就在里面，按住Shift+鼠标右键，选择“在此处打开命令窗口”，这时就可以使用adb命令了

第三步：敲入命令adb start-server会看到，启动失败

第四步：敲入命令adb nodaemon server查看是否是端口绑定的问题，很多时候都是，如果出现“cannot bind 'tcp:5037' ”,则说明真的事端口绑定的问题

第五步：敲入命令netstat -ano | findstr "5037"查看占用端口的进程，查看最后一列的数字，那就是占用该端口的进程号PID

第六步：打开任务管理器，查看对应的PID，如果打开后发现没有PID这列，可以点击查看->选择列，

将PID勾选后确定就可以看到了，将对应的PID找到后将其杀死

第七步：重新输入命令adb start-server开启adb。如果成功了就重启Eclipse或AS。