

如果你的账户出现这个问题

第一步点击红色箭头指向的地方



第二步：点击继续，然后点击箭头指向的地方



第三步：确认邮箱无误，点击获取验证码

<

帮助中心

使用邮箱接收验证码

我们将向你选择的邮箱发送验证码。

e*****w@hotmail.com



获取验证码

如图所示的验证码登录邮箱去获取就可以了

<

输入验证码

为帮助我们验证这个帐户属于你，请输入或粘贴我们发送到 e*****w@hotmail.com 的验证码。

输入或粘贴验证码

重发验证码

提交

第四步：登录邮箱

Outlook



elazarkuflomw@hotmail.com

帐户已锁定

检测到某些活动违反了我们的 [Microsoft 服务协议](#) 并锁定了帐户。

正在解锁帐户

请选择“下一步”，我们将向你的手机发送验证码。输入验证码后，可以返回帐户。

下一步

如果邮箱出现这种问题，点击下一步就好了



elazarkuflomw@hotmail.com

输入你的电话号码，我们将向你发送安全代码

我们将通过短信发送一个验证码。这有助于我们排除垃圾邮件 - 我们不会泄露你的号码。此验证码将在约 10 分钟后过期。

国家/地区代码

中国 (+86)

电话号码

发送代码

[我为什么要这么做?](#)

提交

红色框框的地方填写自己的能收到验证码的电话号码



elazarkuflomw@hotmail.com

输入你的电话号码，我们将向你发送安全代码

我们将通过短信发送一个验证码。这有助于我们排除垃圾邮件 - 我们不会泄露你的号码。此验证码将在约 10 分钟后过期。

我们无法向此号码发送短信。

国家/地区代码

中国 (+86)



电话号码

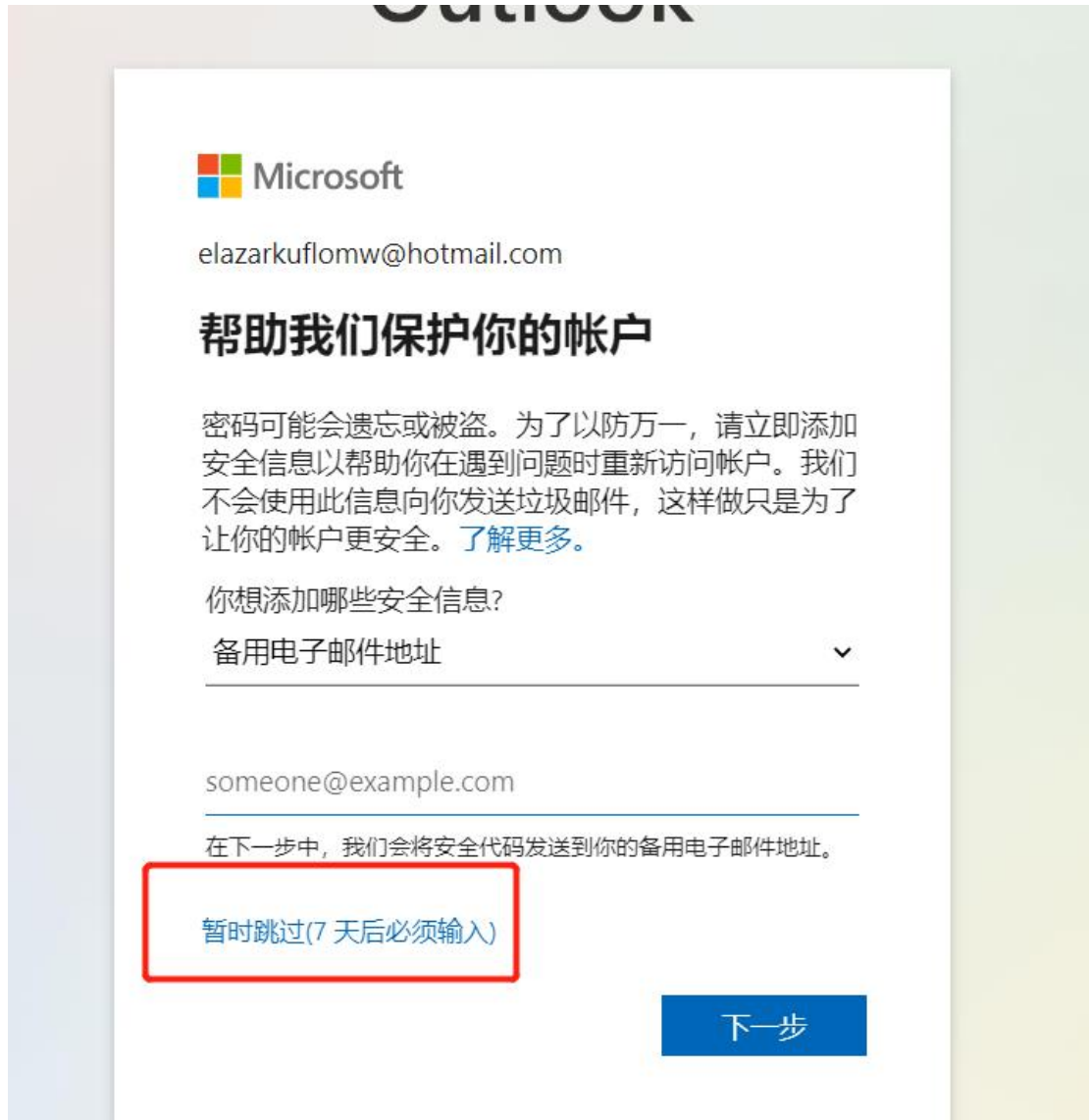
[Redacted phone number]

发送代码

[我为什么要这么做?](#)

提交

如果提示图片上的问题，可能是这个手机号码用频繁了，换一个手机号就好了



这一步可以跳过也可以填入自己的邮箱或号码



把图上的验证码填入第三步就可以了



你的帐户已解锁

你保护了登录信息的安全，可以继续使用 Facebook 了。

检查近期动态

提示：我们可以帮你检查近期动态，确保你的帐户仍然保持原状。



- 近期帖子和评论
- 最近添加的好友
- 近期登录

检查近期动态

返回 Facebook

解锁完成返回 facebook 就可以了