

Hvordan lager jeg innholdsfortegnelse i Microsoft Word?

Jeg vil ha en innholdsfortegnelse i et Word-dokument, men er usikker på hvordan man går frem. Finnes det en smartere løsning enn å skrive alle overskriftene på nytt?

SVAR Ja, Word er selv i stand til å lage en innholdsfortegnelse basert på overskriftene du har laget i dokumentet. Her viser vi hvordan det gjøres.

1. Landskap ¹

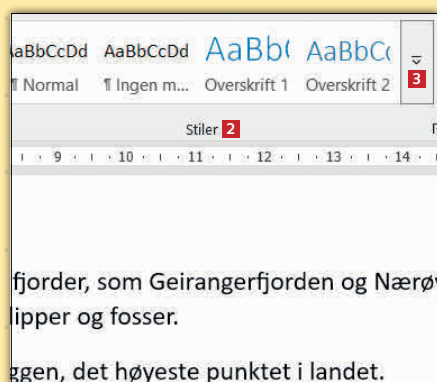
Fjorder: Norges kystlinje er kjent for sine lange fjorder. Disse dype, smale innsjøene er ofte omgitt av høye fjell.

Fjell: Norge har mange høye fjell, inkludert fjellområdene som tilbyr spektakulær utsikt over landskapet.

Skoger: Store deler av Norge er dekket av skog. Barskog dominerer, men det finnes også bløttemark og løvskog.

Vidder: Hardangervidda er Europas største sammenhengende vidde.

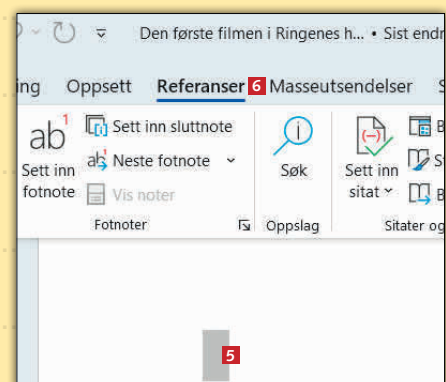
1 For å velge en overskrift som skal plasseres i innholdsfortegnelsen, må du først markere den i teksten ¹.



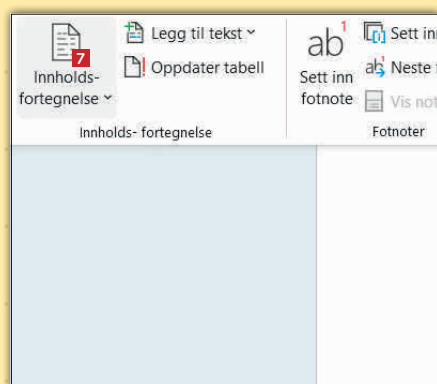
2 Ved **Stiler** ² i menylinjen over dokumentet, klikker du på pilen ³.



3 Velg overskriftstype ⁴. Jo større den er, desto høyere plasseres den i hierarkiet til innholdsfortegnelsen. Legg til flere overskrifter.



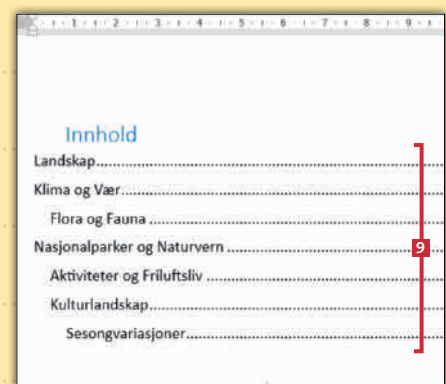
4 Marker stedet ⁵ i dokumentet der innholdsfortegnelsen skal plasseres (som regel på første side). Klikk på menyen **Referanser** ⁶.



5 Velg **Innholdsfortegnelse** ⁷.



6 Klikk på ønsket type, som **Auto. innholdsfortegnelse 1** ⁸.



7 Innholdsfortegnelsen ⁹ settes inn i dokumentet.



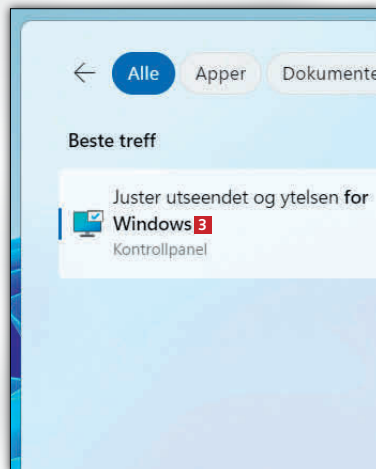
Fjern skyggen bak ikonene

På skrivebordet i Windows 11 er det svake skygger bak ikonene. Det gjør det vanskelig å lese teksten under dem. Derfor vil jeg fjerne dem, men finner ingen innstilling i Windows der det er et alternativ. Er det i det hele tatt mulig å bli kvitt disse skyggene?

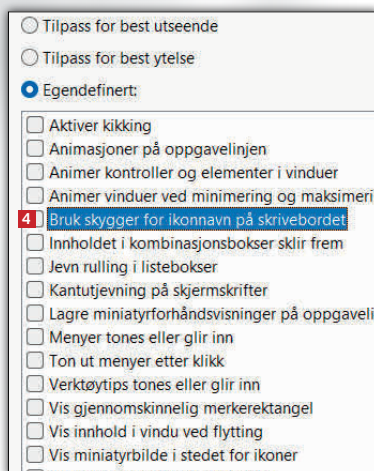
SVAR Muligheten til å slå skygger på eller av befinner seg i Kontrollpanel, og det er trolig grunnen til at du ikke finner den. Her viser vi hvordan du enkelt kan fjerne skygger fra ikonene på skrivebordet. Metoden er den samme i Windows 11 og 10.



1 Klikk i Windows' søkefelt **1**, og skriv **juster utseendet og ytelsen** **2**.



2 Klikk på søkeresultatet **Juster utseendet og ytelsen for Windows** **3**.



3 Fjern markeringen ved **Bruk skygger for ikonnavn på skrivebordet** **4**.



4 Klikk på **Bruk** **5** etterfulgt av **OK** **6**. Dermed er ikonskyggene fjernet.

SEND OSS DINE PC-SPØRSMÅL

På disse sidene svarer vi på utvalgte spørsmål fra bladets abonnenter.

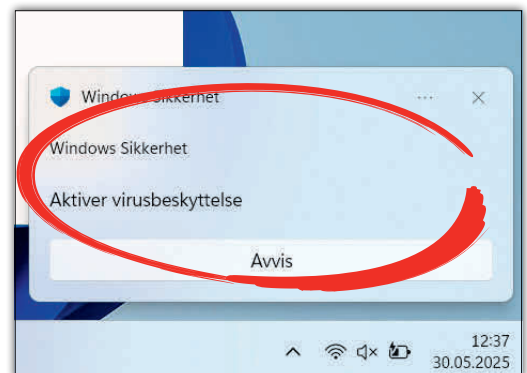
Du kan alltid sende oss spørsmål om artikler og programmer fra bladet, og generelt om datamaskinen på: komputer.no/spoeross



Hva skjer hvis jeg fjerner McAfee?

I et halvt år har jeg brukt McAfee-beskyttelsen som fulgte med den nye pc-en. Nå er prøveperioden over, men hva skjer hvis jeg avinstallerer programmet?

SVAR Hvis du avinstallerer prøveversjonen av McAfees antivirus, vil Windows automatisk gjøre deg oppmerksom på at du i stedet bør bruke systemets egen beskyttelse. Du behøver altså ikke å være redd for at maskinen skal være ubeskyttet. Vil du heller ha et annet antivirusprogram, anbefaler vi Avast One Essential. Abonnerer du på bladet, kan du laste det ned gratis fra komputer.no/sikkerhetspakke



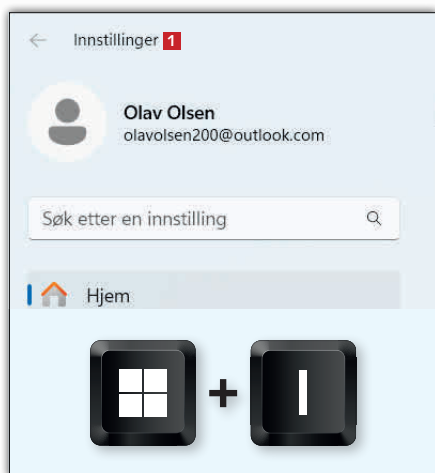
Er det ikke noe sikkerhetsprogram på pc-en, får du en advarsel fra Windows. Klikk på advarselen for å aktivere Windows Sikkerhet.



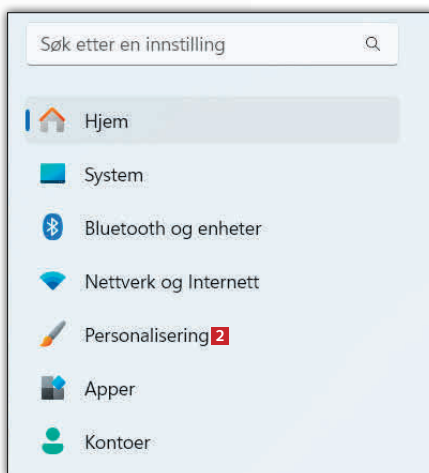
Oppgavelinje med sporadisk visning

Jeg lånte bort Windows 11-pc-en, og nå vises oppgavelinjen først når musen føres ned til skjermkanten. Hvordan får jeg den tilbake?

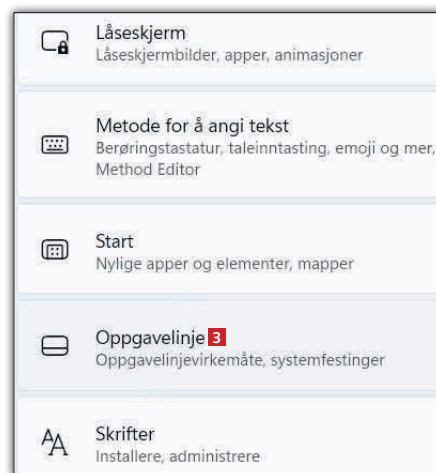
SVAR Gjesten har nok kommet til å aktivere en funksjon som skjuler oppgavelinjen automatisk. Det er det lett å gjøre noe med.



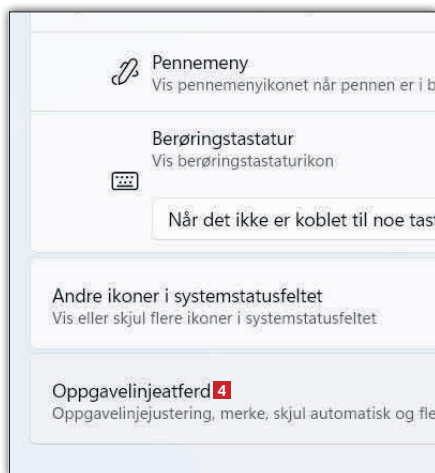
1 Trykk på Windows-tasten og I på tastaturet, slik at Windows-innstillingene åpnes **1**.



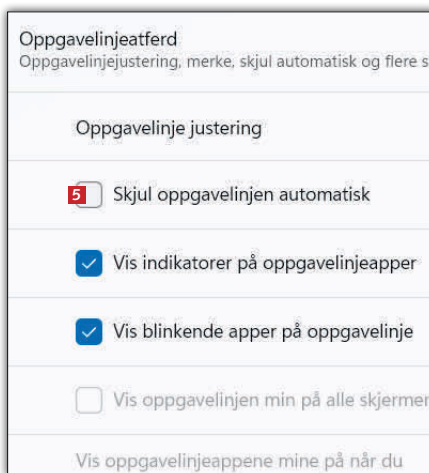
2 Gå til **Personalisering** **2**.



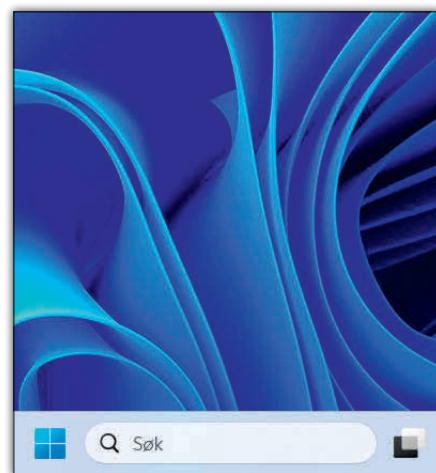
3 Velg punktet **Oppgavelinje** **3**.



4 Bla nedover, og klikk på **Oppgavelinjejustering** **4**.



5 Fjern haken ved **Skjul oppgavelinjen automatisk** **5**.

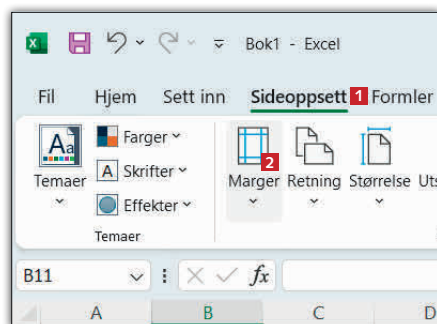


6 Nå er oppgavelinjen tilbake nederst på skjermen og fungerer som du er vant til.

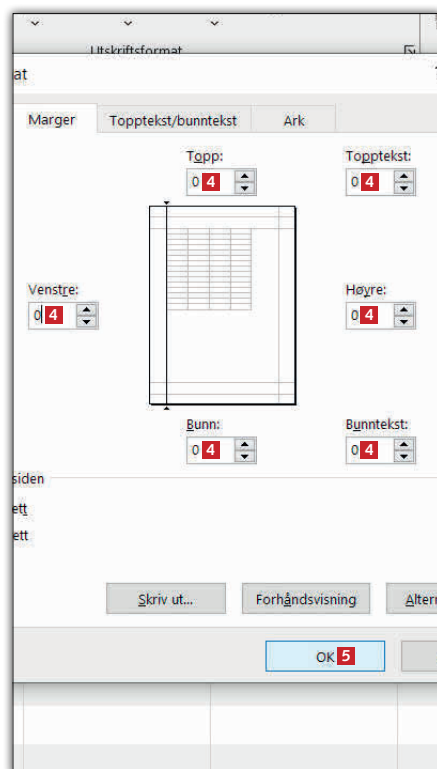
Hvordan utnytte arket bedre

Når jeg skriver ut fra Excel, ser jeg at en stor del av papiret er tomt. Er det ikke mulig å sette opp utskriften slik at hele arket utnyttes?

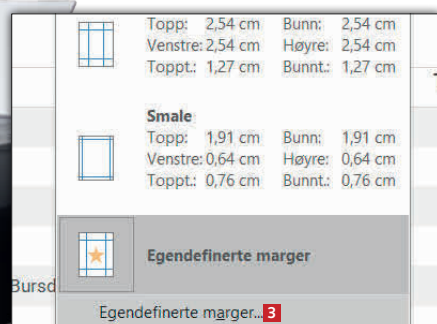
SVAR Jo, du kan sette margene i Excel til "0", slik at det skrives ut på hele arket. Her ser du hvordan.



1 I Excel velger du **Sideoppsett** **1** etterfulgt av **Marger** **2**.



3 Sett alle innstillinger til en marg på 0 **4**. Avslutt med **OK** **5**.



2 Velg **Egendefinerte marginer...** **3**.



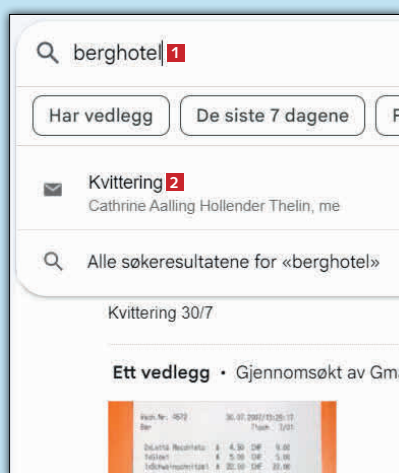
Gmail kan søke etter tekst i bilder

Ganske tilfeldig oppdaget jeg en overraskende mulighet i Gmail: Jeg ville søke etter en e-post med et bestemt ord, men i stedet viste søkeresultatene til en vedlagt bildefil. Det viser seg nemlig at Gmail også finner tekst i bilder. Det visste jeg ikke at var mulig. Kanskje kan også andre lesere ha nytte av å kjenne til dette?

Vennlig hilsen
Ole P. Gran

REDAKTØRENS KOMMENTAR

Det er definitivt overraskende at Gmail benytter tekstgjenkjenning til å la deg søke i tekst på bilder. Nå har også vi testet oppdagelsen, og du har helt rett: Gmail finner ord i bilder. Her ser du et eksempel på hvordan det foregår.



1 Vi søker etter et ord **1** for å se om det finnes i vedlagte bilde. I søkeresultatene klikker vi på en e-post med en vedlagt fil **2**.



2 Og ganske riktig: Søkeresultatet tar oss til en bildefil der ordet **Berghotel** **3** inngår.

LESERTIPS

Har du et tips, kan du sende det til tips@komputer.no. Kommer tipset ditt i bladet, får du en premie. For dette tipset var premien en USB-C-lader fra Sandberg.

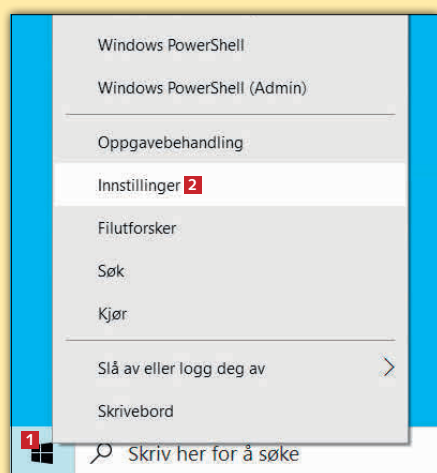


Søk overalt på maskinen

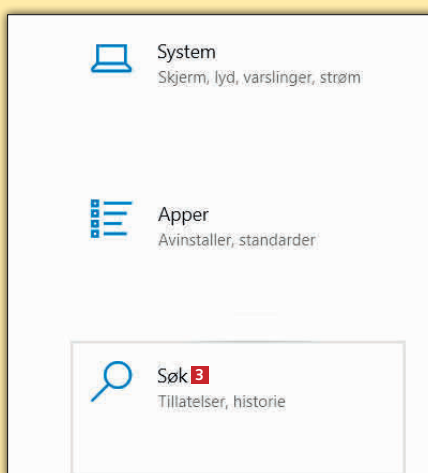


I Windows 10 har jeg valgt "Utvidet søk", som burde bety at alle filer på maskinen indekseres. Likevel har jeg oppdaget at noen filer (for eksempel fra mappen ProgramData) ikke vises i søkeresultatene. Hva kan jeg gjøre med det?

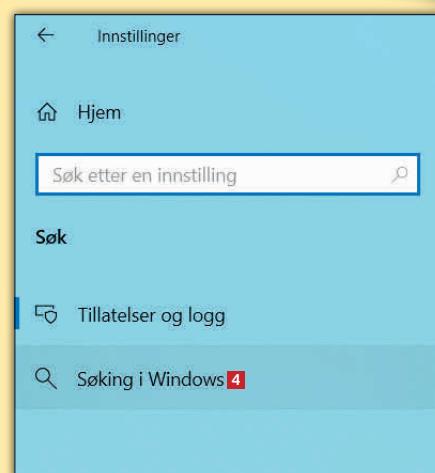
SVAR Windows utelater faktisk enkelte mapper i det utvidede søket. Vi viser hvordan du likevel kan sette opp Windows til å søke i alle mapper du måtte ønske.



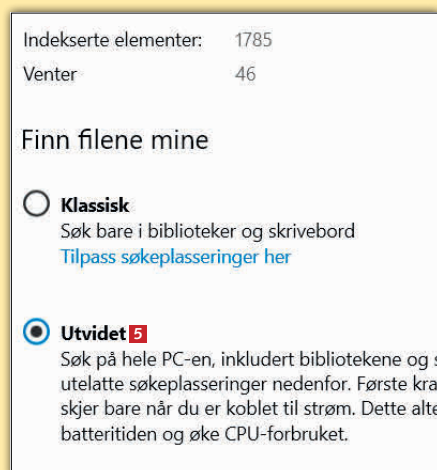
1 Høyreklikk på startknappen **1**, og velg **Innstillinger** **2**.



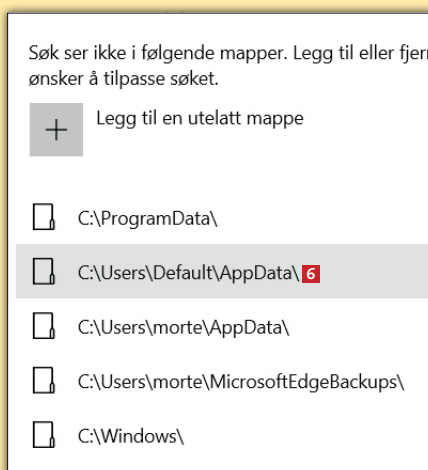
2 Deretter velger du kategorien **Søk** **3**.



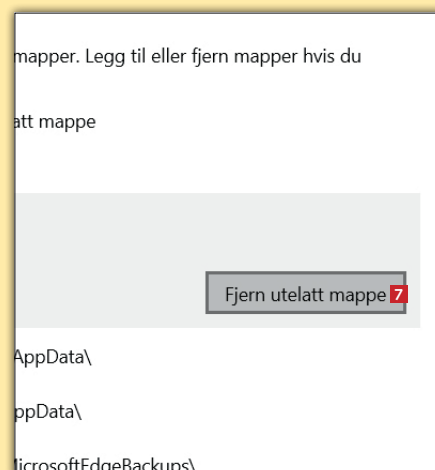
3 Til venstre velger du nå **Søking i Windows** **4**.



4 Klikk på feltet **Utvidet** **5**, slik at det markeres som vist her.



5 Bla nedover, og klikk på en mappe **6** som Windows har valgt bort, men som du ønsker å indekseres.

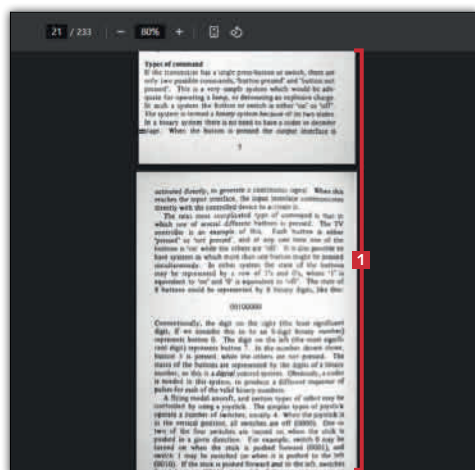


6 Til slutt klikker du på **Fjern utelatt mappe** **7**. Heretter kan du søke etter filer i mappen.

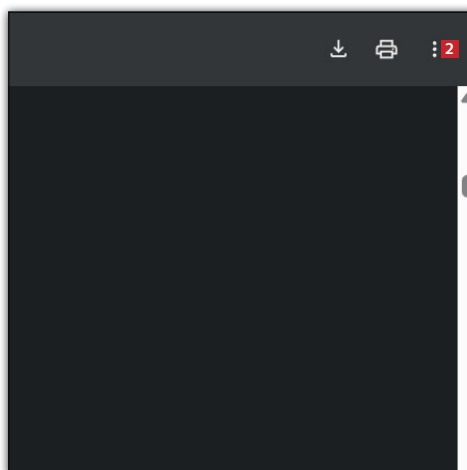
Hvordan ser jeg begge sider av en pdf?

Etter å ha lastet ned en pdf-veiledning fra nettet og åpnet den i Chrome, vises sidene enkeltvis under hverandre, ikke side om side som oppslaget i et blad. Kan dette endres?

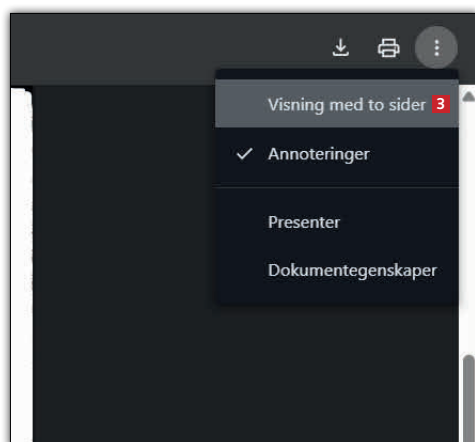
SVAR Ja, og det kan du faktisk gjøre i Chrome. Det er nemlig nettleseren som avgjør hvordan pdf-er vises. Her ser du hvordan innstillingen endres.



1 Som du ser **1**, blir denne pdf-en i utgangspunktet vist med én side om gangen i Chrome.



2 For å endre dette må du klikke på de tre prikkene **2** i hjørnet øverst til høyre.



3 Klikk på **Visning med to sider** **3** i menyen som åpnes.



4 Nå vises sidene i dokumentet **4** side om side.

2 RASKE

I blad 9/2025 beskrev dere hvordan man oppdaterer en Windows 11-pc fra versjon 22h2 til 23h2. Dere leverte også et program som hjalp meg med det. Men nå sitter jeg fast i 23h2 og får ikke oppdatert til 24h2. Finnes det et annet program som kan løse problemet?

SVAR Programmet til å oppdatere fra 22h2 til 23h2 var en nødløsning fra Microsofts side, fordi mange Windows-brukere hadde problemer med nettopp den oppdateringen. Det finnes ikke tilsvarende store problemer med oppdateringen til 24h2, og derfor finnes det dessverre heller ikke noe spesialprogram. Du kan likevel prøve med oppdateringsassistenten til Windows 11. Det kan hjelpe hvis ikke Windows Update klarer oppgaven. Den ligger på komputer.no/2514

Når dere anbefaler Hasleo Backup Suite til å administrere harddiskene, er det fordi det er bedre enn Disk Genius?

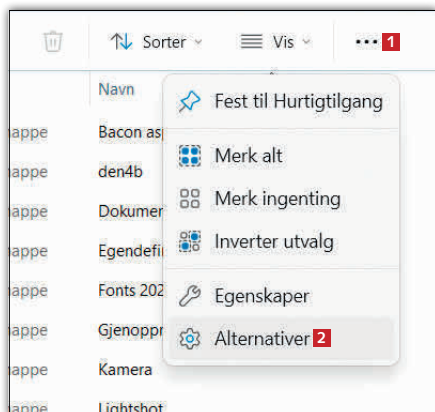
SVAR Disk Genius og Hasleo utfyller hverandre på en god måte. Bruk Hasleo til å sikkerhetskopiere harddisken, og Disk Genius til å administrere partisjoner og disker. Begge programmene ligger på: komputer.no/2514



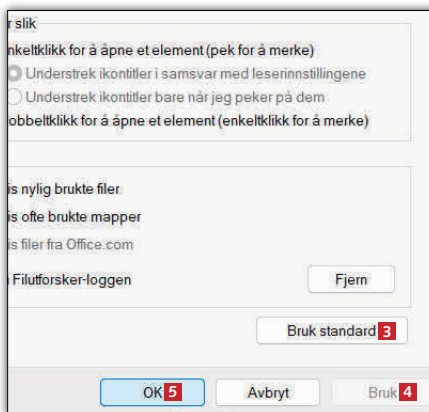
Hvor er galleriet?

I blad 6/2025 forklarte dere hvordan man kan bruke galleriverktøyet i Filutforsker til å få vist en tidslinje med alle bildene på maskinen. Men hvorfor finner jeg ikke galleriet i Windows 11?

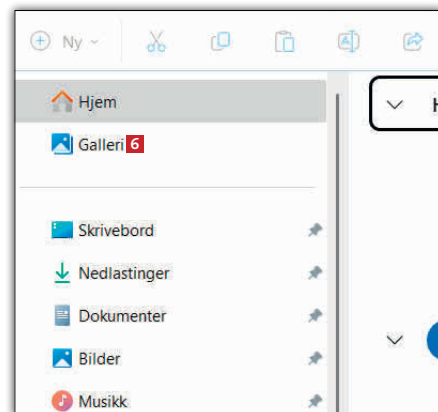
SVAR Galleri er en fast del av Windows 11, så vi antar at noe har gått galt i innstillingene for Filutforsker på maskinen din. Derfor foreslår vi at du tilbakestiller mappeinnstillingene for å få Galleri til å virke igjen.



1 Klikk på de tre prikkene øverst **1** i Filutforsker. Deretter velger du **Innstillinger** **2**.



2 Så trykker du på knappen **Bruk standard** **3** fulgt av **Bruk** **4** og til slutt **OK** **5**.



3 Dermed bør bildesamlingen igjen ligge som punktet **Galleri** **6** i panelet til venstre i Filutforsker.

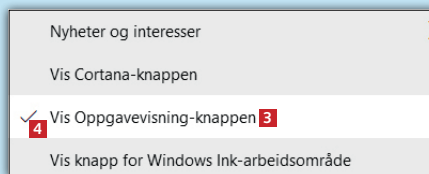
Slik ble jeg kvitt Oppgavevisning i Windows 10

Det er neppe mange som bruker verktøyet Oppgavevisning, og nå har jeg funnet ut hvordan man kan fjerne ikonet til verktøyet i Windows 10. Dermed har jeg mer plass på oppgavelinjen.

Vennlig hilsen
Jon-Olav Stensholt



1 Her ses ikonet **1** for Oppgavevisning, som vi vil fjerne. Høyreklikk et tomt sted på oppgavelinjen **2**.



2 Klikk på **Vis Oppgavevisning-knappen** **3**, slik at haken **4** blir borte.

REDAKTØRENS KOMMENTAR

Takk for tips. Det stemmer at Oppgavevisning – altså en oversikt over de siste aktivitetene i Windows – ikke har vært noen suksess. Og da kan man jo like godt bruke plassen på oppgavelinjen til noe mer matnyttig.



3 Dermed forsvinner ikonet **5** fra oppgavelinjen, og plassen kan brukes til andre ikoner.

LESERTIPS

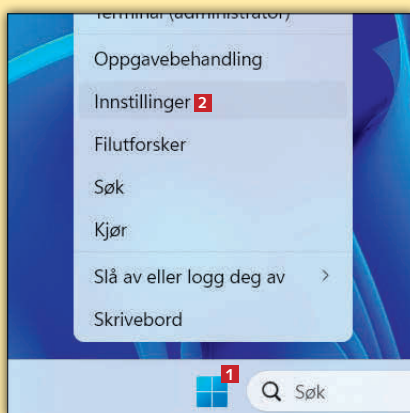
Har du et tips, kan du sende det til tips@komputer.no
Kommer tipset ditt i bladet, får du en premie.
For dette tipset var premien talltastaturet Sandberg Bluetooth Numeric Keypad.



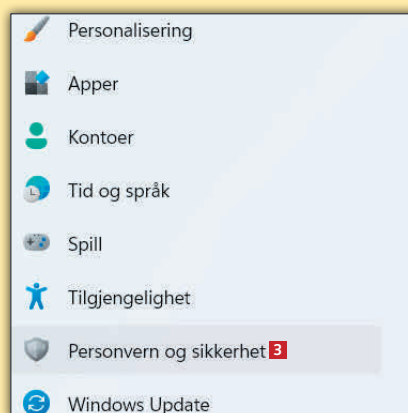
Edge blokkerer nedlasting av programmer

Omsider har jeg fått kjøpt meg en pc med Windows 11, men starten lover ikke godt: Jeg får nemlig ikke lov til å laste ned ufarlige programmer fra hjemmesiden deres. I Edge dukker det opp følgende varsel: "Microsoft Defender SmartScreen kan ikke bekrefte at filen er sikker". Men jeg er jo sikker på at filen er ufarlig, så hva gjør jeg nå?

SVAR SmartScreen er et sikkerhetsverktøy i Microsoft Edge som beskytter deg og maskinen mot usikre nettsider og skadelige filer. Det analyserer programmer du laster ned fra nettet og sjekker om de har et dårlig omdømme. SmartScreen kan imidlertid ta feil, og det har nok skjedd også i ditt tilfelle. Du kan imidlertid trygt slå av SmartScreen når du laster ned programmer fra nettsiden vår. Vi har nemlig sjekket dem grundig for deg. Her viser vi hvordan du deaktiverer SmartScreen, slik at ikke Edge advarer mot programmer du stoler på.



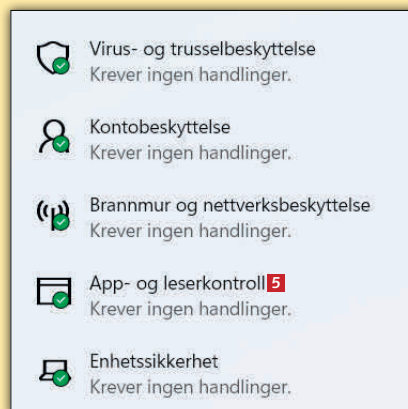
1 Først høyreklikker du på startknappen i Windows **1** og velger **Innstillinger** **2**.



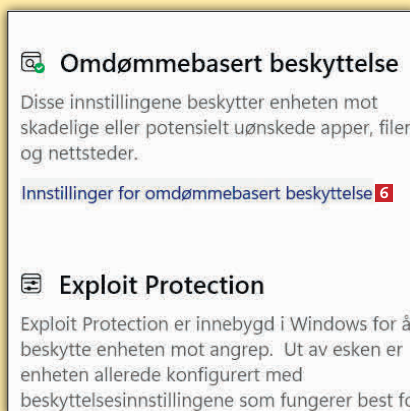
2 Klikk på kategorien **Personvern og sikkerhet** **3**.



3 I dette vinduet velger du **Windows Sikkerhet** **4**.



4 Klikk deretter på feltet **App- og leserkontroll** **5**.



5 Under **Omdømmebasert beskyttelse** klikker du på **Innstillinger for omdømmebasert beskyttelse** **6**.

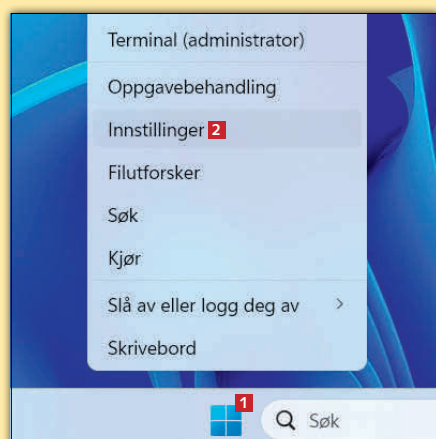
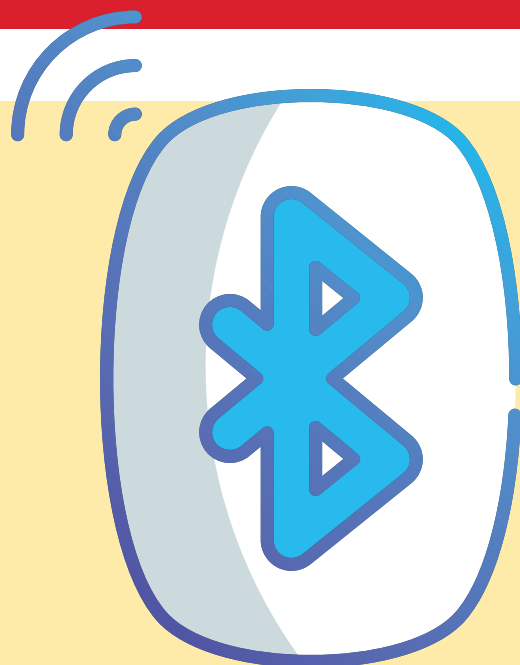


6 Klikk på skyveknappen under **SmartScreen for Microsoft Edge** **7**, slik at den er **Av** **8**. Du kan eventuelt slå den på igjen hvis du laster ned programmer fra andre hjemmesider.

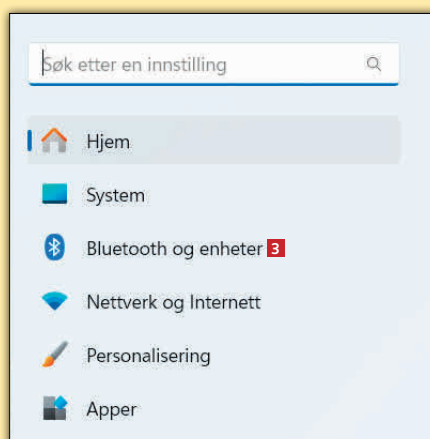
Bluetooth-ikonet som forsvant

På et eller annet vis har jeg klart å fjerne Bluetooth-ikonet i oppgavelinjen på Windows 11-maskinen. Hvordan får jeg det tilbake?

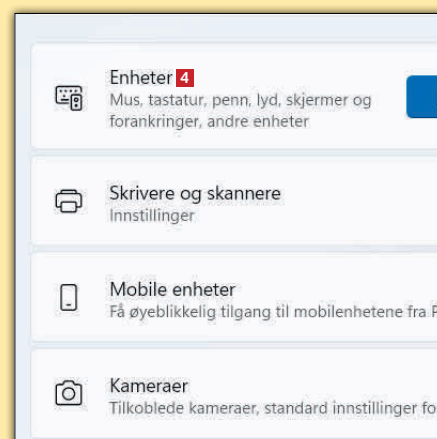
SVAR Det gjør du ved ganske enkelt å åpne Windows-innstillingene. Der kan du lett slå Bluetooth på og av etter behov.



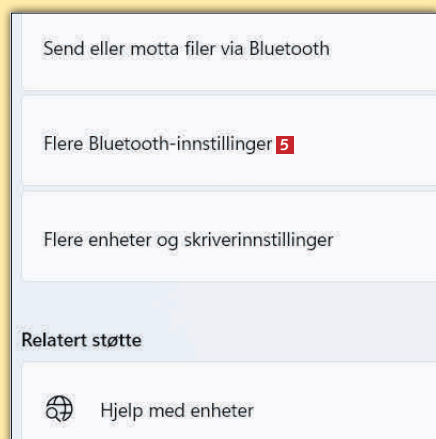
1 Høyreklikk på startknappen **1**, og klikk på **Innstillinger** **2**.



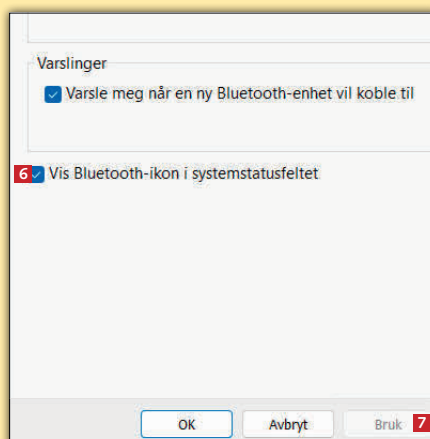
2 Deretter klikker du på **Bluetooth og enheter** **3** i menyen.



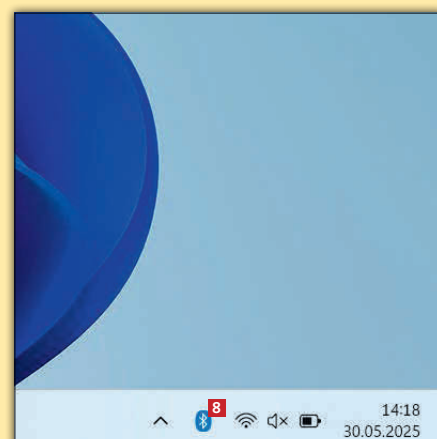
3 I neste vindu klikker du på **Enheter** **4**.



4 Bla nedover og klikk på **Flere Bluetooth-innstillinger** **5**.



5 Sørg for å sette hake ved **Vis Bluetooth-ikon i systemstatusfeltet** **6**. Til slutt klikker du på **Bruk** **7**.



6 Nå vises igjen Bluetooth-ikonet **8** i systemstatusfeltet.

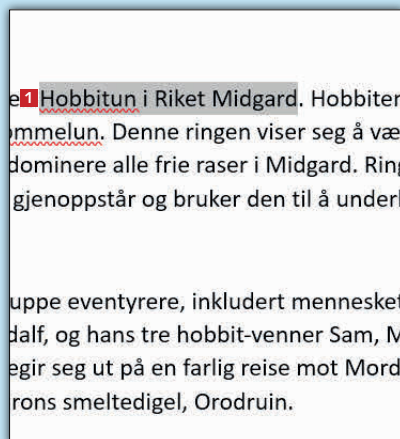
Slik kobler jeg internt i et Word-dokument

Nå har jeg oppdaget at man kan legge til interne bokmerker i et Word-dokument! Deretter kan man opprette lenker til bokmerkene og på den måten bevege seg rundt i store dokumenter.

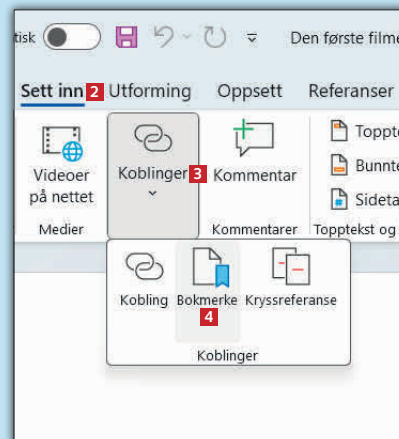
Vennlig hilsen
Morten Lauritsen

REDAKTØRENS KOMMENTAR

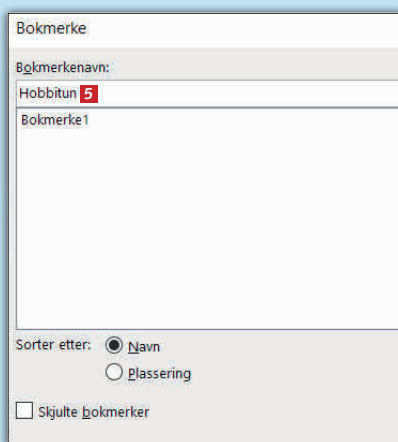
Takk for et svært nyttig tips! Legg merke til at man følger de opprettede koblingene ved å klikke på dem samtidig som man holder Ctrl-tasten nede. Her viser vi hvordan du oppretter bokmerker og konverterer dem til lenker.



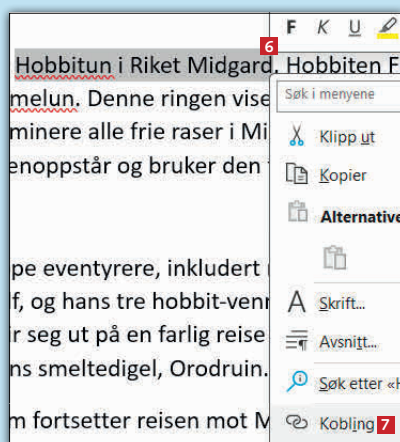
1 Marker først teksten **1** som bokmerket skal føre til.



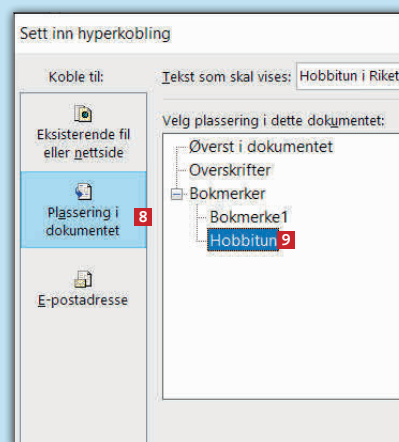
2 Velg **Sett inn** **2** fulgt av **Koblinger** **3** og deretter **Bokmerke** **4**.



3 Gi bokmerket et navn **5**, og klikk på **Legg til** nederst.



4 Høyreklikk deretter på den teksten **6** i dokumentet du vil koble fra, og velg **Kobling** **7**.



5 Velg **Plasering i dokumentet** **8**. Velg bokmerket **9** og klikk på **OK**. Koblingen settes inn.

LESERTIPS

Har du et tips, kan du sende det til tips@komputer.no
Kommer tipset ditt i bladet, får du en premie.
For dette tipset var premien en Sandberg Motion Tracking Phone Mount.

