

iPhone/iPad如何更新到最新版本？首次使用不知道要如何更新iOS 14，甚至在更新前也可能会碰见无法更新情况，像是iOS更新卡住、更新失败、更新不了等情况，下面我们看一下iOS更新教学，iPhone/iPad无法更新解决办法。

## iOS更新前环境准备

在更新iPhone、iPad 或iPod touch 设备到最新版本iOS、iPadOS 之前，建议先确定底下几点：

- 1.需要连上Wi-Fi、5G 行动网路、Android 个人热点（无法用iPhone个人热点）
- 2.装置电力要50% 以上（建议升级边充电）
- 3.关闭iPhone 个人热点功能
- 4.使用「iCloud备份」或「电脑iTunes/Finder备份」装置资料

## 如何更新iOS 14 或iPadOS 14？

想要替iPhone或iPad设备更新iOS14 / iPadOS14 系统，透过底下步骤操作（iPad操作方式相同）：

- 1.设备上打开「设定」，点选「一般」然后点击「软件更新」。



## iOS更新失败和常见问题总整理？

目前iPhone 和iPad 更新失败，常见错误有「iOS更新卡住、无法更新、更新失败、更新不了」等情况，关于这些问题都可以透过底下QA 总整理了解：

1. 更新iOS更新时间要花多久？

通常iOS会根据不同iPhone/iPad机型、更新档案大小有不同时间，通常iOS更新档下载时间，也会依照网路速度有不同，下载时间约10~40分钟，至于系统真正更新时间大约在15~25分钟，总更新花费时间约35分钟到1小时左右，曾遇见有些异常情况会延长到3~4小时也有。

2. iPhone软体更新卡在「立即安装」灰色文字？

常见iPhone更新时，会显示灰色无法点选立即安装状态，表示设备电量不足低于50%，先充饱电再就可以正常更新。

3. iOS更新显示「已送出更新要求」没办法点选？

表示目前使用的是iPhone个人热点进行更新，请改用Wi-Fi或Android个人热点更新来解决。

4. iOS更新出现「无法检查更新项目」检查软件更新项目发生错误？

请勿使用4G行动网路或iPhone热点更新，解决办法就是用WiFi或其他网路再次更新装置，要是还是会看见错误讯息，建议改用其他网路更新装置，或改用电脑iTunes更新。

5. 更新时出现「无法检查更新项目」软件更新需要网路连线？

表示网路有问题，先确定WiFi网路环境是否正常，再次尝试更新一次，还是会看见错误讯息，建议改用其他网路更新装置，或改用电脑iTunes更新。

6. 更新时无法点选「下载并安装」？

如果在软体更新页面中，出现「下载并安装」灰色文字状态，导致无法点选，那表示尚未连上Wi-Fi网路或连上iPhone个人热点，建议关闭热点改用Wi-Fi再次更新，就会显示蓝色「下载并安装」。

7. iPhone下载iOS更新超久、卡住不动，卡在「下载中」？

表示目前使用的网路速度太慢，请继续等待或是找比较快的Wi-Fi环境下载更新，也可以直接改用电脑iTunes更新会更快。

8. iPhone更新卡住停在苹果画面怎么办？

持续等待不要有任何操作，这是安装更新进度状态，更新时间会取决更新项目大小、装置上的档案数量，就会让更新或升级iOS、iPadOS时间完全不同，如果设备内比较旧或是装置有大量档案，就会花费数分钟到一小时才可完成。

9. 无法正常更新iPhone、更新卡住或卡很久？

若是以上有些问题都无法解决更新，建议透过底下操作移除更新后再重新下载，或改用电脑iTunes更新。

如何移除iOS更新后再重新下载

要是造成卡住、卡很久或不明的iOS更新错误，也可以尝试删除更新和重新下载iOS / iPadOS 更新档案，多少也能够解决更新iPhone过程错误：

移除iOS / iPadOS

更新位置：到「设定」>「一般」>「iPhone储存空间」内，点选「iOS xx.xx」更新，最后点击「删除更新」。

## 更新iOS / iPadOS

位置：到「设定」>「一般」>「软件更新」，再次下载最新更新。