



Mac Khoẻ

Phiên bản 0.9.4 · Hướng dẫn cài đặt & sử dụng

Theo dõi sức khoẻ, dọn dẹp và chăm sóc chiếc Mac của bạn.

1. Cài đặt

- 1 Bấm đúp file **MacKhoẻ-0.9.4.dmg** vừa tải về. Cửa sổ cài đặt hiện ra như hình dưới.
- 2 **Kéo biểu tượng Mac Khoẻ (bên trái) thả vào thư mục Applications (bên phải)**, theo mũi tên xanh.
- 3 Chờ sao chép xong, đóng cửa sổ và bấm nút ▲ cạnh “Mac Khoẻ 0.9.4” trong Finder để tháo đĩa cài đặt.
- 4 Mở **Launchpad** hoặc thư mục **Ứng dụng (Applications)** và bấm vào **Mac Khoẻ**. Lần mở đầu tiên xem trang 2.



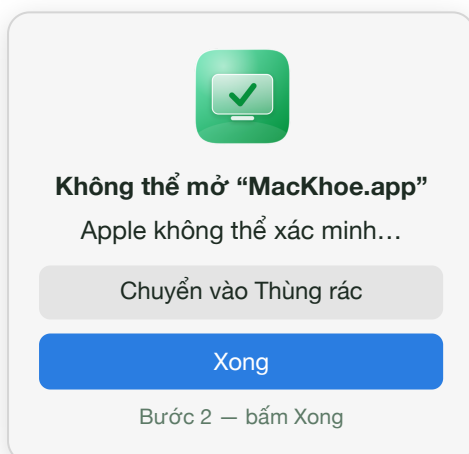
Cửa sổ cài đặt: kéo Mac Khoẻ vào Applications.

Luôn mở app từ thư mục **Applications**, không mở trực tiếp trong cửa sổ đĩa cài đặt hay thư mục Tải về.

2. Mở lần đầu (macOS 15 Sequoia, macOS 26 Tahoe)

Mac Khoẻ được HuyStore phát hành trực tiếp, không qua App Store, nên lần đầu macOS sẽ hỏi lại. Chỉ cần làm **một lần**:

- 1 Bấm vào Mac Khoẻ trong Applications. Nếu thấy hộp thoại có nút **Mở** → bấm **Mở** là xong.
- 2 Nếu hộp thoại chỉ có **Xong** / **Chuyển vào Thùng rác**: bấm **Xong** (đừng chọn Thùng rác).
- 3 Mở **Cài đặt hệ thống** › **Quyền riêng tư & Bảo mật**, kéo xuống mục **Bảo mật**. Thấy dòng “MacKhoẻ.app đã bị chặn...” → bấm **Vẫn mở**.
- 4 Nhập **mật khẩu máy** (hoặc Touch ID). Một hộp thoại hỏi lần cuối hiện ra → bấm **Vẫn mở** / **Mở**.
- 5 Cửa sổ Mac Khoẻ hiện ra. Từ lần sau chỉ cần bấm vào app như bình thường.



Nếu vẫn không mở được

Mở **Terminal** (Launchpad › Khác › Terminal), dán lệnh sau rồi nhấn Return, sau đó mở lại app:

```
xattr -dr com.apple.quarantine /Applications/MacKhoẻ.app
```

Vẫn chưa được? Gửi cho HuyStore file nhật ký khởi động: trong Finder chọn **Đi › Đi tới thư mục...** (⇧⌘G), dán **~/Library/Logs/MacKhoẻ** rồi gửi file **launch.log** qua Zalo 0862 838 663.

3. Sử dụng

Tổng quan sức khỏe

Pin (dung lượng thật, số lần sạc), SSD, nhiệt độ, CPU/RAM — kèm lời khuyên dễ hiểu.

Dọn máy

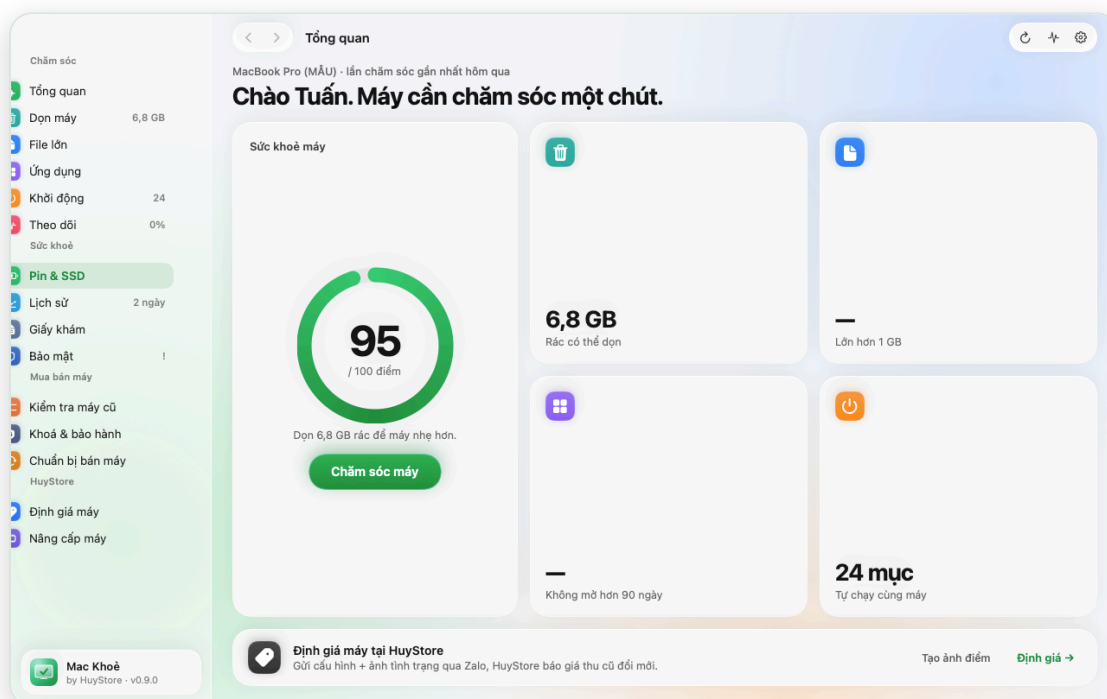
Quét bộ nhớ đệm, file lớn, file trùng, gỡ app sạch. Mọi thứ đưa vào Thùng rác, khôi phục được.

Theo dõi trên thanh menu

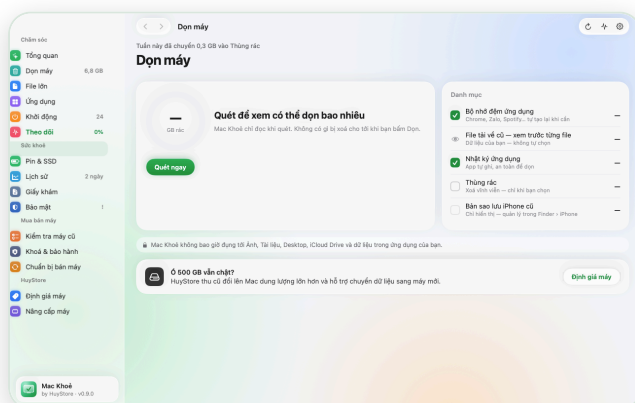
Biểu tượng trên thanh menu hiện CPU / nhiệt độ; đóng cửa sổ app vẫn theo dõi. Bấm biểu tượng > Mở Mac Khỏe để mở lại.

Kiểm tra máy cũ & báo cáo

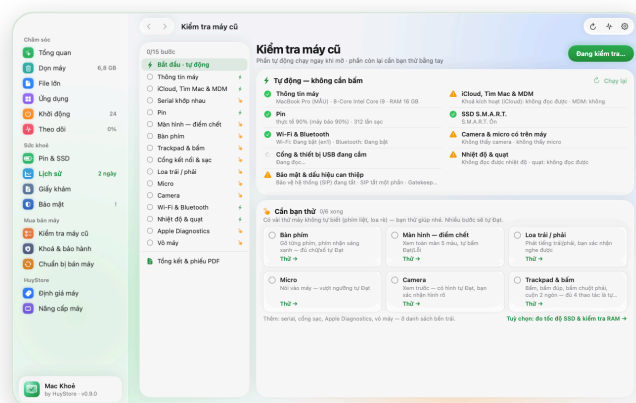
Kiểm tra máy trước khi mua/bán, xuất Giấy khám sức khỏe (PDF/ảnh) để chia sẻ.



Tổng quan: điểm sức khỏe, pin, SSD, bộ nhớ và việc nên làm.



Dọn máy: quét file rác, file lớn, file trùng — chọn rồi mới dọn.



Kiểm tra máy cũ: từng bước bàn phím, màn hình, camera, loa...

4. Câu hỏi thường gặp

Bấm vào app mà không thấy gì?

Làm lại bước “Mở lần đầu” ở trang 2. Kiểm tra Dock: nếu có biểu tượng Mac Khoẻ, bấm vào nó để hiện cửa sổ. Vẫn không được → dùng lệnh Terminal ở trang 2 và gửi file launch.log cho HuyStore.

macOS nào dùng được?

macOS 13 Ventura trở lên, cả Mac chip Apple (M1–M4...) và Mac Intel.

Đóng cửa sổ nhưng app vẫn chạy?

Đúng — Mac Khoẻ ở lại trên thanh menu để theo dõi. Muốn thoát hẳn: biểu tượng trên thanh menu › Thoát, hoặc ⌘Q khi cửa sổ đang mở.

Dọn máy có xóa mất file không?

Không xóa vĩnh viễn: file được đưa vào Thùng rác và chỉ những mục bạn chọn.

Camera / micro không lên?

Cài đặt hệ thống › Quyền riêng tư & Bảo mật › Camera (hoặc Micro) › bật Mac Khoẻ.

Gỡ app thế nào?

Thoát app, rồi kéo Mac Khoẻ trong Applications vào Thùng rác.

English — quick guide

Install: open **MacKhoe-0.9.4.dmg** and drag Mac Khoẻ onto the Applications folder. **First launch:** open the app from Applications; if macOS says it cannot verify the app, click **Done**, then go to **System Settings › Privacy & Security**, click **Open Anyway** and enter your password. If it still does not open, run in Terminal:

```
xattr -dr com.apple.quarantine /Applications/MacKhoe.app
```

Startup log for support: `~/Library/Logs/MacKhoe/launch.log`.

Cần hỗ trợ? Nhắn Zalo HuyStore

0862 838 663

huytao.com