海外 AI 账号全链路保姆级攻略 · 独立专题分册（专题 01）

纯净网络基建、IP 获取与客户端配置

解决节点不干净、不会配 Clash Verge / 小火箭、iOS 共享账号怕锁机、分流泄露真实 IP 等全部网络问题。

适用场景：卡在买节点、装代理软件、开 TUN 全局或区分美区/港台节点的朋友　　已含前后联动要点 · 可单独阅读

本环节与前后步骤的联动要点（必看，避免孤立操作翻车）

- **联动「专题 02 · 环境体检」**：开完 **TUN 模式 + 全局代理** 后，务必用彻底初始化的干净 Chrome 打开 https://who.1ms.dog/zh-cn/，核对出口一致、无 DNS/WebRTC 泄露及系统时区对齐。
- **联动「专题 03 · 自建账号」**：注册 Google 前后必须打开 https://policies.google.com/terms 检查底部「国家/地区版本」是否为美国或日本；若不对，立刻回到本分册检查 TUN + 全局与节点纯净度！
- **联动「专题 04 · 币安买币充值」**：电脑锁死美/日纯净 IP 专供 Google 与 AI；**币安严禁美区 IP，必须用手机/iPad 挂港台节点（如 SakuraCat）物理隔离操作**！

1.1 纯净海外节点获取渠道（按预算与动手能力分级）

方案 A：高质量美西纯净节点

新手首选 · 作者自用

作者本人自用的美西纯净节点来自抖音号 `MengMengYu888888`（昵称：**萌萌鱼**）。

- **核心优势**：稳定、高速、**IP 极度纯净（家庭住宅 ISP 级别）**，导入客户端即可直接起飞，省去折腾服务器的时间。
- **价格说明**：近期可能略有涨价，但相比反复封号重来的时间成本，非常值得。



方案 B：高性价比平替 / 低价 VPS

¥20~30/月 · 进阶可选

如果觉得成品纯净节点价格偏高，也可以自己选购高性价比的日/美 VPS 搭建独享节点：

- **全球低价 VPS 监控汇总**：https://vpsding.com/
- **作者实测用过的便宜商家**：
  · https://yunyoo.cc/
  · https://bagevm.com/
- **参考费用**：日本 / 美国节点通常 **20~30 元/月** 即可拿下一台独享 VPS。

※ 提示：低价商家买到的是裸机 VPS，机房 IP 纯净度一般不如家庭住宅 ISP；不会写节点配置也没关系，把连接参数丢给 **豆包** 等 AI 帮你生成配置文件直接导入即可。

1.2 代理客户端选型与 iOS 共享账号防锁机须知

Windows 电脑端：Clash Verge

主力工作端

下载安装 **Clash Verge**（Clash Verge Rev）。拿到节点订阅或 VPS 信息后，如果不会手写 YAML 配置，直接把服务器信息发给任意 AI（**豆包就可以**）说："帮我生成一份 Clash Verge 可直接导入的配置文件"，复制保存导入即可。

iOS 手机/iPad 端：Shadowrocket

小火箭 · 需外区 ID 下载

国区 App Store 搜不到小火箭，需要使用海外 Apple ID 下载（作者可提供共享账号，但务必严格按下方 **4 步防锁机图解** 操作，**切勿退出自己的 iCloud！**）。

iOS 共享 Apple ID 下载 Shadowrocket 安全操作图解（防锁机必看！）

严禁退出 iCloud

① 找对唯一安全入口

打开 iPhone「设置」→ 点最上方**你的头像/名字**，向下找到：

✓ 媒体与购买项目

~~✗ 页面最底部的"退出登录"~~

绝不能点最底部的整机退出！

② 仅退出商店账号

点击「媒体与购买项目」→ 在弹出菜单中点红色**「退出登录」**，仅退出你自己的商店账号。

你的照片、通讯录、iCloud 备份均不受任何影响。

③ 登录且不开启双重认证

再次点「媒体与购买项目」登录共享账号。若弹出「Apple ID 安全」提示，**务必依次点：**

「其他选项」→「不升级 / 不开启」

绝不绑定自己手机号！

④ 下完立刻退回自己号

去 App Store 搜索下载 **Shadowrocket**。下载完成后，立刻回到「媒体与购买项目」**退出共享号，登回自己的账号**！

1.3 币安专用港台节点（SakuraCat）与「TUN + 全局」防泄露铁律

⚠️ **币安严禁美区 IP！请用手机/iPad 挂港台节点独立操作**

- **严禁美区 IP**：下载和使用币安（Binance）时**绝对不能用美区节点**，必须切换**香港或台湾节点。**
- **宝宝级平价备选 — SakuraCat（樱花猫）**：如果你手头没有港台节点，可以用老牌平价机场 **SakuraCat（樱花猫）**。它支持多平台、节点覆盖港台等热门地区、价格非常便宜且有按需流量包；如果只是为了偶尔上币安买 USDT，大概率不需要多充值、按需使用即可。**但切记：它的 IP 不干净，只能在币安这类对 IP 纯净度要求低的场景临时用，严禁拿它去登录 Google、Gemini 或 Claude！**
- **物理隔离最佳实践**：当电脑已经配好美/日纯净 IP 后，**币安与买币操作请直接在自己的手机或 iPad 上挂港台节点完成**，不要在电脑上来回切换节点！

🚨 **小白最高级防泄露铁律：不懂规则分流，一定！！一定！！开「TUN 模式 + 全局代理」**

- **纯小白方案（强烈推荐）**：如果你不懂代理规则分流，请老老实实在 Clash Verge 中打开 **「TUN 模式（虚拟网卡）」+「全局代理（Global）」**，然后把微信、国内视频、国内网页等日常软件放到**其他设备（手机/平板）**上使用。
- **进阶用户方案**：如果你稍微懂一点网络，可以和 AI 交互让它教你编写分流规则——但底线是**绝对要防止 Google、Gemini、Claude 等所有 AI 网站直连你的国内真实 IP 地址**！只要拿不准，无脑开 **TUN + 全局**永远最稳！

1.4 合格纯净 IP 的「满分对照标准」（作者自用节点实测）

配好纯净节点并开启 TUN + 全局后，理想状态应接近下图作者本人的美西自用节点实测表现（IP 已脱敏隐藏）：

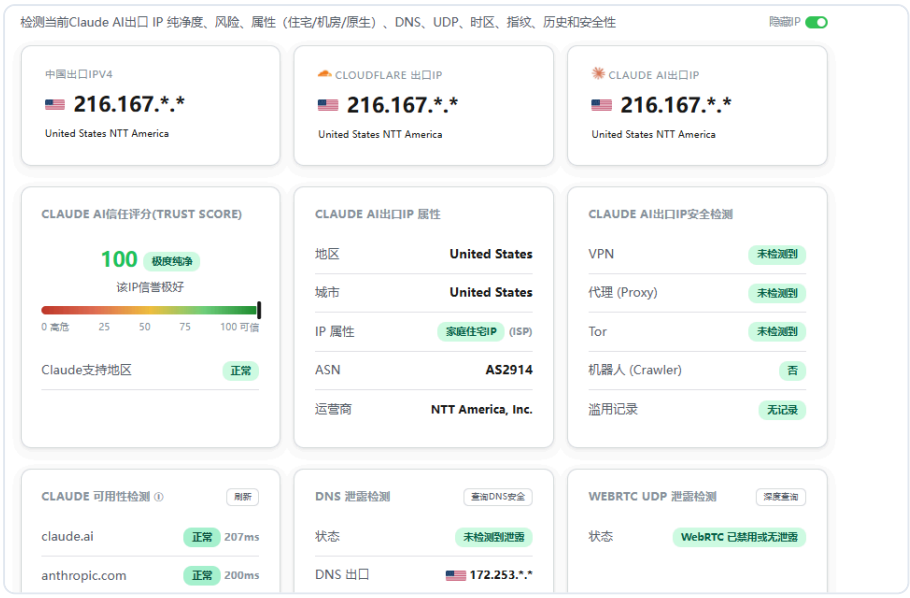

图 1-1：作者自用美西节点实测结果（Trust Score 100 分 · 家庭住宅 ISP · 三出口一致 · 无 DNS/WebRTC 泄露）

✓ 三出口完全一致

中国出口、Cloudflare 出口、Claude AI 出口均为同一美西 IP，无分流错乱。

✓ 100 分家庭住宅 IP

信任评分极高，VPN / 代理 / Tor / 机器人 / 滥用记录全部未检测到。

✓ DNS 与 WebRTC 零泄露

DNS 出口同为美国地址，WebRTC 已禁用或无泄露，延迟稳定正常。

本环节完成后的下一步验收动作

确认 100 分纯净度标准（或稳定可用）且已开启 **TUN + 全局代理** 后，立即进入下一步：用干净 Chrome 打开 who.1ms.dog/zh-cn/ 做环境体检，并用 policies.google.com/terms 验证地区归属无误，再开始注册或订阅！

卡在具体步骤不想折腾？作者 1 对 1 远程指导

单点排障急救 ¥18.8/次（定位报错/修红灯/验证降级） · **0 到 1 全程陪跑 ¥66**（包跑通全链路 + 7 天答疑）

全程本人设备与实名账户操作，不经手任何资金与密码，100% 拥有自己的永久干净号。

微信预约（备注：排障 / 陪跑）

L_JAson477