TikTok 国际版全功能使用手册

（基于 ai SIM 卡/ai eSIM 漫游卡 | iPhone 用户版）

一、 产品简介

你还在为 VPN 不稳、账号被封、IP 被限而烦恼吗？

ai SIM 卡/ai eSIM 漫游卡，搭配稳定的美国原生 IP，助您解锁 TikTok 国际版全功能！

核心优势：

- ✅ 稳定的美国原生 IP
- ✅ 支持 iPhone / Android，即插即用
- ✅ 可用于 TikTok 养号、内容运营、AI 工具使用
- ✅ 不需实名、不限设备、不限地区

二、 环境配置清单（开始前的准备）

在开始操作前，请确保您已准备好并理解以下核心要求：

| 设备 | iPhone XR 及以上机型，建议使用“干净设备”

| 网络 | ai SIM 卡/ai eSIM（全程使用其移动数据）

| 定位 | 关闭手机 GPS 定位服务

| Apple ID | 使用非中国地区账号（美区 Apple ID）

三、 分步配置指南

第一步：设备系统设置

1. 准备工作：

   - 拔除中国 SIM 卡。

   - 插入 ai SIM 卡，或扫描 ai eSIM 进行安装。

   - 确保全程使用移动数据，关闭 Wi-Fi。

2. 隐私与定位：

   - 关闭 GPS 定位（设置 -> 隐私与安全性 -> 定位服务）。

   - 关闭广告追踪（设置 -> 隐私与安全性 -> 跟踪 -> 关闭“允许 App 请求跟踪”）。

3. 系统区域设置：

   - 将手机系统地区设置为与 IP 一致（如美国）。

   - 将语言设置为对应语言（如 English）。

   - 将时区设置为与 IP 地区一致。

第二步：清理历史痕迹

如果设备曾安装或使用过 TikTok 中国版（抖音），请按以下步骤彻底清理：

- 卸载 App：删除设备上的 TikTok/抖音 App。

- 清除浏览器数据：进入「设置」->「Safari 浏览器」->「清除历史记录与网站数据」。

- 重置广告标识符：「设置」->「隐私与安全性」->「跟踪」->点击「重置广告标识符」（IDFA）。

- （可选）彻底重置：如果情况允许，最稳妥的方法是「抹掉所有内容和设置」，将设备恢复出厂设置。

第三步：Apple ID 与 App 下载

- 登录已设置好的美区 Apple ID。
- 进入 App Store，搜索并下载 TikTok（国际版）。

第四步：账号注册与养号

1. 注册账号：
    - 使用 Gmail 或 Outlook 等国际邮箱注册。
    - 切勿使用中国手机号或微信等第三方账号登录。
2. 新手养号流程：
    - 养号期：建议 7-14 天。
    - 每日任务：模拟正常用户行为。
        - 浏览视频 30-60 分钟。
        - 进行点赞、评论、关注等互动操作。
    - 核心纪律：
        - 不发布任何广告或营销内容。
        - 不进行任何引流操作。
        - 绝对不切换 IP 或网络环境，始终保持使用 ai SIM 卡/ai eSIM 的网络。

四、 新手养号流程一览

为您梳理了从开始到运营的完整工作流，请严格按照此顺序执行：

1. 关闭 Wi-Fi / 定位 / 广告追踪
2. 设定系统语言、地区、时区
3. 插入 ai SIM 卡/ai eSIM 卡（使用移动数据）

4. 登录非中国区 Apple ID（已注册好的美区 Apple ID）
5. 下载 TikTok 国际版
6. 使用国际邮箱注册新账号
7. ⭐ 进入 7-14 天养号期 ⭐- 每日模拟互动（浏览、点赞、评论）
8. 账号稳定后，正式开始内容创作与运营

手册结束

请严格遵循本手册步骤，以确保为您营造一个稳定、真实的 TikTok 运营环境。

祝您运营顺利！