美区 Apple ID 申请使用手册

（2026.03.01）

适配 ChatGPT/TikTok/Netflix 等美区专属应用，提供**全新注册**和**中国区 ID 转美区**两种方法，全程需用美洲 **ai SIM 卡/ai eSIM** 的美国原生 IP 网络，是账号稳定不被封的核心前提。

一、全新注册美区 Apple ID（推荐，账号干净风险低）

准备工作

1. 注册 Gmail 邮箱，地区选美国，可用大陆手机号收验证短信；
2. 备用机恢复出厂设置，新机设置语言可选英文/中文，地区选美国；
3. 关闭定位服务、关闭 App 请求跟踪（设置-隐私与安全性）；
4. 安装/插入 ai SIM/ai eSIM，开移动数据、全程关 Wi-Fi，确保美国原生 IP。

创建新的 Apple ID

方法一：全新注册美区 Apple ID（推荐！账号更干净，风险低）

1. 打开“设置”→“邮件”→“账户”→“iCloud”→“创建新 Apple ID”；或者用手机浏览器打开网址：https://appleid.apple.com/account，点击“创建您的 Apple ID”。
2. 填写信息时注意：姓名：可填英文名或中文名拼音；出生日期：必须年满 18 岁；邮箱：输入准备好的 Gmail 邮箱；密码：按要求设置（需包含大小写字母、数字≥8 位，比如“Apple123456”）。
3. 验证账号+关键设置：

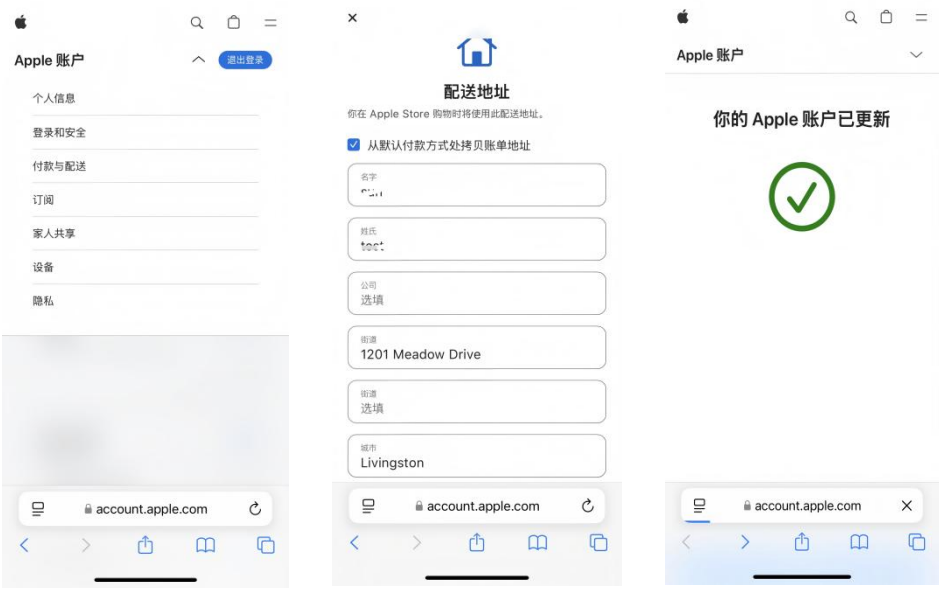
✅ 在手机浏览器中访问：https://account.apple.com，登录刚注册的 Apple ID。

✅ 完成双重认证和邮箱验证码验证。

✅ 在“个人信息”→“国家或地区”→“确认为“美国”；新注册的 Gmail 邮箱在注册时地区选择了“美国”，此时登录后会显示就是“美国”无需修改。

✅ 付款方式：必须选择“无（None）”

✅ 地址填写：打开美国地址生成器，选择“免税州”（推荐 5 个：蒙大拿州、俄勒冈州、阿拉斯加州、特拉华州、新罕布什尔州），生成后把“街道地址、城市、州、邮编、电话”逐一复制粘贴进去；勾选“拷贝账单地址”，点击“更新”。



完成注册，登录更新后的美区 Apple ID，即可在 APP Store 搜索下载美区应用！

方法二：将现有中国区 Apple ID 转为美区（省事，适合不想记新账号用户）

注意：转区后原中国区购买的部分应用可能无法更新/使用。

准备工作

1. 网络：ai SIM 卡/ai eSIM 美国原生 IP，全程移动数据、关 Wi-Fi；
2. 工具：美国地址生成器（同方法一）；
3. 账号：你正在使用的中国区 Apple ID（记得账号密码，能登录即可）。

操作步骤

1. 设备环境设置（和方法一完全一样，照做）。插入 ai SIM 卡或安装 ai eSIM（美国原生 IP），关闭 Wi-Fi，全程使用 ai SIM 卡/eSIM 移动数据；系统语言设为 English（US），地区设为美国，时区设为美国时区；关闭定位服务和广告追踪。
2. 更改地区：用浏览器打开 https://appleid.apple.com，登录你的中国区 Apple ID；进入“账户”→“个人档案”→“国家或地区”，点击“更改国家或地区”，选择“美国”。
3. 填写支付与地址信息：付款方式：选择“无（None）”（手机端操作的话，不勾选任何支付方式即可）；地址用免税州生成信息复制粘贴，确保与 IP 地区匹配；
4. 完成转换：同意服务条款点击更新，退出 App Store 重新登录，即可作为美区 ID 使用。

二、重要提醒与建议（关乎账号安全，一定要看）

地址要求：

优先选上述 5 个免税州，地址需用生成器的真实有效信息，**严禁填中国地址**。

账号安全：

1. 验证：中国大陆手机号完全能用，接收验证码可能有延迟，耐心等 1-2 分钟，不行就换个手机号；用美国虚拟号的话，选正规平台（如 textverified.com），避免用一次性接码号（容易导致账号被封）；
2. 双重认证：开启双重认证，防止账号被盗；
3. 密码安全：不要用和其他平台相同的密码，定期更换（比如 3 个月一次）。

核心注意事项（碰了就容易封号！）

1. 全程使用同一 ai SIM/ai eSIM 网络，不频繁切换国内 Wi-Fi/其他 IP；
2. 无美元国际信用卡（Visa/Mastercard），付款方式一律选无；
3. 转美区后不来回切换中美区；
4. 设备若登过被封美区 ID，先恢复出厂设置再操作。

三、常见问题排查

1. 验证码收不到：检查手机号是否能正常接收短信，或换一个手机号/虚拟号；
2. 登录 App Store 提示“账号受限”：可能是地址填错、网络异常，重新登录 appleid 官网检查地址。

按以上步骤操作，就能顺利获取美区 Apple ID，稳定下载使用 ChatGPT、TikTok 等美区应用啦！

四、协助联络

- **https:www.sim2ai.com**
- **cs@sim2ai.com**
- **weChat：+852 65233008**
- **WhatsApp：+852 65233008**