用 AdsPower 指纹浏览器登录 Gmail 和 Claude

Claude 成品号登录教程

两种用法，能用方式一就只用方式一

方式一 · AdsPower 里用网页版（推荐）：Gmail 和 Claude 都在 AdsPower 的同一个环境里登录，只用网页版 claude.ai。照第 1～5 步做。

方式二 · 桌面端 / Claude Code：先做完方式一，再在电脑上用 Claude 桌面端或 Claude Code。电脑上的梯子必须开全局。见第 6 步。

AdsPower 环境里只能用网页版：桌面端和 Claude Code 是电脑上单独运行的程序，不走 AdsPower 的代理。

交付给你的内容

Gmail 邮箱	登录 Gmail 和 Claude 都用它
Gmail 密码	登录 Gmail 时填
2FA 密钥	一长串字母和数字。Google 要两步验证码时，用它生成 6 位验证码（见第 4 步）
验证码网页（有的话）	打开就是这个 Gmail 当前的 6 位验证码，每 30 秒自动换新，不用装任何 App。没给也能自己用 hypeai.cc/2fa（见第 4 步）
代理（有的话）	一条美国 SOCKS5 代理，格式 `主机:端口:账号:密码`，只在 AdsPower 里用

方式一 · 五步

1. 开梯子（TUN 模式），下载 AdsPower
2. 新建环境，有代理就填上
3. 打开环境
4. 登录 Gmail，能跳过的全部跳过
5. 在同一个窗口登录 Claude

第 1 步 开梯子，下载 AdsPower

1. 人在国内的，**必须先开梯子**，并切到 **TUN 模式**（有的软件叫「增强模式」或「虚拟网卡」）。只开「系统代理」不够，AdsPower 的流量不会走梯子。
2. 到 AdsPower 官网 adspower.net 下载客户端，Windows 和 Mac 都有。**只从官网下载**。

3 安装后用邮箱或手机号**注册并登录**。免费版就够用，不需要买任何套餐。

为什么交付了代理还要开梯子

交付的代理是一条美国 IP 的 SOCKS5，它没有国内线路优化，SOCKS5 本身也不加密，国内电脑直接连它，常见的情况是「检查代理」显示成功，打开 Google 却一直转圈。

所以要**链式代理**：先开梯子，再在 AdsPower 里填代理。流量是 你的电脑 → 梯子 → 交付的美国代理 → Google / Claude，网站看到的是交付代理的美国 IP。

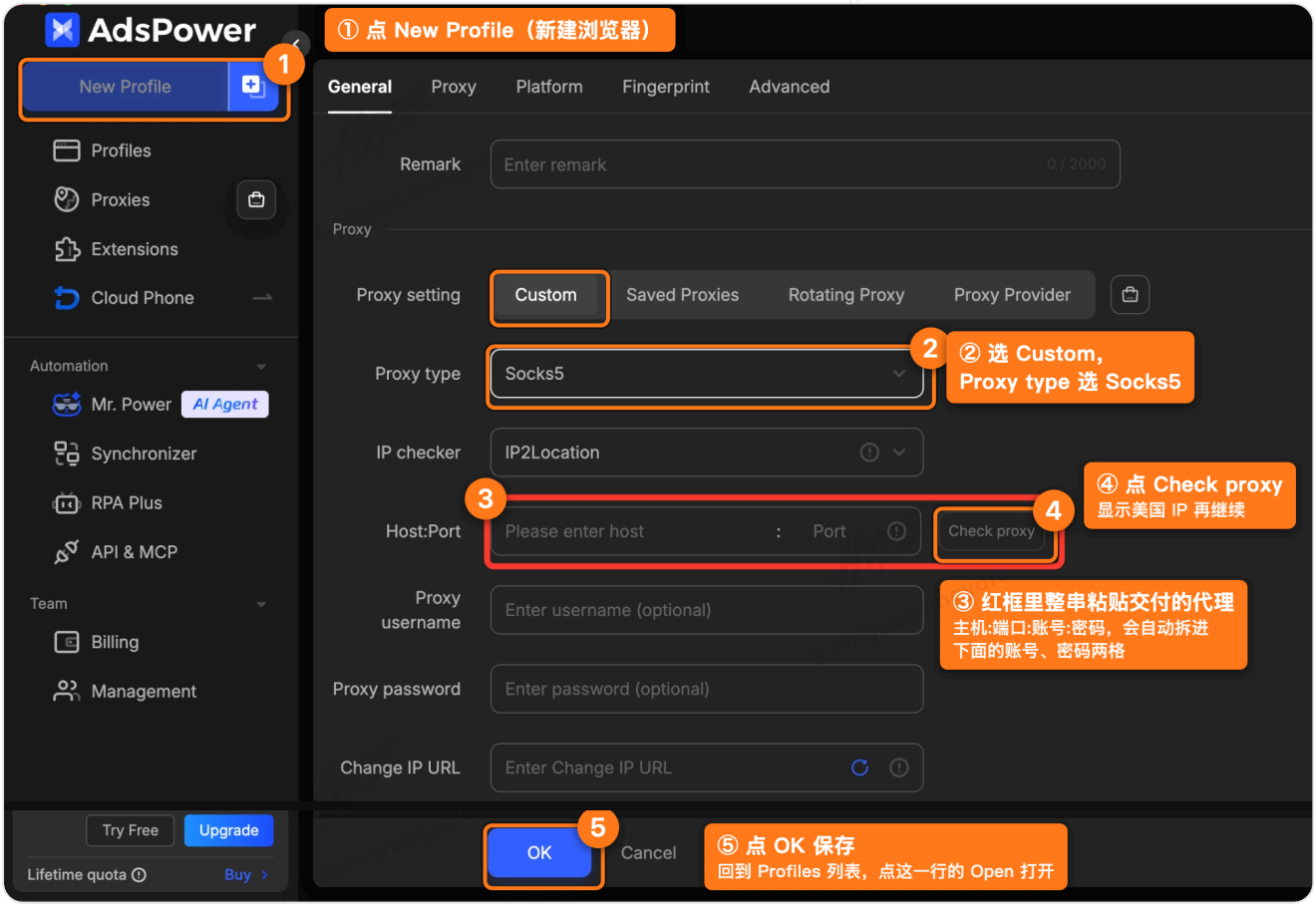
第 2 步 新建环境，有代理就填上

1 左上角点「**New Profile**」（中文界面叫「新建浏览器」）。

2 **交付了代理**：Proxy setting 选「**Custom**」（自定义），Proxy type 选「**Socks5**」，把交付的代理 `主机:端口:账号:密码` 整段粘贴到「**Host:Port**」（代理主机）那一格，就是下图红框。AdsPower 会自动拆开，填好主机、端口、账号、密码。

3 点「**Check proxy**」（检查代理），显示连接成功、IP 在美国，再点「**OK**」（确定）保存。

4 **没有交付代理**：Proxy type 选「**No Proxy(Local network)**」（不使用代理），直接点「OK」。这时网站看到的是梯子的 IP，梯子节点必须选**美国**，用的过程中**不要切换节点**。



按图里 1→5 的顺序点：New Profile → Custom + Socks5 → 红框粘贴代理 → Check proxy → OK

检查代理不通过

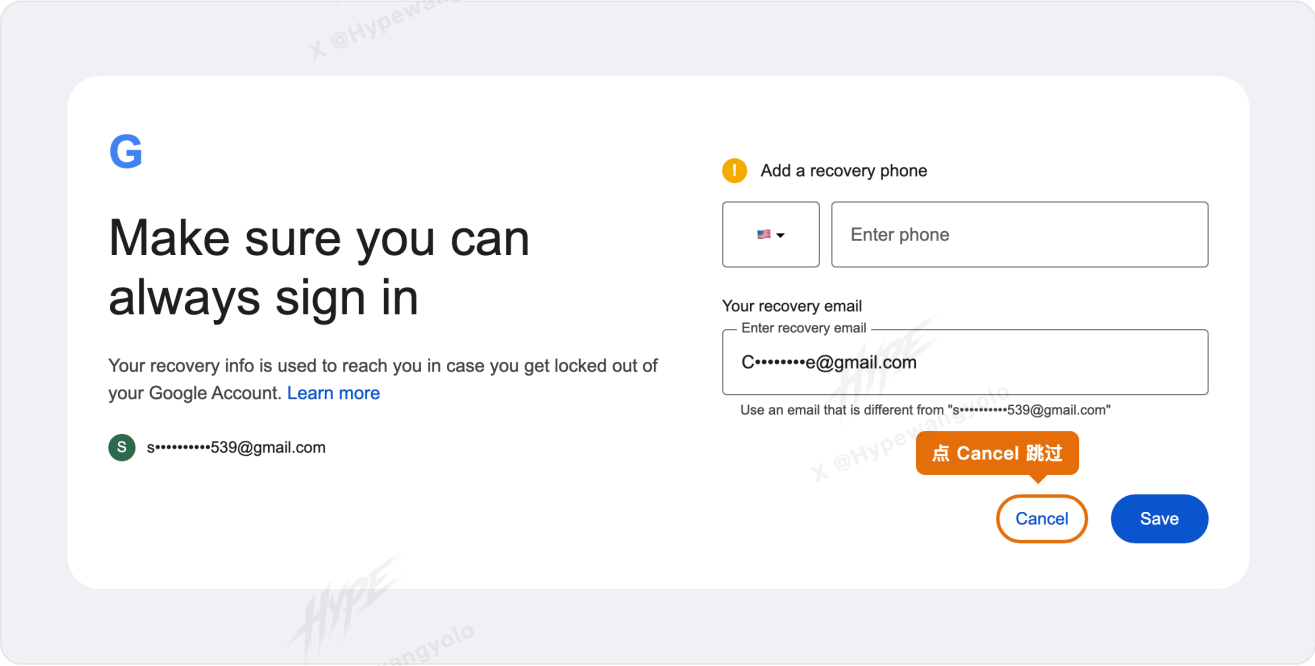
先确认梯子开着、而且是 TUN 模式；梯子是「规则」模式的，切成「全局」再检查一次。还是不通就联系我们。**禁止**换成别的代理。

第 3 步 打开环境

1. 左边点「**Profiles**」（环境列表），在刚建好的这一行点「**Open**」（打开）。
2. 会弹出一个 SunBrowser 浏览器窗口（和 Chrome 一样用），第一页是 AdsPower 的**代理检测页**。IP 显示在美国，再继续。
3. 后面登录 Gmail、登录 Claude，**全部在这个窗口里做**。

第 4 步 登录 Gmail，能跳过的全部跳过

1. 在这个窗口打开 **mail.google.com**，输入 Gmail 邮箱，点「下一步」；再输入 Gmail 密码，点「下一步」。
2. 如果弹出**两步验证**（2-Step Verification）：选用验证器 App 的那一项（Google Authenticator），填当前的 6 位验证码。验证码从哪来，看下面「6 位验证码从哪来」。码快到时间了，就等它换新的再填。
3. 之后再弹出加手机号、接收短信验证码、填住址等页面，**能点 Cancel、Skip、Not now 的全部点掉跳过**，不用填。比如下面这页「添加恢复手机号」，直接点 **Cancel**。
4. 能看到收件箱，Gmail 就登录好了。



「Make sure you can always sign in · Add a recovery phone」：点 Cancel 跳过，不要填手机号

跳不过的验证

没有 Cancel、Skip 可点，必须绑手机号或上传证件才能继续的：**停下，联系我们**。不要自己乱试，也不要反复输错密码。

6 位验证码从哪来（任选一种）

1. **验证码网页（最省事，不用装 App）**：交付了链接的，直接打开；没给链接的，打开 hypeai.cc/2fa，把交付的 2FA 密钥粘贴进去。页面上的 6 位数就是当前验证码，30 秒自动换一次，点「复制验证码」再粘贴进 Google。密钥只在你自己的浏览器里算码，不会上传。
2. **iPhone 自带「密码」App**（iOS 18 及以上）：打开「密码」→「验证码」→ 右下角「+」→「输入设置密钥」，粘贴 2FA 密钥，按提示保存（要选登录项就新建一个：网站填 google.com，用户名填这个 Gmail）。之后「验证码」里这个 Gmail 下面的 6 位数就是。
3. **Microsoft Authenticator**（iPhone、安卓都有，认准开发者是 Microsoft）：点「+」添加帐户 →「其他帐户（Google、Facebook 等）」→「或手动输入代码」，帐户名称填这个 Gmail，密钥粘贴 2FA 密钥，点「完成」。
4. **Mac 电脑自带「密码」App**（macOS 15 及以上）：新建一个登录项（网站 google.com、用户名填这个 Gmail），点「编辑」→「设置验证码」，粘贴 2FA 密钥，点「使用设置密钥」。之后点验证码就能复制。

导入时注意

密钥前后不要多带空格，中间的空格不影响。要选类型就选「**基于时间**」。

手机、电脑时间必须是「**自动设置**」。时间不准，算出来的码会一直提示错误。

Google Authenticator 在国区 App Store 已经搜不到，不用找它，用上面几种即可。

第 5 步 在同一个窗口登录 Claude

1. 在**同一个窗口**新开一个标签页，打开 **claude.ai**。
2. 输入交付的 Gmail 地址，点「**Continue with email**」。
3. 切回 Gmail 标签页，打开 Claude 发来的登录邮件（收件箱没有就看「垃圾邮件」），里面有验证码和登录链接。
4. 把验证码填回登录页；或者把登录链接复制到**这个窗口**的地址栏打开。两种用一种即可。
5. 看到聊天界面就登录好了。请第一时间验货，首次登录后视为交付完成。

第 6 步 方式二：用桌面端或 Claude Code

桌面端和 Claude Code 走的是电脑本身的网络，不经过 AdsPower 的代理，所以网络要靠电脑上的梯子。能用网页版就只用网页版；确实要用，按下面做。

1. 先做完第 1～5 步。Gmail 一直留在 AdsPower 这个环境里，登录时要去那里收验证码。
2. 电脑上的梯子**必须开全局**（TUN 模式），节点选**美国**，用的过程中**不要切换节点**。系统时区、语言和检测网站照《Claude 自行配置环境指南》配好：点这里下载。
3. **Claude 桌面端**：从 claude.ai/download 下载安装。打开后输入这个 Gmail，点「Continue with email」，回 AdsPower 里的 Gmail 收验证码，填进桌面端。
4. **Claude Code**：在终端运行 `claude`，登录方式选 Claude 账号（订阅）。它会自动打开电脑的默认浏览器，**不要在那里登录**：回到终端按 **c** 复制登录链接，粘贴到 AdsPower 这个环境的窗口里打开（Claude 已经登录着），点授权。页面上显示一串授权码的话，复制回终端，粘贴到「Paste code here if prompted」后面，按回车。

方式二风险更高

梯子没开全局、节点不在美国、用着用着换节点，都容易触发风控。**禁止**在没开全局的情况下打开桌面端或 Claude Code。

使用规则 · 账号

- [ ] Gmail 和 Claude 网页版**只在这个 AdsPower 环境里登录**，禁止在你自己的 Chrome、手机或其他环境里登录（方式二的桌面端和 Claude Code 除外）。
- [ ] **禁止**改这个环境的代理和指纹设置。
- [ ] **禁止**在这个环境里登录其他 Google 账号或 Claude 账号。
- [ ] Gmail 的密码和 2FA，**收到号满 7 天后再改**。7 天内**禁止**改：刚登录就改，容易触发 Google 风控、锁号。改了 2FA，交付的 2FA 密钥和验证码网页就作废，新密码和新密钥自己保存好。

使用规则 · 聊天内容

- [ ] **禁止蒸馏**：不准拿这个号批量提问、收集回答去训练别的模型，对话里也不要聊蒸馏相关的话题。
- [ ] **禁止**聊政治、色情相关的内容。国际时事、各国领导人、外交会议这类话题也算政治，一样不要问。
- [ ] 和 Claude 对话**尽量全用英文，不用中文**。用中文对话的用户遇到过随机封号，人在美国的也一样被封过。

附 号被封或换号时，把聊天记录导出来

号被封或者要换号时，聊天记录不用跟着丢。我们准备了一个导出工具（skill），装进 Codex 或 Claude Code 后说一句话，就能把记录全部导到你自己的电脑上。

下载：https://hypeai.cc/static/guides/claude-export/claude-export.zip

能导出什么

- [ ] **Claude Code 和 Cowork 的全部本机会话**（命令行、桌面端 Code 都算）：记录存在你自己的电脑上，封号删不掉。工具会原样备份一份，再把每个会话转成能直接打开看的文档。
- [ ] **网页版聊天**（claude.ai 网页、桌面端聊天）：工具会带你走官方的导出功能，被封的号也能登录导出，再把导出包转成文档。
- [ ] **换到 Codex 接着用**：最近 30 天的会话，可以在 Codex 的「设置 → Import」里直接导入。

怎么用

01 下载工具

点上面的链接，下载 claude-export.zip。

02 让 Codex 装上

打开 Codex，把 zip 拖进对话框，说：「把这个 skill 装到你的 skills 文件夹里」。装好后重开 Codex。

03 一句话导出

对 Codex 说：「用 claude-export 导出我的 Claude 数据」。结果在桌面「Claude数据导出-日期时间」文件夹里，先打开「说明.md」。

用 Claude Code 也一样：把 zip 拖给它，说同样的话。不用 AI 也能跑：电脑装了 Python 3，解压后用 Python 运行 scripts 文件夹里的 claude_export.py。

现在就导一次

Claude Code 默认**只在电脑上保留 30 天**的会话，过期自动删除，工具第一步会把这个期限改长。网页版官方导出的下载链接 **24 小时内有效**，收到就下载。

全部在你自己的电脑上处理，不上传任何内容。导出的文件里有你所有的聊天内容，别发给别人。

附 需要 Session Key 时，自己提取

Session Key（下面简称 SK）是 Claude 网页版的登录凭证，以 `sk-ant-sid` 开头的一长串。只有某些工具要你填 Session Key 时才需要，平时在网页上聊天用不到。

先做完上面第 5 步，在这个 AdsPower 环境里登录好 Claude，再按下面提取：

1. 在这个环境的窗口里打开 **claude.ai**，确认能看到聊天界面。
2. 按 **F12**（Mac 按 **Option + Command + I**）打开开发者工具。没反应就在页面空白处右键，点「**检查**」（英文界面是 Inspect）。
3. 开发者工具顶部选「**Application**」（中文界面叫「应用」）；标签太多看不到，就点 **»** 展开找。
4. 左边「Storage（存储）」下面展开「**Cookies**」，点 **https://claude.ai**。
5. 右边列表的 Name（名称）一列找到 **sessionKey**，点这一行（在上方过滤框输入 sessionKey 能直接筛出来）。
6. 双击这一行 Value（值）那一格，全选后复制。以 `sk-ant-sid` 开头的整串就是 SK，复制时前后不要多带空格。
7. 关掉开发者工具，照常使用。

SK 等于这个号的登录状态

谁拿到 SK，不用密码就能直接用这个 Claude 号。**禁止**发给任何人，包括自称客服的人。

在 Claude 里点「Log out」退出登录，这个 SK 就失效了，要重新登录再提取。

拿 SK 去别的工具、别的设备上用，等于在别的环境登录这个号；同一个 SK 在两个地方同时用，Claude 可能把这个号所有地方的登录一起踢下线。风控和封号风险自己承担。