

霍尔木兹油价推演 · 百元天花板能守住吗

数据看点 + 图表 + 来源 | 数据截至 2026 年 7 月（战火重燃进行时） | 6 篇深度解读 + EIA / IEA / IMF / Wood Mackenzie 多源核验

一句话主线：百元天花板不是一堵墙，是一张借来的垫子。战火一次比一次凶（袭船、美伊海上交火、封锁重启），油价却一次比一次钝——4 月冲到约 117，7 月封锁重启也只反弹到 86。把它按住的，不是当期过剩（当期其实是赤字），而是「过剩预期 + 一张正在被掏空的缓冲垫」。全案三层：压制网（六只手把油价往下按）→ 天花板的裂缝（缓冲垫在见底）→ 情景推演（什么会击穿）。

两股力量的拉锯：压制力暂时赢，但赢得脆

方向	内容	结局 · 一句话
压制力（向下）	OPEC+ 五百万桶名义闲置 · 页岩 1378 万桶创纪录 · 需求罕见负增长 · 中国屯满 14 亿桶 · 远期曲线压向 74	暂时赢——布伦特被按在 86、远期还往下走
风险溢价（向上）	袭船 · 海上交火 · 封锁重启 · 「过路费」之争	反应递减——涨幅从 +64% 降到 +10%
隐藏变量	当前其实是赤字，全靠去库存 / 放战略油储 / 绕行硬扛	垫子见底——天花板从“墙”变成“借来的时间”

六篇要点 · 一条主线到底

- ① **谜面**：战火烧到海峡，油价却趴在 86——同样海峡生变，涨幅从 +64% 降到 +10%，市场对地缘的反应一次比一次钝。
- ② **供给侧压制**：OPEC+ 名义有效闲置 >500 万桶/日、连续第 5 个月增产，美国页岩 1378 万桶/日创纪录——远期曲线把布伦特一路压到 2027 年的 65。
- ③ **需求政治压制**：高油价自己把需求打没了，2026 全球油需罕见负增长约 -100 万桶/日；中国最大买家屯满 14 亿桶、把伊朗桶压到 556kb/d，转买折价 5—8 美元的卡塔尔 / 伊拉克桶。

- ④ **天花板的裂缝（灵魂篇）**：「困在海峡里的桶不算闲置产能」——当前是赤字不是过剩，3—5 月每天约 400 万桶缺口全靠去库存填，美国战略油储降到 1983 年来最低，约 10.5mb/d 闲置产能困在波斯湾内运不出。
- ⑤ **情景推演**：三档阶梯——基准（重开）奔向 80、僵持约 100、尾部（关到年底）或近 200；击穿百元要「封锁持续 + 缓冲失效」叠加（假设非预测）。
- ⑥ **投资落点**：涨油价不是普涨——上游油气（中海油净利率 30.67%）、油运（VLCC 运价 3.4 万→20.9 万美元/天）受益，航空（燃油占成本约 32%）、炼化受损；中海油 A 从 3 月的约 43 跌到 7 月的约 29，地缘溢价是脉冲式的。

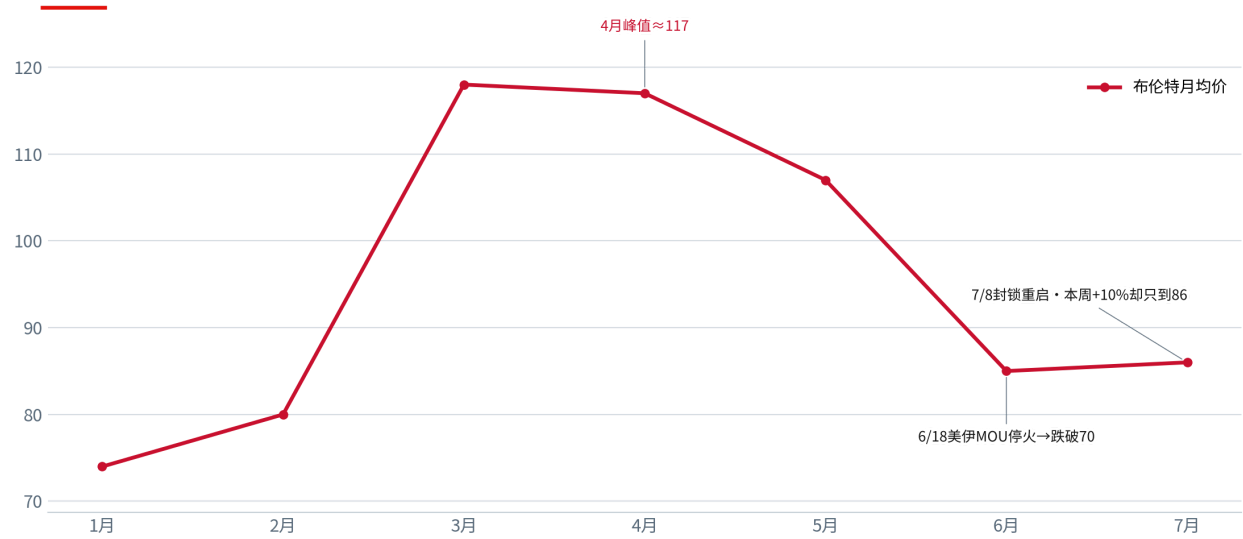
六个最炸的数

- **86** —— 布伦特现价，本周涨超 10% 仍稳压在 100 以下。
- **117** —— 4 月峰值，脉冲已回吐；同样海峡生变，7 月只到 86。
- **10.5mb/d** —— 闲置产能困在海峡后，看得见、运不出。
- **1983** —— 美国战略油储，降到这一年以来最低。
- **-100 万桶/日** —— 2026 全球油需罕见负增长，历史仅 2009、2020 有过。
- **30.67% ÷ 1.27%** —— 中海油与中石化净利率差二十多倍，纯上游纯度决定油价弹性。

关键图表 · 每张一记锤

同样是海峡生变，油价的反应一次比一次钝

布伦特原油月度均价（美元/桶） · 2026 · 4月峰值约117 → 7月再升级只反弹到86 · 来源 EIA STEO / World Bank / Fortune

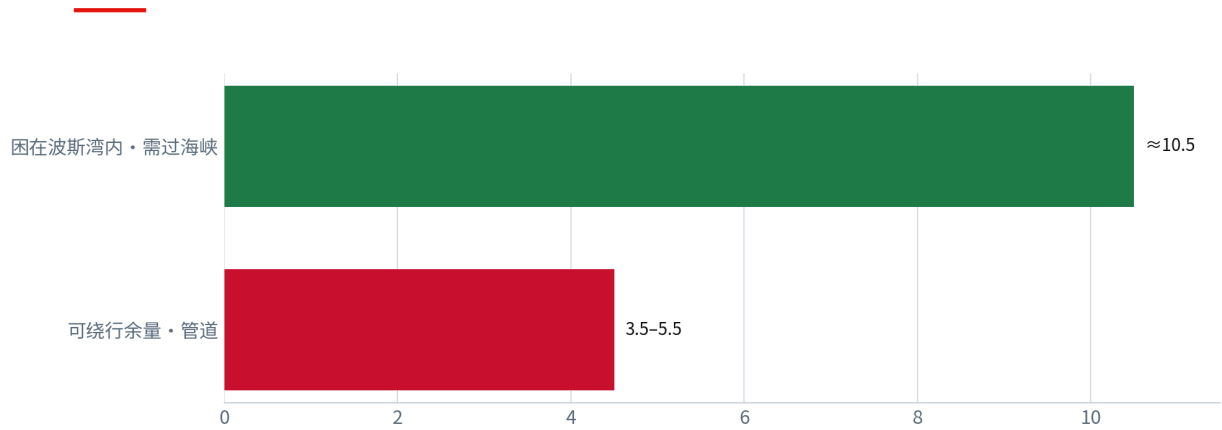


数据来源：美国能源信息署 EIA、World Bank/IEA、Fortune（引国际盘） Opm.AI 出品

同样海峡生变，油价的反应一次比一次钝——4月峰值117 vs 7月只到86

看得见，运不出：大半闲置产能困在海峡后面

海湾闲置/关停产能的可达性（百万桶/日） · 约10.5困在波斯湾内、真能绕行的仅3.5-5.5 · 来源 IEA / Wood Mackenzie

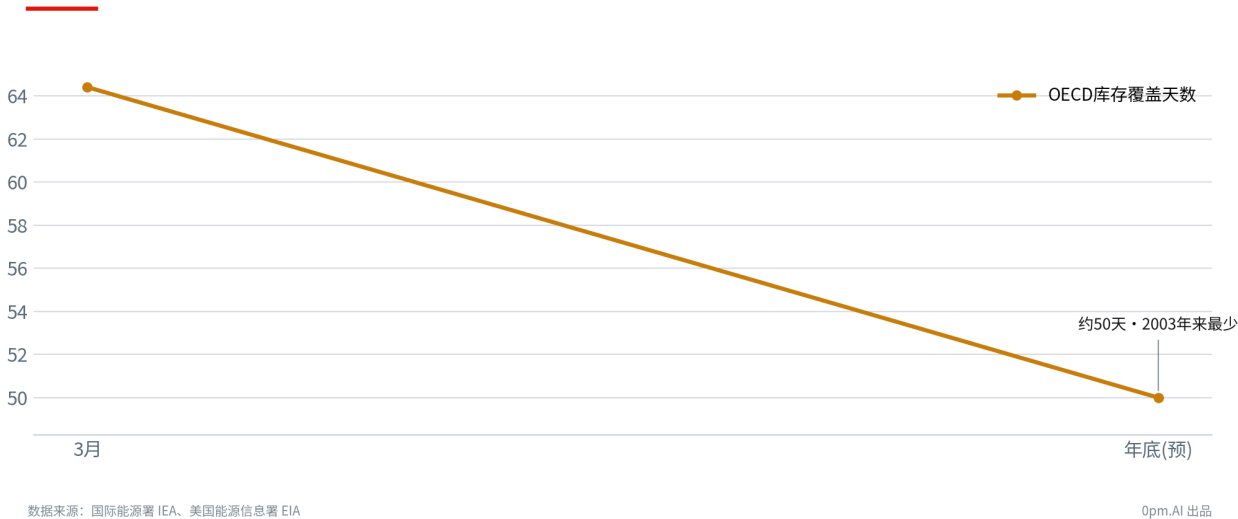


数据来源：国际能源署 IEA、Wood Mackenzie Opm.AI 出品

看得见运不出：约10.5mb/d闲置产能困在海峡后，绕行只够替1/5

缓冲垫见底：库存覆盖天数奔向二十年低点

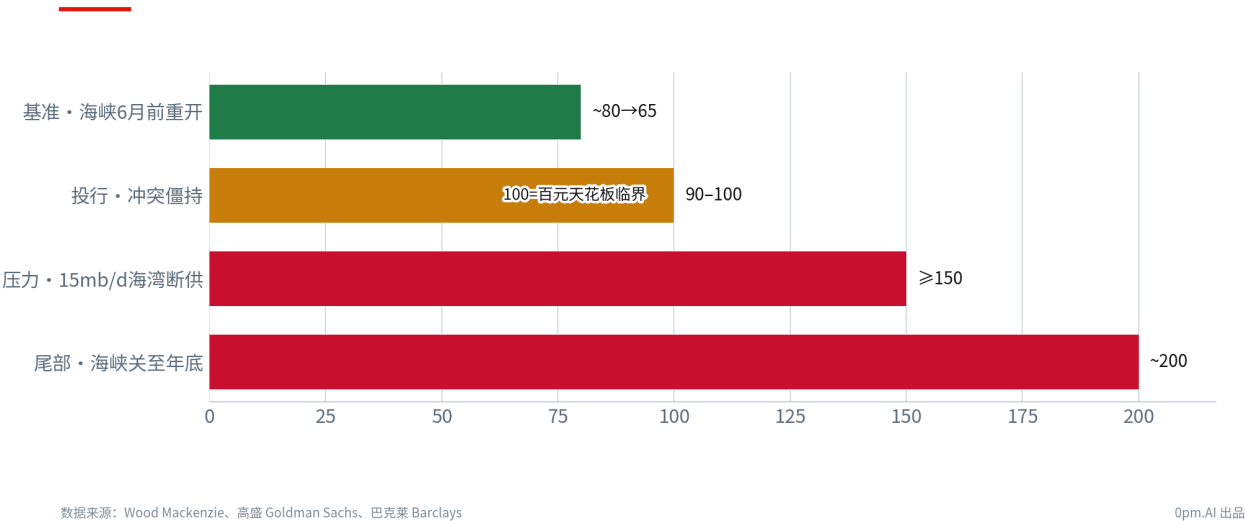
OECD石油库存 · 远期需求覆盖天数 · 从3月64.4天降向年底约50天(2003年来最少) · 同期美国战略油储降至1983年来最低 · 来源 IEA / EIA



缓冲垫见底：库存覆盖天数奔向二十年低点，天花板是借来的时间

击穿百元，需要什么：三档情景阶梯

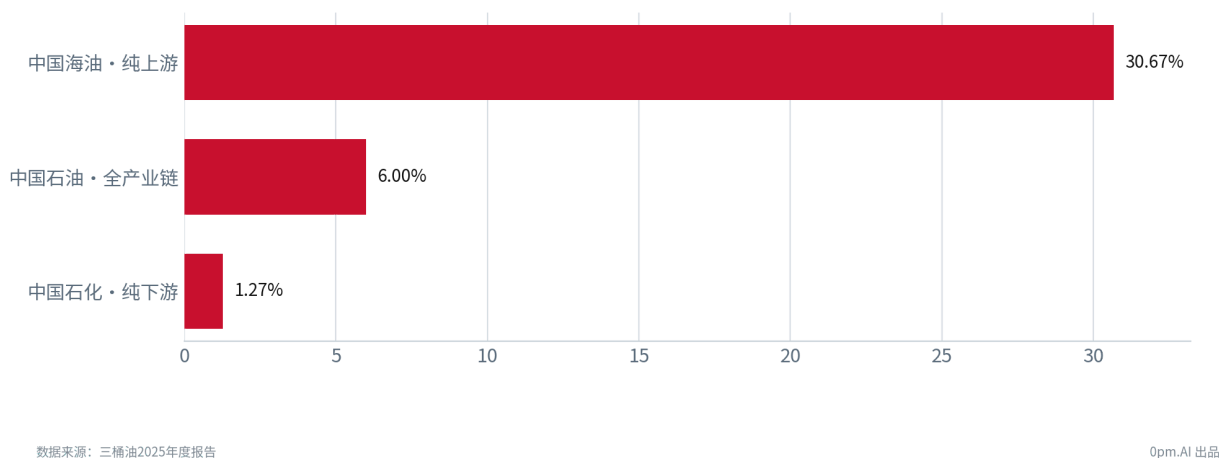
各情景下的布伦特价位（美元/桶 · 假设非预测 · 强制风险提示） · 基准约80、尾部或近200 · 来源 Wood Mackenzie / 高盛 / 巴克莱



击穿百元，要封锁持续叠加缓冲失效——三档情景阶梯（假设非预测）

纯上游纯度决定油价弹性：三桶油净利率差二十倍

三桶油2025年销售净利率（%）· 中海油30.67% vs 中石油6.00% vs 中石化1.27% · 来源 三桶油2025年报



纯上游纯度决定油价弹性：三桶油净利率差二十多倍

口径红线（引用前必读）

- **当前是「赤字」不是「过剩」**：战前 IEA 二月基准全年过剩 3.7mb/d，是市场至今锚定的预期；战争已把当期翻转为赤字（IEA 七月报 需求 -1.0 / 供给 -3.7）。压制靠「过剩预期 + 缓冲垫」，别把"当前过剩"当事实陈述。
- **两套海峡口径不混用**：「占全球石油消费约 20%」（EIA）≠「占世界海运石油贸易约 25%」（IEA），分母不同。
- **油价情景一律「假设非预测」**：Wood Mackenzie 三情景、各投行区间都是条件性推演，非点位预测；引用须带风险提示。
- **冲突中立记录**：袭船 / 封锁 / 「过路费」只客观记录事件，不评判军事对错、不预测走向；涉制裁只客观记录、不选边。个股仅作**板块代表 / 估值锚**，不构成投资建议。

数据来源与署名

来源：美国能源信息署 EIA、国际能源署 IEA、OPEC、国际货币基金组织 IMF、Wood Mackenzie、高盛 / 巴克莱、路透 / 彭博 / CNBC / Al Jazeera、中国海关总署 / Kpler / Vortexa、三桶油 2025 年报、华创证券 / 中信证券、Wind / 东方财富。逐条溯源见各篇文末来源段与来源台账。

风险提示：本内容为能源市场结构与地缘风险梳理，涉冲突事件均为中性事实记录、不代表本号立场、不预测冲突走向；不构成投资建议、不预测油价点位、不荐个股；市场影响与油价情景均为推演（假设非预测），历史不代表未来，市场有风险、投资需谨慎。

◆ Opm.AI 出品

霍尔木兹又见袭船、美伊海上交火、封锁重启，按老剧本油价早该破 100——可布伦特只在 86、远期曲线还压向 74。压住它的是 OPEC+ 名义闲置、页岩创纪录、被高价打掉的需求与市场的过剩预期；但当下其实是赤字，全靠掏战略油储硬扛，美国 SPR 已降到 1983 年来最低 · 时效锚定 2026 年 7 月 · 来源 EIA / IEA / IMF 及具名投行与年报

- 真图驱动
- 一手权威源
- 多源交叉核验

数据与口径

数据来源

美国能源信息署 EIA（海峡流量/页岩产量/SPR/远期曲线）· 国际能源署 IEA（供需平衡/海峡风险/绕行余量）· 国际货币基金组织 IMF（缓冲垫耗尽评估·2026-07-15 博客）· OPEC（增产决议）· Wood Mackenzie（封锁情景·假设非预测）· 高盛 / 巴克莱（布伦特情景）· 路透 / 彭博 / CNBC / Al Jazeera（事件与市场·具名转述）· 中国海关总署 / 中石油经研院（进口结构）· Kpler / Vortexa（中国敞口与制裁桶）· Clarksons / Lloyd's 劳合社（VLCC 运价与战争险）· 三桶油 2025 年报 / 华创证券 / 中信证券（板块传导）· Wind / 东方财富（A 股港股）。

🔄 更新：2026-07-18

访问官网



扫码直达 Opm.ai
官网入口
Opm.AI

风险提示：本内容基于公开信息整理，仅供研究参考，不构成任何投资建议、不预测涨跌、不承诺收益；力求准确但不保证完整无误，据此操作风险自担。市场有风险，决策需谨慎。