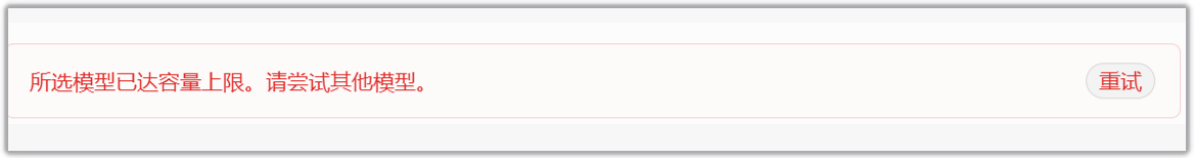
【解决GPT/Codex报错】Selected model is at capacity. Please try a different model.（所选模型已达容量上限。请尝试其他模型。）

视频：【【解决GPT/Codex报错】Selected model is at capacity.XX.（所选模型已达容量上限。XX)】https://www.bilibili.com/video/BV17Wnp6mEam?vd_source=10cd6afef5fa29d2adb10256dd643001

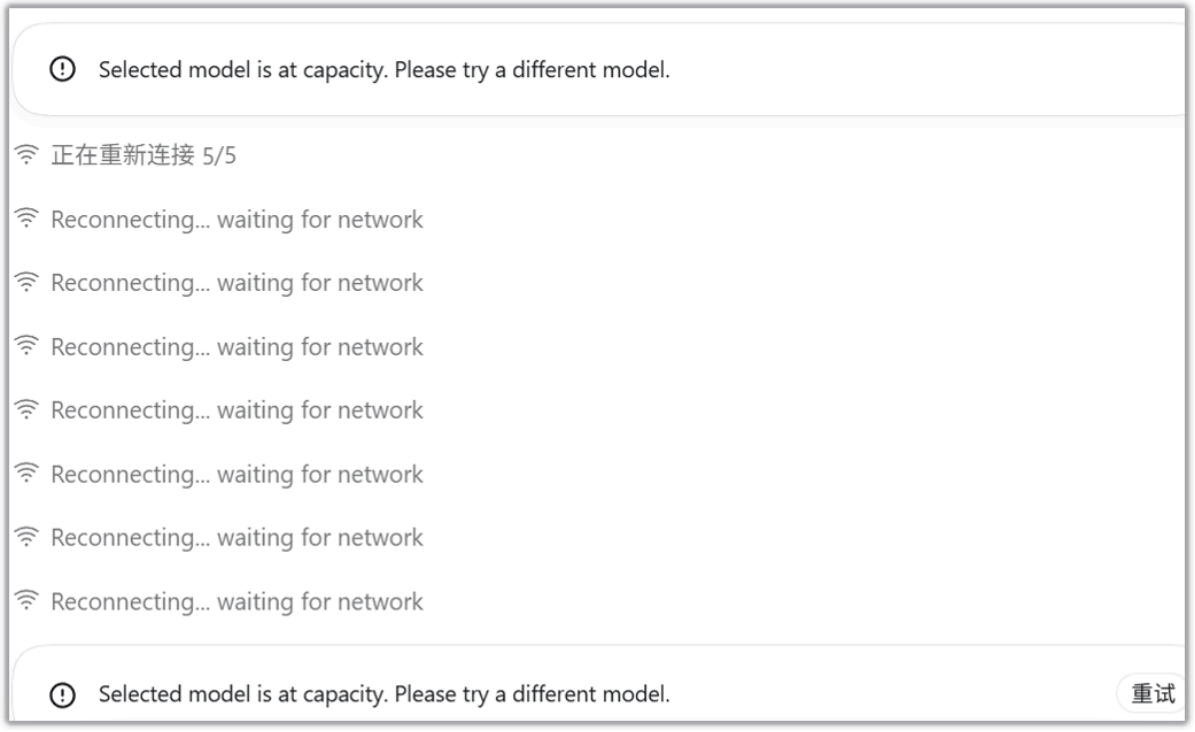
店铺：https://qianzhiaishop.com/

一、报错截图

GPT网页端报错



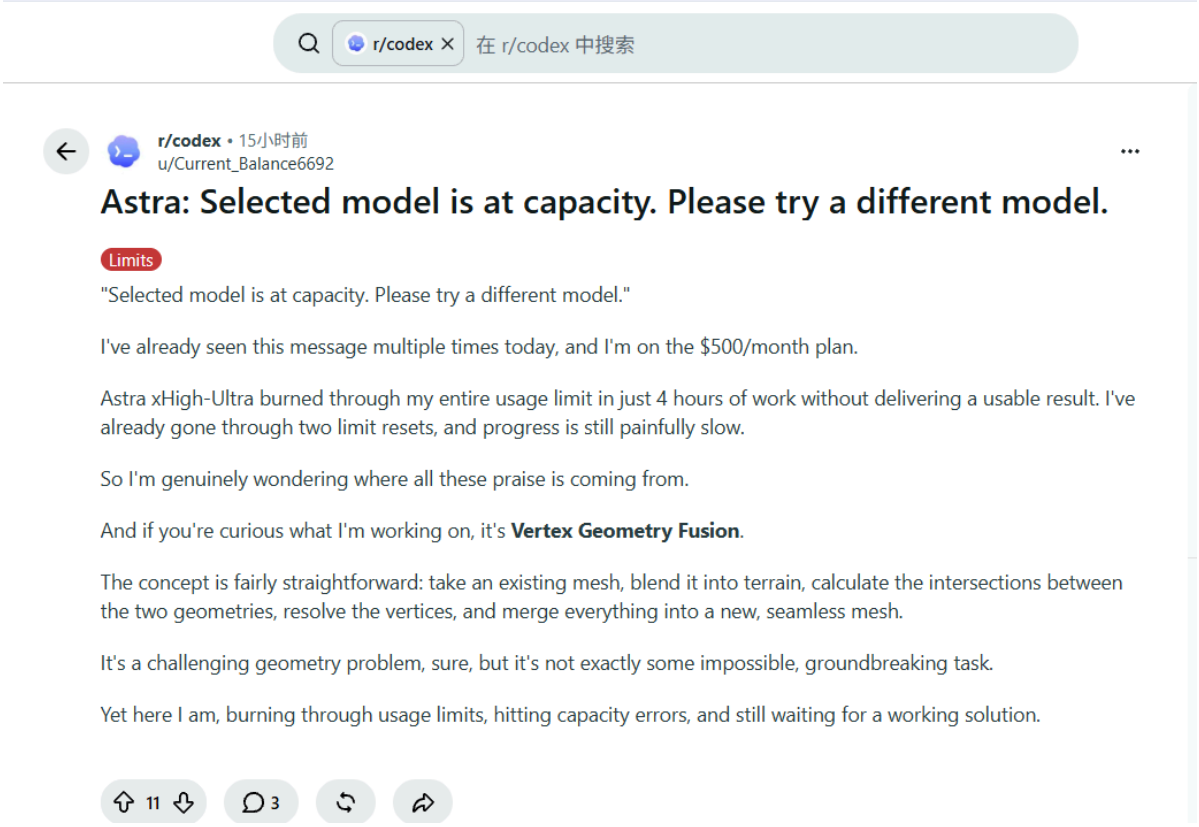
Codex报错



二、引发的原因：

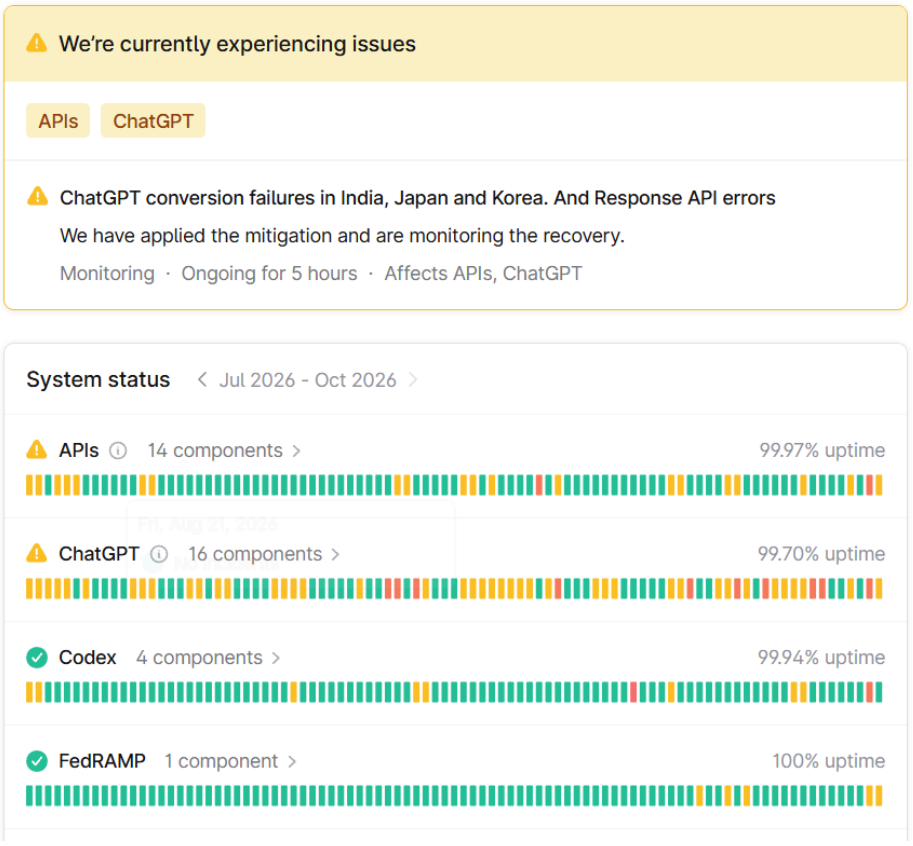
使用者不管是国人还是海外用户都有；出问题的账号不管是菲区、美区IOS或者其他方式充值或者订阅的Plus、Pro、Team都有。

用户激增导致GPT官方的服务器容量严重不足，服务器整体性能下降且过载，并非个例，最近频繁的重置，导致这种情况更加频繁





GPT状态查看地址：https://status.openai.com/



三、几种可能的解决方案（可以依次尝试）

官方邮件回复：

The message shown in your screenshot indicates that the selected model was unable to process the request due to capacity or availability at that time. It does n
usage allowances and temporary access conditions.

Since the issue is occurring across multiple models and has persisted, please try the following to rule out a browser, session, or network-related issue:

- Sign out of ChatGPT and sign back in.
- Try ChatGPT in a private/incognito browser window.
- Disable any VPN, proxy, or browser extensions temporarily.
- Try another browser, device, or network.
- Check the OpenAI Status page for any active service incidents.

这段话的意思是：

由于这个问题在**多个模型上都会出现，而且已经持续了一段时间**，请尝试以下方法，排查是否是浏览器、登录会话或网络导致的问题。

具体建议如下：

1. **退出 ChatGPT 账号，再重新登录。**
2. **使用浏览器的无痕模式或隐私窗口打开 ChatGPT。**
3. **暂时关闭 VPN、代理服务器或浏览器扩展插件。**
4. **更换浏览器、设备或网络**，例如换一个浏览器，或者从 Wi-Fi 切换到手机流量。
5. **检查 OpenAI 服务状态页面**，看看是否有正在发生的服务故障。

官方状态页面：https://status.openai.com/ ↗

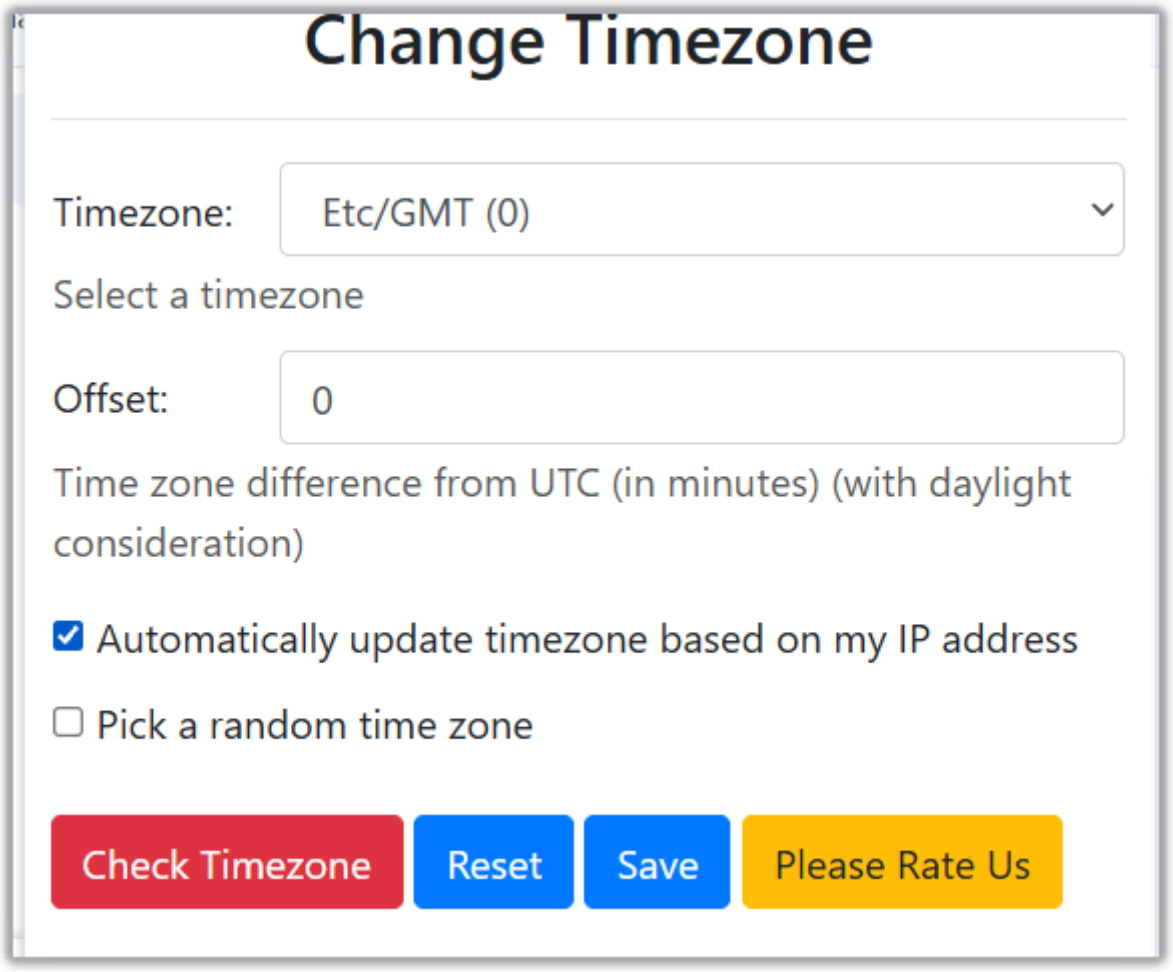
简单来说

这段话是在告诉你：**如果 ChatGPT 在不同模型上都出现同样的问题，可能不是某个模型本身的问题，而是浏览器、网络、登录状态，或者 OpenAI 服务器出现了异常。**

方案一、改时区

在 Chrome 或 Edge 浏览器的扩展商店中，搜索并安装「更改Google Chrome的时区」或「User-Agent Switcher and Manager」、（也可以选择其他高评分的免费同类插件）。

然后打开其中的'Automatically update timezone basedonmyIPaddress'，让你的浏览器时区跟着IP走。退出并重新登录 ChatGPT。



方案二、清缓存

清除浏览器中 ChatGPT 的 Cookie 缓存，或者直接换一个平时没怎么用过的“干净”浏览器（如 Safari 或 Edge 的无痕/隐私模式）打开。

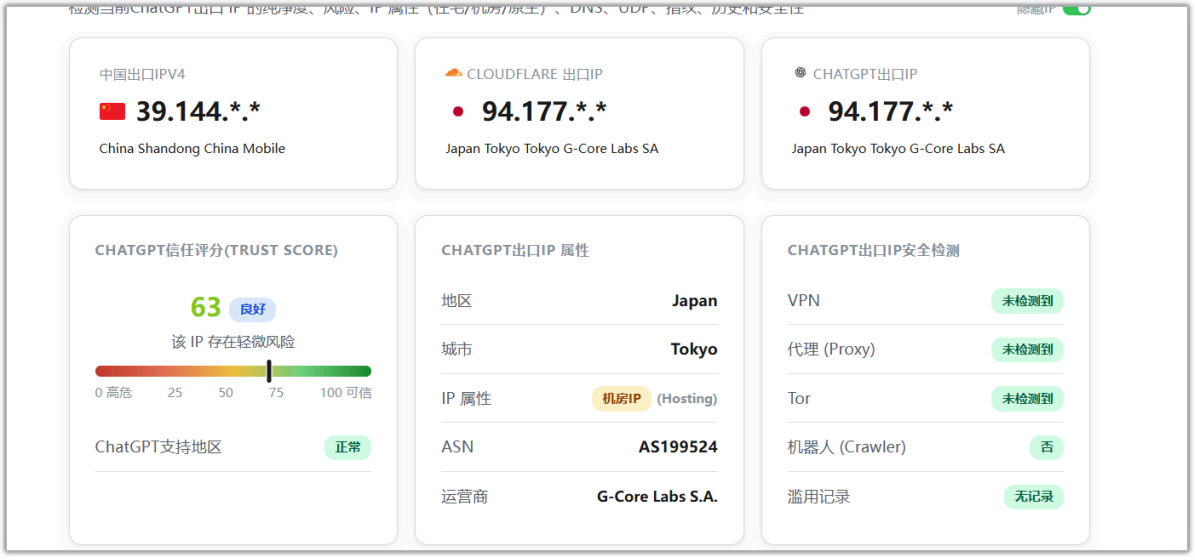
Chrome「设置>隐私和安全>第三方Cookie>查看所有网站数据和权限」中搜索chatgpt.com，只删除这个站点的数据。

方案三、换网络

尝试更换一次代理网络。

代理网络质量检测：

https://ip.net.coffee/gpt/



https://iplark.com/



注意：千万不要频繁切网络，短时间内频繁变动 网络IP 很容易被官方判定为数据中心异常出口，导致账号被风控。

方案四、静置账号

GPT的网页端「设置>账户安全与登录」(重置密码，设置2fa，登出所有登录的设备)，静置账号24-48小时



方案五、切换时间使用

我收集的信息：大部分的账号是白天显示这样的报错，而晚上（也就是美国人上班的时候）反馈这样报错的较少。

方案六、换充值渠道

我收集的信息：美区ios渠道订阅的会员发生这种问题的情况比菲区或者其他低价区的概率小。

方案七、速刷

重开新号，Plus速刷周额度或者Pro速刷月额度。原理就是GPT的风控是一个动态评估的过程，不会上来就风控。

四、其他问题

出现这个提示不一定代表账号被标记、也不一定等于账号降智。至少出现报错了，而不是拿luna模型糊弄我们（乐）。