

局势未再继续恶化 原油节奏有所转弱

2026年3月22日

齐盛期货原油周报



作者：高健

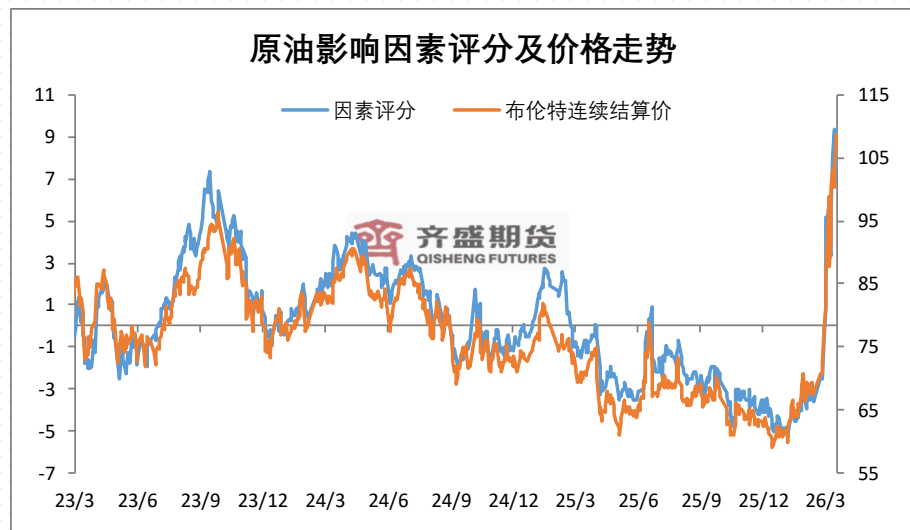
期货从业资格号：F3061909

投资咨询从业证书号：Z0016878

目 录

- 1 原油量化赋分表
- 2 驱动逻辑分析
- 3 原油盘面回顾
- 4 重要数据解读

一、原油量化赋分表



数据来源：齐盛期货

原油量化赋分表(2026-03-20)						
类别	分类因素	逻辑	权重 (%)	赋值	得分	前值回顾
						2026-03-19
宏观	金融	恐慌指数重心缓慢抬升	5	-2	-0.1	-0.1
	美联储	美联储降息节奏依然偏慢	5	0	0	
	人民币汇率	人民币汇率短线贬值	5	5	0.25	0.25
供需	供应	中东原油供应边际改善	10	12	1.2	1.2
	需求	油品需求将进入淡季尾声	10	-4	-0.4	-0.4
	库存	海峡封锁可能会加快库存消耗	10	6	0.6	0.6
价格	原油估值	原油估值处于中性估值区间上沿	5	0	0	
	原油月差	布油近端月差跟随盘面大幅走强	5	12	0.6	0.6
	裂解价差	欧美汽柴油裂解短线走强	5	12	0.6	0.6
	内外价差	原油内外价差短线回落修复	5	4	0.2	0.2
技术面	技术形态	原油盘面冲高回落，基调有转弱迹象	20	13	2.6	3.6
资金面	持仓	多头近期继续增仓	5	17	0.85	0.85
消息	地缘局势	冲突风险暂时可控，能源设施风险暂时解除	10	13	1.3	1.8
总分			100	88	7.7	9.2
注：	1. 权重总和为1,各项目权重代表此项在所有影响因素中影响力，可调整。 2. 赋值区间[-10,10],正值利多，负值利空 3. 得分为各项权重与赋值乘积，总分负代表弱势，正代表强势，绝对值越大代表趋势越强。					



齐盛期货
QISHENG FUTURES

二、原油市场概述

➤ 原油走势回顾：

在以色列宣布暂停打击伊朗能源设施之后，石油市场面临的潜在供应风险暂时解除，原油市场恐慌情绪降温。与此同时，多国宣布准备护航，加上美国陆续出台平抑油价措施，原油盘面高位再度回到承压状态。原油多头仍然占据主导，后期仍然要高度关注前期大量积攒的老多头未来的动向，尤其是老多头离场的节奏。此前提到过两种情形：1. 多头踩踏式离场，原油盘面出现技术性下跌；2. 多头高位制造行情波动，在震荡过程中逐步撤退，原油盘面则转入横盘震荡，随着多头逐步撤出，局势逐步明朗化，盘面高位调整后转势回落。目前来看，原油盘面的表现更像第二种情形。近期四大原油之间联动性在变差，甚至走出独立行情，而美油盘面转弱的迹象要引起注意。

➤ 原油交易策略：

原油继续保持强势，伊朗局势仍未缓解，多头仍旧占据主导，轻仓参与或观望规避剧烈波动。

三、核心逻辑：地缘风险导致短期供应缺口放大

➤ 宏观：避险情绪短线升温。

美伊冲突引发股市下跌；

金融市场避险对原油市场暂无影响。

➤ 需求：处于消费淡季。

美国炼厂处于春检，需求处于消费淡季。

➤ 供应：中东供应缺口放大。

霍尔木兹海峡继续封闭；

倒逼中东国家原油大规模减产；

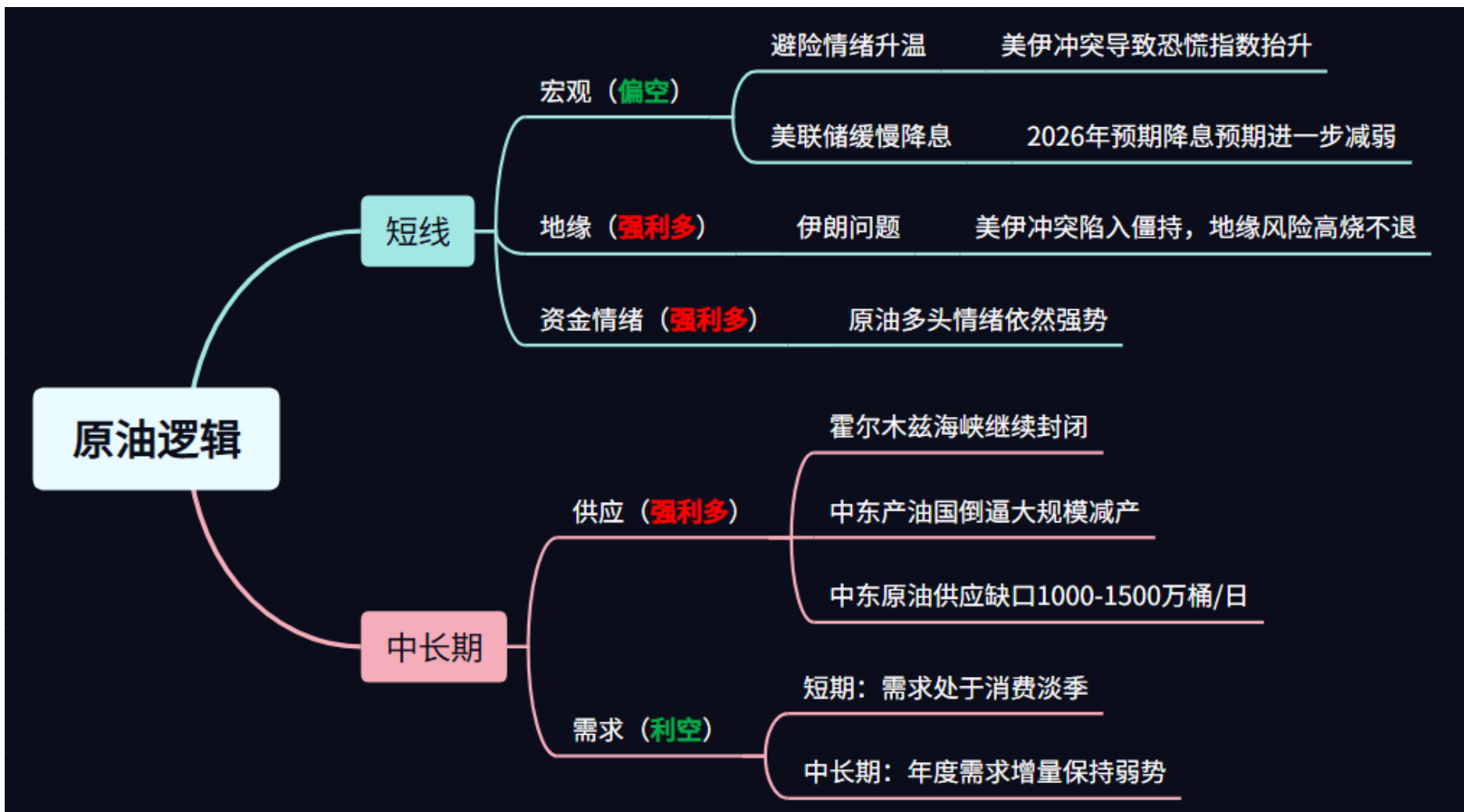
中东原油供应缺口约1000-1500万桶/日。

➤ 地缘局势：美伊冲突仍在持续。

美伊冲突处于僵持阶段，地缘风险高烧不退。



三、核心逻辑：地缘风险导致供应短缺，多头情绪旺盛，对原油提供强支撑。



原油行情复盘——原油继续保持强势，但短线有弱化迹象，观察持续性。



原油行情复盘——原油周线出现脉冲走势，重点观察持续性。



图片来源：文华财经，齐盛期货整理

原油行情复盘——原油波动率创下2020年负油价以来新高，甚至远高于2022年俄乌冲突时期。近期波动率有所回落，但绝对值仍偏高。



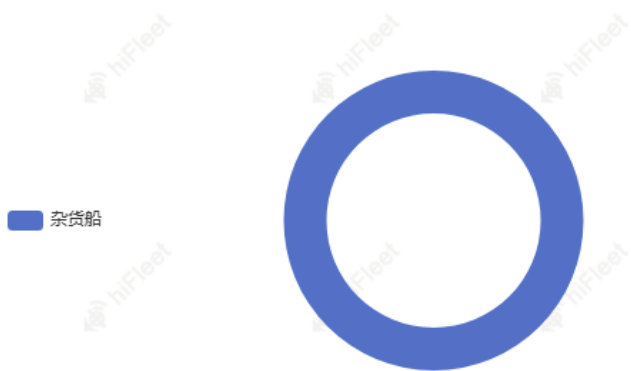
原油市场现状——霍尔木兹海峡继续保持封锁，零星船只通航。



原油市场现状——霍尔木兹海峡继续保持封锁，零星船只通航。

霍尔木兹海峡-进湾通航船舶

昨日通航船舶类型



每日通航量

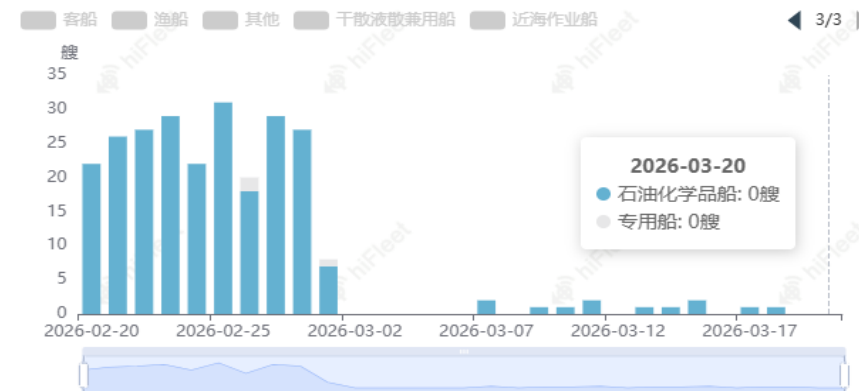


霍尔木兹海峡-出湾通航船舶

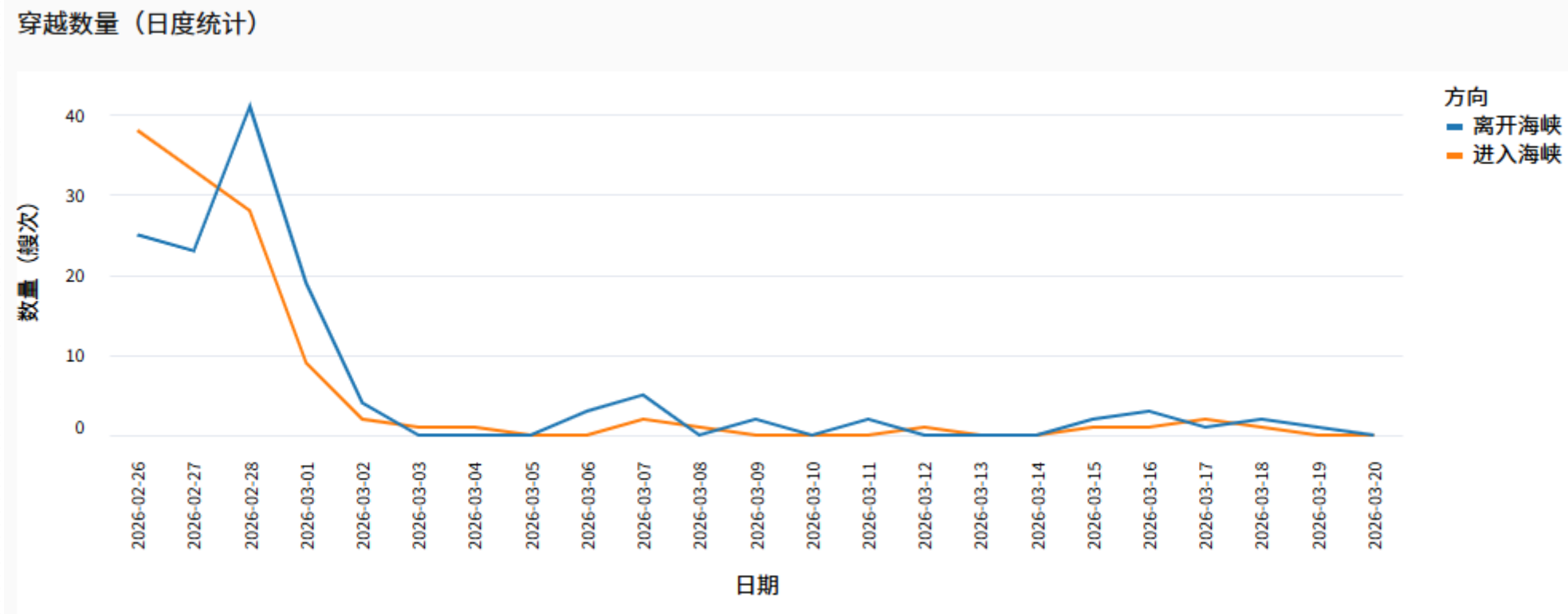
昨日通航船舶类型



每日通航量



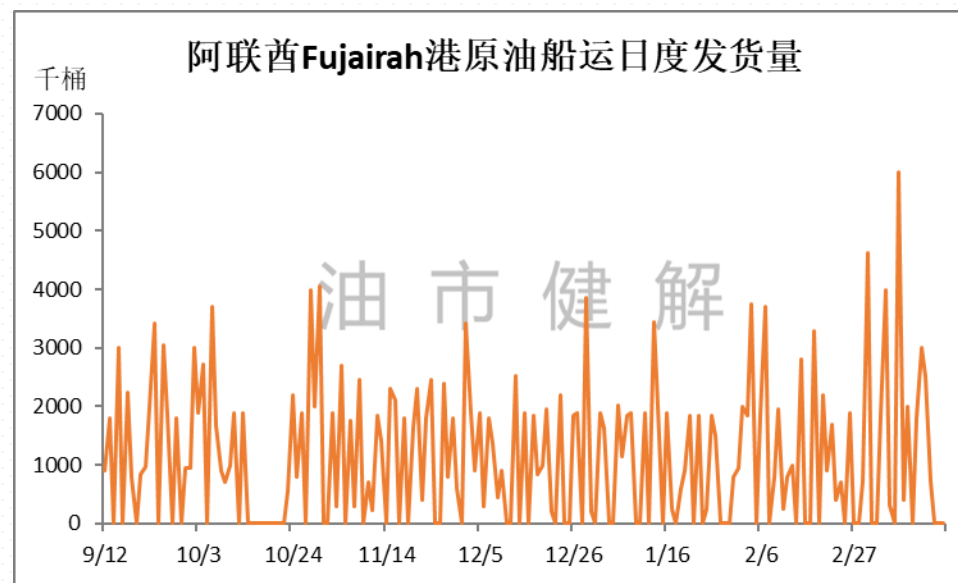
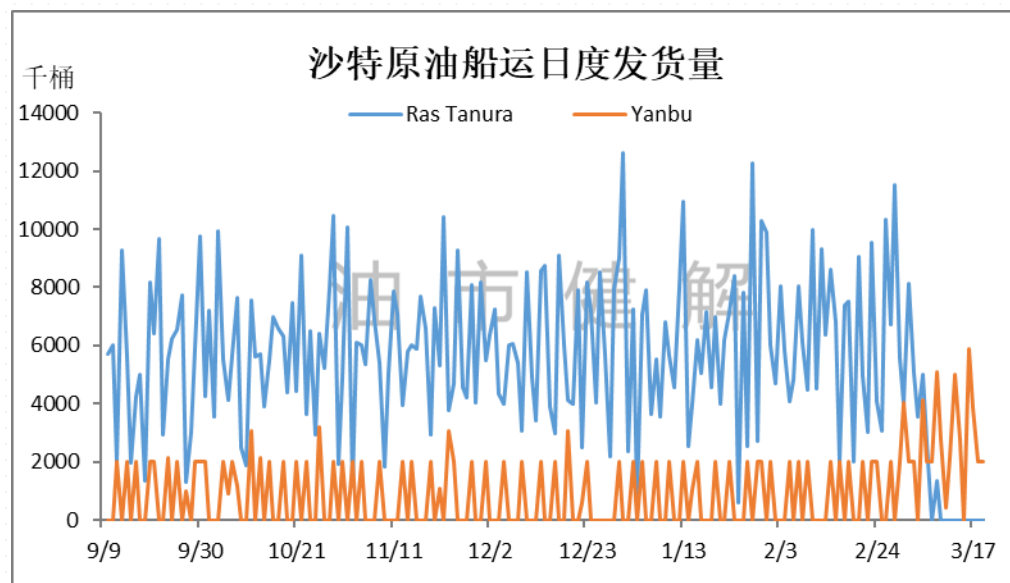
原油市场现状——霍尔木兹海峡继续保持封锁，零星船只通航。



原油市场现状——3月19日中东原油发货量出现异常增长，经验判断是数据问题，并非代表原油发货恢复正常。



原油市场现状——沙特和阿联酋出口路线调整，绕开霍尔木兹海峡，但船货供应无法保持稳定。相较于冲突前，中东原油船货日均损失量约1000-1500万桶。



原油市场现状——海峡封闭，船货无法发出，港口油库憋罐，倒逼中东国家原油大规模减产。

截止3月17日中东地区受战争影响油田统计				
国家	2026/1月产量 (万桶/日)	受影响油田	影响产量 (万桶/日)	袭击停产/预防减产
伊拉克	412	西古尔纳2号	46	预防性停产
		鲁迈拉	70	预防性停产
		米桑	33	预防性停产
		库尔德油田	20	预防性停产
		萨尔桑	3	袭击停产
		祖拜尔	47	外籍专家撤离
		其他	71	预防性停产
		伊拉克合计影响	290	影响比例：70%
阿联酋	339	海上Upper Zakum、 Das Blend、Umm Lulu	193	预防性停产
科威特	258		130	预防性停产
沙特	1001	贝里油田	25	袭击停产
		Safaniya&Zuluf	200	预防性停产
		沙特合计影响	200-250	影响比例：22%
合计	2010	合计影响	863	影响比例：43%

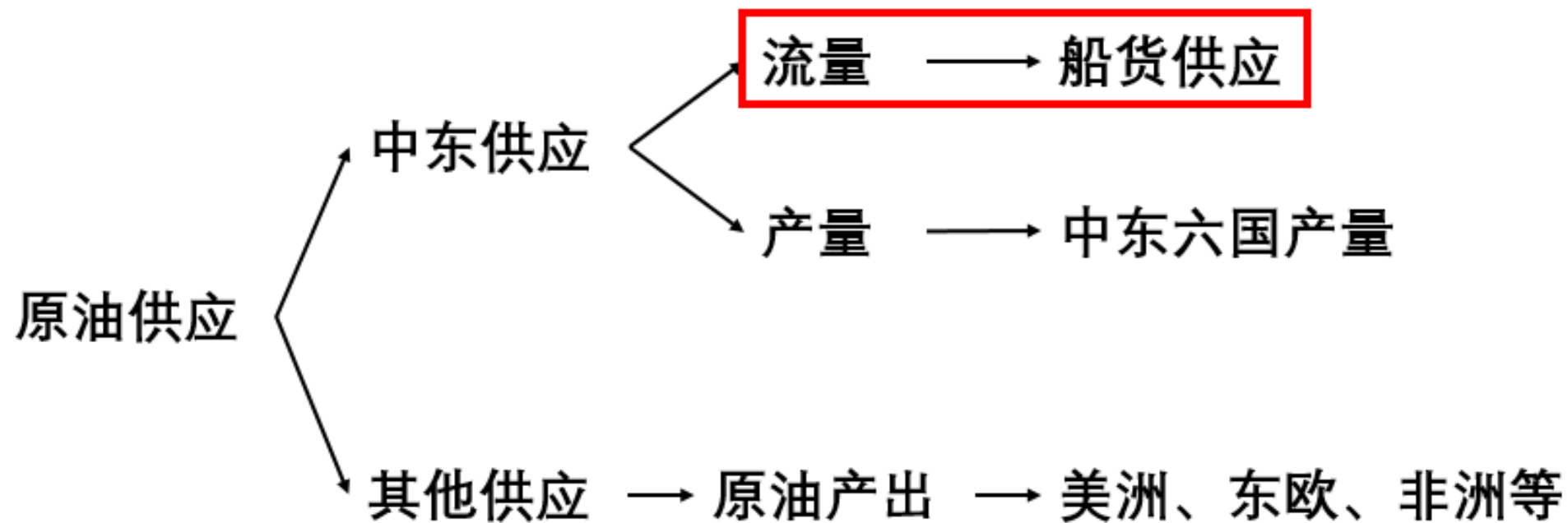
注：IEA 3月报表示海湾国家已将其总石油产量至少削减了1000万桶/日

原油市场现状——倘若封闭时间长达1个月，中东可能面临超1200万桶/日的产量损失。

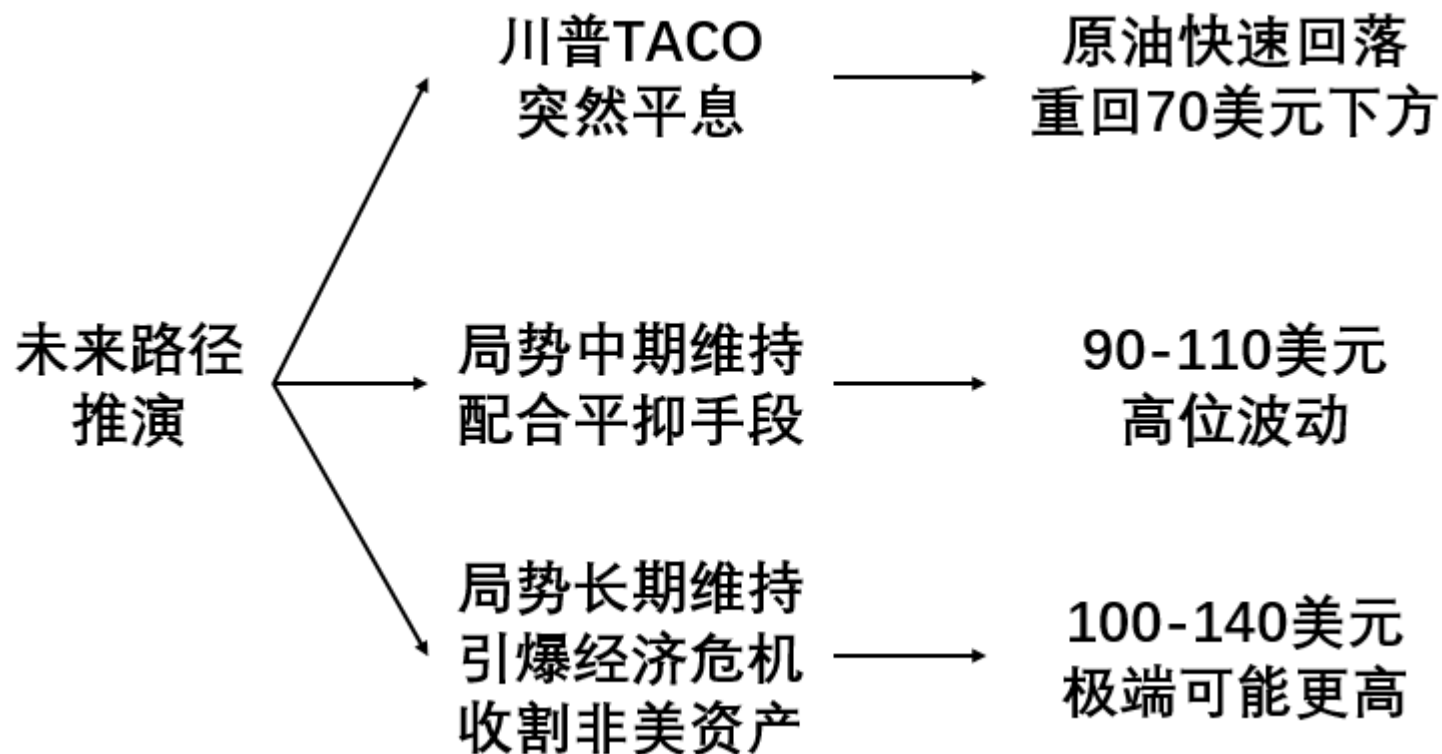
		■ Realized (Days 1-16)				■ Forecasted (Days 17-31)		
MIDDLE EAST OIL PRODUCTION SHUT-IN TRACKER								
US-Israel Military Operations vs Iran Conflict Start: 28 Feb 2026 Tracker: 1-31 Mar 2026								
CONFIRMED ACTUAL (Day 16): Iraq -3,300 kb/d Saudi -2,000 kb/d UAE -1,560 kb/d Kuwait -1,300 kb/d = TOTAL -8,160 kb/d								
Date	Day #	Iraq (kb/d)	Saudi Arabia (kb/d)	UAE (kb/d)	Kuwait (kb/d)	Total Shut-In (kb/d)	Total Shut-In (mbd)	% Pre-Conflict Crude Output
01-Mar-26	1	-	-	-	-	-	0.000	0.0%
02-Mar-26	2	-	-	-	-	-	0.000	0.0%
03-Mar-26	3	-	-	-	-	-	0.000	0.0%
04-Mar-26	4	800	100	-	200	1,100	1.100	5.6%
05-Mar-26	5	1,000	150	-	250	1,400	1.400	7.1%
06-Mar-26	6	1,100	150	50	300	1,600	1.600	8.1%
07-Mar-26	7	1,150	200	50	300	1,700	1.700	8.6%
08-Mar-26	8	1,200	200	50	300	1,750	1.750	8.8%
09-Mar-26	9	1,800	550	350	600	3,300	3.300	16.7%
10-Mar-26	10	1,900	500	350	550	3,300	3.300	16.7%
11-Mar-26	11	2,400	850	750	1,000	5,000	5.000	25.3%
12-Mar-26	12	2,650	970	860	1,220	5,700	5.700	28.8%
13-Mar-26	13	2,850	1,400	1,000	1,100	6,350	6.350	32.1%
14-Mar-26	14	3,050	1,600	1,200	1,200	7,050	7.050	35.6%
15-Mar-26	15	3,200	1,800	1,400	1,250	7,650	7.650	38.6%
16-Mar-26	16	3,300	2,000	1,560	1,300	8,160	8.160	41.2%
17-Mar-26	17	3,373	2,067	1,600	1,387	8,427	8.427	42.6%
18-Mar-26	18	3,447	2,133	1,640	1,473	8,693	8.693	43.9%
19-Mar-26	19	3,520	2,200	1,680	1,560	8,960	8.960	45.3%
20-Mar-26	20	3,593	2,267	1,720	1,647	9,227	9.227	46.6%
21-Mar-26	21	3,667	2,333	1,760	1,733	9,493	9.493	47.9%
22-Mar-26	22	3,740	2,400	1,800	1,820	9,760	9.760	49.3%
23-Mar-26	23	3,813	2,467	1,840	1,907	10,027	10.027	50.6%
24-Mar-26	24	3,887	2,533	1,880	1,993	10,293	10.293	52.0%
25-Mar-26	25	3,960	2,600	1,920	2,080	10,560	10.560	53.3%
26-Mar-26	26	4,033	2,667	1,960	2,167	10,827	10.827	54.7%
27-Mar-26	27	4,107	2,733	2,000	2,253	11,093	11.093	56.0%
28-Mar-26	28	4,180	2,800	2,040	2,340	11,360	11.360	57.4%
29-Mar-26	29	4,253	2,867	2,080	2,427	11,627	11.627	58.7%
30-Mar-26	30	4,327	2,933	2,120	2,513	11,893	11.893	60.1%
31-Mar-26	31	4,400	3,000	2,160	2,600	12,160	12.160	61.4%
31-Day Average		2,732	1,564	1,155	1,273	6,725	6.725	34.0%
Cumulative Lost (Mb)						208.5		

数据来源：网络资料

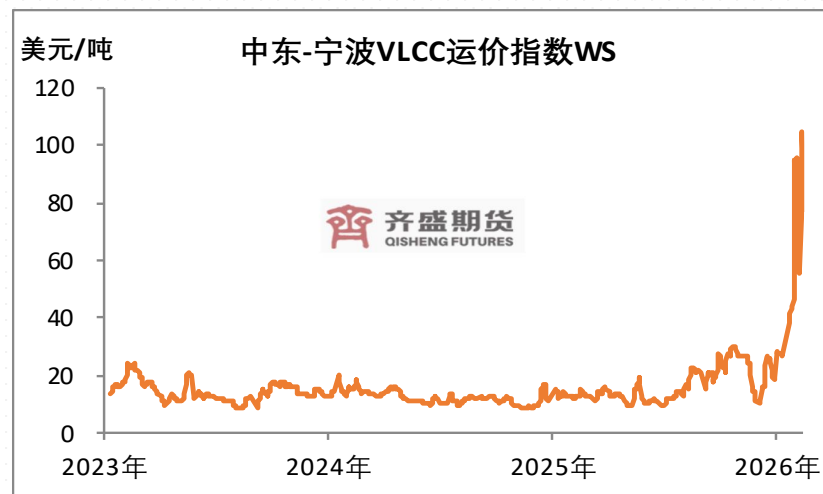
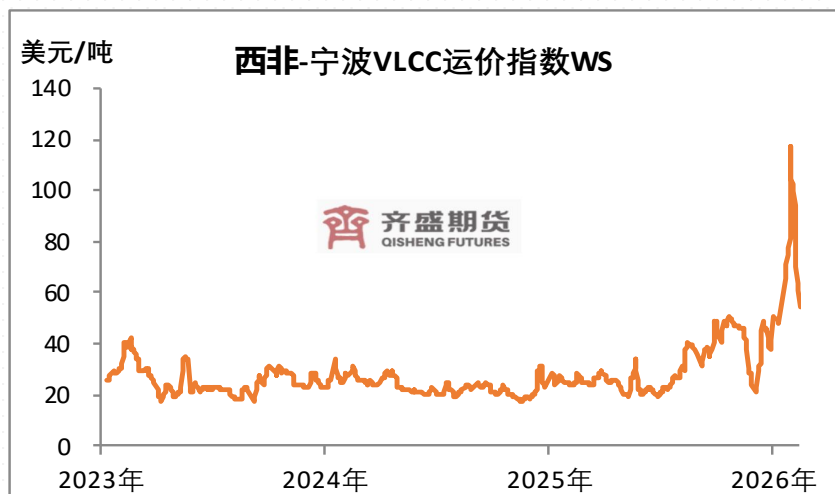
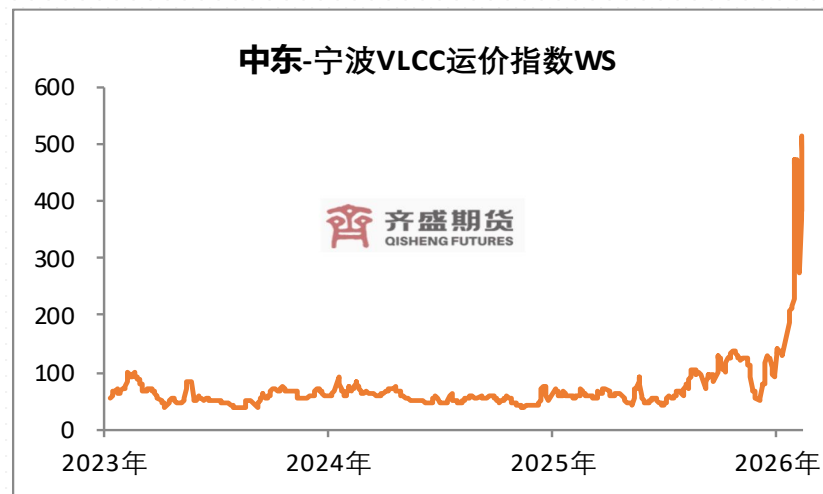
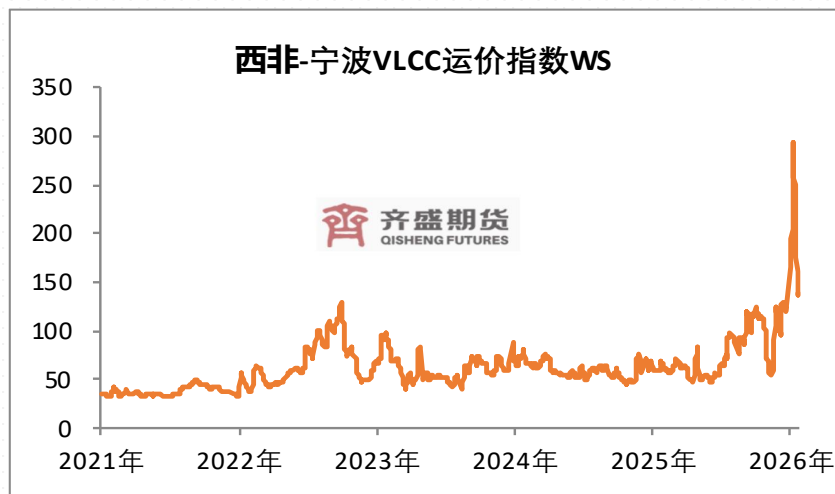
原油市场现状——当期原油市场关注点集中在供应端，更进一步细分，重点关注原油流量而非产量。未来重点关注海峡通航情况，以及沙特、阿联酋和伊拉克出口路线调整后的发货情况。



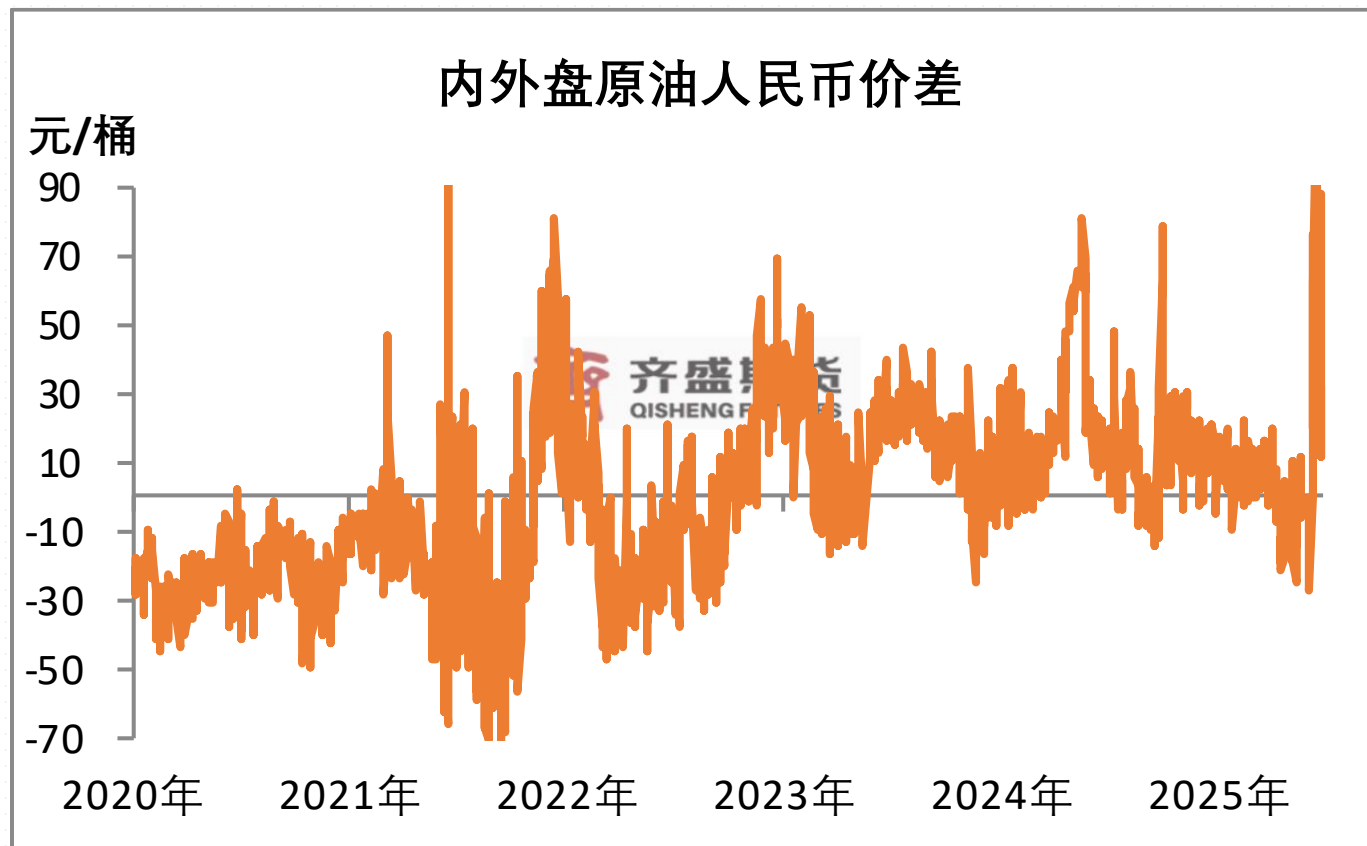
原油市场未来路径推演——留意三种情形，同时密切关注多头动向。目前盘面走势符合第二种情形。



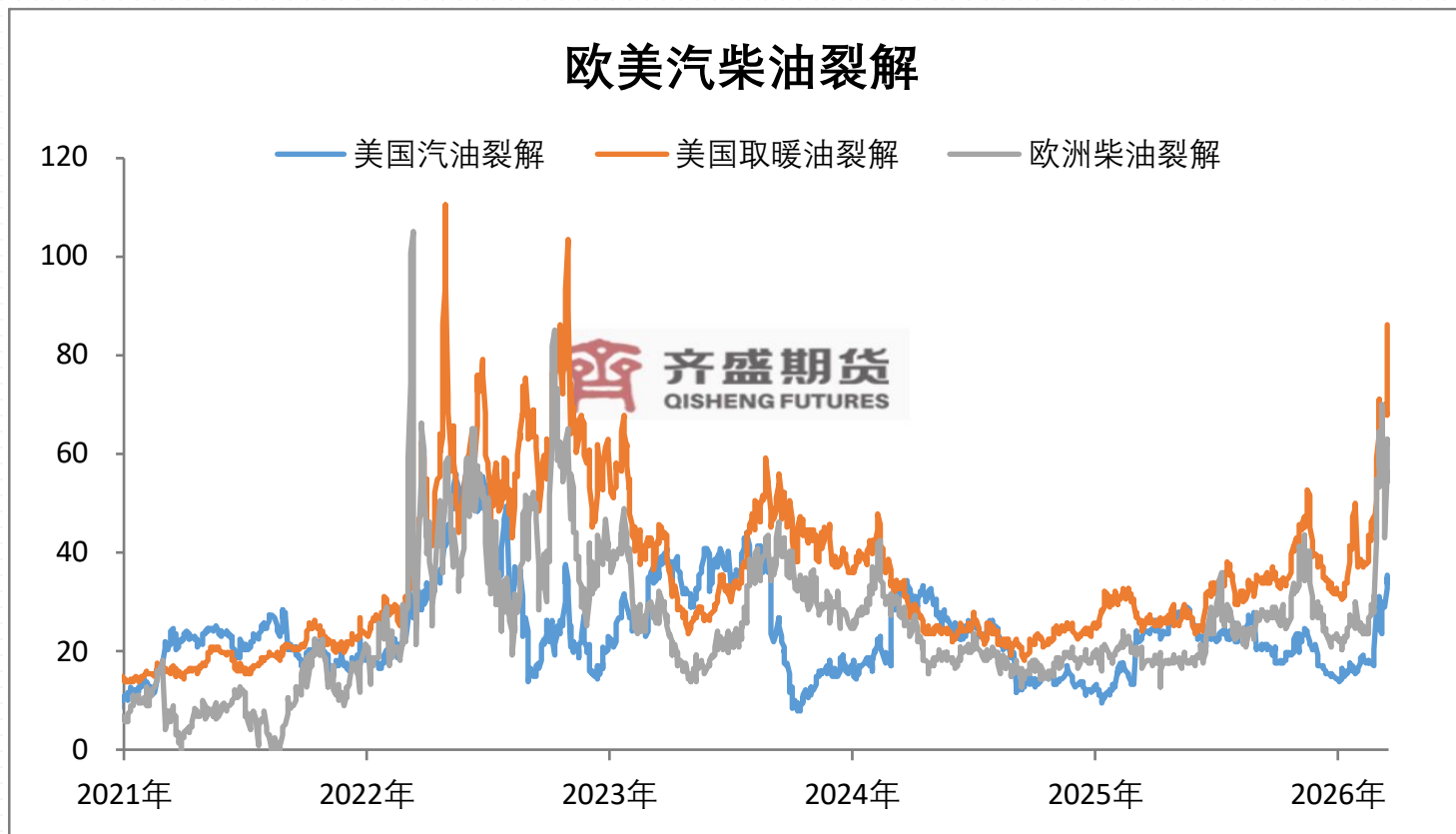
原油短线关键因素——近期运费有所回落，但仍高于海峡封闭前水平。



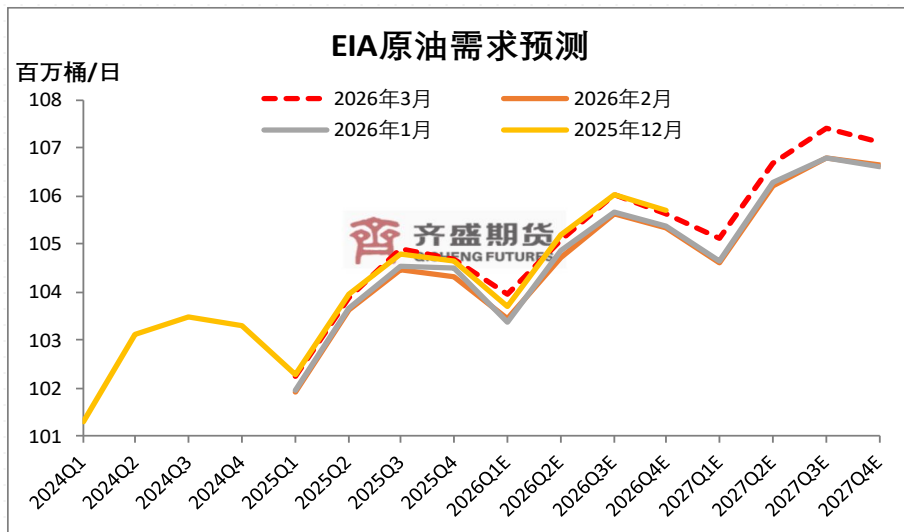
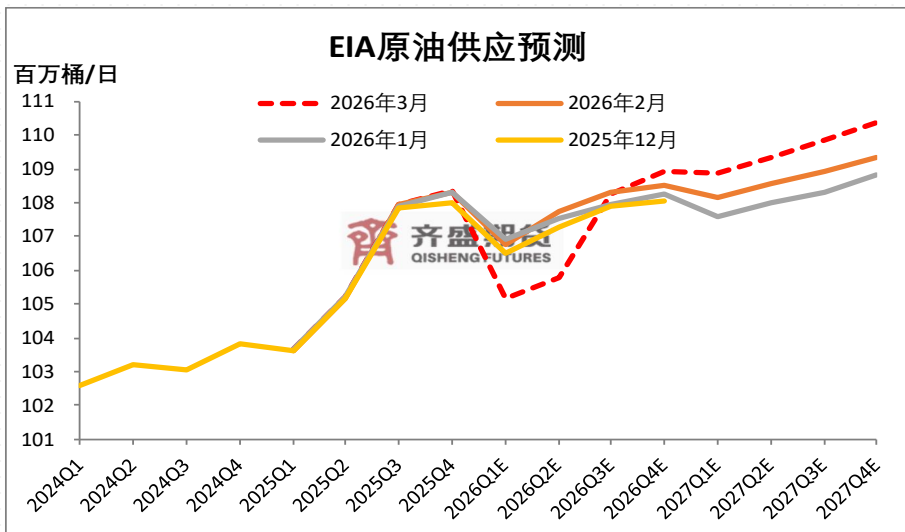
原油短线关键因素——运费回落推动内外盘原油价差修复



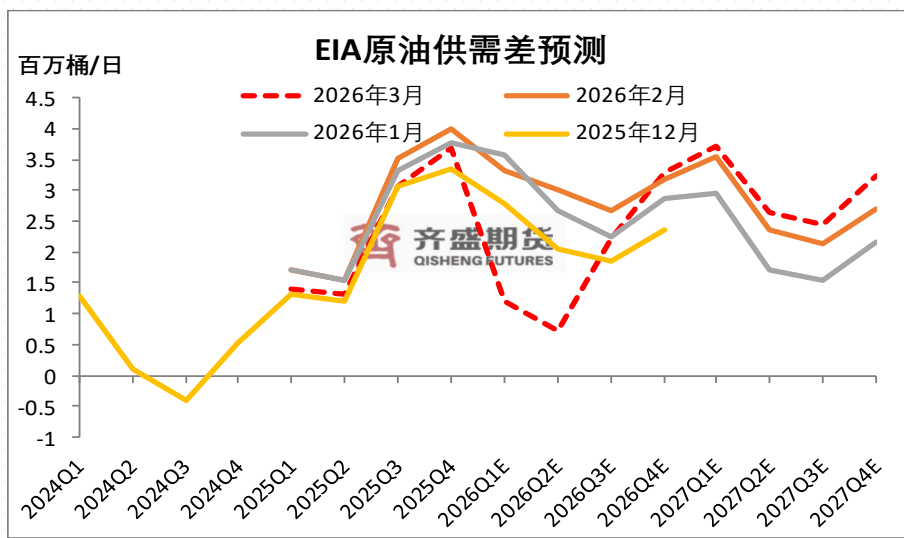
原油短线关键因素——霍尔木兹海峡封锁导致原油供应受阻，炼厂开工负荷下滑，导致产品价格大涨，进而推动汽柴油裂解快速拉升。



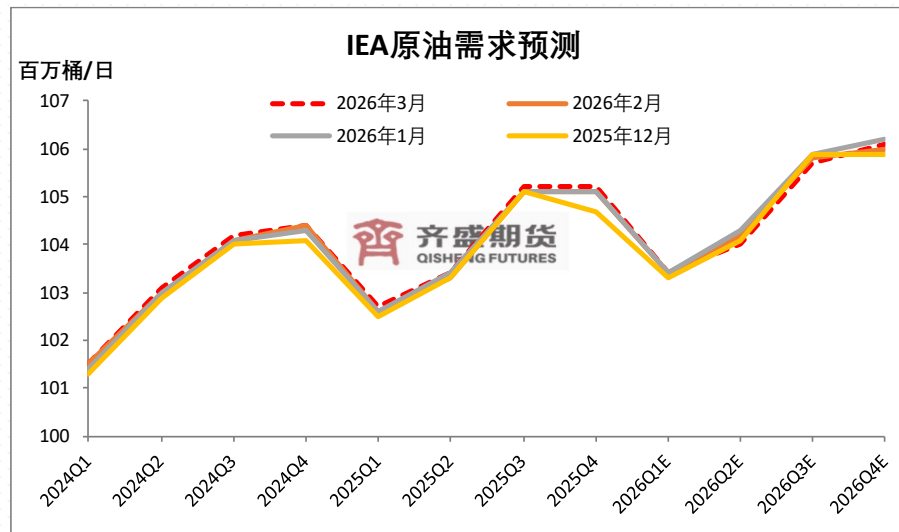
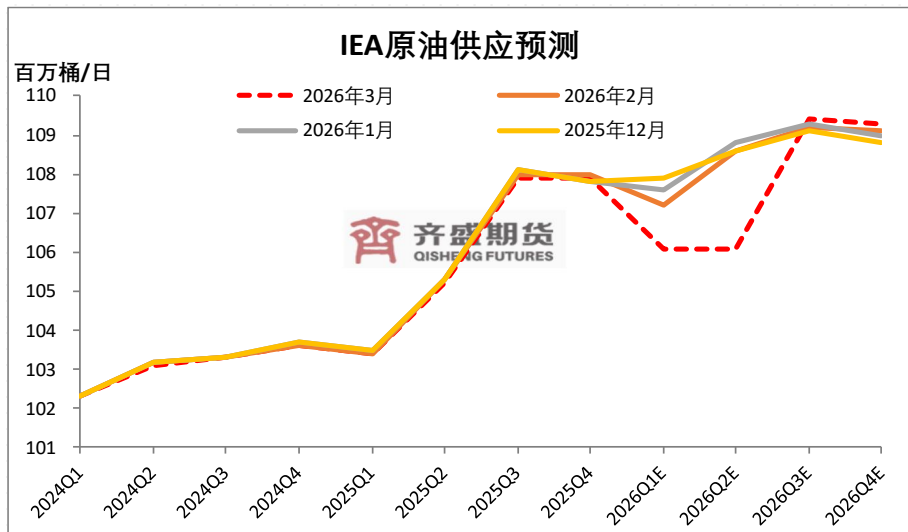
原油市场关键指标展示——关注EIA 3月是否调整短期平衡表预期



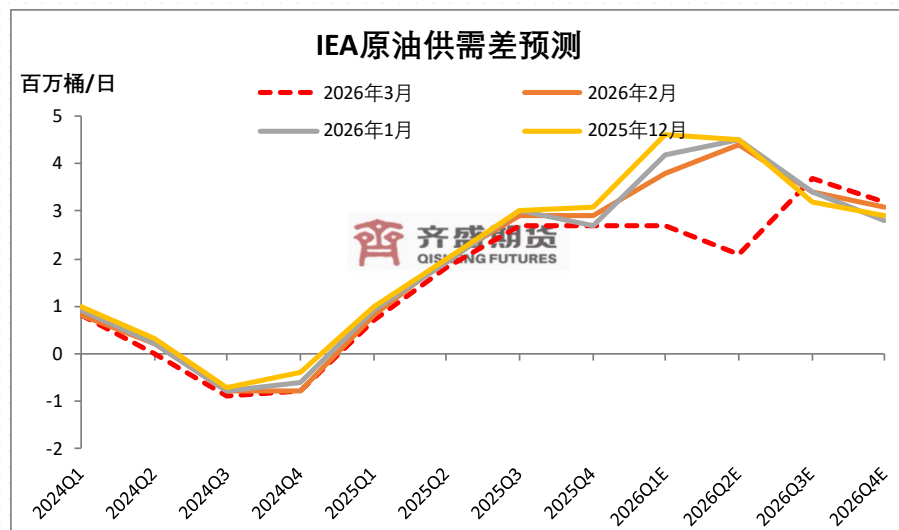
时间	供应量	需求量	供-需
2025年Q1	103.64	102.25	1.39
2025年Q2	105.19	103.88	1.31
2025年Q3	107.97	104.90	3.07
2025年Q4	108.37	104.69	3.68
2026年Q1E	105.14	103.94	1.20
2026年Q2E	105.78	105.07	0.71
2026年Q3E	108.25	106.03	2.22
2026年Q4E	108.92	105.62	3.30
2027年Q1E	108.85	105.14	3.71
2027年Q2E	109.34	106.70	2.64
2027年Q3E	109.86	107.42	2.44
2027年Q4E	110.37	107.14	3.23



原油市场关键指标展示——关注IEA 3月是否调整短期平衡表预期

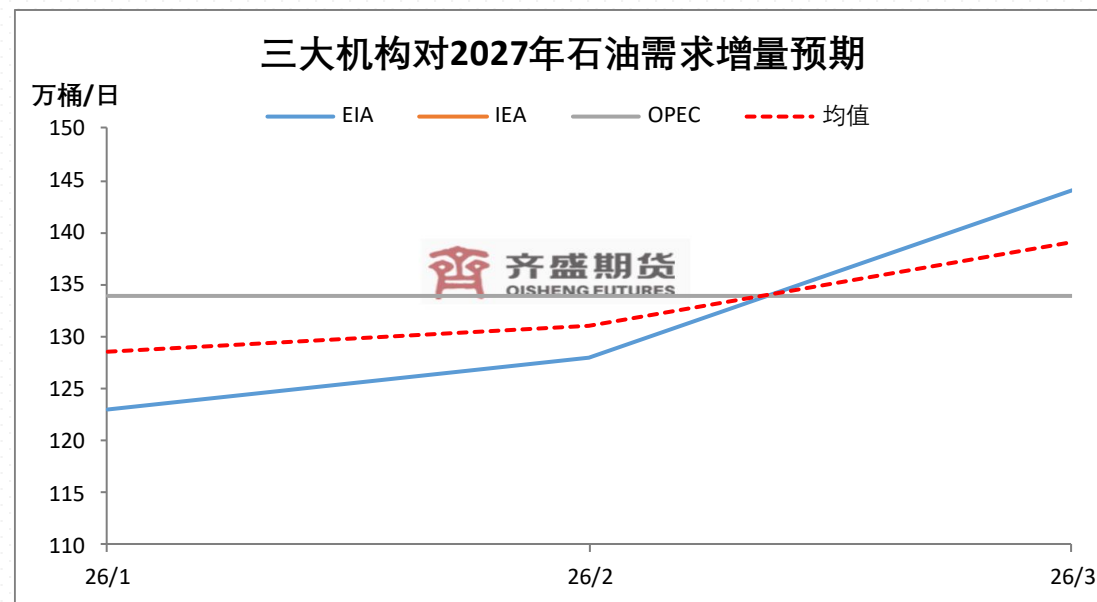
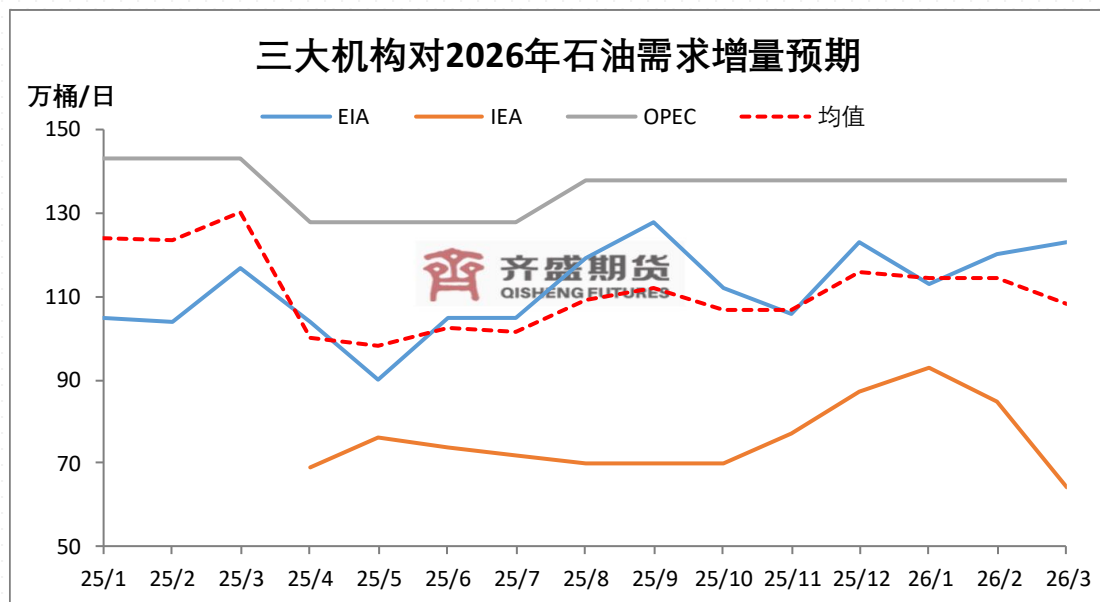


时间	供应量	需求量	供-需
2024年Q1	102.3	101.5	0.8
2024年Q2	103.1	103.1	0.0
2024年Q3	103.3	104.2	-0.9
2024年Q4	103.6	104.4	-0.8
2025年Q1	103.4	102.7	0.7
2025年Q2	105.2	103.4	1.8
2025年Q3	107.9	105.2	2.7
2025年Q4	107.9	105.2	2.7
2026年Q1E	106.1	103.4	2.7
2026年Q2E	106.1	104.0	2.1
2026年Q3E	109.4	105.7	3.7
2026年Q4E	109.3	106.1	3.2

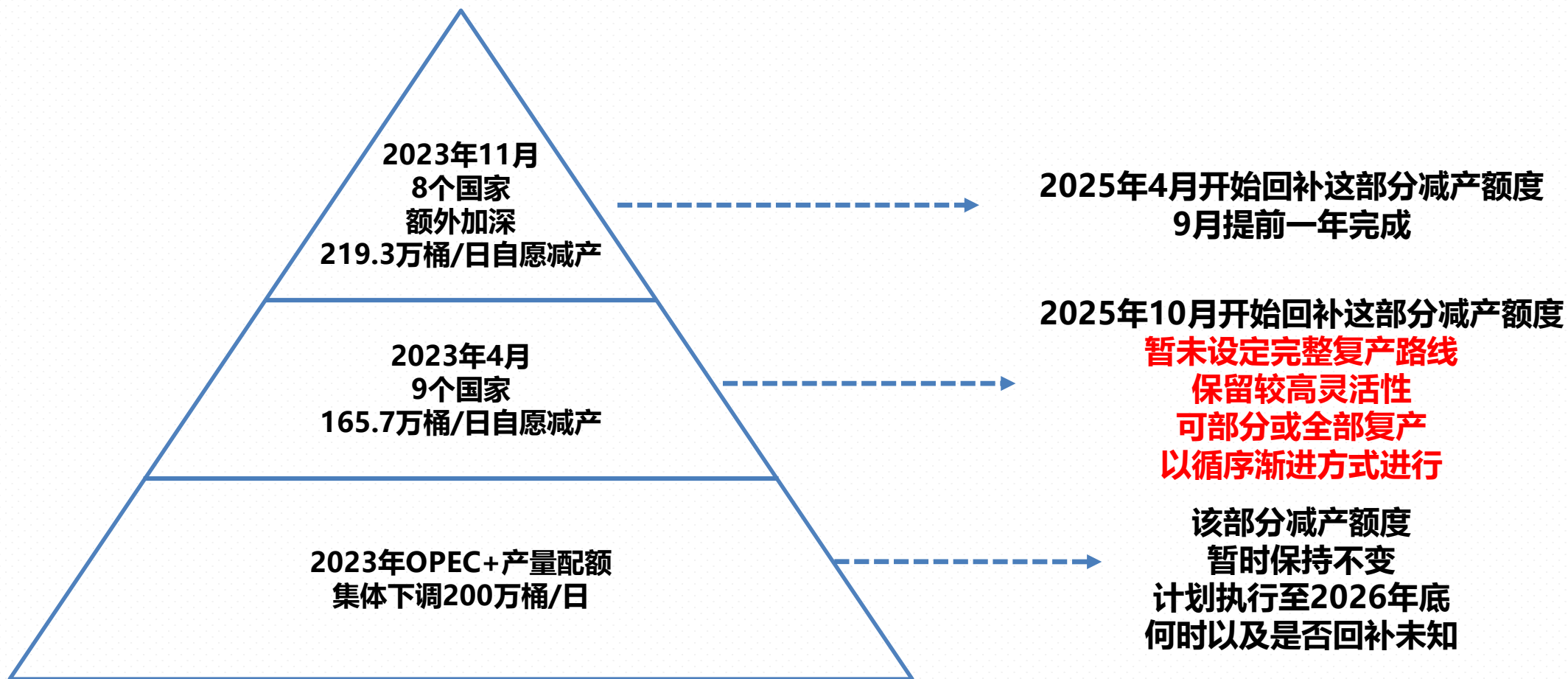


数据来源：IEA，齐盛期货整理

原油市场关键指标展示——受原油供应危机影响，IEA大幅下调2026年全球石油需求预期，EIA和OPEC预期稳定。2027年需求预期则小幅上调。



原油市场关键指标展示—— OPEC+去年10月启动第二阶段复产



原油市场关键指标展示—— OPEC+4月重新启动增产

2026-03-01 周日 20:05:43

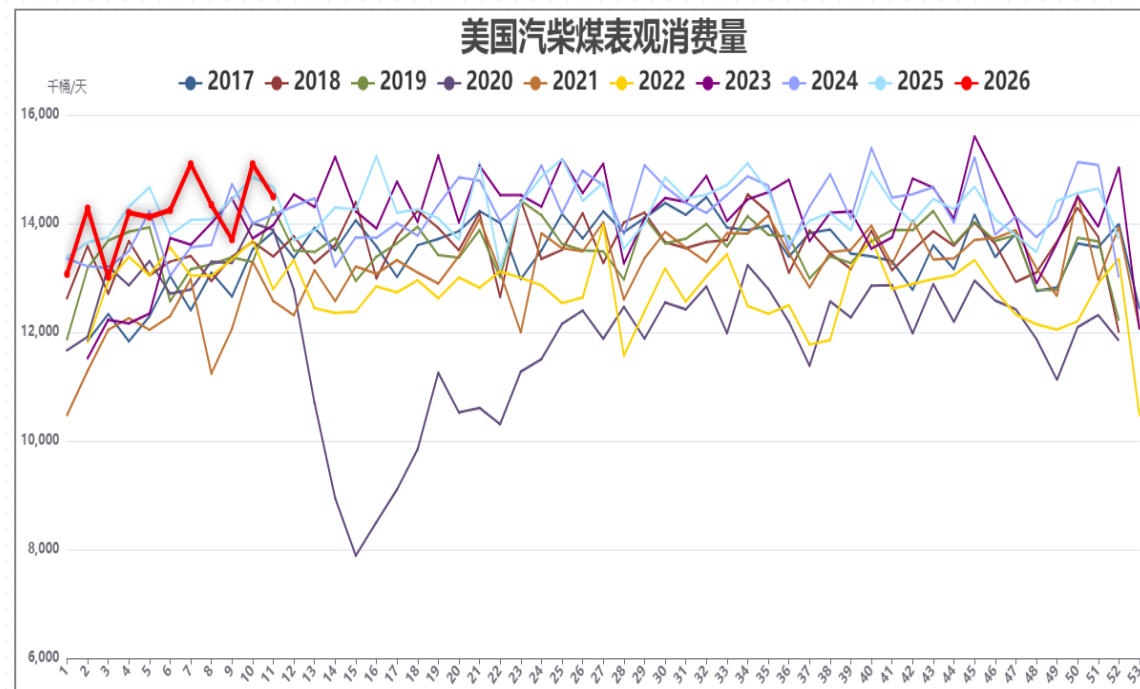
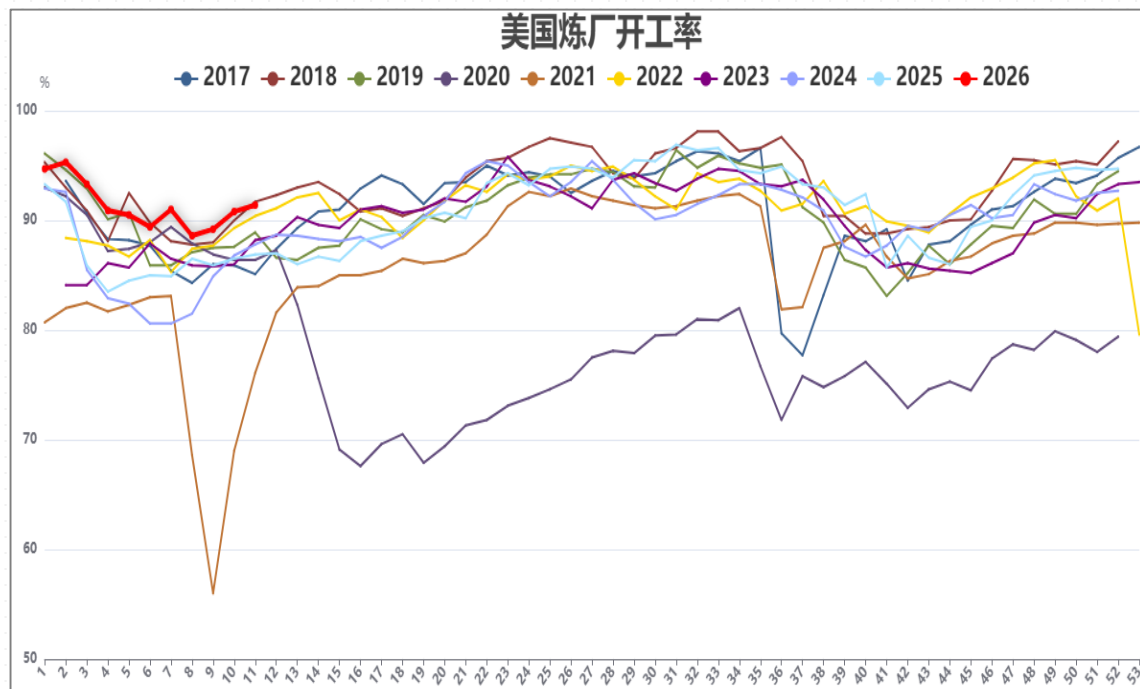
欧佩克+确认4月增产20.6万桶/日 重申将根据市场状况保持充分灵活性

金十数据3月1日讯，鉴于全球经济前景稳定且当前市场基本面健康（表现为低石油库存），欧佩克+决定恢复“逐步取消2023年4月宣布的每日165万桶的额外自愿减产”的计划，并同意进行每日20.6万桶的增产。每日165万桶的产量可部分或全部恢复，具体将根据不断变化的市场情况逐步进行。这些国家将继续密切监测和评估市场状况，并在持续支持市场稳定的努力中，重申了采取审慎方针并保留充分灵活性以增加、暂停或逆转逐步取消自愿减产计划的重要性。

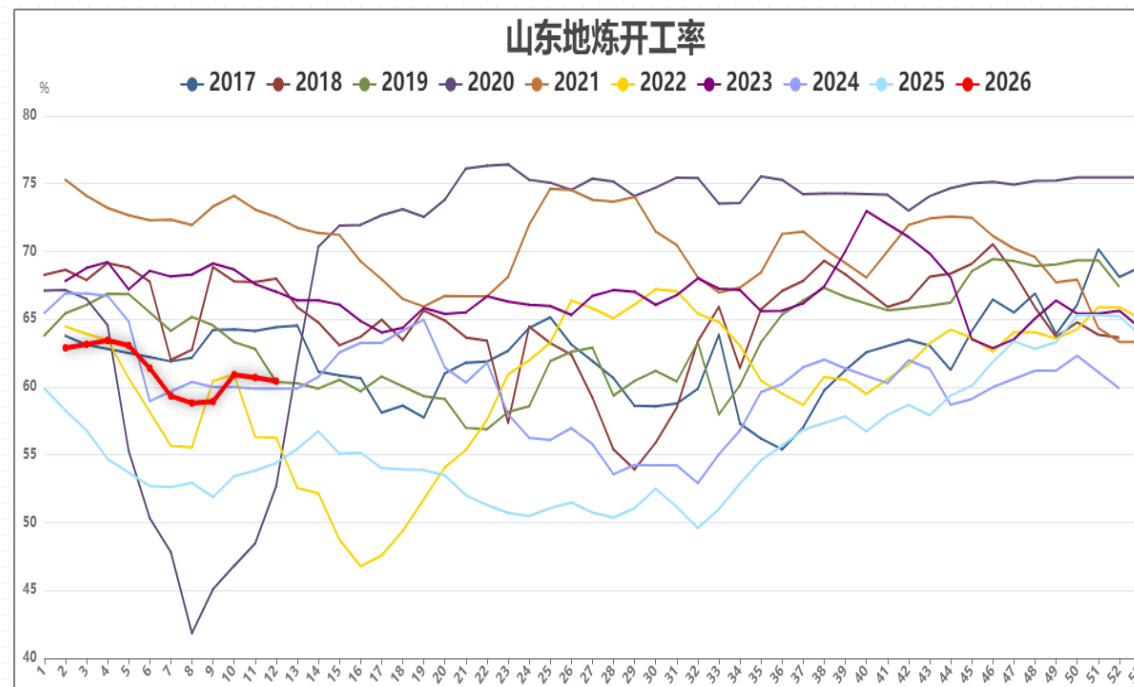
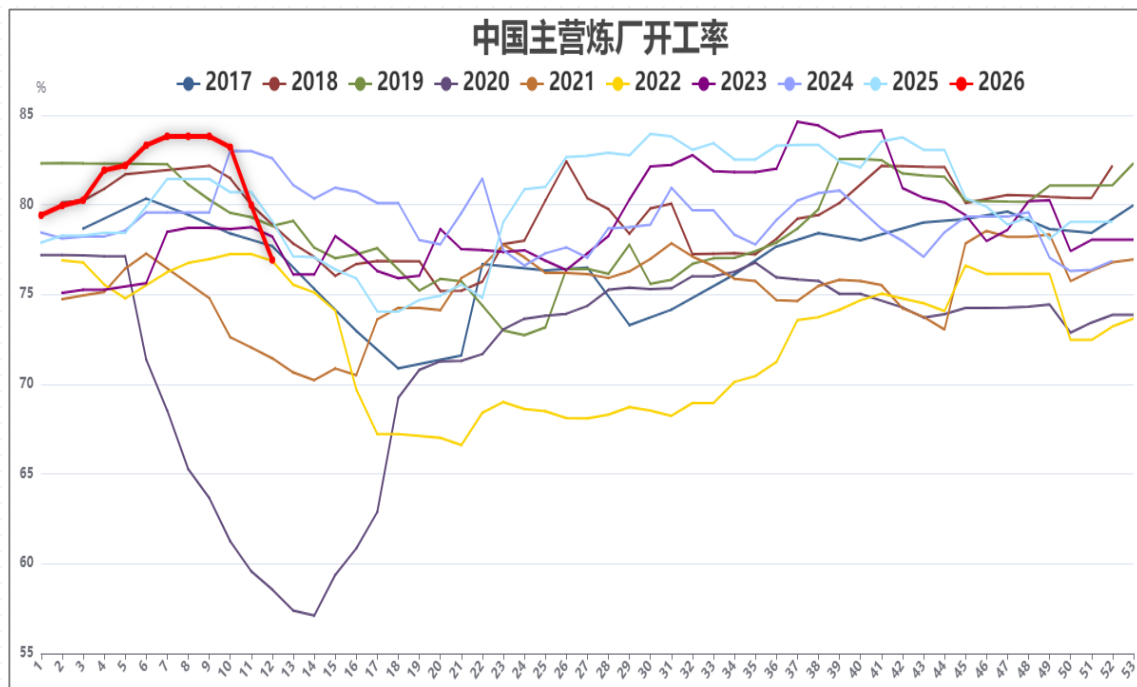
原油市场关键指标展示——OPEC+8国增产完成率欠佳

OPEC+8国增产完成率											
时间	2025年4月	2025年5月	2025年6月	2025年7月	2025年8月	2025年9月	2025年10月	2025年11月	2025年12月	2026年1月	2026年2月
阿尔及利亚	0.00%	81.82%	75.00%	67.86%	70.00%	78.43%	78.18%	88.14%	92.06%	87.30%	96.83%
伊拉克	-200.00%	-118.37%	-52.33%	-70.49%	15.79%	34.55%	46.41%	29.80%	47.99%	61.90%	73.26%
科威特	-87.50%	6.67%	26.42%	40.00%	66.67%	68.89%	89.04%	91.67%	92.22%	95.21%	95.81%
沙特	85.71%	99.55%	101.29%	101.44%	96.02%	99.80%	99.62%	100.55%	98.76%	99.91%	102.04%
阿联酋	19.23%	33.98%	63.89%	89.88%	88.06%	89.85%	89.05%	90.35%	87.78%	90.38%	96.39%
哈萨克斯坦	-820.00%	-338.89%	-53.13%	-80.43%	-78.13%	-3.66%	-163.64%	-110.53%	-286.14%	-662.38%	-371.29%
阿曼	300.00%	88.89%	75.00%	91.30%	93.94%	92.86%	100.00%	106.12%	101.92%	101.92%	107.69%
俄罗斯	42.31%	13.33%	30.05%	57.25%	55.46%	72.40%	75.44%	73.47%	56.04%	45.30%	35.91%
OPEC+8国	-1.45%	31.08%	56.62%	65.16%	71.62%	81.17%	78.12%	78.67%	69.19%	56.05%	67.63%

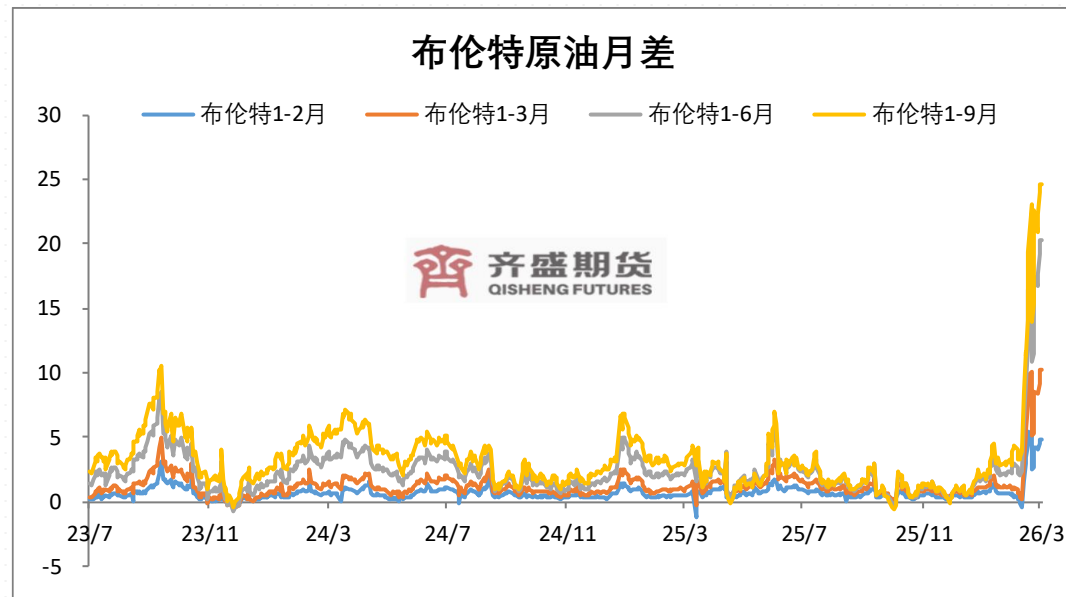
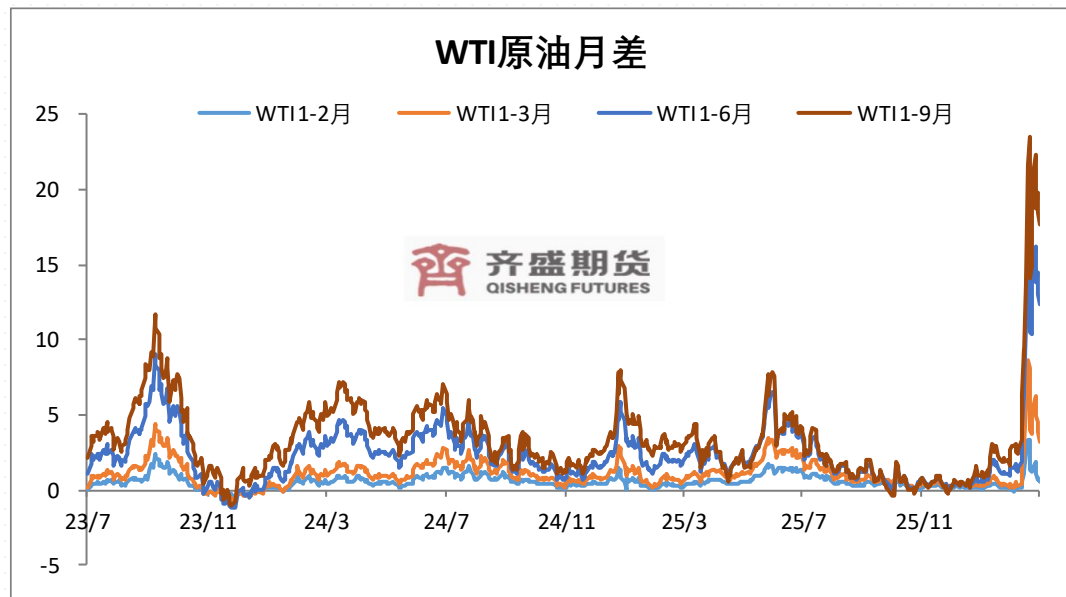
原油市场关键指标展示——汽柴油裂解利润维持高位，导致今年美国炼厂春检力度弱于往年同期。从季节性来看，炼厂已经结束检修，开工负荷将季节性回升。同时，美国成品油需求总体保持强势，进一步支撑炼厂高位开工。



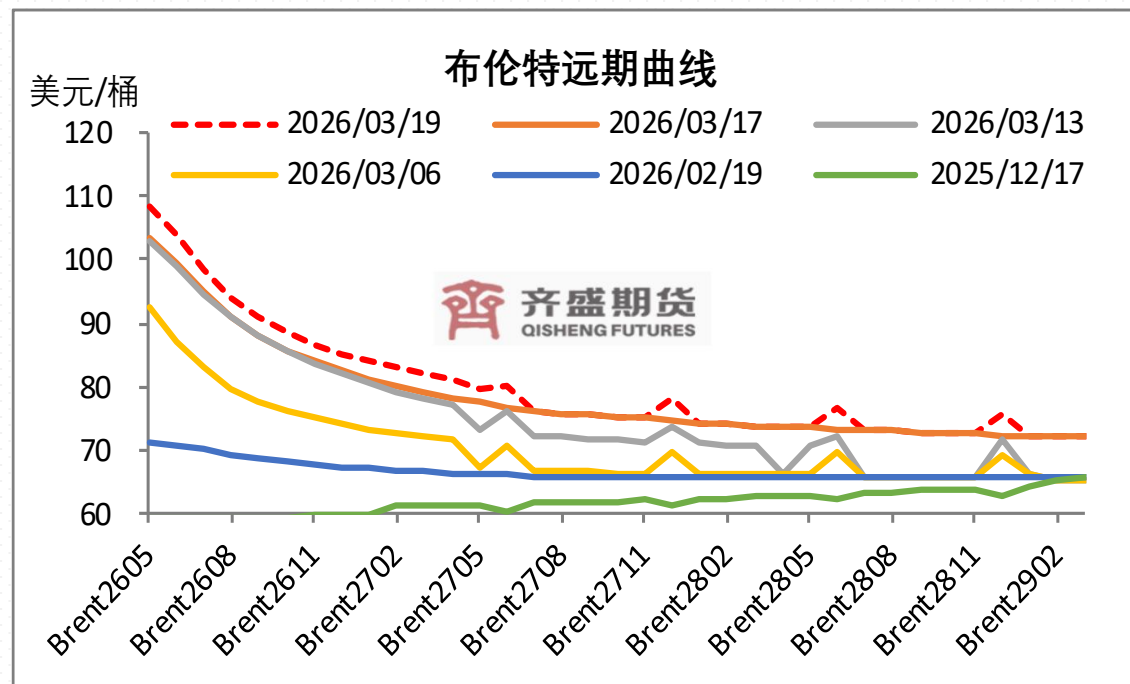
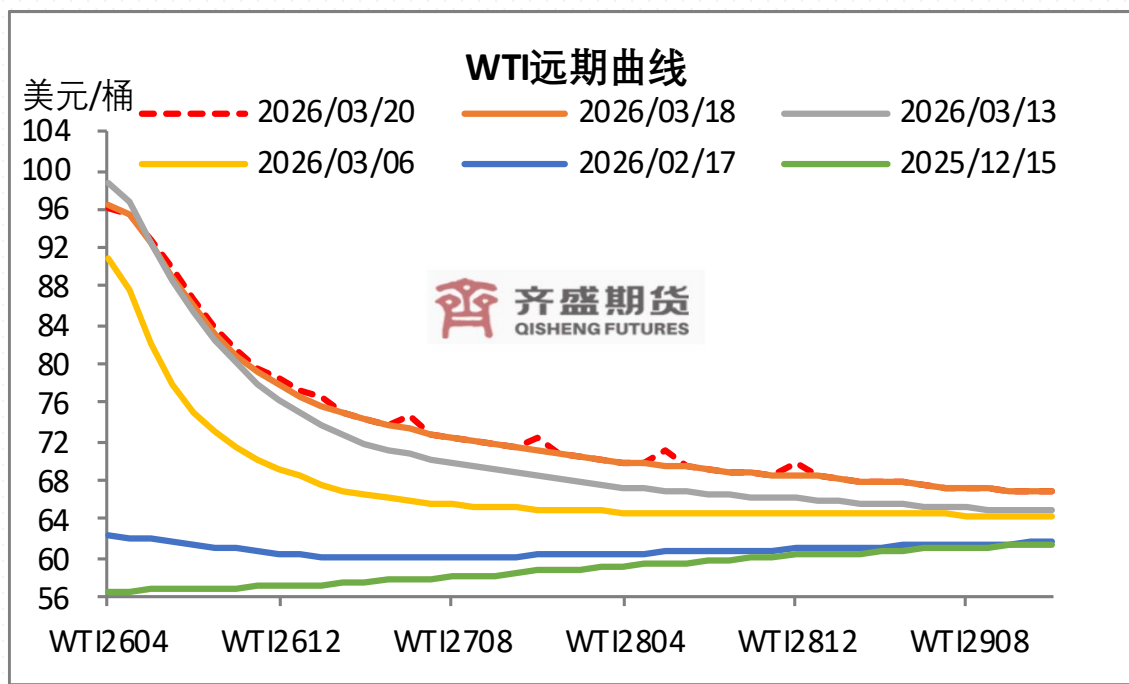
当前原油市场关键指标展示——受美伊冲突，海峡封锁影响，国内主营炼厂开工负荷显著降低，相对而言地炼开工负荷暂时稳定，但仍要观察海峡封锁的延续性。



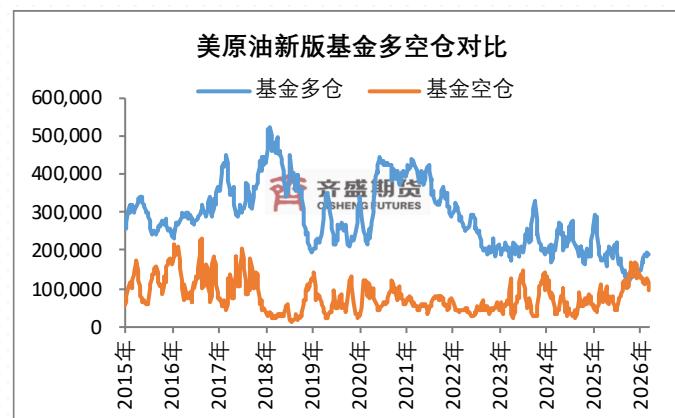
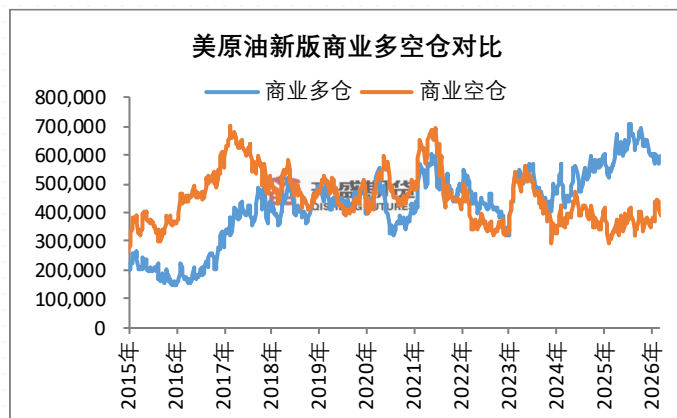
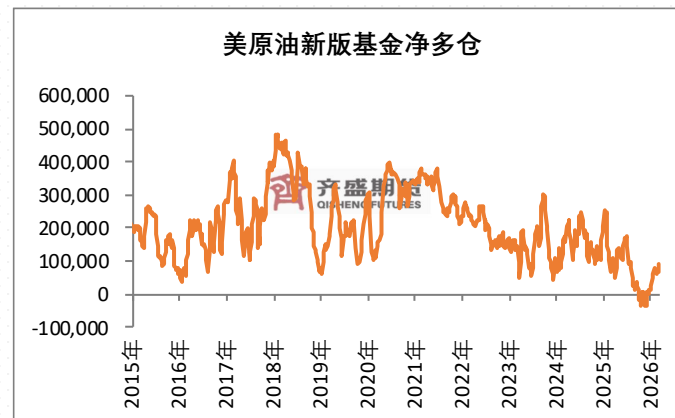
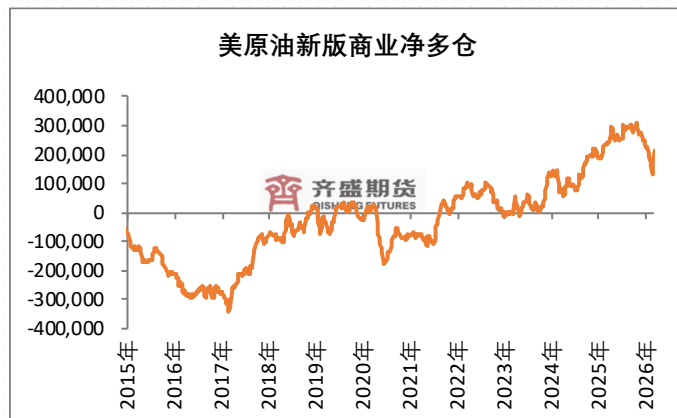
当前原油市场关键指标展示——地缘风险尚未解除，原油月差保持坚挺，但欧美原油月差走势出现分化，对应盘面也出现强弱分化。布油总体表现强于美油。



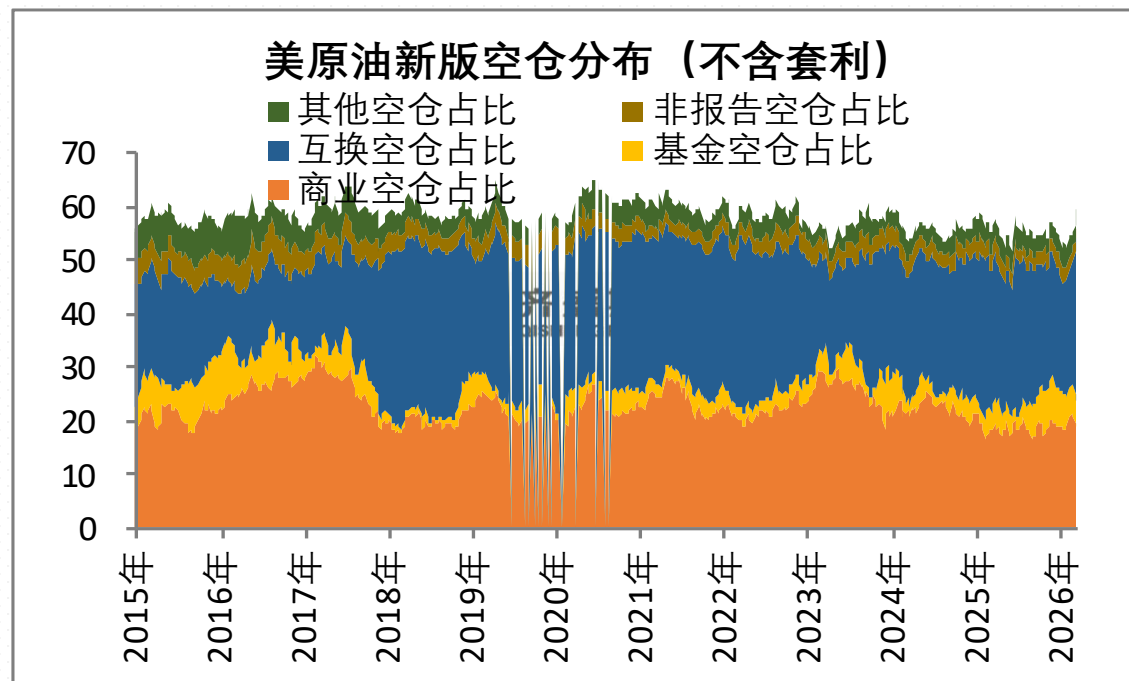
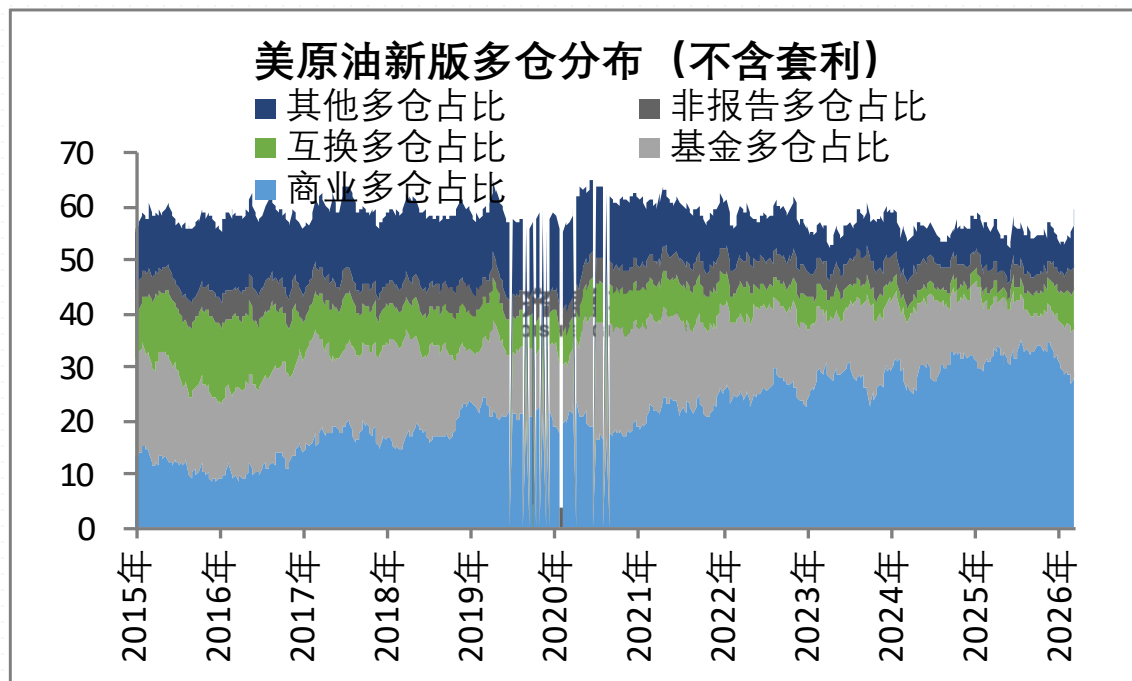
当前原油市场关键指标展示——原油盘面短线快速拉升，带动近端back结构加深。
WTI远端价格锚定62美元，布伦特远端锚定65美元。



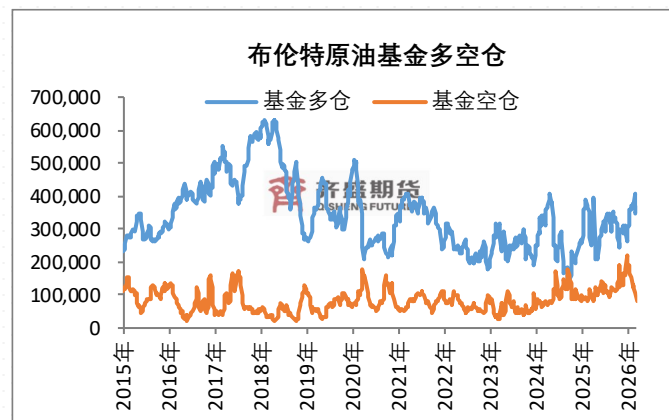
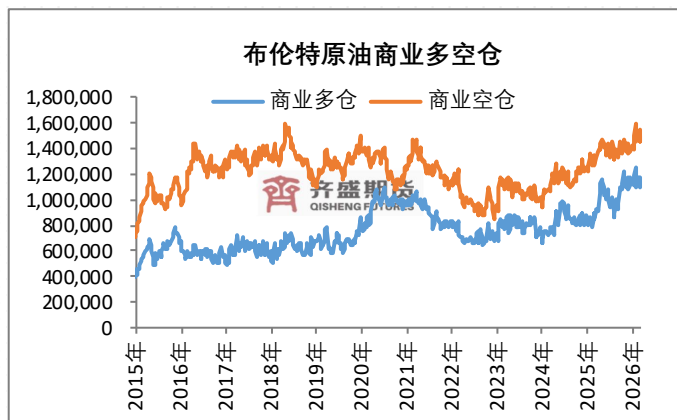
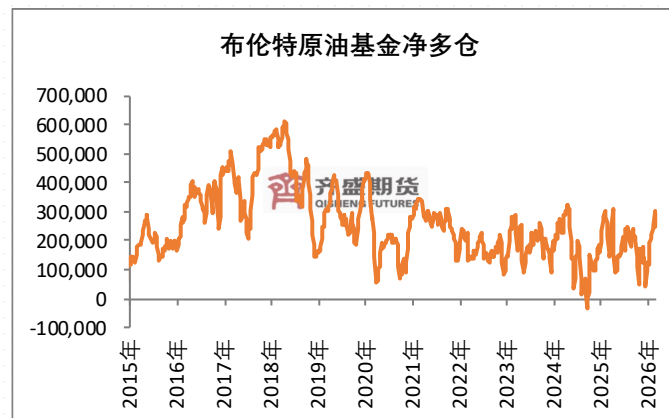
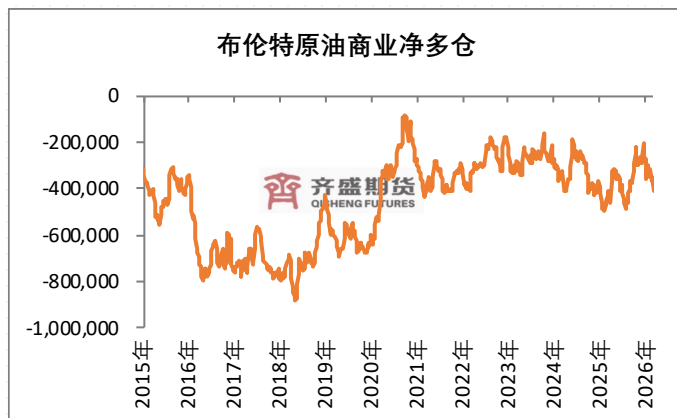
当前原油市场关键指标展示——美油基金净多仓增加，商业净多则显著降低。



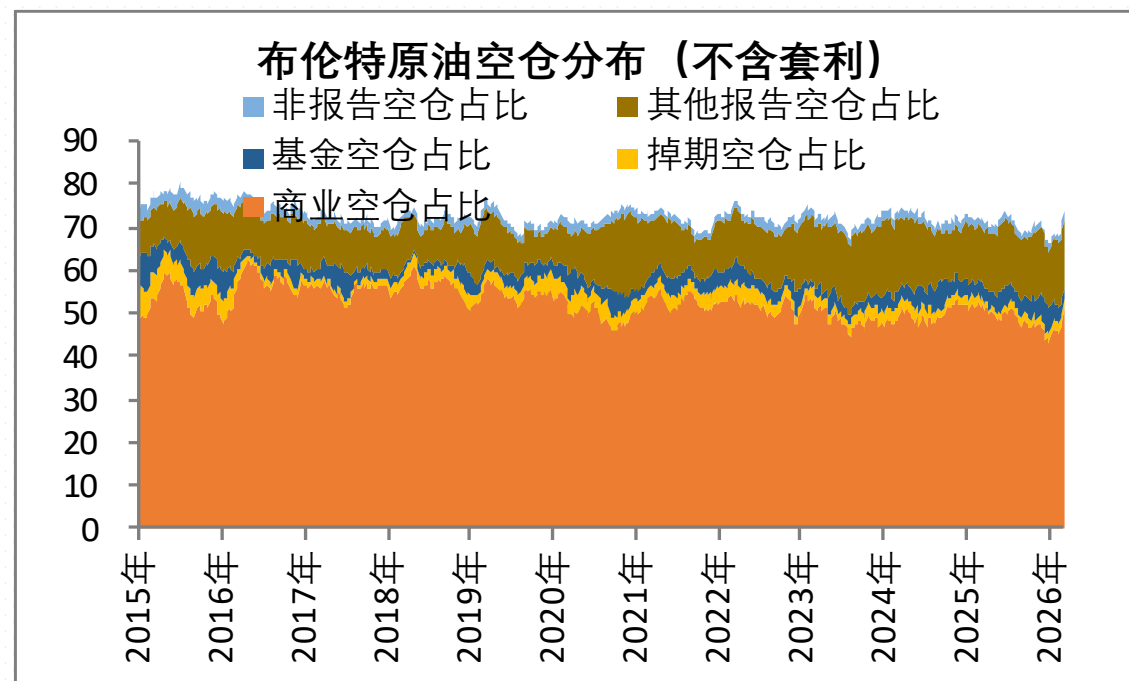
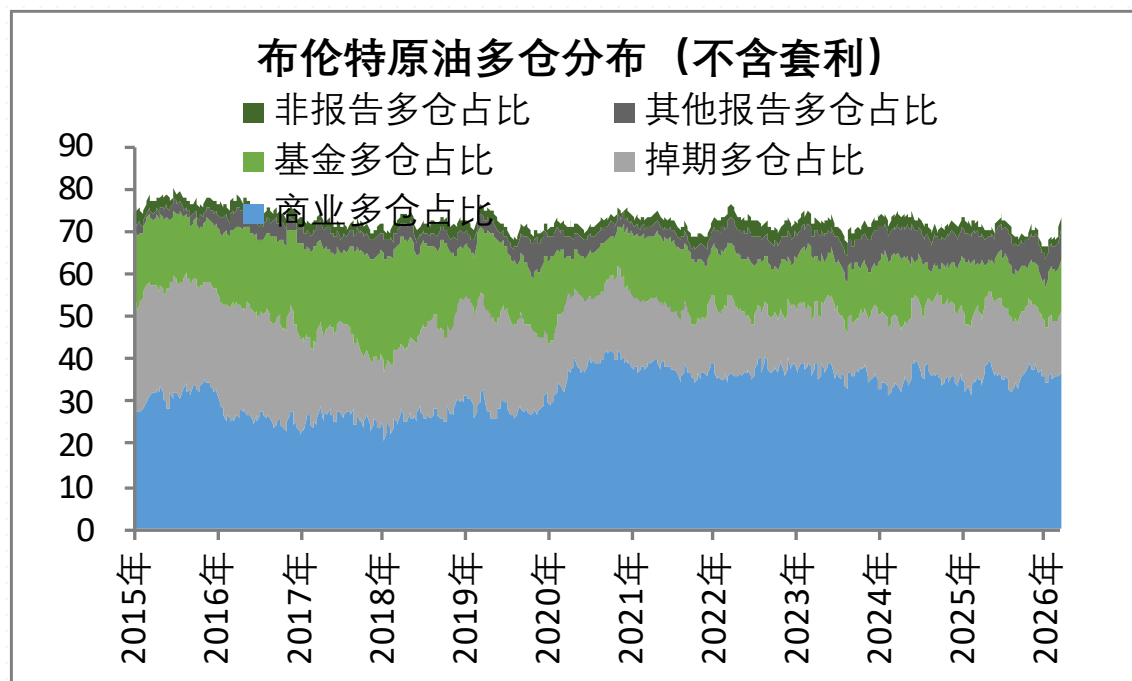
当前原油市场关键指标展示——美油多空持仓分布中，商业持仓占比占据主导，尤其是多头持仓分布中，商业多仓占绝对主导。互换头寸则更多的分布在空头持仓当中。



当前原油市场关键指标展示——布油基金净多增加，商业净多减少。



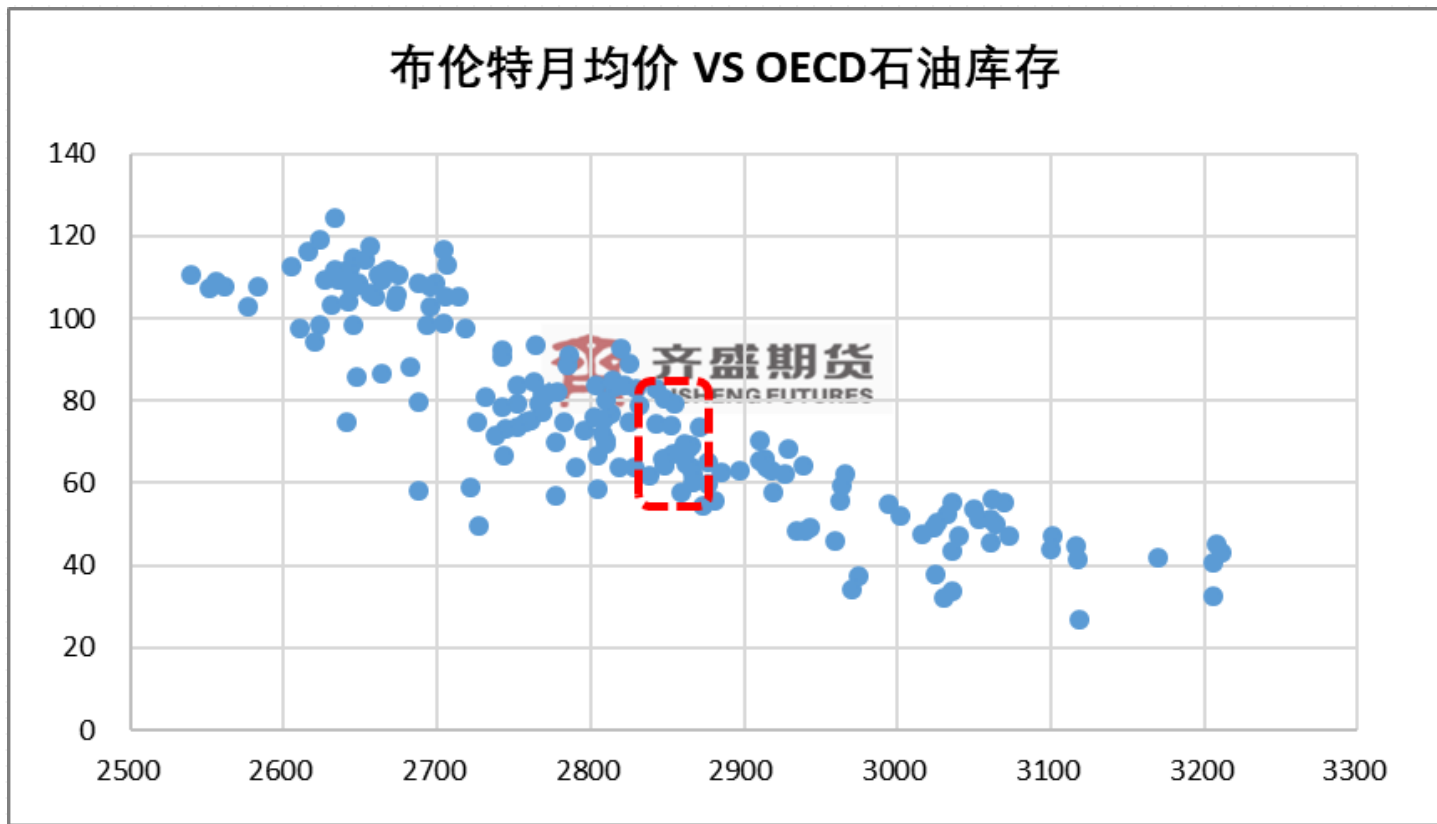
当前原油市场关键指标展示——布油多空持仓分布中，商业持仓占据主导，尤其是空头持仓分布中，商业空仓占比占绝对主导，相对而言，基金和非报告持仓占比偏低，基金和散户更倾向于做多。



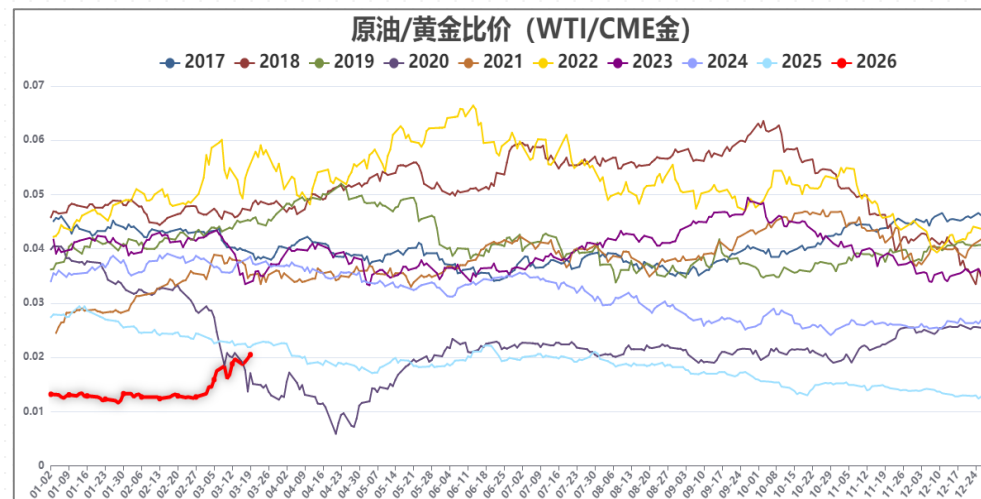
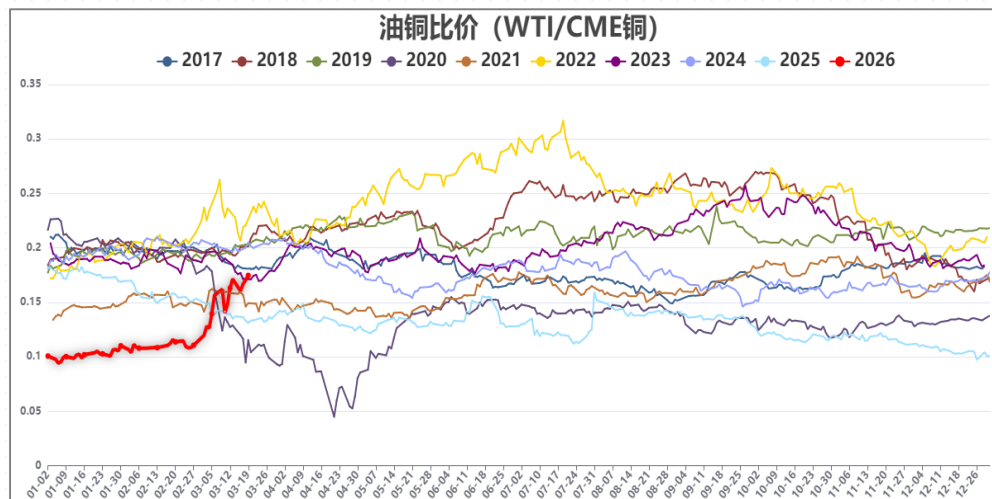
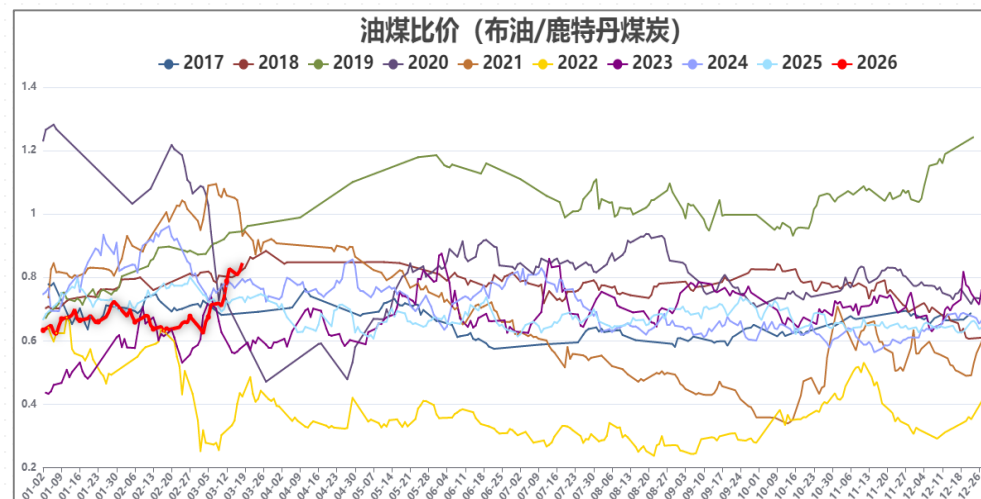
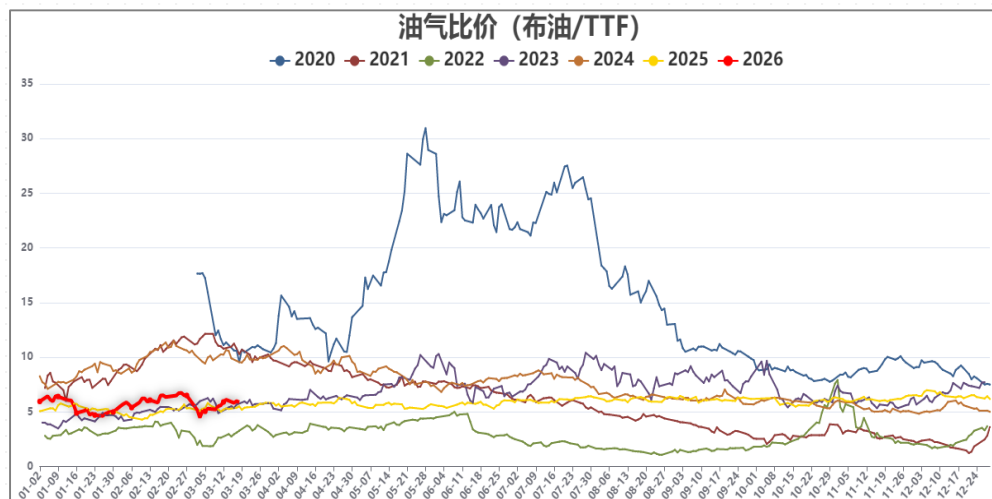
当前原油市场关键指标展示——美伊冲突带动油价突破中性估值区间



当前原油市场关键指标展示——以OECD库存水平来看，当前油价处于高估状态。



当前原油市场关键指标展示——近期原油暴涨带动油铜比和油金比修复，同时油煤比升高，油气比则保持稳定。



数据来源：同花顺，齐盛期货整理

免责声明

本报告内容形成采用的基础数据信息均来源于公开资料，我公司对这类信息的准确性和完整性不做任何保证，也不保证所包含的信息和报告中得出的结论及给出的建议不会发生任何变更。我们已力求报告内容的客观、公正，但文中的观点、结论和建议仅供参考。交易者据此做出的任何交易决策与本公司和作者无关，本公司不承担交易者对此作出交易决策而产生的任何风险，亦不对交易者作出此类交易决策做任何形式的担保。本报告版权为我公司所有，未经书面许可，任何机构和个人不得以任何形式对本报告全部或部分内容翻版、复制发布，如引用、刊发，须注明出处为山东齐盛期货有限公司，且不得对本报告进行有悖原意的引用、删节和修改。未经授权的侵权行为与我公司无关，我公司对侵权行为给公司造成的声誉、经济损失保留追诉权利。



◀ 扫码关注齐盛期货 ▶