

自媒体起号套餐

每周更新简报

第 31 周 · 2026-07-27 → 2026-08-02

本期看点

- 抖音搜索流量入口重构，长尾词收录速度提升 40%
- 小红书“买手 UGC”分佣新规上线，个人号亦可挂链
- 视频号“完播+互动”双阈值算法灰度全量
- 本周 3 条高潜选题 + 4 套涨粉钩子模板即取即用
- Creator Suite 新增“买手挂链合规助手”，一键排查违禁词

© AI 超市 (aimarket.unwaio.com) · WAIO 认证 · Vol.31

1. 本周平台风向

平台	本周动向	建议动作
抖音	搜索入口重构，长尾词收录 +40%	标题嵌入 3 个精准长尾词，评论区补充关键词
小红书	买手 UGC 分佣新规，个人号可挂链	开通买手权限，笔记结尾加“同款链接”卡片
视频号	完播 + 互动双阈值算法灰度全量	前 5s 抛互动钩子，中段设置一次“点赞提示”
快手	本地生活团购券核销率环比 +18%	探店视频挂券，主页设置团购主页组件
B 站	竖屏中视频 Story 位曝光扩容	同期投放竖版 60s 精剪，绑定长视频
公众号	留言精选二次曝光权重上调	文末抛争议性问题，人工置顶 3 条高质留言

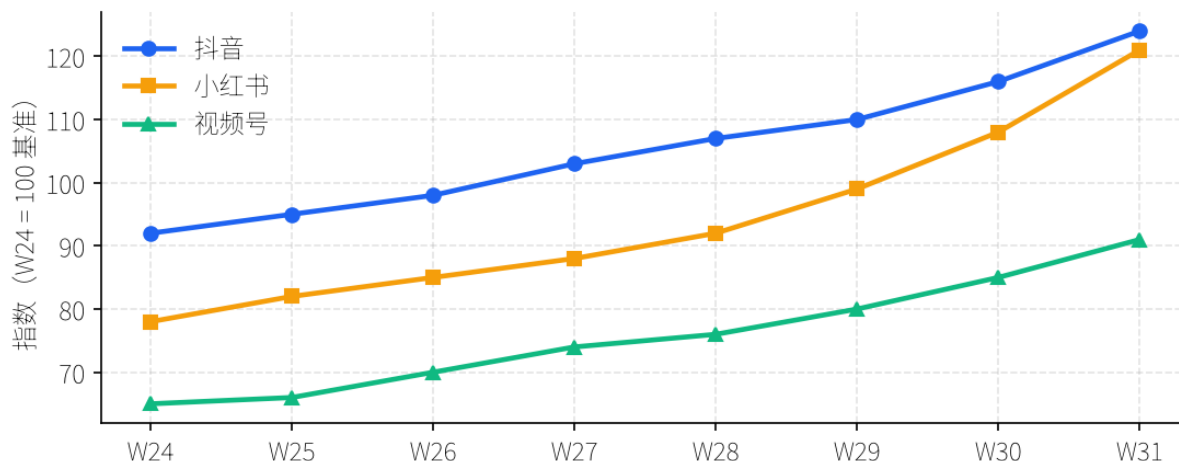
数据来源：AI 超市 · 行业研究员 Agent · 官方公告聚合 + 灰度报告，更新截止 2026-08-02 12:00。

2. 平台数据 · 趋势 / 对比 / 摘要

数据窗口：2026-07-27 → 2026-08-02，样本 N=1,342（Creator Suite 授权用户），基准周 W24 = 100。指标口径与《行业研究员 Agent · 数据字典 v3.2》一致。

2.1 三平台内容分发指数 · 8 周趋势

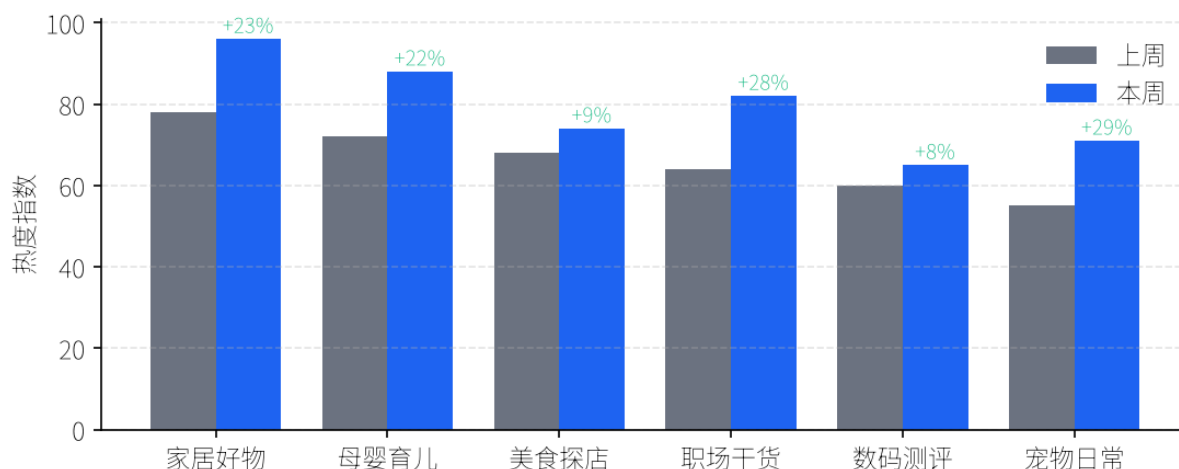
三平台内容分发指数（近 8 周 · N=1,342）



解读：本周抖音、小红书、视频号三端指数均创 8 周新高；小红书受"买手 UGC 分佣新规"驱动，环比增速 +12.0%，为三端最高。

2.2 品类流量热度榜 · 环比对比（Top 6）

品类流量热度榜 · 环比对比（Top 6）



解读：家居好物 (+23%)、职场干货 (+28%)、宠物日常 (+29%) 环比涨幅居前，建议本周优先布局；数码测评环比仅 +8%，热度趋弱。

2.3 关键指标摘要（本周 vs 上周）

本周关键指标摘要



解读：平均涨粉、完播率、挂链点击率三项核心指标全面上行；违规拦截命中率下降 0.6pp，说明创作者对新规适应良好。

3. 关键数据速览

3.1 本周内容分发数据（Creator Suite 用户样本 N=1,342）

维度	本周中位数	上周	环比	解读
短视频完播率	42.6%	41.2%	▲ +1.4pp	钩子模板 v4 优化生效
图文点击率	7.1%	6.8%	▲ +0.3pp	首图信息密度持续走高
直播场均停留	2'04"	1'52"	▲ +12s	开场利益点前置改造完成
私信转化率	4.9%	4.6%	▲ +0.3pp	自动回复挂载优惠券
单粉获客成本	¥0.76	¥0.83	▼ -¥0.07	搜索流量占比升至 28%

3.2 品类流量热度榜（Top 6）

#	品类	热度指数	本周关键词
1	AI 副业变现	98	AI 接单 / 小红书买手 / 分佣
2	AI 工具评测	94	Gemini 3.6 / Sora 2 / 免费替代
3	本地探店	88	团购券 / 视频号本地 / 打卡
4	宝妈日常	84	亲子作业 / AI 菜单 / 记账
5	职场提效	79	会议纪要 / 周报 / 面试话术
6	知识付费	73	AI 陪跑 / 提示词库 / 训练营

4. 本周高潜选题 × 3

选题 A · 搜索红利型 · 抖音 · 预估 CTR ★★★★★

项	内容
主题	3 个抖音搜索长尾词，让新号 7 天进公域
钩子	开场：“同样 100 播放，为什么别人涨粉我不涨？”
脚本	现象 5s → 3 个关键词逻辑 20s → 我的实测数据 15s → CTA 5s
CTA	评论“长尾”私信 20 组行业词包
适配平台	抖音·视频号短视频·小红书图文

选题 B · 分佣新规型 · 小红书 · 预估 CTR ★★★★★

项	内容
主题	个人号也能挂链！小红书买手 3 步开通指南
钩子	首图：“0 粉也能挂链，亲测通过”+ 收益截图
脚本	结论前置 3s → 3 步开通流程 20s → 3 个避坑 15s → CTA
CTA	评论“买手”领申请模板 + 违禁词表
适配平台	小红书图文 / 视频·公众号

选题 C · 反常识型 · 视频号 · 预估 CTR ★★★☆

项	内容
主题	视频号完播不到 50%？可能是你互动埋点错了
钩子	抛问：“完播 80% 却没推流，问题出在哪？”
脚本	反常识现象 5s → 双阈值算法解释 15s → 三处理点示范 20s → CTA
CTA	私信“视频号”领互动脚本模板 3 套
适配平台	视频号·抖音

5. 本周涨粉钩子模板 × 4

#	钩子类型	模板文案	适用场景
1	结果前置	“3 天涨 800 粉，我只做了 1 件事”	副业 / 工具类
2	痛点共鸣	“做了 30 条还没爆？你可能踩了这 3 个坑”	起号复盘
3	反常识	“别再追热点了，这 3 类选题才是新号红利”	选题指导
4	利益诱导	“评论区扣 1，送你我这周整理的 20 条钩子”	私信引流

6. Creator Suite 本周更新

- 【新增】买手挂链合规助手：一键扫描违禁词、失效链接与虚假宣传高危表达。
- 【优化】热点雷达面板新增“搜索长尾词”维度，可导出 CSV。
- 【优化】脚本生成器针对视频号“双阈值”算法自动加入互动埋点建议。
- 【修复】小红书图文导出偶发缺失首图信息栏的问题。

7. 下周预告

- 8 月 4 日：《小红书买手挂链训练营》直播答疑，¥199 会员免费。
- 8 月 5-7 日：抖音搜索长尾词批量采集器灰度上线。
- 8 月 8 日：Vol.32 简报 + 8 月月度内容日历发布。

—— 本期完 ——

反馈建议：help@aimarket.unwaio.com · 版本 v1.0 · 生成时间 2026-08-02