

拿来就用的爆款 笔记内容+选题公式



新手做小红书常见问题

现在入局
小红书晚不晚？

什么赛道
比较火？

新手
怎么起号？

怎么提升
账号权重？

为什么
我没有流量？

笔记是
怎么推流的？

要不要刷
“垂直账号”？

发图文笔记
还是视频笔记？

目录

PART 01

笔记的流量模型解读

PART 02

爆款笔记内容公式

PART 03

选题库搭建方法

PART 01

笔记的流量模型解读

笔记的流量分布



发现页



关注页



同城页



搜索页

*内容来源讲师经验，仅供参考

①笔记的核心数据指标解读



新号做笔记，3个认知要纠正



挂链接的笔记会被限流



挂链接的笔记流量不好



数据不好直接删除

●
笔记挂链接不会被平台限流，流量不是判断和提升商销的唯一依据

●
笔记挂链接不会影响笔记的流量和账号的曝光，注意规范即可放心写

●
账号保留内容更需要从用户的阅读体验、下单的心理路径等出发

6大笔记常见违规场景

笔记内容非原创

搬运其他消费者种草笔记（整篇 or 片段）、或者同个内容在多账号发布。

笔记内容画风出现问题

内容低差、环境脏乱、人物形象不佳、擦边球。

导流等不正当行为

笔记标题、正文或评论区含有其他平台店铺号、二维码、引导站外交易。

6大笔记常见违规场景



商品描述不合规

虚假宣传（商品功效、价格等和描述不一致；
虚假体验（虚假包装消费者体验）；
伪科学标题（过度宣传产品效果）。



抽奖笔记违规

限制参与人员/地区；
诱导点赞评论转发等行为；
抽奖笔记与抽奖活动内容（开奖时间、奖品等）不一致等。



笔记内容和商品不符合

笔记图文内容，要与所挂商品链接相符合；
图文不一致、品牌不一致、款式不一致，都容易被判为不相符

①第一步：言之有物、看之有用的主题是吸引用户的制胜法宝

对不起 我们正宗丹东99草莓又降价了
是谁找到了去黄提亮的百元水乳我不说！
夏日防晒罩衫，阳光下自由出行，不捂汗
均价2元的穷鬼版收纳好物

卖点可视化

成分来源、用料材质、
应季上新、高性价比

建议所有二胎宝妈都进来学一下！
方圆脸必看！这样带耳饰巨巨显脸小！
坐标武汉，打工人必吃的一家宝藏店铺
正在给父母买保险的人，这些坑千万避开

使用人群+场景

宝妈、打工人、学生党、儿童...
+
客厅、宿舍、通勤、旅游...

数字化信息

x元、x天、x件、x步

*内容来源讲师经验，仅供参考

①第二步：好看笔记封面是用户点击的第一要素



**美观
吸睛**

高清自然
配色好看

**突出
亮点**

直观传达
主题标注

**文字
信息**

一目了然
搭配协调

④ 第三步：视频/图片全方位展示产品是商品笔记的基本要求

图文笔记/视频笔记



这个猫猫咖啡奶茶杯我爆赞一万次

呜啦啦啦啦啦

2423



西梅——秋日里最浪漫爽口的紫色果子 #西梅 #...

【一席一果】去看看

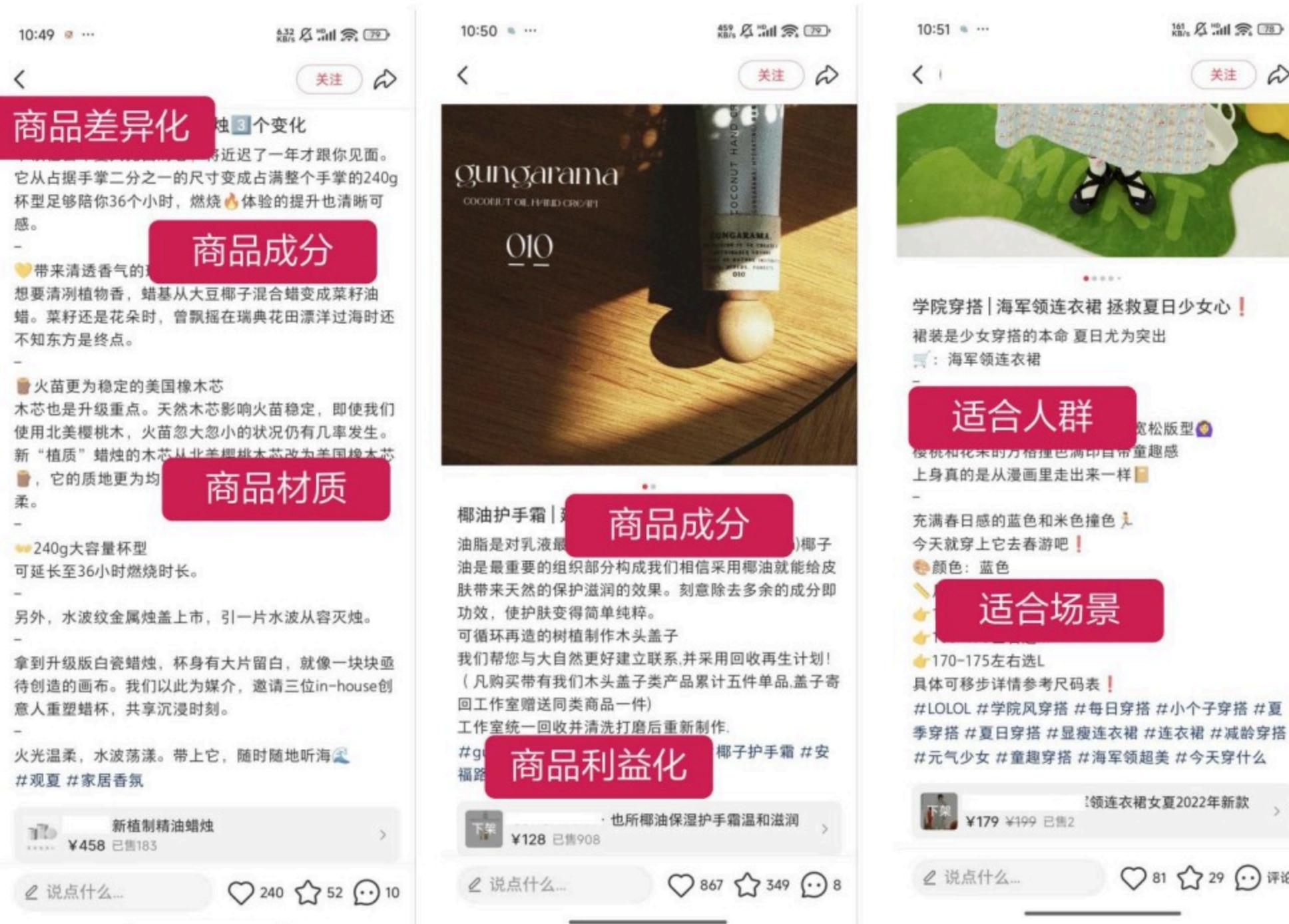
说点什么...

1777 124 99

- ✓ 尺寸建议比例为3: 4
- ✓ 将产品置于生活化场景中进行拍摄
- ✓ 画风统一，不要高度P图
- ✓ 适当增加产品优势文字

*内容来源讲师经验，仅供参考

第四步：内容原创利他，突出用户痛点和产品卖点是必杀技



商品笔记内容需为**原创**，以此构建**品牌调性和“人设”**，做出**差异化**



文案内容要易读，通过**分段、标点、空行、增加表情符号**来实现结构分明的段落感

第五步：添加话题是用户搜索、流量精准获取的导向标

我每天都会吨吨吨2000ml以上的水。☕这两个月掉头发便秘啥的我都没遇到，体重很自然的就下来了，碳水后置+拉高蛋白质就是牛啊！

#掉秤 #不运动减肥 #减肥方法 #变瘦变美变好看 #健康减肥 #减肥减脂吃这些 #减脂日记

从民宿老板到老洋房经纪人，我在上海梧桐区这些年的亲身经历和创业体验。为什么我喜欢上海老洋房

#上海老洋房 #上海老公寓 #上海老建筑 #花园洋房 #室内设计 #家居美学 #审美 #浪漫生活的记录 #武康路 #安福路

新款爱丽丝森林和精灵密语
是和全球高奢品牌设计师Katy Smail联合设计的
颜值绝美！还自带胸垫~
在家穿睡衣怕凸点的可以看看这两款~
顺便姐妹们帮我看看
这4款里哪件我穿的最好看哇🍓

#月子服 #月子服推荐3月份 #哺乳睡衣 #日常分享 #孕期穿搭

✓ 带上与产品、内容相关的话题，能大大提升笔记的流量

✓ 话题个数建议5~15个

第六步：巧设问题引导用户互动评论是小心机



✓ 投票 (PK、投票)
添加组件 (群聊、直播)

✓ 持续对评论区进行关注维护，及时
回复粉丝问题、处理负面评论

✓ 置顶评论引导用户至私信、群聊、
商品、店铺

第七步：商品橱窗信息露出是促成交易的临门一脚

点击 【发布按钮】 / 【编辑】 普通笔记



点击 【添加商品】



选择 【关联商品】



点击 【发布笔记】



*内容来源讲师经验，仅供参考

↗ 在评论区发布商品链接步骤

点击【回复】

点击【商品】

选中商品点击
【添加】

点击【发送】

用户点击
【蓝字】

一键购买



*内容来源讲师经验，仅供参考

PART 03

爆款笔记内容公式

合集种草



优势：信息量大，满足用户“一站式获取”需求

内容公式：2/3/4/9宫格拼图+花字（必备合集、好物分享等）

适用赛道：美食、家居、母婴等

测评对比



5个棒球帽挑选技巧！显头圆 遮颧骨 🐱



12.2万



3.8万

优势：通过直观对比强化效果差异，
激发用户好奇心

内容公式：左右/上下分屏展示对比结果+大而鲜明的花
字（关键差异点、直击痛点等）

适用赛道：时尚、美容、运动等

↗ 攻略教程

3个月完工！保姆级装修流程表

一、装修前准备

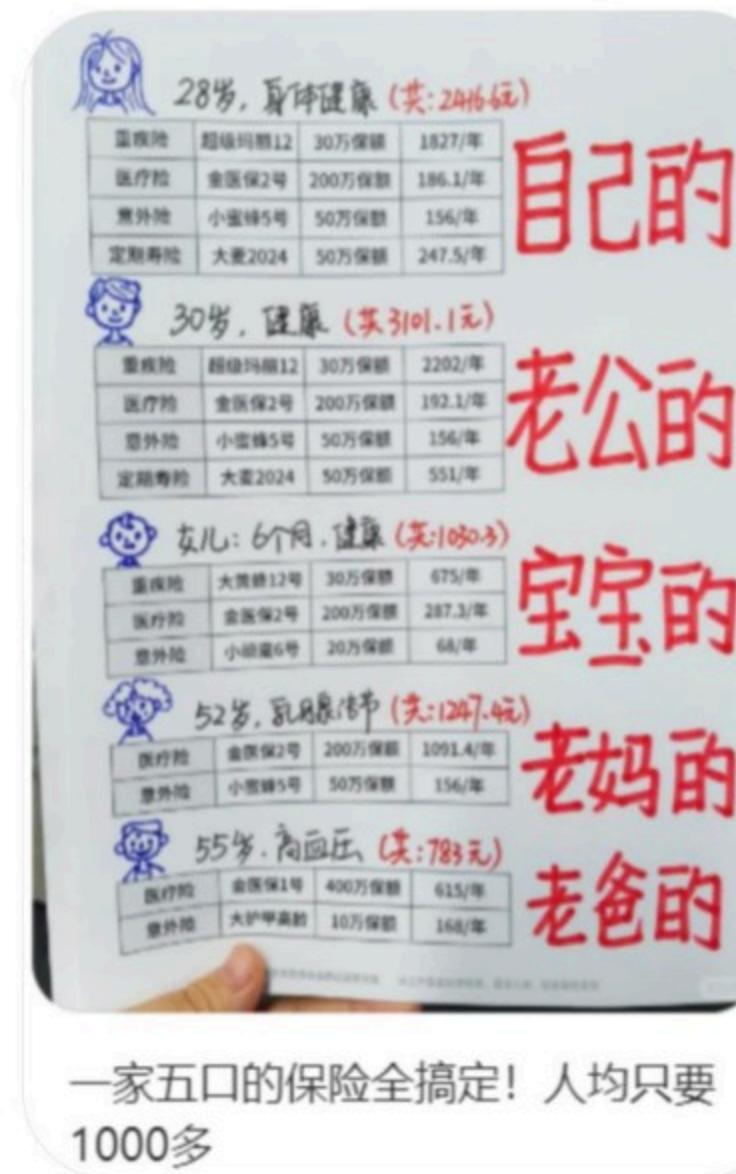
序号	装修项目	工期	内容
1	确定预算	交房期+1-2个月	一看图纸，核算预算的80%，根据预算再算出20%。存留银行卡。一般人工和材料的耗用，占比预算的45%，余款占55%。其他费用，比如下楼梯，就是你装修预算中占比在15%左右。
2	约量需求		量取的墙面、风格、户型、户内等情况。
3	选择预算方式		目标预算书。手册类住宅参考书。
4	选择的施工队/装修公司		大型装修公司需要在门口停，质量的保障，选好小白。装修队报价单看仔细，还要看合同里面的保修期。
5	办理装修许可证		物业公司办理，身份证件、房产证、身份证、施工方案、装修公司公司资质证的复印件。
6	告知邻居	1天	物业公司打印通知书通知，贴在入门门。
7	确认垃圾清运方式	0.5天	● 和物业确认剩余垃圾清运点，以及清运的周期 ● 和施工方确认垃圾清运的具体时间
8	开工交底	0.5天	①、土建、给排水、强电弱电、木工、管道设备、洁具、橱柜的第一轮交底。
9	搬箱进场封村	7天	●搬进进门框或拖进楼栋的电梯口 ●搬进电梯间、中间过道、楼梯、单元房、走廊等水电设备 ●走线位置：全屋走顶、厨房、卫生间 ●搬入式家电：冰箱、电视墙、油烟机、洗衣机、烘干机、壁挂马桶、入墙花洒

二、全屋拆改

序号	装修项目	工期	内容
1	强改改造	0.5天	●墙体扒改后的洞口做止水带，并用防腐漆的墙体涂料 ●拉槽开槽的水电、燃气管、烟道、上下口堵严止水带 ●拆除：拆除地面、下水管的堵头工作，以免堵塞
2	内墙	7-15天	●半墙墙体对不齐问题，顶面的横梁不能拆 ●敲开石膏板，锯掉石膏板的墙 ●拆除：拆除内墙的扣件固定螺栓 ●新建墙体要砌的扎实
3	铲墙皮	2-3天	●墙体涂料铲的深一点的区域还是红砖墙，以免产生缝隙 ●刮完的一层铲子是木头的 ●如果涂料铲的太浅，建议重新刷一遍
4	砌墙	7-15天	●打底层：找好的地脚、牢固的墙体进行砌筑的打底层 ●填充外侧的墙体砂浆，保证墙体的强度 ●小砌块砌体交接处的内部，必须0.6米嵌入一段长度不小于40厘米的U型拉筋，拉筋间距在墙体接槎处的厚度，建议距离不少于10厘米的灰缝 ●注意：不要砌这一些部位。 ●每层砌筑的高度不能超过21.5厘米。 ●砌体砌筑的垂直度与平整度的误差在4毫米以内。
5	选购水电材料	1天	购买强弱电箱、电气开关、漏电保护器、开关尺寸选择工具和电线电缆。
6	选购定制家具	1天	卫生间定定制，鞋柜是阳台飘窗上方的尺寸。因为沙发和床齐平，所以柜子。
7	选购厨电电器	1天	确认厨房电器和卫生间集成的橱柜的尺寸，厨房水电和橱柜的插座尺寸。

● 点赞较多

工长说：装修流程整得这么详细，赶紧收藏



一家五口的保险全搞定！人均只要
1000多

优势：直观展示操作步骤，降低用户学习门槛，提升收藏率

内容公式：表格/步骤图/流程图+手写字体/重点圈出

适用赛道：教育、装修、运动等

*内容来源讲师经验，仅供参考

产品开箱



♥ ·° unboxing



单猫家庭开箱vlog | 四月购物分享

优势：直观吸引眼球，激发好奇心，适合新品推广或小众好物推荐

内容公式：产品完整拆箱过程，包装-外观展示-功能讲解-使用场景介绍

适用赛道：文创、时尚、母婴、宠物等

沉浸式体验



沉浸式 | 观看20寸行李箱开箱分享
VLOG ⭐



study vlog 🤓不玩手机怒学12个小时的猛女

优势：通过文字、图片或视频营造场景感，增强用户专注力和代入感

内容公式：“沉浸式学习”、“沉浸式护肤”

适用赛道：美妆、教育、解压/治愈类等

↗ 福利抽奖



宠粉福利 3w多宝宝喜欢的包包
又来送咯!



迎新 | 寻找评论区显眼包

优势：用颜色醒目的图片/文字福利吸引用户，是互动、
涨粉利器

内容公式：可爱、好看、实用的东西（不一定要贵重）
+粉丝抽奖/互动福利

适用赛道：所有赛道

↗ 探店打卡



闯入莫奈花园吃烤肉🥩 被美到失语！



平民入住5W一晚的皇宫套房是什么体验？!

优势：符合用户“发现新事物”的需求，易引发打卡跟风

内容公式：餐厅、咖啡馆、景点等线下体验，整体环境展示+服务说明+真实体验感受+推荐理由

适用赛道：线下门店、酒旅等