

抖音研究助手

安装与使用说明 · 小白版

卷毛不卷提供 | 适用：免费版 1.0.0 公开试用版 | 说明修订：2026-09-14

把值得研究的抖音作品保存下来，按公开数据筛选，记下自己的想法，再下载或导出。

第一次用，先完成第 1 至第 3 章。想用 AI，再看第 7 至第 8 章。不需要写代码，也不需要先购买 AI 服务。

基础功能免费；AI 是自选服务。保存资料、筛选、笔记、下载、导出和手工整理文稿均可免费使用。AI 提取文字、文稿拆解需要你自己申请服务密钥，费用由所选 AI 服务商收取。

这是一款装在电脑 Chrome 浏览器里的小工具，不是手机 App。收到安装包后，请在电脑上操作。你可以用手机阅读这份说明。

目录 · 点击标题跳转

1. 安装前，先准备这三样	2
2. 一步一步安装	3
3. 第一次使用：先保存一条作品	4
4. 找到资料、筛选和管理博主	5
5. 做笔记，建立自己的研究资料	6
6. 下载与导出：先分清你需要什么	7
7. 可选 AI：先填好你自己的服务密钥	8
8. 提取文字、拆解文稿与任务处理	10
9. 备份、换电脑、更新与删除	12
10. 常见问题：按现象找答案	13
11. 隐私、反馈和一个日常使用顺序	15

1. 安装前，先准备这三样

1.1 一台电脑和 Chrome 浏览器

使用 Windows 或 Mac 电脑，准备 Chrome 120 或更新版本。没有 Chrome 时，从 [Google Chrome 官网](#) 下载，按页面提示安装。

已经安装 Chrome：打开右上角三个点菜单，进入「帮助 → 关于 Google Chrome」查看版本；如提示更新，按提示完成并重新打开浏览器。不同系统的菜单位置可能略有差异。

手机抖音 App、手机浏览器、微信内置浏览器和 Safari 不能按本说明安装。其他浏览器的扩展功能可能不同，本说明统一使用电脑 Chrome。

1.2 收到的免费版安装包

安装包名称为「抖音研究助手-免费版-1.0.0-公开试用.zip」。它目前通过压缩包提供，尚未上架 Chrome 扩展商店。

如果你在手机微信里收到文件，先把文件传到自己的电脑并下载完整；不要直接在微信预览窗口中安装。

解压后的文件夹里有「先读我.html」。双击即可用浏览器阅读完整说明，无需联网才能打开。PDF 手册也在文件夹内，适合转发或打印。

1.3 能正常浏览抖音网页

在 Chrome 打开 [抖音网页版](#)。如果页面要求登录或验证，请在抖音自己的页面按提示完成。

插件无需单独注册账号、输入激活码或填写抖音密码。它不检查关注关系，也不会替你关注、点赞或发送消息。

本包为公开试用版。抖音页面变化、登录状态和作品是否可访问，都会影响采集。Windows 安装和真实 AI 服务调用仍需在使用者自己的环境中确认，本文不代表所有环境都已通过实机验证。

2. 一步一步安装

第一步：完整解压，放到长期保留的位置

1. 找到下载好的 ZIP 文件。Windows：右键选择「全部解压缩」或解压软件中的「解压到文件夹」。Mac：双击 ZIP，等待生成文件夹。
2. 打开解压结果，找到名为 `douyin-research-public` 的文件夹。它里面应该能看到 `manifest.json`，以及 `app`、`content`、`lib`、`icons` 等文件夹。
3. 将整个 `douyin-research-public` 文件夹放到一个不会随手清理的位置，例如「文档」里的「我的浏览器插件」文件夹。

成功标志： 你能在普通文件夹窗口里看到 `manifest.json`，而不是仍在压缩包预览窗口里。这个文件不用打开，也不用修改。

第二步：打开 Chrome 的扩展管理页

1. 打开电脑 Chrome，点击最上方显示网址的长条输入框，这就是地址栏。
2. 把下面这一行复制进去，按回车：`chrome://extensions`
3. 在打开的「扩展程序」页面右上角，打开「开发者模式」开关。

成功标志： 页面上出现「加载已解压的扩展程序」按钮。这里不需要学习开发或编程，只是让 Chrome 可以加载收到的文件夹。地址要粘贴到地址栏，不是网页里的搜索框。

第三步：选择正确的文件夹

1. 点击「加载已解压的扩展程序」。
2. 找到第一步存放的位置，选中 `douyin-research-public` 文件夹。
3. 点击系统弹窗中的「选择文件夹」「选择」或「打开」。按钮文字随系统不同而变化。

成功标志： 扩展管理页出现「抖音研究助手 · 卷毛不卷 免费版」，版本为 1.0.0，开关处于开启状态。

选择的是包含 `manifest.json` 的文件夹，不是 ZIP 文件，不是 `manifest.json` 这一个文件，也不是里面的 `app` 文件夹。若外面还有一层同名解压目录，请再进入一层确认。

第四步：把插件固定在工具栏

1. 在 Chrome 右上方找到拼图形状的「扩展程序」图标。
2. 找到本插件，点击旁边的图钉，把它固定到工具栏。
3. 回到已经打开的抖音网页，点击地址栏旁的刷新按钮。

成功标志： Chrome 工具栏上能看到插件图标。点击后出现小窗口，里面有「打开研究资料库」入口。

如果没有看到图标，仍可从拼图菜单中打开。安装后请保留插件文件夹；移动、改名或删除它，可能导致 Chrome 无法继续加载。

安装步骤依据 [Chrome 官方加载说明](#)。公司管理的浏览器若禁用开发者模式，请使用自己有权管理的浏览器，或联系管理员。

3. 第一次使用：先保存一条作品

3.1 保存一条视频或图集

1. 在电脑 Chrome 打开抖音，进入一条你想研究的作品，让作品内容正常显示。
2. 点击 Chrome 工具栏上的研究助手图标。
3. 小窗口应显示「当前作品」。点击「保存到资料库」。
4. 等待保存后，再点击插件图标，选择「打开研究资料库」。
5. 在「全部资料」中找到刚才那条作品，点击标题或封面查看。

成功标志： 资料库里出现作品标题、作者和来源；页面能提供的互动数据也会一起保存。看到 – 表示暂未获取该项数据。

如果小窗口没有识别为「当前作品」，先刷新抖音页面。如果只是首页播放浮层，可进入该作品的独立页面，等加载完成后重试。

3.2 批量保存一个博主的作品

1. 在抖音网页进入博主主页，切换到「作品」列表。不要停留在「喜欢」或「收藏」列表。
2. 点击插件图标，小窗口应显示「当前博主」。
3. 第一次保留默认「先采集最近 30 条」，点击「开始采集」。
4. 保持这个抖音页面在前台，电脑不要休眠。页面可能自动向下滚动，这是在加载作品。
5. 遇到平台登录或验证，先在抖音页面正常完成，再继续。右下角可以暂停或停止；需要立即停止时，也可以在非文字输入状态下按 Esc。
6. 采集结束后打开资料库。进入「任务中心」可查看这次采集状态和保存数量。

成功标志： 资料库中出现这个博主的作品。实际数量不足 30 条，也可能是作品较少、尚未完整加载或平台访问受限，并不一定是安装错误。

可选范围还有「最近 30 天发布的作品」「最近 90 天发布的作品」「全部可获取作品」。天数范围按作品发布时间筛选。「全部可获取」会持续加载当前能访问的内容，不保证覆盖博主全部历史作品。

“采集”就是把网页上能获取的作品资料保存到本地资料库。它不会自动把所有视频下载到电脑，也不会自动生成文字稿。下载看第 6 章，提取文字看第 8 章。

3.3 另一个入口：资料库里的「添加资料」

你也可以先打开资料库，点击「添加资料」，在「当前打开的抖音页面」中选对标签页，再选择范围并开始保存。电脑同时开了多个抖音页面时，尤其要核对标题。

收到别人发来的分享文字：展开「也可以粘贴分享链接」，粘贴含抖音链接的文字，点击「打开链接」。等抖音页面加载完成，再从插件图标开始保存。只粘贴链接不会自动完成采集。

4. 找到资料、筛选和管理博主

4.1 认识三个主要入口

入口	用来做什么
全部资料	查作品、搜索、筛选、排序、做笔记、下载和导出
博主	按博主管理资料、打开主页、增量采集、记录观察
任务中心	看采集、下载、转写和拆解的进度，处理失败或中断任务

下方的「使用指南」可以随时查看快速帮助；「设置」用于可选 AI、完整备份和问题诊断。

第一次打开时可点「先看看示例」。示例中的博主和数据仅用于体验，不会写入真实资料库，也不能作为真实运营成绩。开始处理自己的内容前，点击「退出示例」。

4.2 搜索、筛选和排序

- 在搜索框输入关键词，例如「面试」。它可以查找已保存的标题、文稿、笔记、标签等内容，不会去全网搜索。
- 按博主、发布时间缩小范围。打开「更多筛选」可按作品类型、专题、研究进度、最低互动量、是否有文稿等继续筛选。
- 在表格里点击「点赞」「收藏」「评论」「分享」或时间相关表头排序；再点一次可以切换顺序。排序作用于当前筛选结果的全部分页。
- 找不到原先的作品时，先点「清除筛选」的圆形箭头按钮，再检查搜索框是否还有文字。

「值得再看」是你在插件里的私人书签，不会改变抖音上的点赞、收藏或关注。

「高表现」只比较你已保存的样本：同一博主、当前时间范围至少有 5 条带点赞数的作品，点赞数超过样本平均值的 3 倍才会标出。它不是播放量、完播率，也不代表全平台爆款或实际转化效果。

4.3 管理已经保存的博主

进入「博主」，可以点击「查看作品」「打开主页」或「观察笔记」。写下“我想研究这个博主的什么”，点击「保存观察」。

想收集后续新作品时，点「一键增量采集」，保持打开的博主页面在前台。它会跳过已经保存的作品；没有历史资料时会先按最近 30 条开始。

想更新旧作品的点赞数或补齐旧作品，请重新进行普通范围采集。重复采集会更新可获取的公开资料，并保留你已经写下的笔记。插件不会定时自动监控博主。

5. 做笔记，建立自己的研究资料

5.1 保存一条真正有用的笔记

1. 在「全部资料」点击一条作品的标题或封面，打开右侧资料卡。
2. 在「我的笔记」写下你保存它的原因，例如“开头先给结论，例子很具体，适合参考表达顺序”。
3. 按需要填写标签、专题和研究进度。标签可用逗号分隔，例如“开头,案例,口播”。同一专题尽量使用相同名称，方便筛选。
4. 点击「保存笔记」，看到保存成功提示后再关闭。
5. 特别想回看的作品，可点资料卡上方的书签图标，标为「值得再看」。

成功标志：再次打开这张资料卡，刚才的笔记仍然存在。输入文字并不等于已经保存。

5.2 不使用 AI，也可以保存文稿

1. 打开资料卡，切换到「文稿」。
2. 将你已有的文字粘贴到「文稿内容 · 可编辑」中，也可以直接输入。
3. 点击「保存文稿」。以后可以搜索、修改，或通过「复制文稿」「导出 TXT」取出文字。

手工整理文稿免费，无需任何服务密钥。图集的文字也可以这样手动录入；本版没有从图片自动识字的功能。

5.3 回原作品、复制卡片、看数据记录

点击「原作品」回到抖音查看来源。资料卡上方的复制按钮可复制研究卡片，便于放进自己的笔记工具。

「数据记录」显示你多次采集时留下的观测值，不是平台完整的历史曲线。刚保存一次、没有多次记录时，看不到变化过程属于正常情况。

6. 下载与导出：先分清你需要什么

你想得到什么	应该用哪个功能	得到的文件
视频或图集本身	下载视频 / 保存图集	视频或图片文件
用 Excel、WPS 排序的资料表	导出 CSV	.csv 表格文件
方便阅读和复制的研究文字	导出 Markdown	.md 文本文件
以后恢复插件资料	导出完整备份	.json 备份文件

6.1 下载一条视频或一组图片

打开作品资料卡，点击「下载视频」或「保存图集」。在「任务中心」查看进度，再到 Chrome 的下载记录中找文件。

找不到下载文件时：把 `chrome://downloads` 复制到 Chrome 地址栏并回车，在对应记录中选择「在文件夹中显示」。文件通常位于你设置的下载位置内，按「抖音研究 / 博主名称」分文件夹保存；如果你设置了每次询问位置，请以实际选择为准。

若 Chrome 提示是否允许下载多个文件，请在确认是自己刚发起的下载后按需允许。第一次先试 1 至 3 条，确认文件能正常打开后再扩大范围。

6.2 批量操作前，核对选中了谁

- 1. 先点击「取消选择」，清掉之前的勾选。
 - 2. 按博主或关键词筛选，再逐条勾选，或点击「全选本页」「全选全部」。
 - 3. 看清「已选」数量，再点击「下载」「AI 提取文字」「AI 文稿拆解」或「导出所选」。
- 「全选本页」只选当前这一页；「全选全部」会选中当前筛选条件下所有分页的记录。翻页、改筛选条件不会自动取消旧勾选；出现「含筛选外 N 条」时，说明还有当前页面看不到的记录被选中。先取消选择再重选，最容易避免误操作。

6.3 导出表格或研究文字

1. 按上面的方法选中要导出的作品。
2. 点击「导出所选」，或页面上方的「导出」。
3. 核对弹窗中的范围和数量，选择 CSV、Markdown 或 JSON，再确认导出。
4. 在 Chrome 下载记录中找到文件。CSV 用 Excel 或 WPS 打开；Markdown 是文字文件，可以用文本编辑器或支持 Markdown 的笔记软件打开。

有勾选时导出所选记录；没有勾选时，普通「导出」按当前筛选结果处理。想备份所有资料，请直接使用第 9 章的「导出完整备份」。

CSV、Markdown、JSON 不会打包视频和图片本身。保存媒体请另外下载；JSON 也不会保存你的 AI 密钥。

6.4 下载失败或地址过期

在资料卡点击「刷新地址」，到打开的原作品页面等待加载，再尝试下载。若原作品已经删除、转为私密或需要验证，先在抖音页面处理；原页面本身无法访问时，插件不能恢复它。

7. 可选 AI：先填好你自己的服务密钥

7.1 先决定：你需要哪一种 AI 功能

你的需求	需要配置什么
只保存、整理、下载、导出	什么都不用配置
把视频声音变成文字	「提取文字」服务
已有文字，只想分析内容结构	「文稿拆解」服务
从视频直接得到文字和分析	两种服务都要配置，可能产生两部分费用

API Key（服务密钥）可以理解成“让插件使用你 AI 服务账户的专用凭证”。它不是抖音密码，也不是登录 AI 聊天网页时的密码。只有需要 AI 时才申请。

密钥请自己保管，不要发给领取工具的人、不要贴到群里，也不要放进截图。发现泄露，应到对应服务商后台删除或停用旧密钥，重新创建，再回插件更新。

服务商可能要求注册、验证、开通服务或账户有可用额度，以其当前页面为准。使用 AI 聊天网页或购买聊天会员，并不自动说明你已经拥有可调用 API 的额度。插件不提供充值入口，也不承诺免费额度或固定价格。

7.2 配置「提取文字」：以硅基流动为例

1. 在浏览器打开 [硅基流动控制台](#)，按页面提示登录或注册。
2. 找到「API 密钥」或「API Keys」，点击创建密钥。可将用途命名为“我的抖音研究助手”，复制生成的密钥。
3. 回到研究助手资料库，打开「设置」，找到「提取文字」这一块。
4. 服务商选择「硅基流动」，在「服务密钥」中粘贴刚才复制的内容，前后不要加引号或空格。
5. 展开「模型与连接地址」，核对下表。首次按此示例填写即可，不需要编辑插件文件。

设置项	填写内容
HTTPS 服务地址	https://api.siliconflow.cn/v1
模型名称	FunAudioLLM/SenseVoiceSmall
转写协议	「文件转写 · audio/transcriptions」

6. 点击「保存转写设置」。Chrome 如弹出访问该服务网站的权限提示，确认是刚选择的服务商后允许。
 7. 出现保存成功提示，说明设置已保存。它不代表余额、服务和模型已经实际调用成功。
- 如想验证连接，可点击「保存并测试」。测试会发送少量音频，可能产生费用。愿意承担这次测试费用后再使用；成功后先用一条短视频试用。
- 操作入口参考 [硅基流动官方快速开始](#)，地址和模型参考 [官方音频转写文档](#)。以上信息核对于 2026-09-14；账户权限、模型变化和实际价格以服务商当时页面为准。

7.3 配置「文稿拆解」：以 DeepSeek 为例

1. 打开 [DeepSeek 开放平台](#)，按页面提示登录，找到「API keys」并创建自己的密钥。要进入开放平台，不是普通聊天页面。
2. 回到插件「设置」，找到「文稿拆解」这一块。
3. 服务商选择「DeepSeek」，在「服务密钥」中粘贴刚创建的密钥。
4. 展开「模型与连接地址」，按下面的当前文档示例核对并填写。

设置项	填写内容
HTTPS 服务地址	https://api.deepseek.com
模型名称	deepseek-flash

请特别检查模型名称。免费版 1.0.0 的旧预设可能显示 `deepseek-chat`；本说明根据 2026-09-14 的官方文档采用 `deepseek-flash`，请在设置里手动替换。地址末尾不要额外添加 `/chat/completions`，插件会自动拼接。

- 5. 点击「保存分析设置」。若弹出访问服务网站的权限提示，确认服务商后允许。
- 6. 需要验证时，可点击「保存并测试」；这会发送少量文字并可能计费。或者先保存一小段已有文稿，再试一次文稿拆解。

地址和模型来源为 [DeepSeek 官方首次调用说明](#)。这是一组按官方文档填写的示例，尚未在本次手册制作中进行真实付费调用。若服务商后续调整模型，以其当前支持的兼容聊天接口为准。

7.4 已经在用其他服务商

转写还提供「阿里云百炼」和自定义接口选项；分析支持兼容聊天接口的自定义服务。服务地址、密钥、模型名称、账户地域和协议必须互相匹配。百炼不同地域账户需要使用对应地址，不能只复制别人截图中的设置。

新手先按本章两个例子各配置一种即可，不必同时研究所有平台。已经熟悉其他平台时，再按该平台官方文档填写。切换服务商后重新检查各项并保存，不能把一家服务商的密钥填给另一家。

8. 提取文字、拆解文稿与任务处理

8.1 从视频里提取文字

- 1. 确认已经配置「提取文字」服务。
- 2. 打开一条视频的资料卡，进入「文稿」，点击「提取文字」。
- 3. 阅读弹窗：音频将发送到你选择的转写服务，并按服务商规则收费。确认后任务开始。
- 4. 到「任务中心」查看进度，保持 Chrome 打开、电脑联网且不休眠。
- 5. 完成后回到这条作品的「文稿」，阅读提取结果，修正人名、数字、口头语等，再点击「保存文稿」。

批量提取：在「全部资料」勾选作品，点击「AI 提取文字」。已有文字等不适用项目会按规则跳过，不会每次都重复转写。

「查看提取原稿」会把原始转写放回编辑框，只有再次点击「保存文稿」才会覆盖当前编辑稿。音频片段中的时间仅为处理分段参考，不是逐句精准字幕，本版不提供一键生成字幕文件。

单个音轨在插件内最多处理 128 MB、60 分钟，服务商还可能有自己的限制。先选短视频试用；没有可用音频、图集或无法解码的内容，可以改为手工粘贴文稿。

8.2 用 AI 分析内容结构

1. 确认已配置「文稿拆解」服务。有现成文字时，先粘贴到「文稿」并保存，可以省去转写环节。
2. 在资料卡进入「文稿拆解」，点击「开始文稿拆解」。批量时可用「AI 文稿拆解」。
3. 阅读费用和数据发送提示后确认。没有文字的视频会先提取文字，因此同时需要转写服务，并可能产生转写与分析两部分费用。
4. 到「任务中心」查看进度，完成后回到「文稿拆解」阅读，可复制或导出。

结果帮助你研究开头表达、内容顺序、案例和互动设计，并引用原文。AI 根据文稿和公开资料分析，没有观看视频画面；它可能理解错误，重要结论仍要回原作品核对。

8.3 想按自己的角度分析

在「设置 → 自定义分析要求（可选）」写下要求，例如：“重点分析开头如何提出问题、正文用了哪些案例；每个判断引用原句。”点击「保存研究要求」。

这个修改用于之后的新分析，不会自动重写已有结果。修改文稿后，旧分析也不会自动更新；需要在资料卡点「重新拆解」。重新拆解会再次调用服务，可能再次计费；失败时原有分析会保留。

8.4 等待、失败和中断怎么处理

任务可能依次排队，后面的记录没有立刻出结果是正常的。到「任务中心」看具体状态，不要连续重复点击 AI 按钮。

可以暂停队列，或取消不再需要的任务；已经提交给服务商的请求，暂停或取消不能保证撤回，也不能保证免除费用。关闭浏览器或电脑休眠可能中断任务。重新打开后，到「任务中心」查看未完成项，按显示的恢复或重试按钮继续。

失败时先看错误提示，检查密钥、余额、模型和网络。已经发出但没有收到结果的请求，重试可能再次计费。先对一条资料确认问题已解决，再重新批量处理。

9. 备份、换电脑、更新与删除

9.1 先知道资料存在哪里

资料保存在当前 Chrome 用户配置下的扩展存储中。正常关闭、重开浏览器，已保存资料仍在；换电脑、换 Chrome 用户头像、换安装目录或卸载插件，不能期待原资料自动出现。

插件没有自动云同步。备份文件包含作品资料、博主、笔记、文稿、分析和数据记录；不含 API 密钥、原始视频图片、未完成任务。保存备份不等于已经备份视频。

9.2 导出完整备份

1. 打开资料库的「设置」，找到「资料与备份」。
2. 点击「导出完整备份」。
3. 在 Chrome 下载记录中找到生成的 .json 文件，保存到自己容易找到的位置，可以另存一份到自己的移动硬盘或个人网盘。
4. 记下备份日期。每次做完一批重要研究，以及更新、卸载或更换电脑前，都先备份。

成功标志：你实际找到了下载好的 JSON 文件。这个文件含有个人研究内容，请自己保管，不要混进发给别人的安装包。

9.3 恢复备份或换电脑

1. 在目标电脑安装本免费版，打开资料库的「设置 → 资料与备份」。
2. 点击「导入备份」，选择之前导出的 JSON 文件，阅读合并提示后确认。
3. 等待完成，回到「全部资料」检查几条熟悉的作品、笔记和文稿。
4. 如果还要用 AI，重新填自己的服务密钥；需要原始视频图片时，另外搬运你已经下载的媒体文件。

导入会合并资料，同一作品的笔记或文稿等按较新的记录保留。导入不是清空重置，也不保证把全部内容回滚到旧日期。CSV 和 Markdown 不能当作恢复备份使用。

9.4 收到新版，怎样更新

1. 先完成一次「导出完整备份」，确认文件已经下载。
2. 等当前采集、下载和 AI 任务结束，再关闭插件资料库页面。
3. 解压新版，打开新版文件夹，把里面的文件和子文件夹复制到原安装文件夹中，按系统提示合并、替换同名文件。保留原安装文件夹的位置和名称，不要把新版文件夹嵌套放进旧文件夹。
4. 在 Chrome 地址栏打开 `chrome://extensions`，找到本插件，点击圆形箭头「重新加载」。
5. 刷新已经打开的抖音页面，重新打开资料库，核对版本以及原来的笔记。

更新时不要先卸载，也不要另选一个新位置重新加载来替代原插件。本版不会自动更新。

9.5 删除资料或卸载

删除所选作品会一并删除相应笔记、文稿和分析。删除博主会删除这个博主及其关联资料，并停止相关采集和处理。确认前先核对数量，必要时先备份；界面中没有撤销按钮。

如果确定不再使用，在 Chrome 扩展管理页点击「移除」即可卸载。卸载会清除该扩展的本地资料；你已下载的视频、图片和备份文件仍在电脑里，需要另行管理。

10. 常见问题：按现象找答案

找不到「加载已解压的扩展程序」

确认使用电脑 Chrome，并且打开的是 `chrome://extensions`。打开右上角「开发者模式」。若开关被公司策略锁住，请联系管理员。

提示“找不到清单文件”“无法加载扩展”

通常是没完全解压或选错层级。用普通文件夹窗口打开所选文件夹，确认里面直接有 `manifest.json`，而不是只有另一层文件夹。重新完整解压原 ZIP，不要只复制其中几个文件。

安装成功了，抖音页面却没有插件按钮

入口在 Chrome 右上角工具栏的拼图菜单里，不在抖音网页自己的菜单里。固定插件后，刷新抖音标签页。仍不能识别时，检查插件是否开启、当前是否使用了安装它的那个 Chrome 用户头像。

点采集没反应，或者提示不是有效页面

确认打开的是博主主页的「作品」列表，或单条作品页面，等待加载并刷新后再试。确认「添加资料」里选中的确实是当前抖音标签页。先退出示例模式，再试一条实际作品。

采集是空的、数量很少，或者显示「部分完成」

回抖音页面检查登录、验证、网络和内容是否正常显示，保持页面在前台再试小范围。已经保存的资料不会因为停止而消失。「部分完成」只说明保存了当前获取到的部分，不代表博主全部作品已经采完。

作品明明保存过，却搜索不到

清除搜索词和筛选条件，检查「值得再看」等开关，再确认有没有切换 Chrome 用户头像或进入示例资料。搜索只查当前资料库，不查尚未保存的作品。

点赞、收藏数不全，和抖音现在看到的不一样

插件保存的是采集时能获取到的公开数据。数字可能随后变化，未获取项显示 -。需要更新时重新做普通范围采集；「一键增量采集」主要用于找新作品。

下载失败，或显示下载完成但找不到文件

在 Chrome 地址栏打开 `chrome://downloads`，查看浏览器的实际下载状态和位置。链接过期时用资料卡「刷新地址」；多个文件被阻止时检查浏览器下载权限。最终以浏览器下载记录及文件能否打开为准。

AI 提示缺少密钥，或报 401 / 403

先分清是「提取文字」还是「文稿拆解」服务缺配置。重新粘贴对应服务商的密钥并保存，检查密钥是否失效、账户是否具备模型权限。密钥不能与另一家服务商混用。

AI 提示余额不足、模型不存在或请求太频繁

余额或额度不足：到你使用的服务商后台查看，不需要给插件开发者转账。模型不存在或地址错误：对照第 7 章及服务商当前文档，检查大小写、斜杠和模型权限。请求过于频繁或 429：稍后重试一条，避免反复提交整批任务。

保存设置成功了，为什么还是不能用 AI

「保存设置」只保存你填的内容并申请连接权限，不代表已经调用服务成功。检查账户额度、模型、地址和网络，再决定是否进行会产生少量用量的「保存并测试」。

能不能自动识别图中文字，或者分析镜头和画面

本版没有自动识图、视频画面分析或剪辑功能。图集可以下载图片、手工粘贴文字后做文稿拆解；视频的 AI 拆解依据文字和公开资料，不能代替你观看原作品。

电脑重启后，任务没有继续

打开资料库的「任务中心」，查看中断项并按提示恢复。已保存的资料与未完成的任务是两回事。AI 请求重试可能再次计费，不要通过反复卸载或重装解决排队问题。

换电脑后资料为空，或者误卸载了

这是本地工具，资料不会自动跟账号同步。用之前保存的 JSON 备份导入。没有备份时，本版没有云端找回功能；电脑上已经下载的媒体文件可以继续保留。

11. 隐私、反馈和一个日常使用顺序

11.1 哪些资料会发送出去

日常整理的资料默认留在当前浏览器，插件不会自动向开发者上传你的资料库，也没有插件自己的账号、支付、广告或统计服务器。打开抖音、加载封面、下载媒体时，仍会连接对应平台与媒体网站。

主动使用 AI 时，所需音频会发给你选择的转写服务；文字、作品标题及相关公开数据会发给你选择的分析服务。密钥用于向所选服务商证明账户身份，不会交给抖音网页。服务商如何处理请求，按其自身规则执行。

完整说明见安装包中的「隐私说明.md」。使用或分享他人的作品时，请保留来源并尊重其授权范围。

11.2 遇到问题，怎样反馈更容易解决

先进入「设置 → 检查与反馈」，点击「生成诊断摘要」，自己查看后可选择导出。摘要不包含作品正文、笔记、文稿、密钥或媒体地址，不会自动发送。

请在领取工具的渠道反馈以下信息：

- 电脑系统是 Windows 还是 Mac、Chrome 版本、插件版本。
- 你从哪一步开始操作，预期看到什么，实际发生了什么。
- 是单条作品、博主主页、下载、转写，还是文稿拆解出现问题。
- 错误提示原文或已遮住个人信息的截图；需要时附诊断摘要。

不要发送 API 密钥、抖音密码、付款信息或完整私人资料库。截图前先检查设置页和浏览器是否露出个人信息。

11.3 每次研究照这个顺序做

1. 打开一个博主，先保存少量作品。
2. 按点赞或收藏排序，挑 3 至 5 条回原作品认真看。
3. 每条记一句“为什么值得参考”，加上专题。
4. 需要文字时，手工粘贴或自选 AI 提取；需要分析时再进行文稿拆解。
5. 导出需要的表格或研究文字，最后导出一份完整备份。

让工具帮你整理资料，把判断和创作留给自己。

关注抖音「卷毛不卷」，获取后续使用说明与版本消息。你收到的公开试用包可以直接按本说明安装，基础功能无需配置 AI。