Boooooh ·应用指南

从 Instagram、X 和 TikTok 导入

只需粘贴链接，就能把您自己在 Instagram、X 和 TikTok 上的帖子带到 Linework：先用验证码验证一次账号，然后导入照片、视频和文案。免费。使用方式、限制和开放情况。

版本
11/2026

语言
简体中文

在线
docs.linework.app

从 Instagram、X 和 TikTok 导入

粘贴您在 Instagram、X 或 TikTok 上某条帖子的链接，Linework 会把它变成一条 Linework 帖子，包含其照片、视频和文案。无需连接应用，也无需提供密码：您只需用一个验证码证明一次账号属于您。

> **现已开放。**应用 4.0.2744 版（build 387）起：**创建帖子** → 文本上方的 **从 Instagram / X / TikTok 导入** 按钮；在 菜单 → 设置 → **社交账号** 中一次性关联并验证您的账号。网页版：web.linework.app/import，或创建帖子时的导入按钮。仅限您已验证账号的帖子；导入的帖子会显示 **导入自 …**。

如何使用

1. **关联您的账号**：在 菜单 → 设置 → **社交账号**（或在创建帖子时点击导入按钮），选择平台并填写您的用户名。
2. **用验证码验证**：您会收到一个类似 `LW-AB12C` 的短代码，有效期 30 分钟。把它放在您公开个人资料的简介中（Instagram、TikTok），或放在一条公开帖子的文案中（三个平台均可；X 必须是帖子），然后点击 **验证**。之后您可以删除该代码。
3. **导入帖子**：在 **创建帖子** 中点击导入按钮，粘贴您某条帖子的链接。Linework 会显示包含照片、视频和文案的预览。
4. 如有需要可修改文案，选择谁可以看到（公开、粉丝或仅自己），然后点击 **发布**。

帖子会显示 **导入自 Instagram**（或 X、TikTok）以及原始日期。网页版中同样可用。

规则

- 您**只能导入自己的帖子**：作者必须是您验证过的账号（或 Instagram 合作帖子的共同作者）。
- 每个社交账号只能关联**一个 Linework 账户**，每个平台您可以关联一个账号。您可以随时取消关联。
- 同一条帖子不能导入两次。个人资料和帖子必须是公开的。

价格

限制

项目	限制
导入次数	最多**每天 30 次**（过去 24 小时内）。
每条帖子的照片和视频	最多 **10 个**，与普通帖子相同。
视频	每个最长 **3 分钟**、最大 **50 MB**。
文案	最多 500 个字符（较长的文字会被截短，您可以编辑）。
验证码	有效期 30 分钟，最多检查 20 次。过期后请重新获取。
预览	如果您没有发布，预览会在 24 小时后过期。

常见问题

我需要提供 Instagram、X 或 TikTok 的密码吗？ 不需要。Linework 只会读取您的公开页面来查找验证码。

验证失败。 请检查个人资料或帖子是否公开、代码是否与显示的完全一致且未过期，然后再次点击“验证”。

我可以导入别人的帖子吗？ 不可以，只能导入您验证过的账号发布的帖子。

我的粉丝或点赞会被导入吗？ 不会：只会导入您所选帖子的照片、视频和文案。