

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Доктор Королёв



@dockorolev_channel

27 лет практики • 20 000+ пациентов Помогаю восстановить здоровье и гормональный фон, пройти через онкологию без паники, сохранить долголетие. Автор курсов «Меню жизни» и «Функциональная...

ПОДПИСЧИКИ

7 611

-6 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

12.0%

за сутки **5.6%**

ОХВАТ/ПОСТ

916

рекл. охват **429/24ч**

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

- 01

Снимок канала

12 ключевых метрик · AI-резюме
- 02

Контент-анализ

Топ-5 постов · худшие 3 · выводы
- 03

Динамика подписчиков

График за год · прирост
- 04

Цитируемость

Кто и как упоминает канал
- 05

Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват
- 06

Конкуренты

Соседи по нише · ваше место
- 07

Динамика упоминаний

6 месяцев · ежемесячно
- 08

Сравнение с нишей

Позиция в категории «Медицина»
- 09

Стратегия

5 приоритетных действий

РАЗДЕЛ 01 · СНИМОК КАНАЛА

Ключевые показатели канала

Каждая карточка — отдельный индикатор здоровья канала. Подзаголовок под цифрой говорит, за какой период она посчитана.

👤 подписчики 7 611 —	👁️ охват поста 12.04% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 916 медиана 933 · 28 дней	📅 постов/нед. 10.0 за период
📈 тренд 7д -4.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 32.9 всего 1 316 реакц., 768 реп., 100 комм.	📄 длина поста 911 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 40 28 дней
📈 рекл. охват 429 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -6 за последний месяц	📄 цитируемость 3 индекс цитирования · 26 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Доктор Королёв» — 7 611 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 916 человек (12% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 10 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 10–16 августа охваты стабильны (-4.1% к неделе 3–9 августа).

РАЗДЕЛ 02 · КОНТЕНТ-АНАЛИЗ

Что заходит лучше всего

Топ постов по вовлечению и аутсайдеры — чтобы было видно, что повторять, а что убрать из ротации.

ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- 01 Анализ построен по 40 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (31/40 постов).
- 03 Средняя длина поста — 911 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 19:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.2K в среднем у топа vs 722 у худших) — среди 40 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 11.08 · 16:51 ФОТО Как еда за 4 часа превращается в системное воспаление — по шагам ✓ Сохраните, чтобы объяснять клиентам «на пальцах». А в комментариях...	ПРОСМ. 1 252 РЕП. 20	РЕАКЦ. 40 ER 16.4%
№2 05.08 · 16:59 ФОТО 5 маркеров воспаления, которые реально работают — и два, на которые вы зря тратите деньги клиента 🙅 Хроническое тихое воспаление — одна...	ПРОСМ. 1 246 РЕП. 91	РЕАКЦ. 85 ER 16.4%
№3 02.08 · 16:11 ФОТО «90% серотонина вырабатывается в кишечнике». Что с этой фразой не так Самая цитируемая фраза о микробиоме. И почти всегда используется...	ПРОСМ. 1 203 РЕП. 19	РЕАКЦ. 54 ER 15.8%

Nº4 04.08 · 16:11 ФОТО Ваш пациент «здоров по анализам». А внутри – тихий пожар 🔥 У него нет температуры, нет боли, СРБ «в норме» по бланку из поликлиники. Но...	ПРОСМ. 1 122 РЕП. 10 РЕАКЦ. 46 ER 14.7%
Nº5 01.08 · 12:05 ФОТО Почему после одной еды вы сыты, а после другой – снова голодны через час ? Дело не только в силе воли. И даже не только в калориях. Как...	ПРОСМ. 1 062 РЕП. 25 РЕАКЦ. 39 ER 14.0%

|

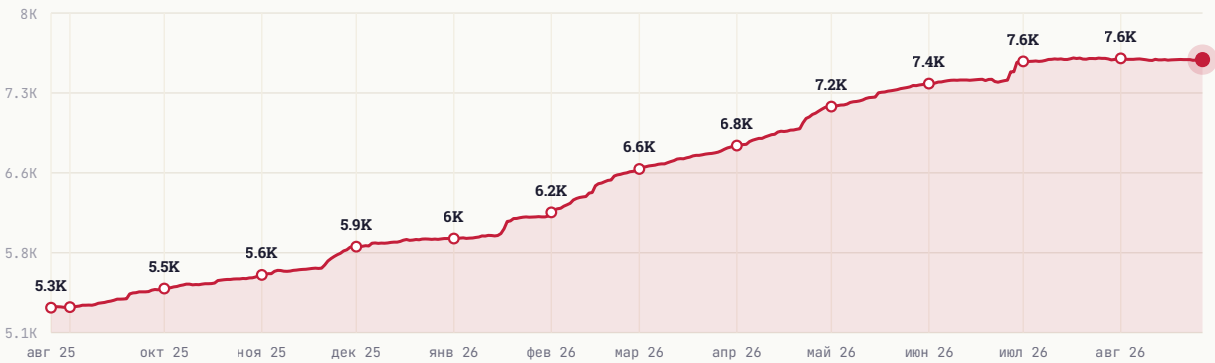
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 19.08 · 18:26 ТЕКСТ Индекс массы тела – не показатель здоровья. Сейчас объясню почему 👉 У клиента ИМТ 24 – норма. А талия 96 см. Он выглядит стройным, но...	ПРОСМ. 751 РЕП. 17 РЕАКЦ. 36 ER 9.9%
↓ 23.08 · 16:58 ФОТО Женщина, 49. Вес «идеальный», врач сказал «вы здоровы». А талия/рост 0,57 и hs-CRP 2,6 ! Пришла с запросом «нет энергии, туман в голове...	ПРОСМ. 722 РЕП. 20 РЕАКЦ. 47 ER 9.5%
↓ 22.08 · 12:27 ФОТО МИФ: «Воспаление – всегда про лишний вес. Нормальный вес = нет воспаления» 💡 Красиво и неверно в обе стороны. ✓ Первая ошибка Худой...	ПРОСМ. 693 РЕП. 5 РЕАКЦ. 19 ER 9.1%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
5 327	7 611	+2 284

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

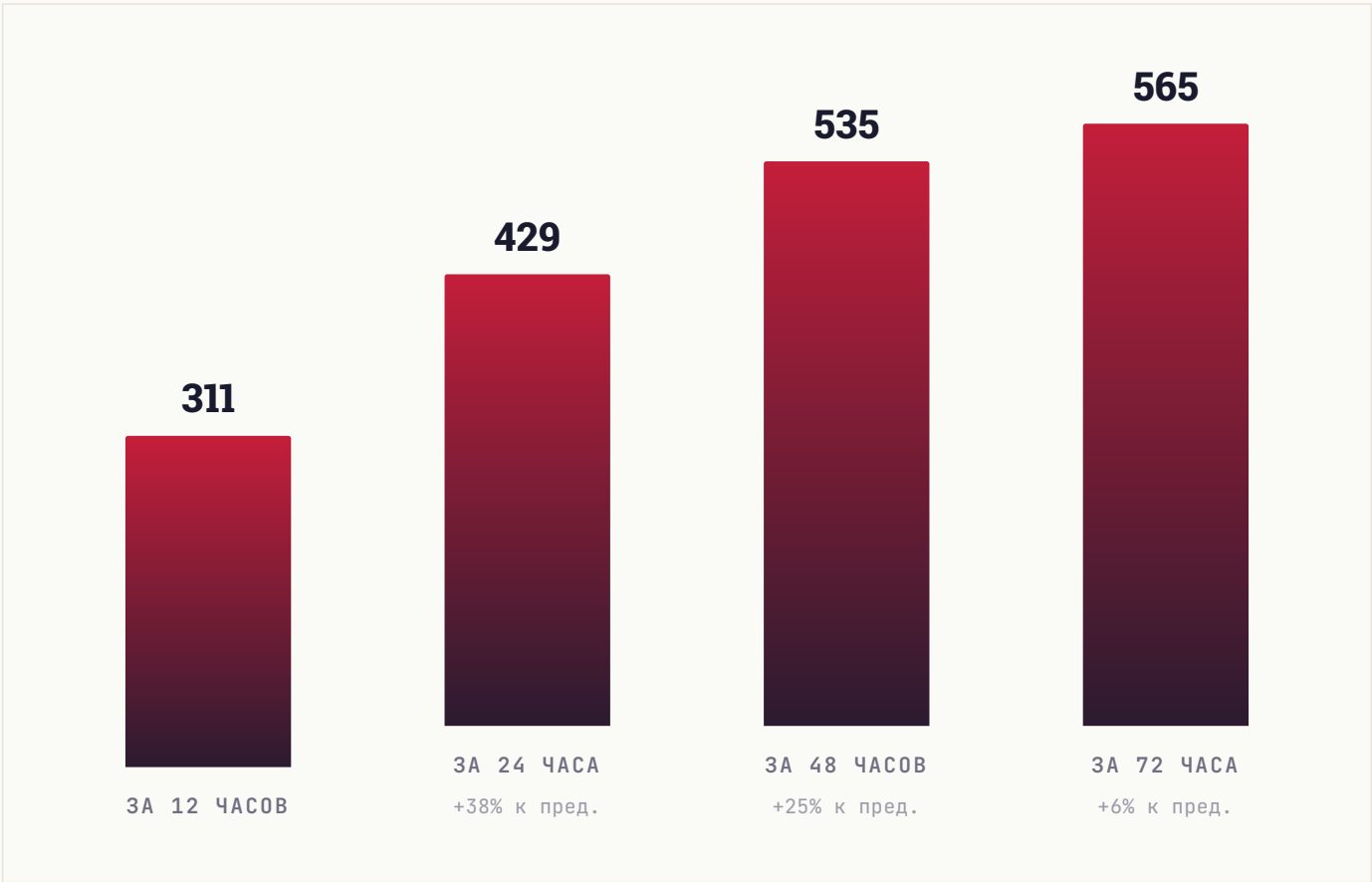
Индекс цитирования **3** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **26** разных каналов.



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 06 · КОНКУРЕНТЫ

С кем вы конкурируете

11 ближайших каналов по тематике и аудитории. Подсветили ваш канал — видно, какое место он занимает среди соседей по нише.

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
МЗ Матрица здоровья УОМ	9.5K
PR PreventEra	8K
я— Я — health-коуч УОМ	7.9K
ДК Доктор Королёв ВЫ	7.6K
ДГ Доктор Гаврилов	5.1K
GO Gourmanistic	4.8K
У УОМ Микробиом	4.2K
ЭП Эра превентивной медицины	3.5K
У УОМ Just do eat	3.2K
У УОМ Детское здоровье	2.8K
У УОМ Психология	1.7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 11). 3 канала крупнее, 7 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **4**, а канал за это время прибавил **1 327** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц	
Февраль 2026	1	1	419	
Январь 2026	0	0	224	
Декабрь 2025	0	0	99	
Ноябрь 2025	2	2	280	
Октябрь 2025	1	1	137	
Сентябрь 2025	0	0	168	

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
4	6	1 327

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

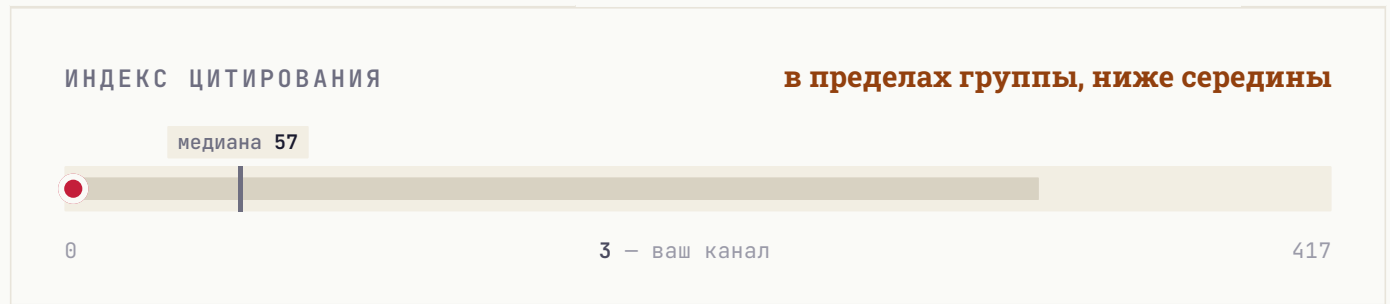
Сравниваем с каналами вашего размера: **42 канала** категории «Медицина» от 3 тыс. до 23 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#42 / 42

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 42 из 42 каналов сопоставимого размера





По всем показателям канал пока ниже середины своей группы. Для канала на этапе роста это нормальная точка старта — быстрее всего сдвигается охват.

— РАЗДЕЛ 09 · СТРАТЕГИЯ

Что делать прямо сейчас

5 приоритетных действий, расставленных по ожидаемому эффекту. Можно отметить как чек-лист и вернуться к этому отчёту через месяц.

01

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 19:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

**Видео лучше
удерживает
аудиторию**

03

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromptPress подбирает источники под нишу.

ЭФФЕКТ

**объём под
задачу**

04

Тестировать опросы и интерактивные форматы

Posts с опросами/реакциями обычно дают +5-15% к ER. Один опрос в неделю на «горячую» тему — лёгкая точка роста.

ЭФФЕКТ

+5-15% ER

05

Кросс-промо с соседними каналами

Раз в квартал обмениваться постами с каналами того же сегмента. Не нужно делать каждый день — 2-3 коллабы дают релевантный прирост.

ЭФФЕКТ

**Прирост из
релевантной
аудитории**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит — то, что мы можем сделать за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше — запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

01	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
