

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

# Аудит канала Doctor Razumnaya



@doctor\_razumnaya

Доктор китайской медицины | Врач с 20-летним опытом.  
Помогаю женщинам 35+ восстановить энергию, гормоны и молодость

ПОДПИСЧИКИ

**48 965**

+243 за месяц

ERR (% ВИДЯТ  
ПОСТЫ)

**5.0%**

за сутки 2.7%

ОХВАТ/ПОСТ

**2.1K**

рекл. охват 1.3K/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

Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват
- 05

Конкуренты

Соседи по нише · ваше место
- 06

Динамика упоминаний

6 месяцев · ежемесячно
- 07

Сравнение с нишей

Позиция в категории «Медицина»
- 08

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.

|                                                                                  |                                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>👤</div>подписчики</div> <div>48 965</div> <div>—</div>                 | <div><div>👁</div>охват подписчиков</div> <div>4.2%</div> <div>ср. % подписчиков видят пост</div>      | <div><div>👁</div>просмотры/пост</div> <div>2.1K</div> <div>медиана 2.1K · 29 дней</div>                               | <div><div>📅</div>постов/нед.</div> <div>28.0</div> <div>за период</div>                       |
| <div><div>📈</div>тренд 7д</div> <div>-5.9%</div> <div>vs предыдущая неделя</div> | <div><div>💖</div>реакц./пост</div> <div>42.5</div> <div>всего 5 017 реакц., 254 реп., 250 комм.</div> | <div><div>📄</div>длина поста</div> <div>530 зн.</div> <div>медиана 420 · 29 дней</div>                                | <div><div>☆</div>постов в анализе</div> <div>118</div> <div>29 дней</div>                     |
| <div><div>📈</div>рекл. охват</div> <div>1.3K</div> <div>среднее за 24ч</div>     | <div><div>💖</div>отток / месяц</div> <div>+243</div> <div>за последний месяц</div>                    | <div><div>📄</div>цитируемость</div> <div>265</div> <div>индекс цитирования · 665 каналов упомянули за всё время</div> | <div><div>📅</div>возраст канала</div> <div>8 лет 6 месяцев</div> <div>создан 13.12.2017</div> |

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Doctor Razumnaya» — 48 965 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.1K человек (4% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 28 постов в неделю (~4 в день) — активный режим публикаций. За неделю 8–14 июня охваты просели на -5.9% к неделе 1–7 июня — стоит разобрать причины.

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 118 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (49/118 постов).
- 03 Средняя длина поста — 530 знаков (медиана 420).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 12:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.6K в среднем у топа vs 1.7K у худших) — среди 118 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <div><div>№1</div><div>15.06 · 09:19</div><div>ФОТО</div></div> <div><div>☒ дефицит какого гормона приводит к образованию «ламбрекенов» - кожных складок на спине? Как вы думаете? 1. эстрогенов —♥ 2...</div></div>             | <div>ПРОСМ.<br/>2 661</div> <div>РЕП.<br/>3</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>105</div> <div>ER<br/>5.4%</div> |
| <div><div>№2</div><div>28.05 · 13:02</div><div>ТЕКСТ</div></div> <div><div>☒ Список анализов для женщин в менопаузе У большинства женщин в менопаузе начинаются старческие болезни (гипертония, атеросклероз...</div></div>      | <div>ПРОСМ.<br/>2 657</div> <div>РЕП.<br/>2</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>52</div> <div>ER<br/>5.4%</div>  |
| <div><div>№3</div><div>16.06 · 04:48</div><div>ТЕКСТ</div></div> <div><div>Многие женщины замечают, что после 35–40 лет начинают хуже спать. Становится сложнее заснуть, сон становится поверхностным, появляются...</div></div> | <div>ПРОСМ.<br/>2 626</div> <div>РЕП.<br/>3</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>43</div> <div>ER<br/>5.4%</div>  |

|                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>№4</div><div>01.06 · 16:12</div><div>ТЕКСТ</div></div> <div><div>📄 Почему расстались Анджелина Джоли и Брэд Питт?</div><div>Когда-то Анджелина Джоли и Брэд Питт считались одной из самых красивых пар в мире...</div></div> | <div><div>ПРОСМ.</div><div>2 612</div><div>РЕП.</div><div>3</div></div> <div><div>РЕАКЦ.</div><div>95</div><div>ER</div><div>5.3%</div></div> |
| <div><div>№5</div><div>15.06 · 04:41</div><div>ТЕКСТ</div></div> <div><div>📄 Почему в менопаузе обостряются болезни ЖКТ и какую тактику выбрать? Дмитрий Масленников - это типичный окситоциновый тип 📄Как...</div></div>              | <div><div>ПРОСМ.</div><div>2 570</div><div>РЕП.</div><div>2</div></div> <div><div>РЕАКЦ.</div><div>13</div><div>ER</div><div>5.2%</div></div> |

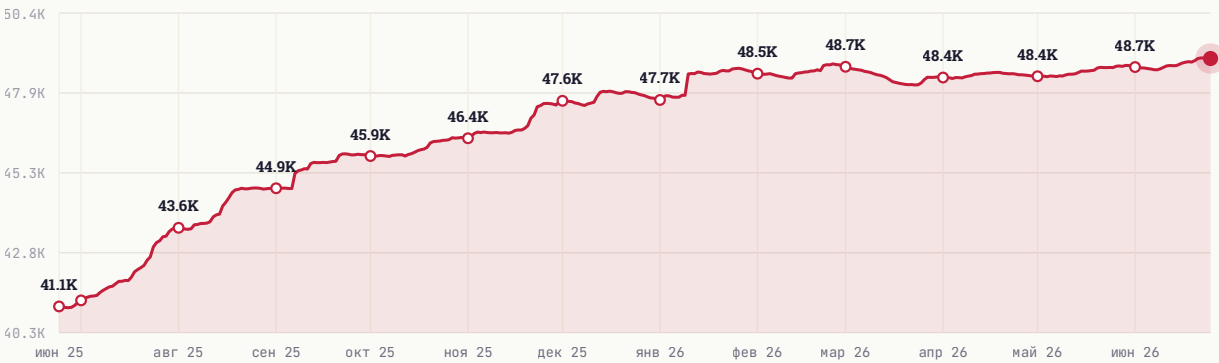
ХУДШИЕ 3

|                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>↓</div><div>06.06 · 18:25</div><div>ФОТО</div></div> <div><div>😊 тест на хеликобактер пилори отрицательный...</div><div>Индивидуальный подбор пептидов 📄📄 @RS_SLV</div><div>Пептиды   здоровье   гормоны  ...</div></div> | <div><div>ПРОСМ.</div><div>1 736</div><div>РЕП.</div><div>—</div></div> <div><div>РЕАКЦ.</div><div>20</div><div>ER</div><div>3.5%</div></div> |
| <div><div>↓</div><div>12.06 · 03:35</div><div>ВИДЕО</div></div> <div><div>Доброго утра и удачного дня! 😊</div></div>                                                                                                                | <div><div>ПРОСМ.</div><div>1 722</div><div>РЕП.</div><div>1</div></div> <div><div>РЕАКЦ.</div><div>31</div><div>ER</div><div>3.5%</div></div> |
| <div><div>↓</div><div>11.06 · 03:55</div><div>ВИДЕО</div></div> <div><div>(пост без подписи — видео)</div></div>                                                                                                                    | <div><div>ПРОСМ.</div><div>1 690</div><div>РЕП.</div><div>1</div></div> <div><div>РЕАКЦ.</div><div>28</div><div>ER</div><div>3.5%</div></div> |

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

41 116

СЕЙЧАС

48 965

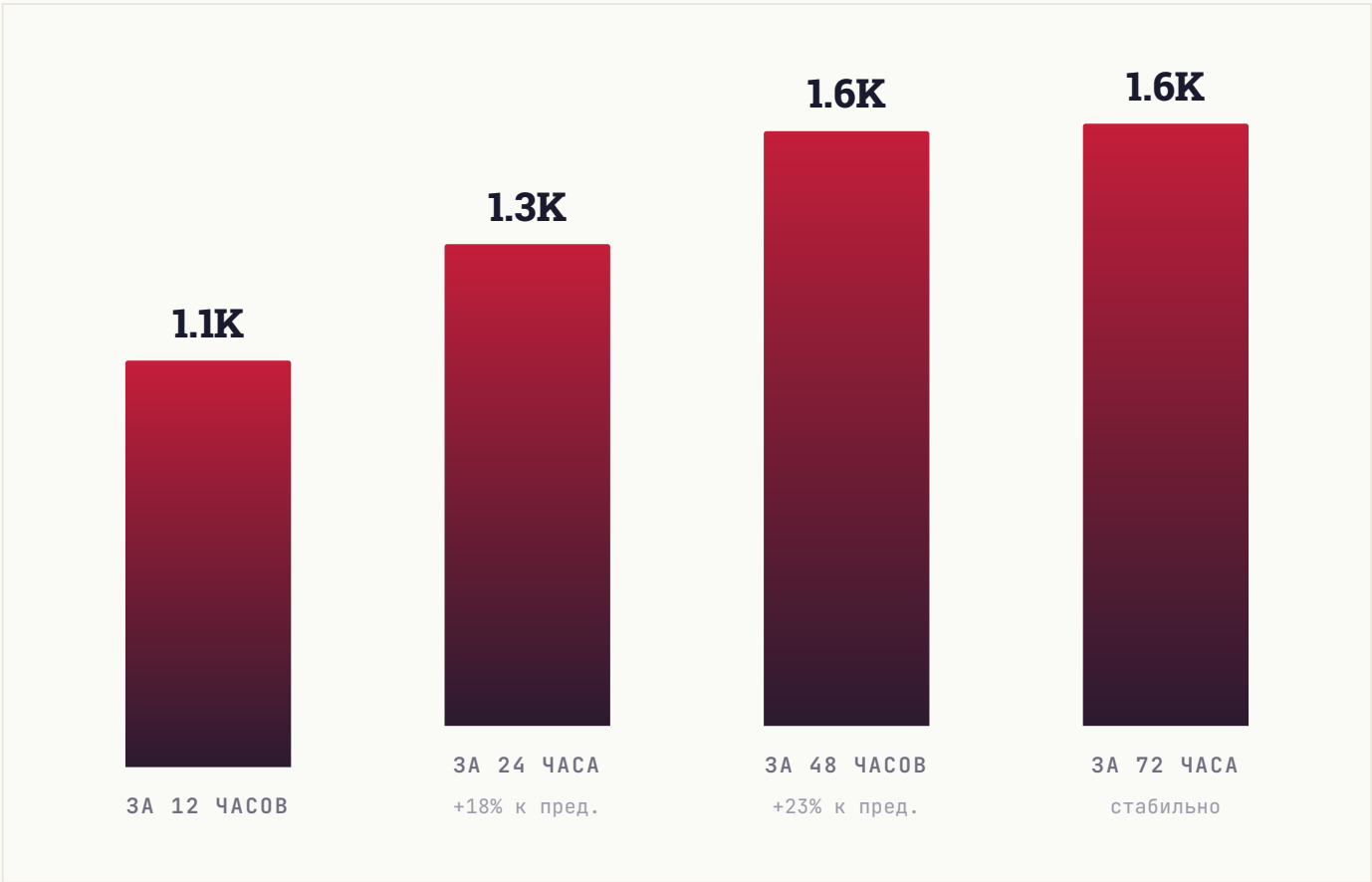
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+7 849

— РАЗДЕЛ 04 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

# Как долго пост приносит охват

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



РАЗДЕЛ 05 · 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 |
|----------------------------------|------------|
| БИ Блог из морга                 | 359.3K     |
| ЭМ Эндокринолог Магеря           | 293.9K     |
| ОФ ОПЫТНЫЙ ФАРМАЦЕВТ             | 267K       |
| ММ Московская медицина           | 238.8K     |
| ЗД ЗдравКонтроль                 | 223.6K     |
| КД Канал доктора Шишони́на       | 215.4K     |
| АТ Анатомический театр           | 201.6K     |
| МР Микерина. Роды? Зови акушера! | 192.6K     |
| ДМ ДОКТОР МЯСНИКОВ               | 182.8K     |
| ЗС Записки судмедэксперта        | 171.5K     |
| DR Doctor Razumnaya ВЫ           | 49K        |

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#80 из 96). Медиана ниши — 70.8K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Блог из морга (359.3K).



— РАЗДЕЛ 06 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

# Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.  
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **239**, они привели **7 380** новых подписчиков.

| период        | упоминаний | каналов | привело подписчиков |
|---------------|------------|---------|---------------------|
| Декабрь 2025  | 41         | 15      | 540                 |
| Ноябрь 2025   | 48         | 16      | 1 287               |
| Октябрь 2025  | 45         | 15      | 672                 |
| Сентябрь 2025 | 46         | 16      | 1 154               |
| Август 2025   | 36         | 13      | 1 360               |
| Июль 2025     | 23         | 16      | 2 367               |

|                  |                  |                       |
|------------------|------------------|-----------------------|
| всего упоминаний | месяцев в данных | привлекли подписчиков |
| 239              | 6                | 7 380                 |

## Где канал в своей лиге

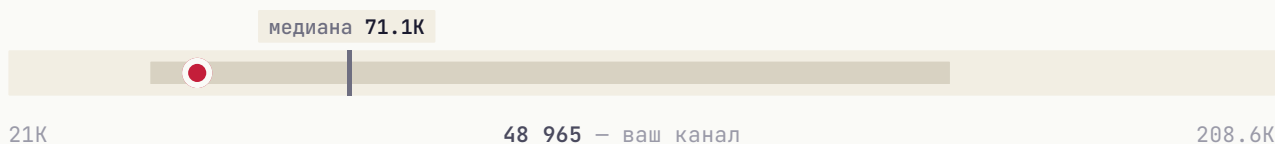
Взяли топ-100 каналов категории «Медицина» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.

#80 / 100

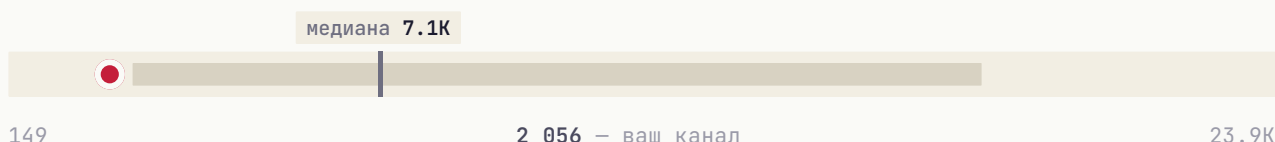
## ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

## Канал в нижней половине рейтинга

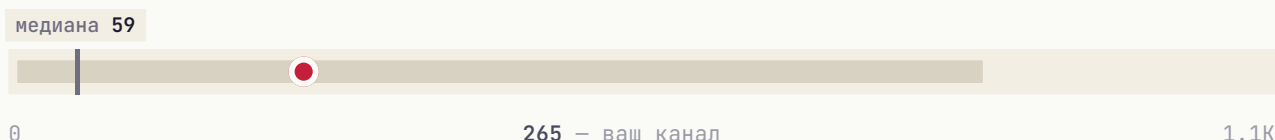
**хуже медианы на 31%**



**хуже медианы на 71%**



лучше 60% ниши



— РАЗДЕЛ 08 · 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 понедельник

В этот день и в 12:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно  
для важного  
поста**

02

## ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 4.2% против нормы 5.5%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

**+1.3пп ER**

03

## Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

**+1000-3000  
подп.**

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 | <b>Запустить<br/>рекламу в<br/>Telegram</b> | <a href="https://panel.promptpress.com/register">https://panel.promptpress.com/register</a> |
|----|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|    |                               |                                                                         |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 02 | <b>Связаться с менеджером</b> | <a href="https://t.me/PromptPress_manager">t.me/PromptPress_manager</a> |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|

---