

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала ДОКТОРБЛОГЕР



@doctorblogger_live

☀ о здоровье без суеверий. Дарья Демикова. ▲ Семейный врач, нутрициолог ✓ автор 2 книг ▲ победитель «Врачи против интернета» № 6954287815 doctorblogger@gmail.com PR аккаунт-@Sprite_Media_PR РКН ...

ПОДПИСЧИКИ

37 203

-264 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

35.0%

за сутки 2.8%

ОХВАТ/ПОСТ

26.2K

рекл. охват 1K/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 37 203 —	👁️ охват поста 70.55% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 26.2K медиана 28.3K · 28 дней	📅 постов/нед. 3.2 за период
📈 тренд 7д -8.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 67.5 всего 878 реакц., 100 реп., 17 комм.	📄 длина поста 929 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 13 28 дней
📈 рекл. охват 1K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -264 за последний месяц	📄 цитируемость 36 индекс цитирования · 65 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 26.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «ДОКТОРБЛОГЕР» — 37 203 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 26.2K человек (71% от подписчиков), это широкий охват для канала такого размера. Публикует 3 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации. За неделю 10–16 августа охваты просели на -8.1% к неделе 3–9 августа — 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 13 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (7/13 постов).
- 03 Средняя длина поста — 929 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 20:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (30.2K в среднем у топа vs 26.7K у худших) — среди 13 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 04.08 · 17:58 ВИДЕО Контроль ортодонта в детском возрасте избавит от многих проблем во взрослом периоде! 🦷 Здоровый прикус это защита от стираемости, кариеса...	ПРОСМ. 30 808 РЕП. 8	РЕАКЦ. 75 ER 82.8%
№2 05.08 · 10:39 ВИДЕО 🔥 Обзор озонаторов. Напомню, что я изначально заказывала для очистки своего СИПАП-аппарата, но потом приспособила струю озона для быстрого...	ПРОСМ. 30 517 РЕП. 16	РЕАКЦ. 55 ER 82.0%
№3 14.08 · 16:04 ВИДЕО 😄 Видите ли вы разницу до и после? Наверно нет. Тем не менее, первое видео каждого коллажа- это результат 1,5 лет регулярных занятий с...	ПРОСМ. 29 348 РЕП. 4	РЕАКЦ. 89 ER 78.9%

№4 29.07 · 16:29 ФОТО 🙄Ну мы все как-то выжили🙄, скажете вы. Когда я была маленькая, мы каждое лето снимали дачу , и соседских историй всегда...	ПРОСМ. 29 139 РЕП. 10	РЕАКЦ. 66 ER 78.3%
--	---	--

№5 12.08 · 15:22 ФОТО Вакцинация по новому в США- давайте обсудим в комментариях, какие у вас мысли. Вкратце (полный перевод 🖐 в слайдах, ссылку на оригинал...	ПРОСМ. 28 974 РЕП. 5	РЕАКЦ. 58 ER 77.9%
---	--	--

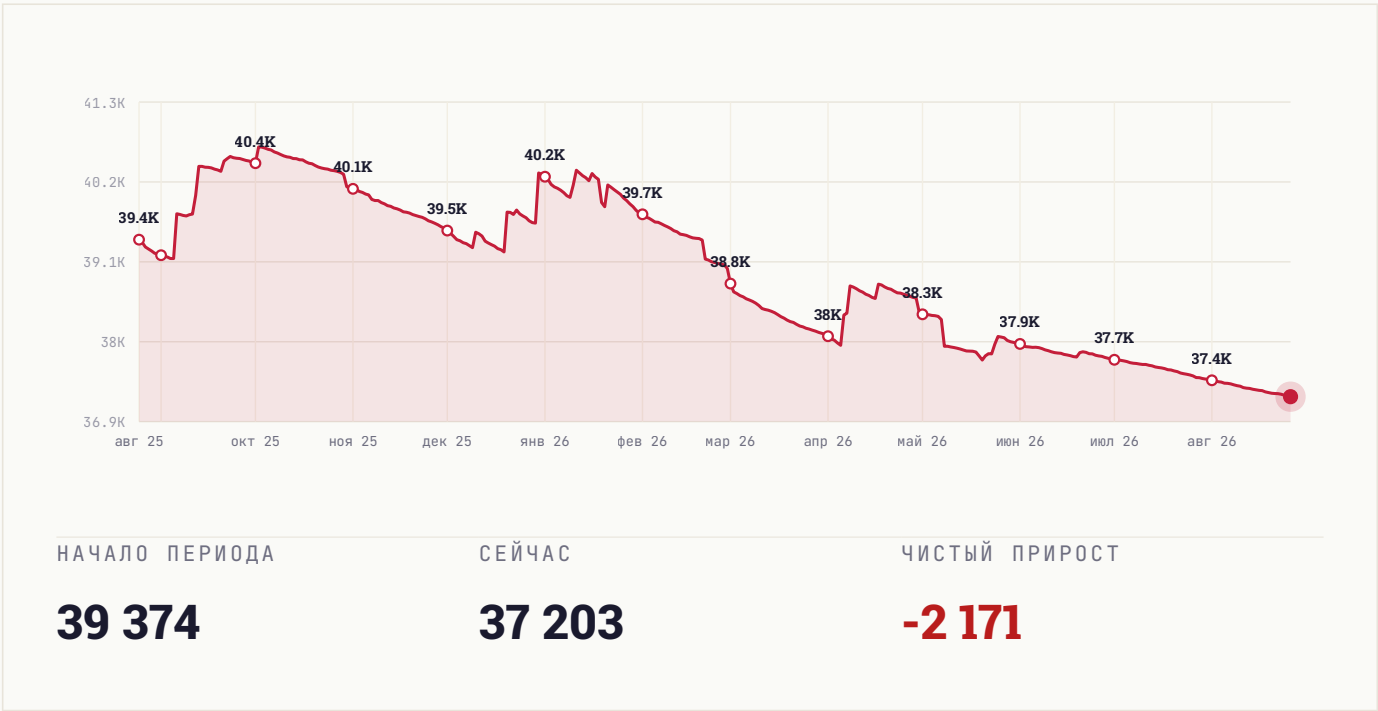
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 18.08 · 15:43 ФОТО 🖐это надо знать. Сезон кишечных инфекций и его плоды. 🖐научную часть про сыпь при кишечных вирусах Коксаки, ЕСНО и т д оставлю в...	ПРОСМ. 26 810 РЕП. 6	РЕАКЦ. 47 ER 72.1%
↓ 18.08 · 15:52 ТЕКСТ 😊в топе вопросов шепотом мне в директ- про выпадение волос, т.к я всем, не стеснясь показываю, что у меня как🤔. Все уже знают, что у меня...	ПРОСМ. 26 754 РЕП. 13	РЕАКЦ. 70 ER 71.9%
↓ 11.08 · 20:05 ВИДЕО А я не перестаю восхищаться, что в наше время начинают целостно подходить к проблемам пациента. Ваня от ортодонта получил свою съемную...	ПРОСМ. 26 646 РЕП. 5	РЕАКЦ. 76 ER 71.6%

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.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

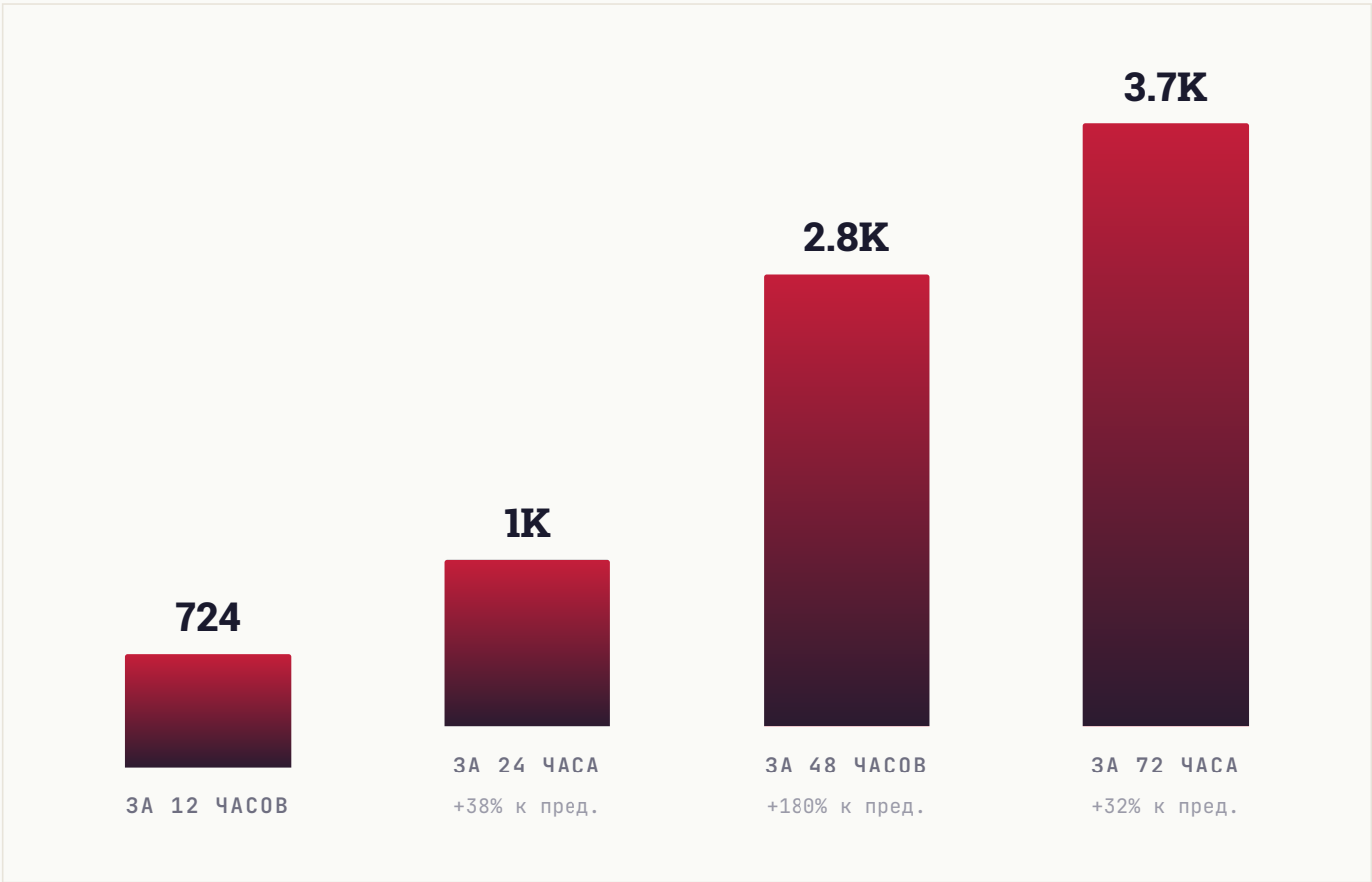
Индекс цитирования **36** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **65** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
DR Dr.Anshina	399.5K
ДА ДОКТОР АБАКУМОВ	147.8K
НО НашПотребНадзор Олега Солнцева	57.3K
МА МАМА_SINKA	41.2K
ДО ДОКТОРБЛОГЕР ВЫ	37.2K
БЬ Бьюти-математика	11K
ДО Doc.nazarova	9.2K
ГФ Гастро FM Софья Бакаева	9K
АТ Анастасия Тараско семейный диетолог	5.3K
DR Dr.Yablokova	5K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 10). 4 канала крупнее, 5 — 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 **6**, а канал за это время прибавил **4 028** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Февраль 2026	0	0	0
Январь 2026	0	0	775
Декабрь 2025	5	5	1 519
Ноябрь 2025	0	0	0
Октябрь 2025	1	1	225
Сентябрь 2025	0	0	1 509

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
6	6	4 028

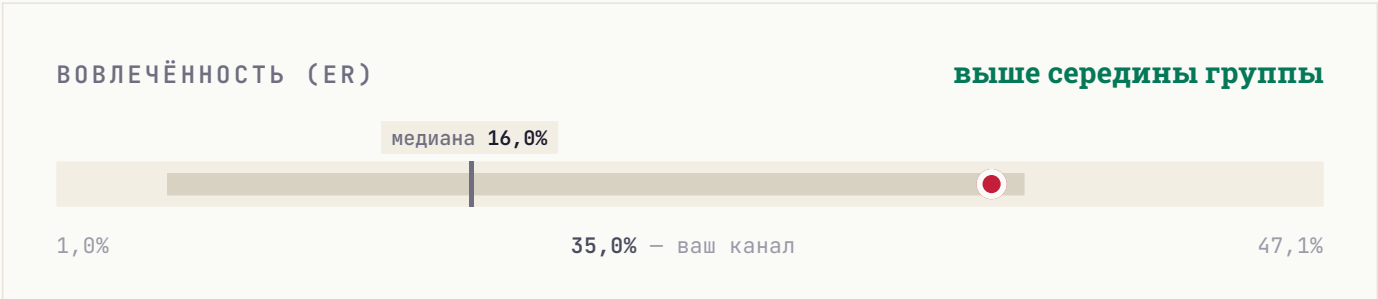
РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **135 каналов** категории «Медицина» от 12 тыс. до 112 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#75/135

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 75 из 135 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:
средний охват / пост и вовлечённость.

— 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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 3.2 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в вторник

В этот день и в 20:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

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
----	-------------------------------	---
