

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала dolovadoc



@dolovazaira

Учу лечить себя и других

ПОДПИСЧИКИ

10 181

+7 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

24.0%

за сутки **6.8%**

ОХВАТ/ПОСТ

2.4K

рекл. охват **695/24ч**

— 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 «Здоровье и Фитнес»

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 10 181 —	📊 ОХВАТ ПОСТА 24.0% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 2.4К медиана 2.5К · 20 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 3.1 за период
💖 РЕАКЦ./ПОСТ 37.1 всего 334 реакц., 56 реп., 142 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 447 зн. медиана 447 · 20 дней	⭐ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 9 20 дней	📈 РЕКЛ. ОХВАТ 695 среднее за 24ч
💖 ОТТОК / МЕСЯЦ +7 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 4 индекс цитирования · 10 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 4 года 6 месяцев создан 26.02.2022	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «dolovadoc» — 10 181 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.4К человек (24% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 3 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

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 9 постам за 20 дней.
- 02 Доминирующий формат — **Фото** (4/9 постов).
- 03 Средняя длина поста — **447** знаков (медиана 447).
- 04 Пик активности аудитории — **понедельник, 12:00 MSK**.
- 05 Самые сильные посты собирают в **2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (3.5K в среднем у топа vs 1.8K у худших) — среди 9 постов за 20 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 24.08 · 09:19 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 3 652 РЕП. 4	РЕАКЦ. 35 ER 35.9%
№2 26.08 · 19:42 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 3 502 РЕП. 8	РЕАКЦ. 44 ER 34.4%
№3 09.09 · 20:10 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 3 318 РЕП. 20	РЕАКЦ. 43 ER 32.6%

№4 31.08 · 01:54 **ФОТО**
(пост без подписи — фото)

ПРОСМ.
2 802
РЕП.
4
РЕАКЦ.
48
ER
27.5%

№5 02.09 · 19:45 **ТЕКСТ**
(пост без подписи — текст)

ПРОСМ.
2 450
РЕП.
11
РЕАКЦ.
45
ER
24.1%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 07.09 · 13:43 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.
1 968
РЕП.
5
РЕАКЦ.
34
ER
19.3%

↓ 07.09 · 01:31 **ФОТО**
(пост без подписи — фото)

ПРОСМ.
1 762
РЕП.
3
РЕАКЦ.
26
ER
17.3%

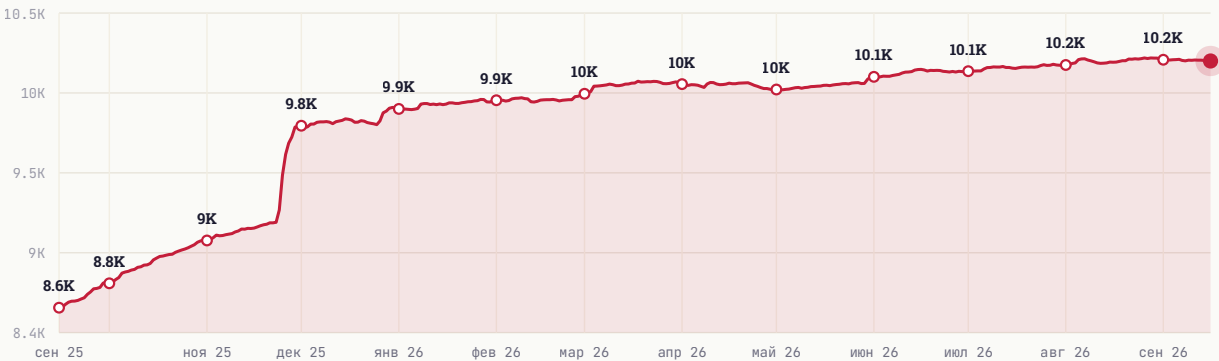
↓ 07.09 · 13:43 **ТЕКСТ**
Посмотрите это видео записанное мной с одного эфире, где известный лор врач Бондарук Виктор Васильевич пригласил к себе на беседу...

ПРОСМ.
1 742
РЕП.
—
РЕАКЦ.
46
ER
17.1%

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

8 607

СЕЙЧАС

10 181

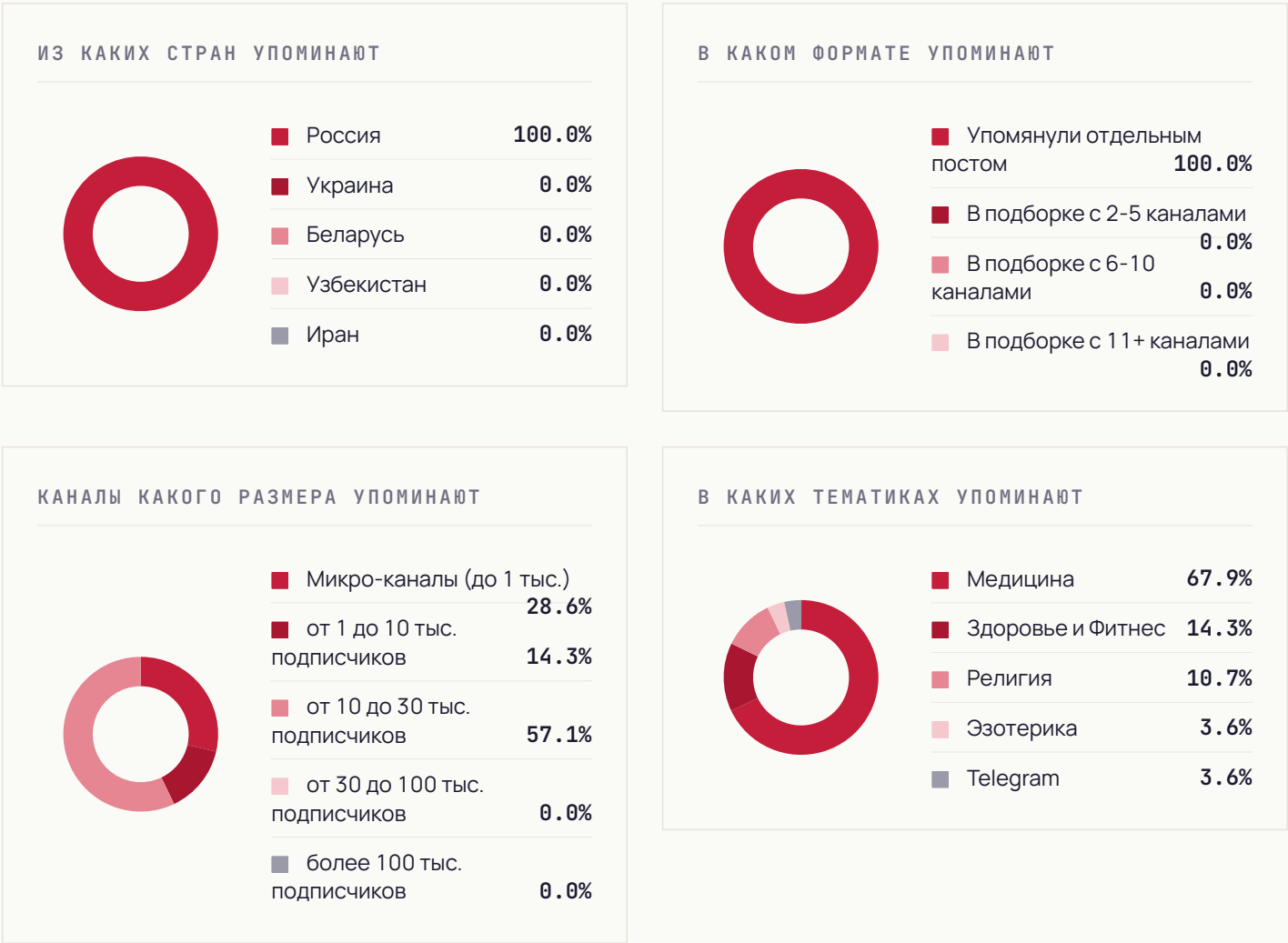
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+1 574

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

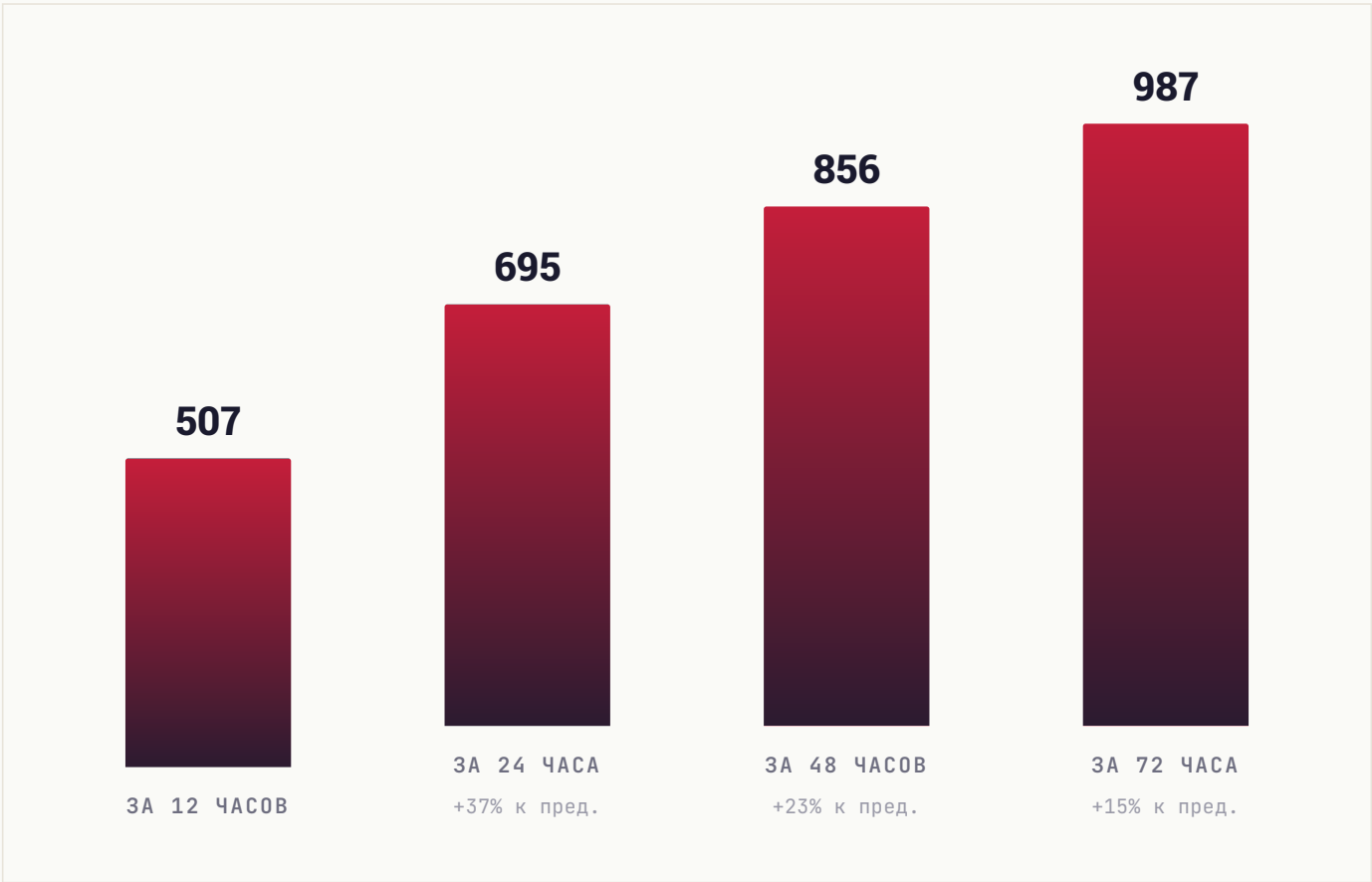
Индекс цитирования 4 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **10** разных каналов.



— 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
ДЕ ДЕТОКСКАФА	27.2K
DR dr_tero	16.4K
АИ Акупунктура Иглоукалывание Рефлексотерапия Китайская медицина	14.4K
КМ Китайская медицина с Аней Гу	11K
DO dolovadoc ВЫ	10.2K
АП Алия Полякова•Пиявушка для всех	9.9K
Н(НАНМ (офиц. канал)	3.2K
IN Infectology.by	3K
ШП ШКОЛА Павлюкова Сергея	2.6K
МД Мастер Дэн Лун	1.8K

| 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 **13**, а канал за это время прибавил **1 489** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	2	1	113
Февраль 2026	0	0	80
Январь 2026	1	1	94
Декабрь 2025	4	1	193
Ноябрь 2025	6	1	734
Октябрь 2025	0	0	275

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
13	6	1 489

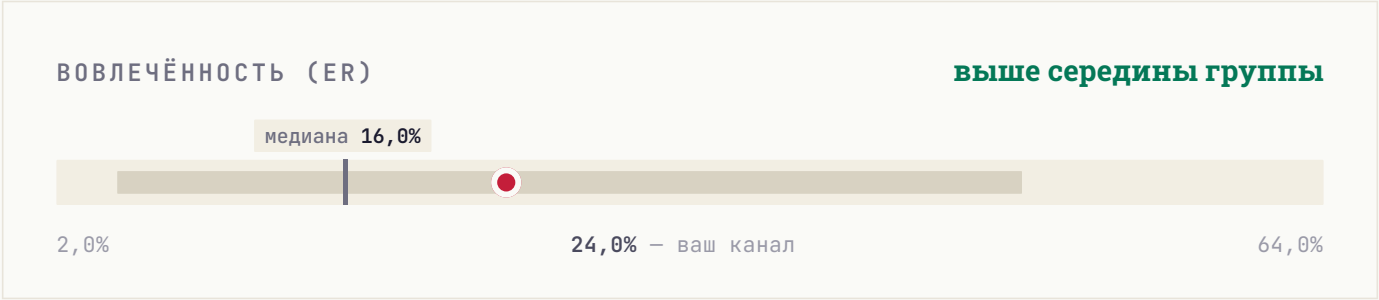
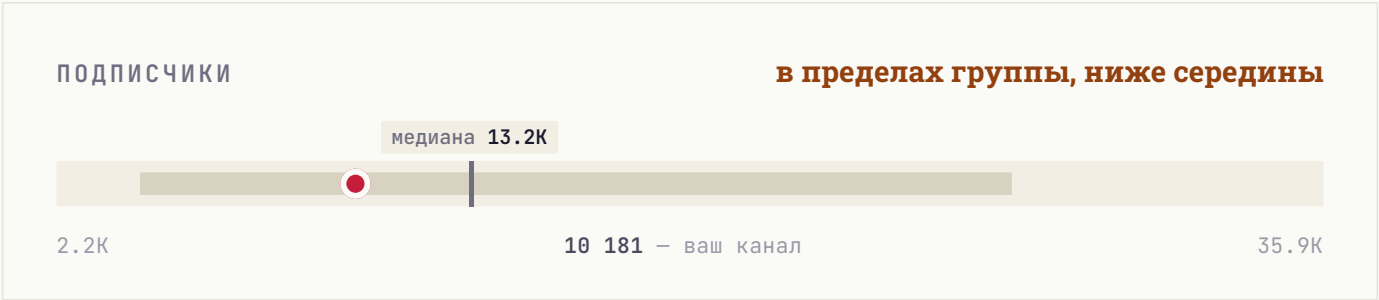
РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

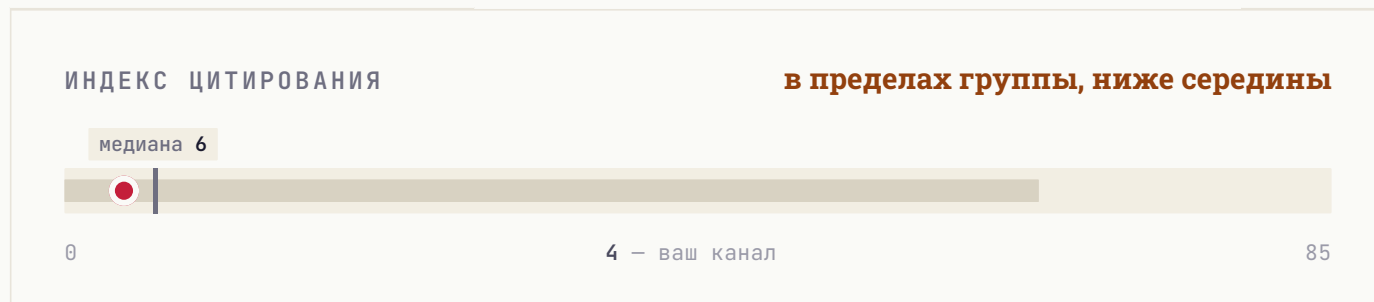
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **83 канала** категории «Здоровье и Фитнес» от 3 тыс. до 31 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#53 /83

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 53 из 83 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 3.1 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в понедельник

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

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

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**

04

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**

05

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

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит мы сделали 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
----	-------------------------------	---
