
ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Доктор Илюхина/ Климакс Менопауза/ Гормоны



@dr_ilyuhina

Эксперт по климаксу, кандидат наук. Помогаю с приливами, бессонницей, сухостью, недержанием мочи, опущением, профилактикой остеопороза, деменцией. Гормональные и негормональные методы лечения...

ПОДПИСЧИКИ

4 791

+46 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

9.0%

за сутки 3.6%

ОХВАТ/ПОСТ

435

рекл. охват 175/24ч

— 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 4 791 —	👁️ охват поста 9.08% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 435 медиана 432 · 29 дней	📅 постов/нед. 8.2 за период
📈 тренд 7д -9.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 15.9 всего 557 реакц., 101 реп., 37 комм.	📄 длина поста 621 зн. медиана 685 · 29 дней	★ постов в анализе 35 29 дней
📈 рекл. охват 175 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +46 за последний месяц	📄 цитируемость 2 индекс цитирования · 12 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 26.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Доктор Илюхина/ Климакс Менопауза/Гормоны» — 4 791 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 435 человек (9% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 8 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 24–30 августа охваты просели на -9.1% к неделе 17–23 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 35 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (18/35 постов).
- 03 Средняя длина поста — 621 знаков (медиана 685).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (652 в среднем у топа vs 346 у худших) — среди 35 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 12.08 · 06:47 ВИДЕО Омега-3: польза или риск? ➡ Многие привыкли считать добавки с омегой-3 абсолютно безопасными. Новые данные заставляют быть...	ПРОСМ. 672 РЕП. 5	РЕАКЦ. 20 ER 14.0%
№2 14.08 · 07:02 ФОТО Что скрывают цифры в заключении УЗИ молочных желез? Расшифровываю простым языком. «Доктор, у меня в заключении написано: железистая ткань...	ПРОСМ. 654 РЕП. 5	РЕАКЦ. 24 ER 13.7%
№3 21.08 · 11:43 ФОТО Приливы замучили, а гормоны принимать не хочется или нельзя? Появился первый негормональный препарат от приливов, действие которого...	ПРОСМ. 631 РЕП. 11	РЕАКЦ. 30 ER 13.2%

№4 10.08 · 12:01 ФОТО Можно ли отодвинуть климакс? Короткий ответ — нет. Почему? ♦ Запас яйцеклеток закладывается при рождении. ♦ С возрастом он истощается. ♦ ...	ПРОСМ. 570 РЕП. 1 РЕАКЦ. 23 ER 11.9%
№5 02.09 · 11:14 ФОТО Как не заболеть раком ячников? Нужно удалить трубы! ➡️ Рак яичников сложно обнаружить на ранней стадии. Надёжного скрининга для женщин...	ПРОСМ. 541 РЕП. 5 РЕАКЦ. 13 ER 11.3%

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 30.08 · 09:22 ФОТО 🍿 Фильм на вечер Это честная история о том, как женщина в менопаузе проходит путь от стыда и неприятия своего меняющегося тела к уважению...	ПРОСМ. 363 РЕП. 2 РЕАКЦ. 12 ER 7.6%
↓ 01.09 · 10:32 ВИДЕО Думаете, простатит вашего партнера никак на вас не влияет? Как бы не так. Как мужской простатит может влиять на женское здоровье —...	ПРОСМ. 360 РЕП. 4 РЕАКЦ. 17 ER 7.5%
↓ 05.09 · 11:39 ВИДЕО Колоноскопия: когда и кому нужна? Гастроэнтерология и гинекология связаны теснее, чем вы думаете 🙌 ЧИТАЙТЕ МЕНЯ ТАМ, ГДЕ УДОБНО: 💙 Мой...	ПРОСМ. 315 РЕП. 3 РЕАКЦ. 17 ER 6.6%

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.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

4 962

СЕЙЧАС

4 791

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-171

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

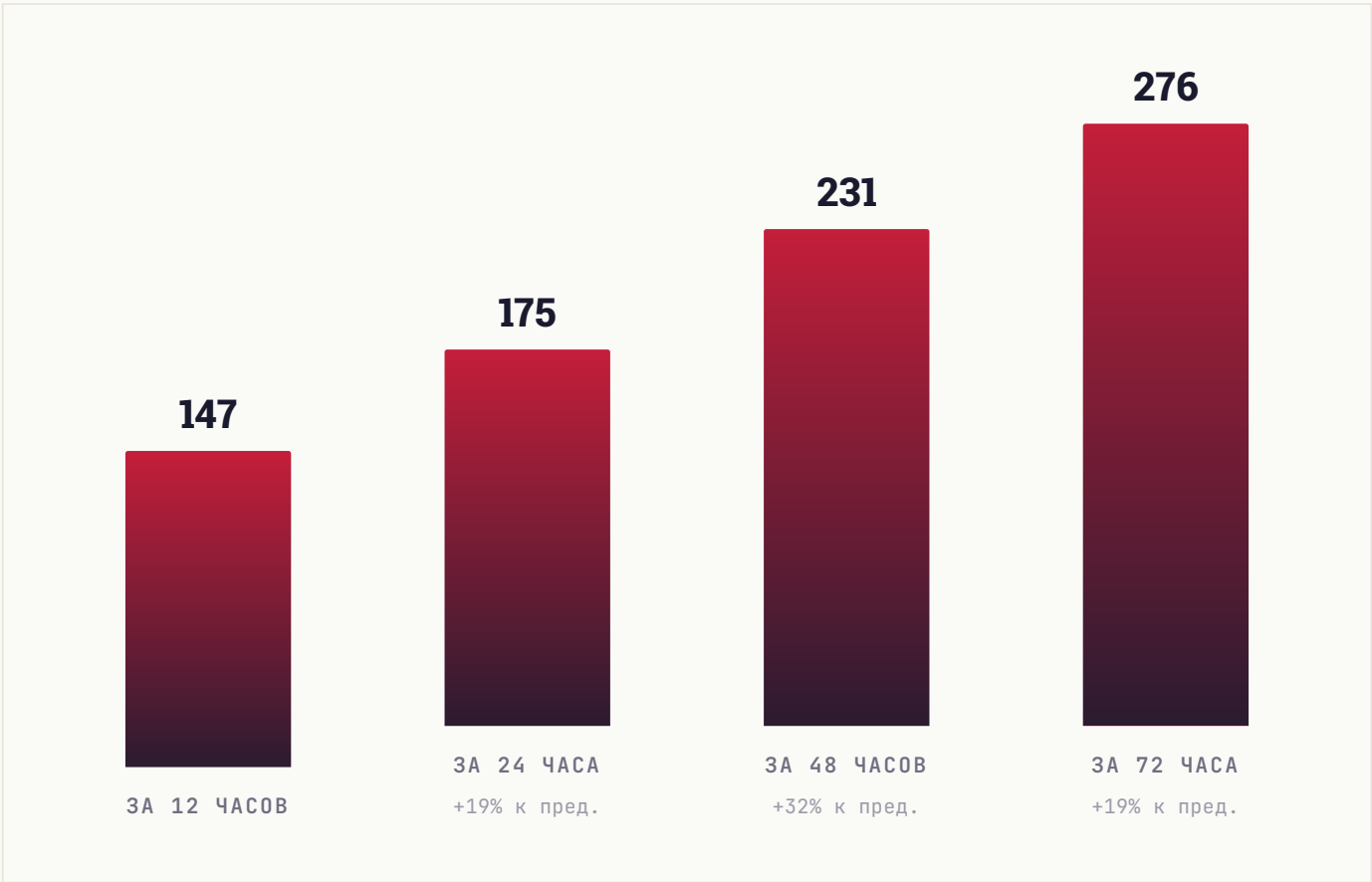
Индекс цитирования 2 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 12 разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
п- Профессия – гинеколог	18.4K
ви ВАХТА ИНФО	10.9K
яг Я Гинеколог Акушер	9.6K
рг Реальная гинекология гинеколог-хирург Камиль Бахтияров kamildoc	8.9K
ди Доктор Илюхина/ Климакс Менопауза/Гормоны вы	4.8K
ме Медвестник	3K
pd Репродуктолог DR.MOKROVA	2.7K
гм ГИНЕКОЛОГ-ЭМПАТ МОСКВА	2.6K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней трети подборки (5-е место из 8). Крупнее — 4 канала (лидер: Профессия – гинеколог, 18.4K); это ориентиры для роста, к ним заходим через платные размещения или партнёрские проекты. Мельче — 3 канала, для них вы уже партнёр-лидер.

— 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 **0**, а канал за это время прибавил **122** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	3
Февраль 2026	0	0	8
Январь 2026	0	0	10
Декабрь 2025	0	0	9
Ноябрь 2025	0	0	28
Октябрь 2025	0	0	64

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
0	6	122

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

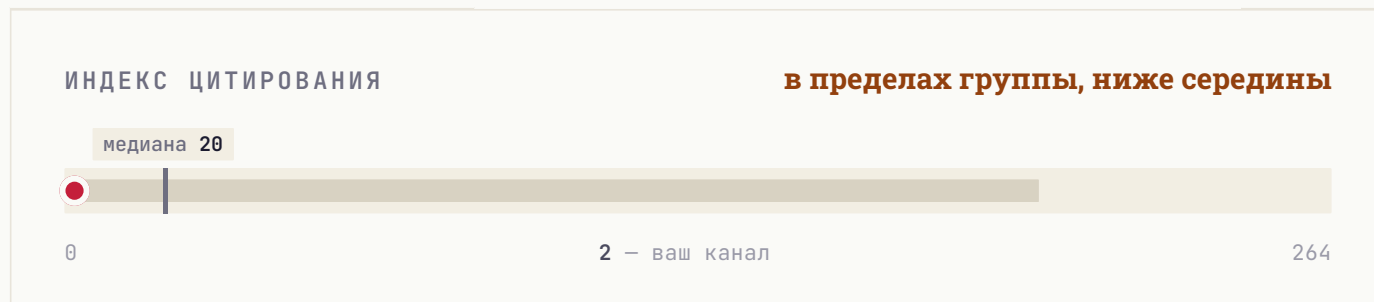
Сравниваем с каналами вашего размера: **70 каналов** категории «Медицина» от 2 тыс. до 14 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#53 /70

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 53 из 70 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 09:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

**объём под
задачу**

03

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

04

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**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
трафика**

★ 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
----	-------------------------------	---
