

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Врач реабилитолог Георгий Темичев



@dr_temichev

№ 5917657656 Врач спортмед и ЛФК, преподаватель #ВОIAC
Остеохондроз, грыжи и другие проблемы ОДА Записаться +7 909
900-44-97 ООО "КЛИНИКА ТЕМИЧЕВА ГОРКОВСКОГО", Москва,
пр-кт Ленинский, д. 15...

ПОДПИСЧИКИ

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

ОХВАТ/ПОСТ

14 161

+53 за месяц

17.0%

за сутки 5.2%

2.2K

рекл. охват 743/24ч

— 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 14 161 —	👁️ охват поста 15.85% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 2.2K медиана 2.2K · 28 дней	📅 постов/нед. 2.7 за период
📈 тренд 7д -19.3% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 70.5 всего 775 реакц., 176 реп., 9 комм.	📄 длина поста 686 зн. медиана 848 · 28 дней	★ постов в анализе 11 28 дней
📈 рекл. охват 743 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +53 за последний месяц	📄 цитируемость 85 индекс цитирования · 226 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 7 месяцев создан 24.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Врач реабилитолог Георгий Темичев» — 14 161 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.2K человек (16% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 3 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации. За неделю 21–27 сентября охваты просели на -19.3% к неделе 14–20 сентября — 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 11 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — **Видео** (5/11 постов).
- 03 Средняя длина поста — **686** знаков (медиана 848).
- 04 Пик активности аудитории — **пятница, 07:00 MSK**.
- 05 Самые сильные посты собирают в **2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (3.1K в среднем у топа vs 1.8K у худших) — среди 11 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 18.09 · 05:01 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 3 206 РЕП. 13	РЕАКЦ. 66 ER 22.6%
№2 04.09 · 04:32 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 3 114 РЕП. 17	РЕАКЦ. 80 ER 22.0%
№3 11.09 · 04:31 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 2 953 РЕП. 18	РЕАКЦ. 81 ER 20.9%

№4 15.09 · 04:30 ВИДЕО ⚡ РАЗВИВАЙТЕ ПРУЖИНИСТОСТЬ ⚡ Начинайте с простого. Прогрессируйте постепенно. Доверяйте процессу. Не всем нужно сразу переходить к прыжкам...	ПРОСМ. 2 728 РЕП. 58	РЕАКЦ. 134 ER 19.3%
---	--	---

№5 18.09 · 05:01 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 2 220 РЕП. 10	РЕАКЦ. 44 ER 15.7%
--	--	--

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 09.09 · 12:17 ВИДЕО Друзья! Уже в эту пятницу пройдет онлайн конференция «ТБС без проблем». Мы собрали лучших специалистов для этой конференции - смотрите...	ПРОСМ. 2 104 РЕП. 5	РЕАКЦ. 33 ER 14.9%
↓ 08.09 · 04:31 ВИДЕО 😁 Записаться на прием в клинику +7 909 900 44 97	ПРОСМ. 2 011 РЕП. 8	РЕАКЦ. 92 ER 14.2%
↓ 29.09 · 04:34 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 1 269 РЕП. 6	РЕАКЦ. 56 ER 9.0%

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

12 243

СЕЙЧАС

14 161

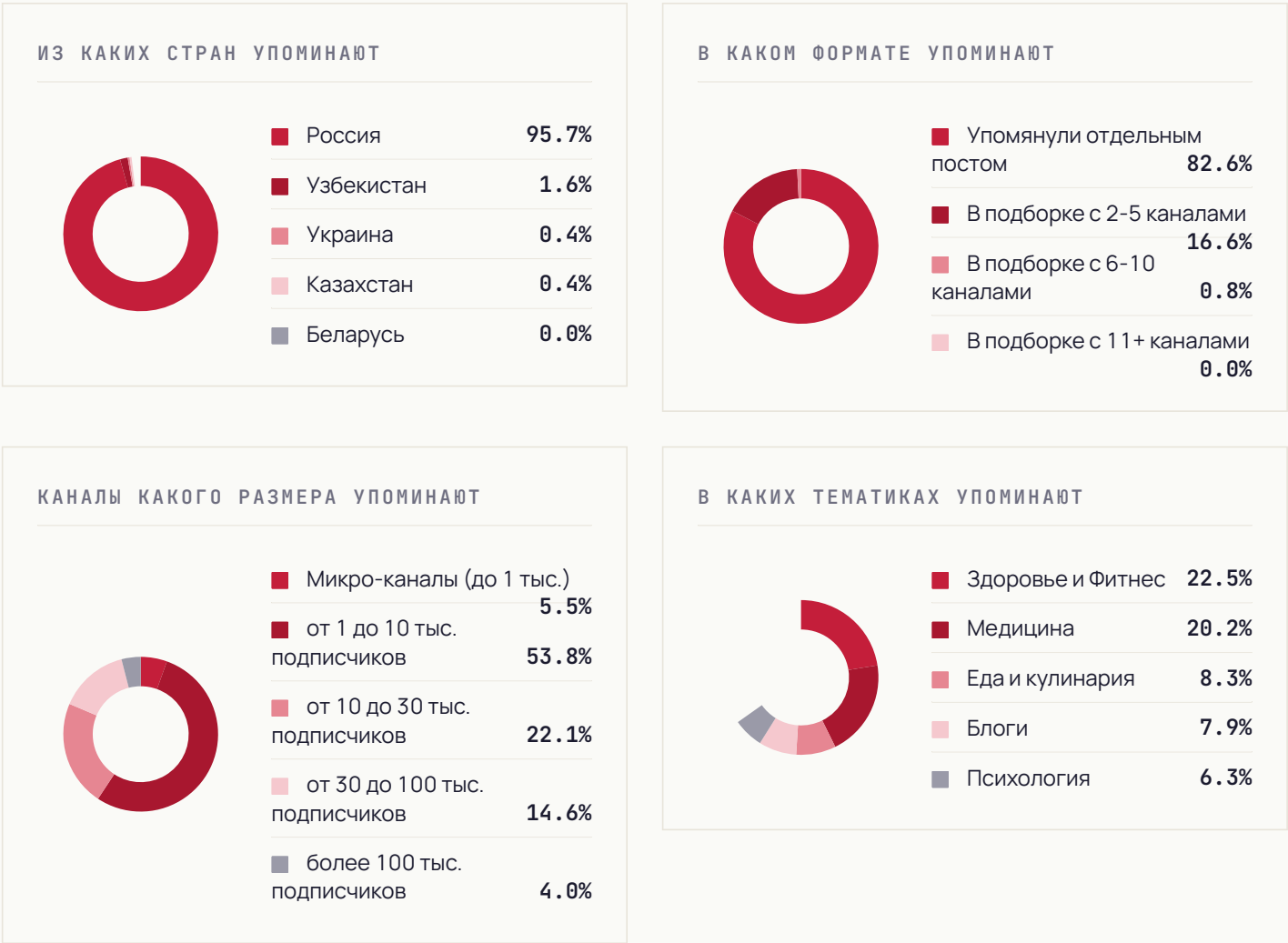
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+1 918

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

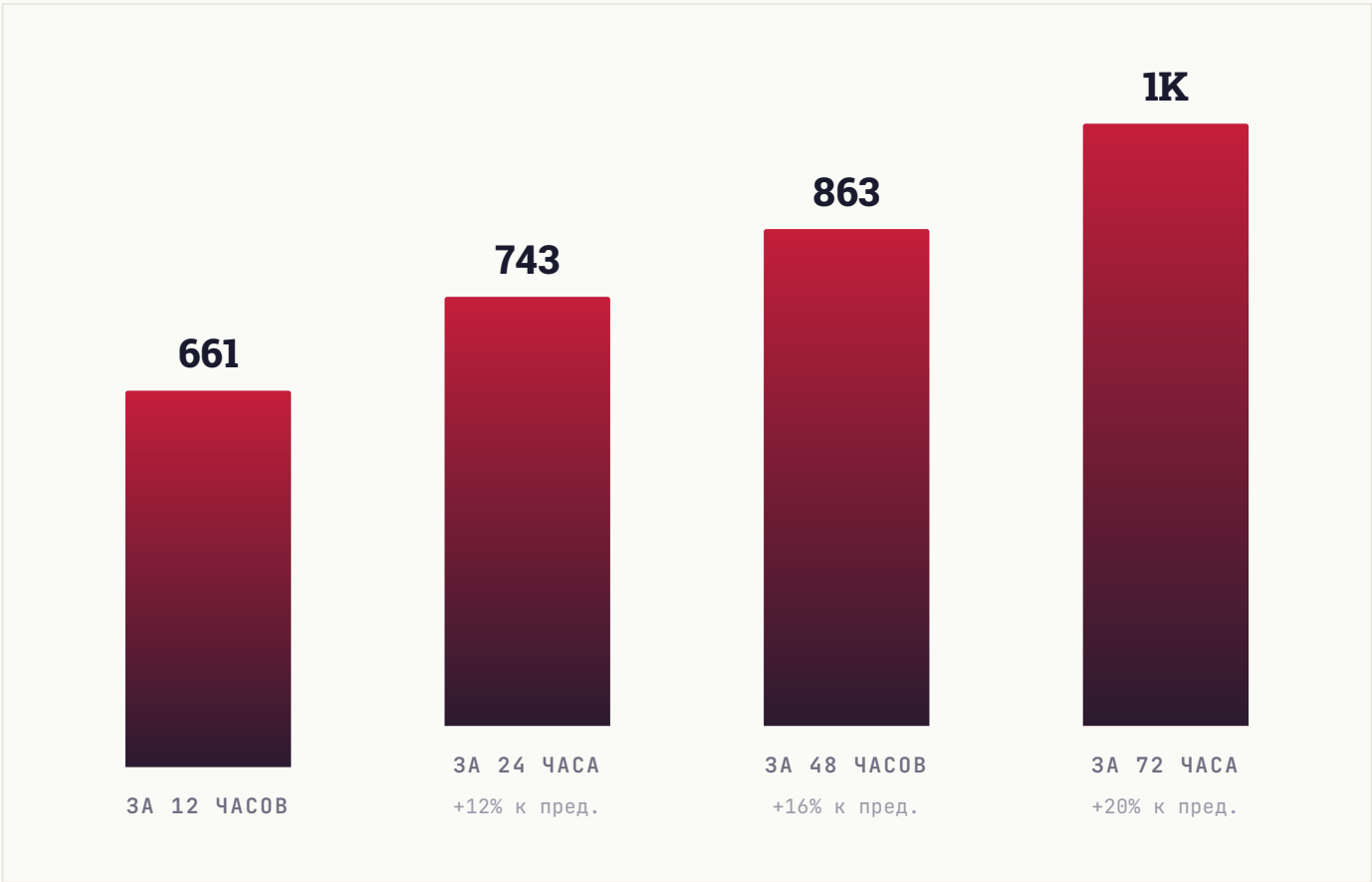
Индекс цитирования **85** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **226** разных каналов.



— 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
ВР Врач реабилитолог Георгий Темичев ВЫ	14.2K
К KinesioPro (PhysioSapiens)	11.4K
PR Реабилитация Rehabscience Богатырев Андрей	9.7K
ЭТ Эволюция тренировки	8K
OR ORTHO_REHAB	4.5K
NP Nadi_rehab/ реабилитация после травм и операций	4.3K
ТД ТРЕНИНГ ДЛЯ СПОРТА	4.3K
OR orthodoc.md	3.7K
BS Библиотека Sportmed	3.5K
ЮП Юдакова про рехаб	2.3K
ФС ФИТНЕС СО ВСЕХ СТОРОН	1.7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — самый крупный в подборке из 11 каналов. С остальными можно идти в кросс-промо как лидер ниши: вы даёте им больше охвата, чем получаете обратно, но закрепляете статус.

— 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 **12**, а канал за это время прибавил **1 054** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	2	1	166
Март 2026	0	0	162
Февраль 2026	3	2	149
Январь 2026	2	2	181
Декабрь 2025	1	1	102
Ноябрь 2025	4	3	294

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
12	6	1 054

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

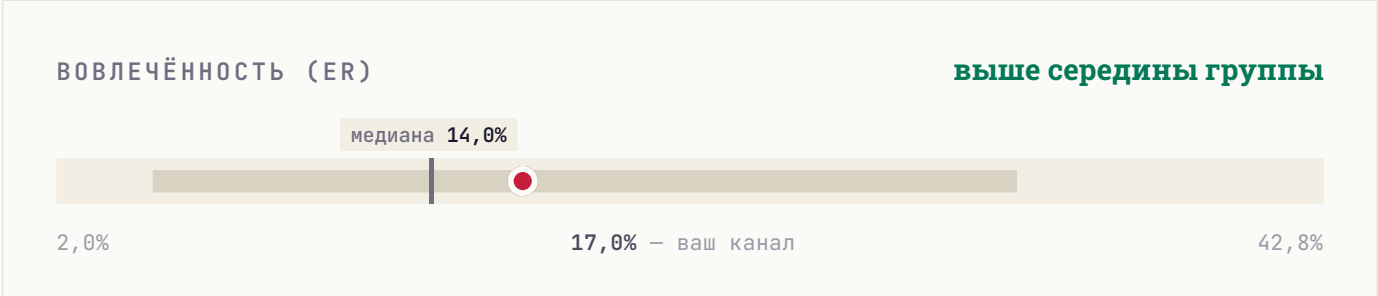
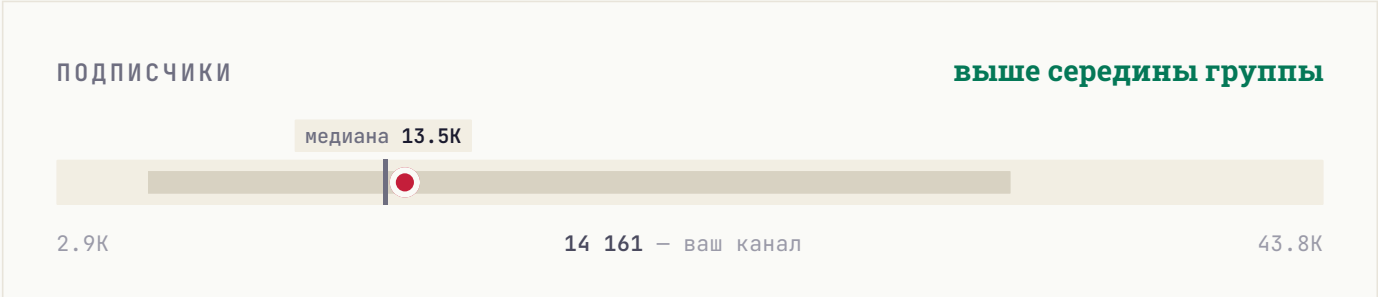
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **262 канала** категории «Медицина» от 5 тыс. до 42 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#128/262

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 128 из 262 каналов сопоставимого размера





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

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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в пятницу

В этот день и в 07:00 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 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
----	-------------------------------	---
