

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала ДОКТОР АБАКУМОВ



@drabakumof

ВРАЧ-ТЕРАПЕВТ-ИНУТРИЦИОЛОГ • 36.000 женщин без дефицитов

• Витамины @BOOSTLIFETG Номер заявления РКН: 5699740878

ПОДПИСЧИКИ

150 066

-1156 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

9.0%

за сутки 3.3%

ОХВАТ/ПОСТ

12.6K

рекл. охват 5K/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 150 066 —	👁️ охват подписчиков 8.4% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 12.6K медиана 13.1K · 27 дней	📅 постов/нед. 4.0 за период
📈 тренд 7д +16.8% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 167.4 всего 2 678 реакц., 1 863 реп., 226 комм.	📄 длина поста 955 зн. медиана 1000 · 27 дней	★ постов в анализе 16 27 дней
📈 рекл. охват 5K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -1156 за последний месяц	📄 цитируемость 21 индекс цитирования · 115 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 4 месяца создан 26.01.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «ДОКТОР АБАКУМОВ» — 150 066 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 12.6K человек (8% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 4 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 8–14 июня охваты выросли на +16.8% к неделе 1–7 июня — позитивная динамика.

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 16 постам за 27 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (7/16 постов).
- 03 Средняя длина поста — 955 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 19:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (16.7K в среднем у топа vs 8.9K у худших) — среди 16 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 31.05 · 16:31 ФОТО Друзья, с праздником Святой Троицы! Хочу вам рассказать историю, которая сильно повлияла на мою веру в Бога 2020 год - ковид на пике. Ко...	ПРОСМ. 18 232 РЕП. 22	РЕАКЦ. 587 ER 12.1%
№2 09.06 · 10:42 ТЕКСТ Пластик нашли в крови у 97% людей! И впервые поняли, как его выводить SWAN провели исследование на 1302 женщинах среднего возраста. И у 97%...	ПРОСМ. 16 178 РЕП. 198	РЕАКЦ. 208 ER 10.8%
№3 27.05 · 11:40 ТЕКСТ ГОМОЦИСТЕИН: ПОКАЗАТЕЛЬ, КОТОРЫЙ ПОЧТИ ВСЕ ИГНОРИРУЮТ Пришла ко мне как-то раз девушка с критически низкой фолиевой кислотой в анализах -...	ПРОСМ. 15 745 РЕП. 275	РЕАКЦ. 190 ER 10.5%

№4 03.06 · 14:52 ТЕКСТ Тяжесть после еды, отеки по утрам, холестерин растёт - вы уже гуглите "застой желчи". Но что это на самом деле? Чаще чем с выпадением...	ПРОСМ. 14 672 РЕП. 154 РЕАКЦ. 182 ER 9.8%
№5 13.06 · 15:40 ТЕКСТ Выглядит как гастрит. Оказывается - рак Вы годами избегаете острого, пьете омепразол, отказались от любимой колбасы - но желудок все равно...	ПРОСМ. 14 621 РЕП. 412 РЕАКЦ. 170 ER 9.7%

I

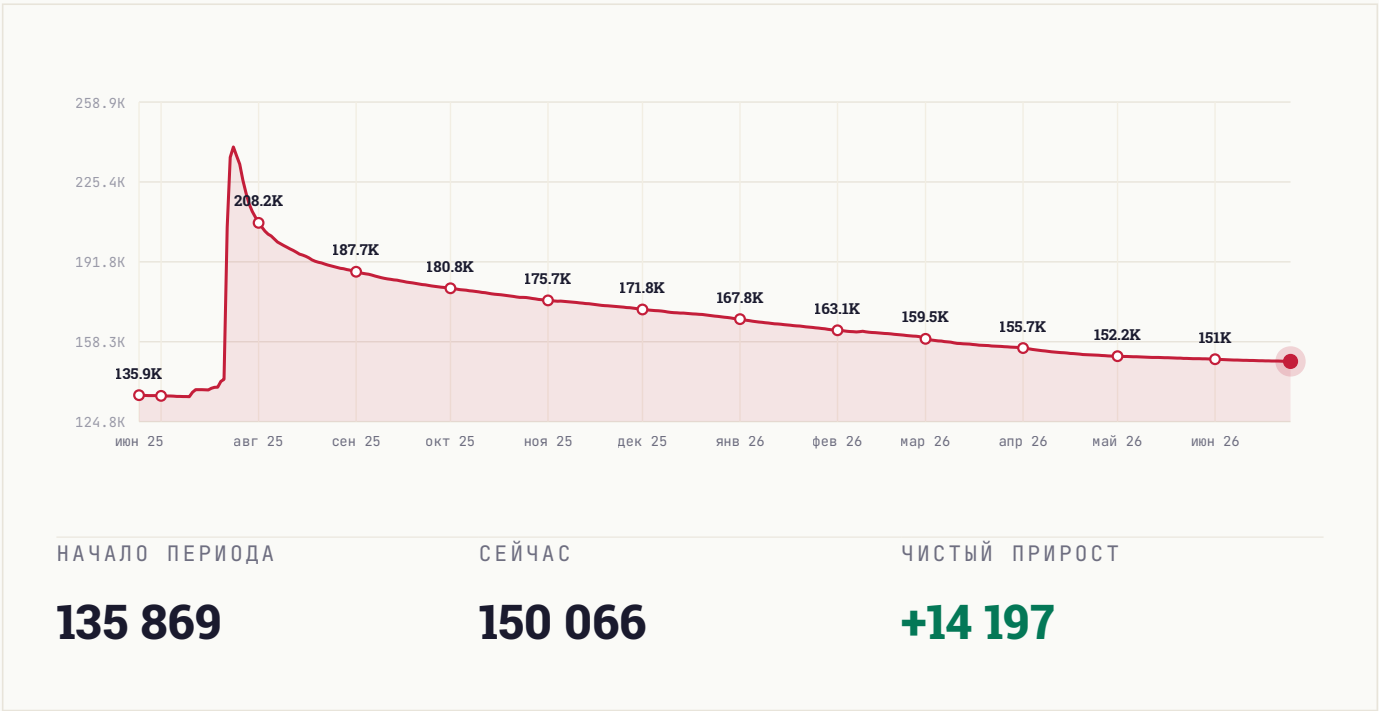
ХУДШИЕ 3

↓ 02.06 · 10:29 ФОТО ХАНТАВИРУС: НОВЫЙ КОВИД ИЛИ РАЗДУТАЯ ПАНИКА? Океан, роскошный круизный лайнер и... трое мертвых пассажиров. Звучит, как описание романа ...	ПРОСМ. 11 205 РЕП. 13 РЕАКЦ. 47 ER 7.5%
↓ 21.06 · 08:06 ТЕКСТ Почему люди на оземпике перестают хотеть секса и партнёра? Представьте: ваша знакомая начала колоть оземпик, похудела, выглядит отлично -...	ПРОСМ. 8 002 РЕП. 38 РЕАКЦ. 92 ER 5.3%
↓ 21.06 · 10:52 ФОТО Дорогие медработники, сегодня я просто хочу сказать вам спасибо. Спасибо за ваш труд. За все дежурства, за бессонные ночи, за усталость...	ПРОСМ. 7 409 РЕП. 5 РЕАКЦ. 292 ER 4.9%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

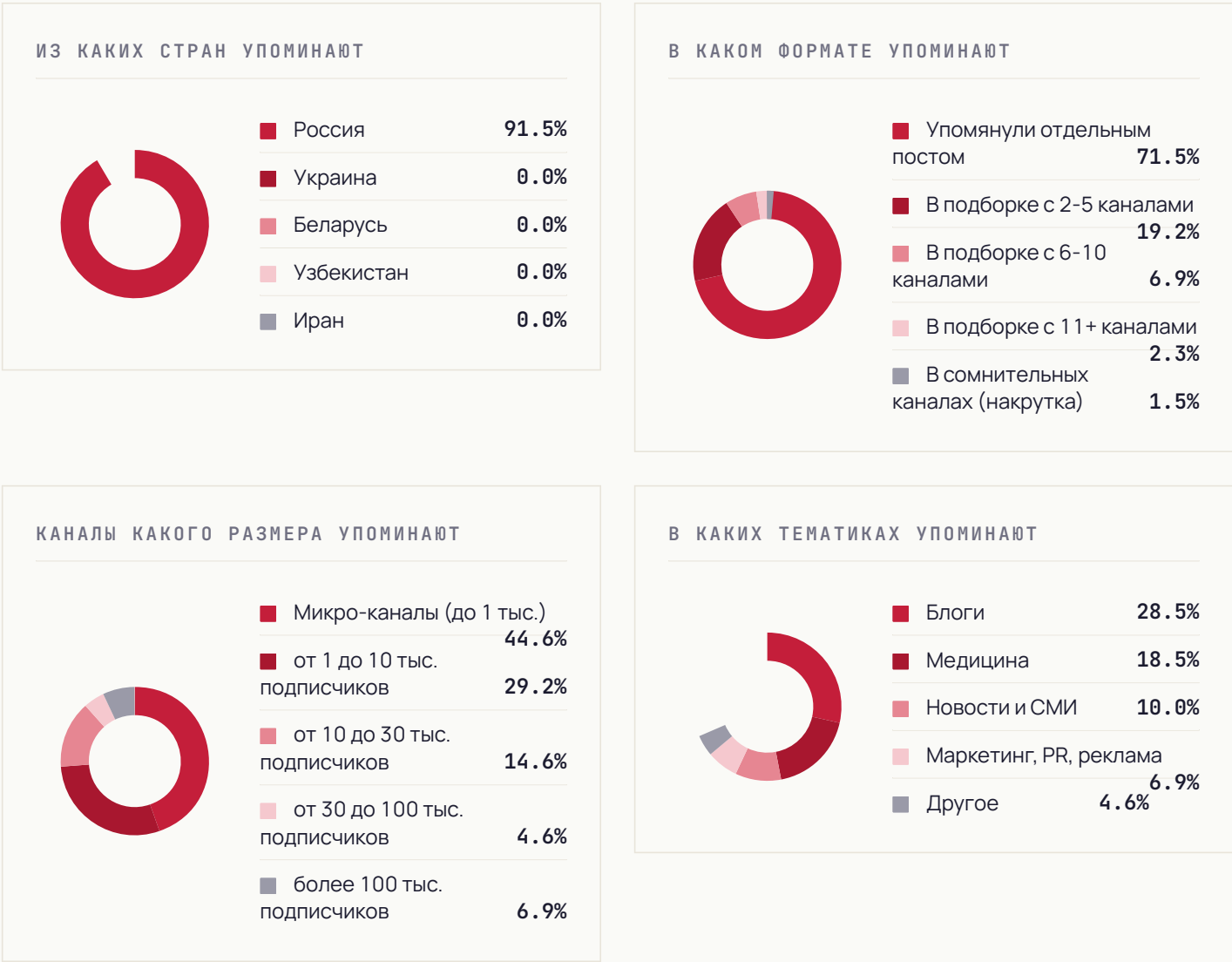
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

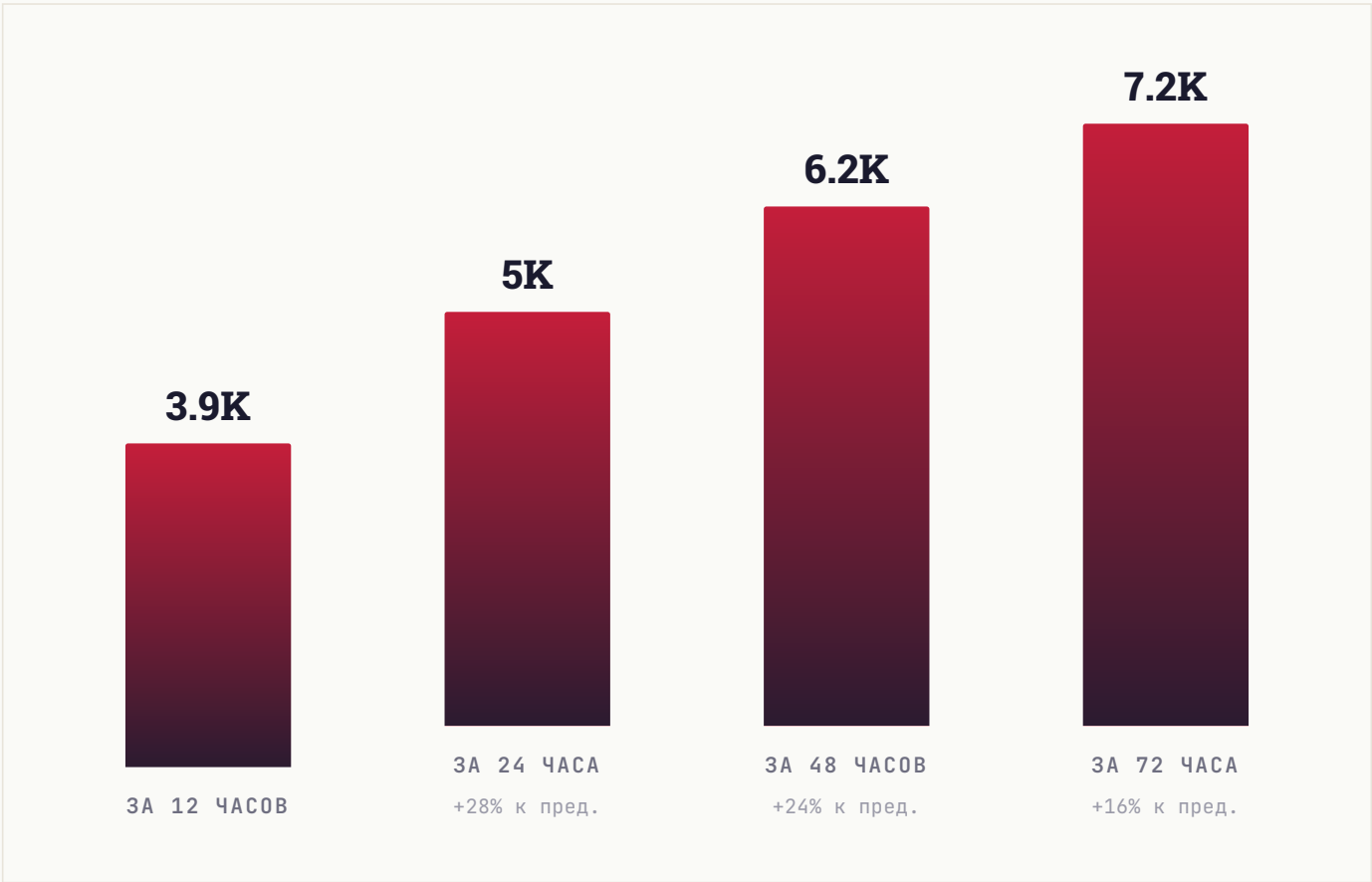
Индекс цитирования **21** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **115** разных каналов.



— 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
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
ДА ДОКТОР АБАКУМОВ ВЫ	150.1K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в первой четверти ниши (#13 из 96). Лидер — Блог из морга (359.3K).
Цель ближайших месяцев — войти в топ-10 ниши через системную работу с трафиком.

— 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 **9**, они привели **104 866** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Декабрь 2025	1	1	0
Ноябрь 2025	2	2	18
Октябрь 2025	1	1	0
Сентябрь 2025	0	0	0
Август 2025	1	1	0
Июль 2025	4	3	104 848

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
9	6	104 866

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

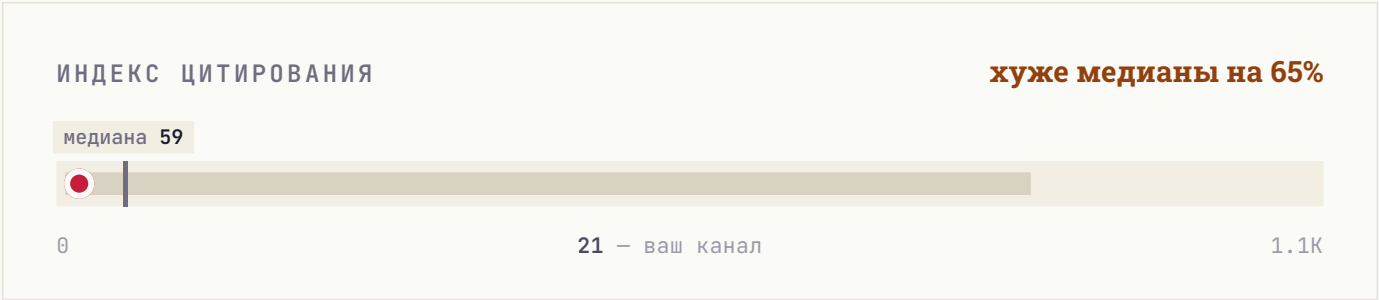
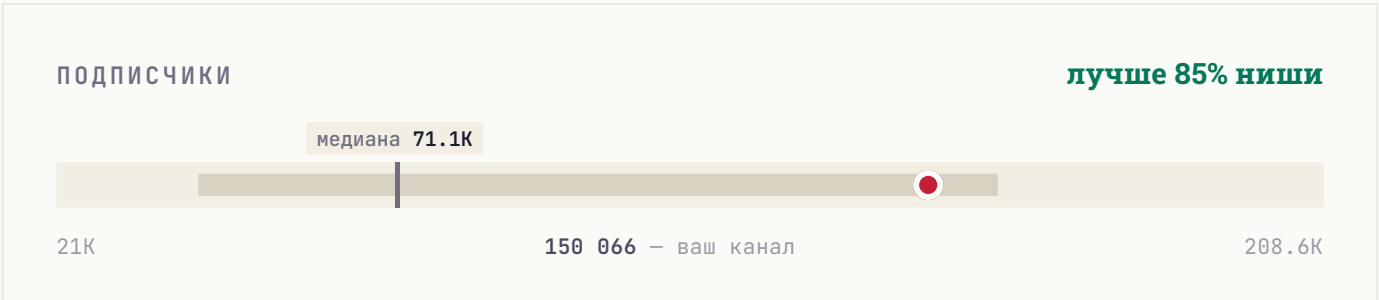
Где канал в своей лиге

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.

#13/100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в топ-13% — сильное положение



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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в воскресенье

В этот день и в 19:00 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

**+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	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
