

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Терапевт

Оксана

Драпкина



@drapkinaom

Профессор, академик РАН, заслуженный врач РФ Оксана Драпкина рассказывает о современных возможностях профилактической медицины и науки. **!!** При использовании материалов в СМИ, ссылка на телеграм-канал...

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
4 703 15.10.2026 -30 за месяц	31.0% за сутки 26.0%	1.4K HTTPS://PROMTPRESS.COM/AUDIT/DRAPKINAOM рекл. охват 1.2K/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 4 703 —	👁️ охват поста 29.81% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.4K медиана 1.4K · 27 дней	📅 постов/нед. 3.8 за период
📈 тренд 7д -4.0% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 83.1 всего 1 247 реакц., 47 реп., 7 комм.	📄 длина поста 617 зн. медиана 596 · 27 дней	★ постов в анализе 15 27 дней
📈 рекл. охват 1.2K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -30 за последний месяц	📄 цитируемость 28 индекс цитирования · 215 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 8 месяцев создан 17.01.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Терапевт Оксана Драпкина» — 4 703 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.4K человек (30% от подписчиков), это хороший охват. Публикует 4 поста в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты стабильны (-4.0% к неделе 21–27 сентября).

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 15 постам за 27 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (8/15 постов).
- 03 Средняя длина поста — 617 знаков (медиана 596).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.6K в среднем у топа vs 1.3K у худших) — среди 15 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 30.09 · 06:03 ВИДЕО Подъем по лестнице и снижение сердечно-сосудистого риска Здравствуйте, дорогие друзья! Подъём по лестнице — это простой, доступный и...	ПРОСМ. 1 689 РЕП. 4	РЕАКЦ. 106 ER 35.9%
№2 21.09 · 05:13 ВИДЕО Доброе утро, дорогие друзья! Сегодня в рубрике «Совет терапевта» поговорим о том, как безопасно пользоваться наушниками. #Советтерапевта...	ПРОСМ. 1 639 РЕП. 7	РЕАКЦ. 95 ER 34.9%
№3 16.09 · 05:58 ТЕКСТ Доброе утро, дорогие друзья! Очередной комплекс упражнений из цикла «Офисная гимнастика» направлен на укрепление суставов рук и важен для...	ПРОСМ. 1 584 РЕП. 2	РЕАКЦ. 87 ER 33.7%

№4 25.09 · 05:04 ТЕКСТ Доброе утро, друзья! Холка (шейный горб) — дефект, который встречается не только у женщин, но и у мужчин. Причиной возникновения холки...	ПРОСМ. 1 464 РЕП. 8 РЕАКЦ. 83 ER 31.1%
№5 30.09 · 07:36 ТЕКСТ Исследование показало, что регулярные подъёмы по лестнице ассоциировались со снижением риска смерти от сердечно-сосудистых заболеваний на...	ПРОСМ. 1 461 РЕП. 4 РЕАКЦ. 87 ER 31.1%

|

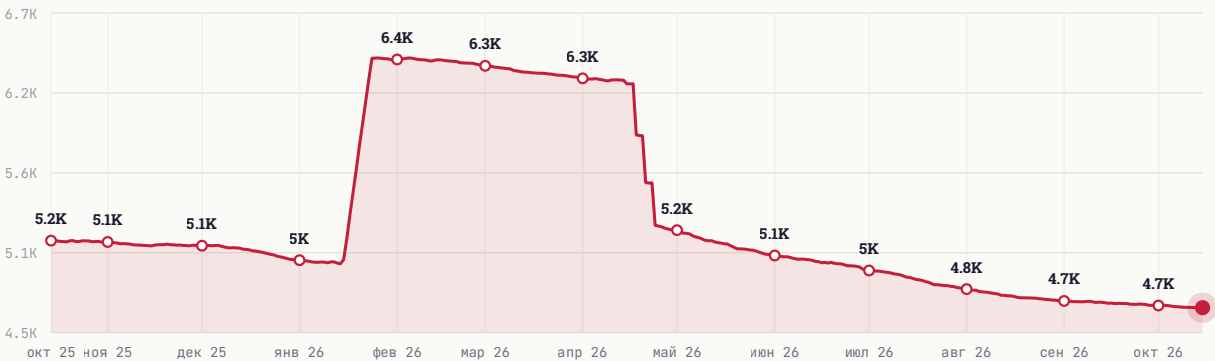
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 07.10 · 06:01 ТЕКСТ Ребёнок, который регулярно громко храпит, делает паузы в дыхании, задыхается во сне, дышит ртом или испытывает затруднения с дыханием...	ПРОСМ. 1 318 РЕП. 1 РЕАКЦ. 90 ER 28.0%
↓ 05.10 · 05:57 ВИДЕО Доброе утро, друзья! Сегодня в рубрике «Совет терапевта» поговорим о том, о каких проблемах может говорить храп и почему его не стоит...	ПРОСМ. 1 306 РЕП. 3 РЕАКЦ. 76 ER 27.8%
↓ 07.10 · 05:52 ФОТО Апноэ сна у ребенка Здравствуйте, дорогие друзья! Мы часто говорим об апноэ сна у взрослых, но эта проблема нередка и у детей. Согласно...	ПРОСМ. 1 159 РЕП. 2 РЕАКЦ. 73 ER 24.6%

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

5 157

СЕЙЧАС

4 703

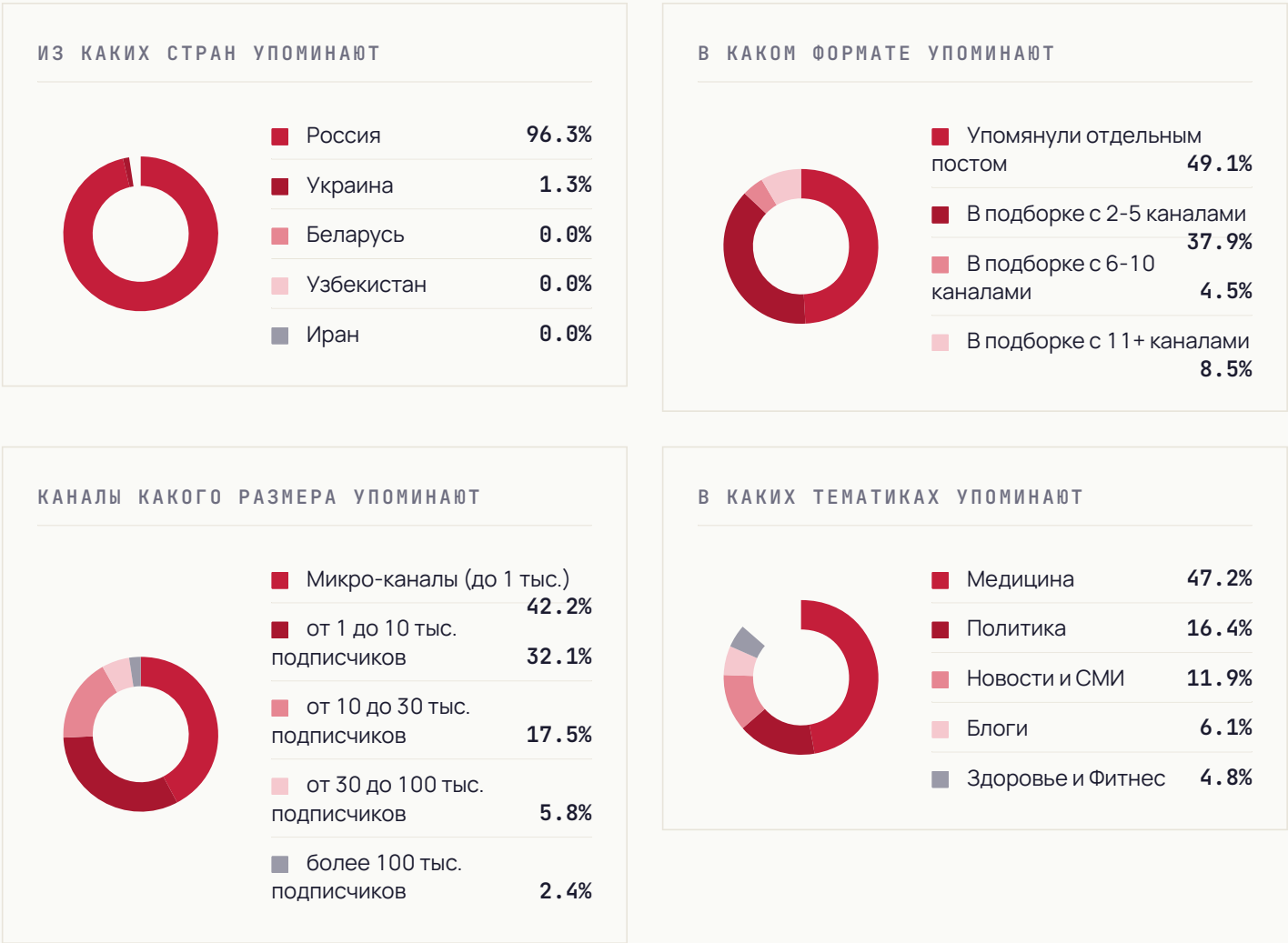
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-454

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

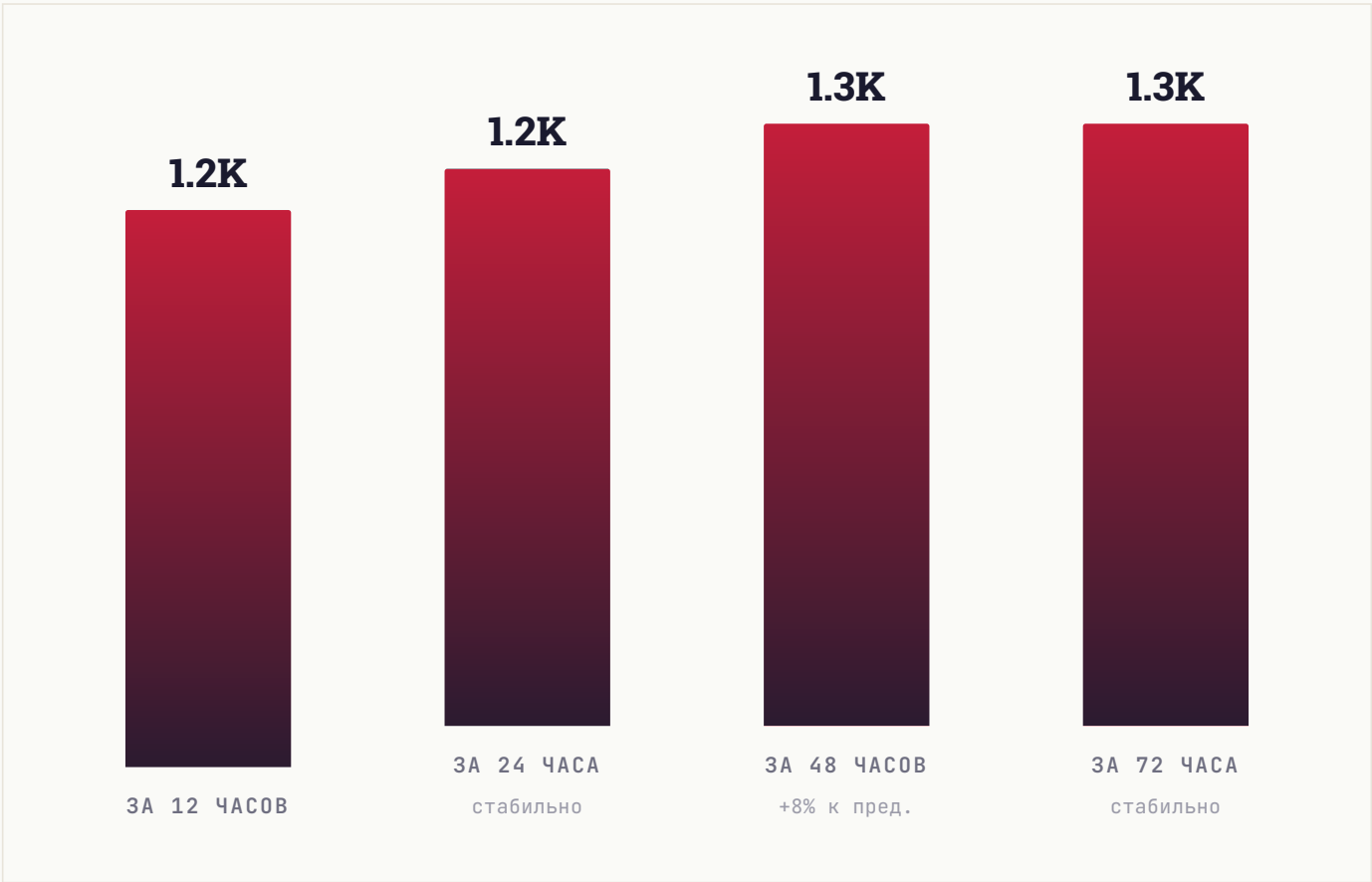
Индекс цитирования **28** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **215** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
DC DELLUXY Concierge	6.5K
ББ Белогорье. Белгород.	5.2K
ТО Терапевт Оксана Драпкина ВЫ	4.7K
НТ НМИЦ терапии и профилактической медицины Минздрава России	3.3K
КВ Как в Волгу глядели	2.1K
Ж« ЖК «Новая Щербинка»	1.4K
D DUCARS Дукарс Авто под заказ	1.4K
УП Угарные приколы 🇷🇺 100	694
СЖ Собачья жизнь	640

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 9, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: DELLUXY Concierge, 6.5K), мельче — 6 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— 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 **17**, а канал за это время прибавил **1 462** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	0	0	10
Март 2026	3	2	0
Февраль 2026	2	2	19
Январь 2026	5	4	1 404
Декабрь 2025	3	3	11
Ноябрь 2025	4	3	18

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
17	6	1 462

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

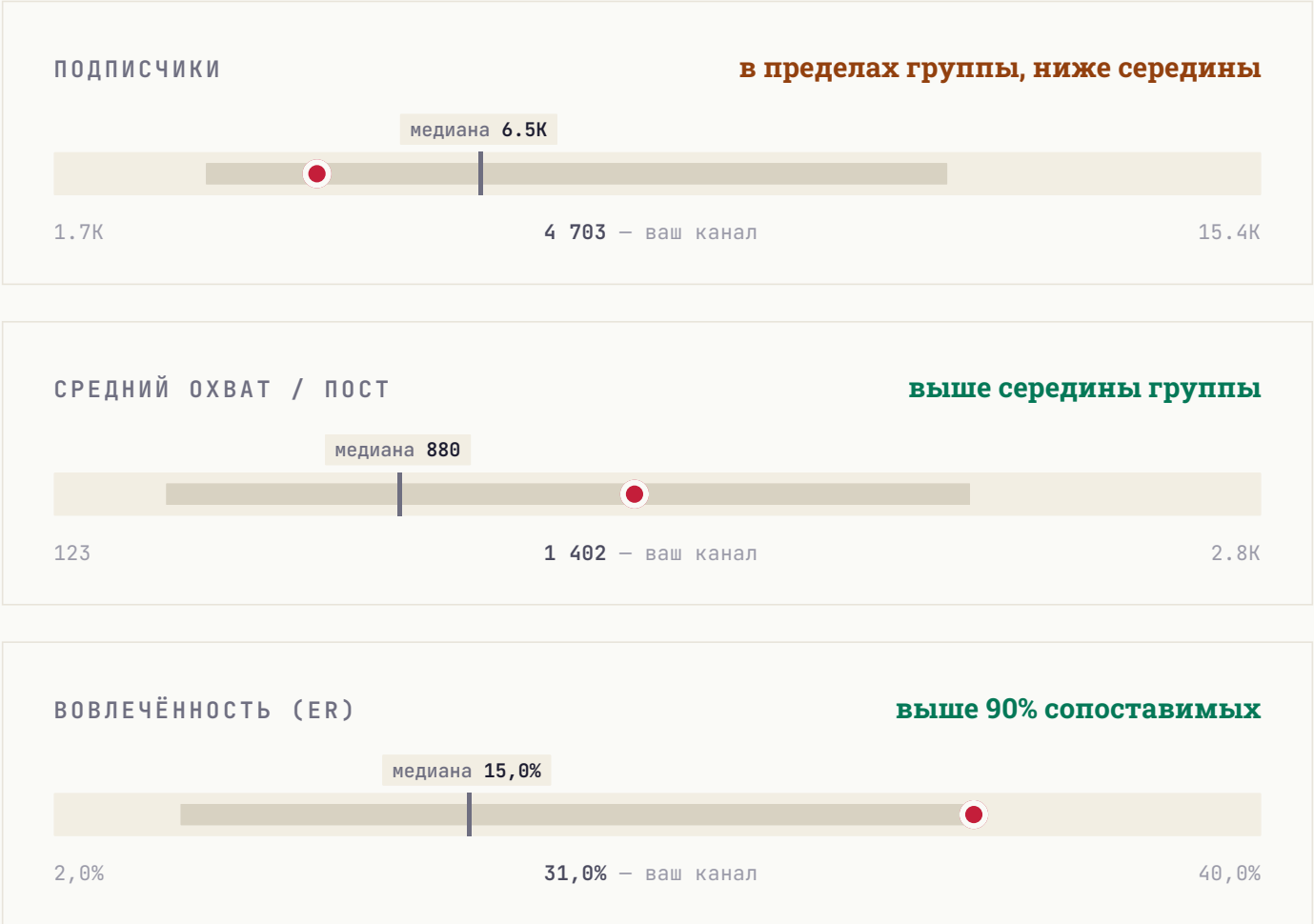
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **253 канала** категории «Медицина» от 2 тыс. до 14 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#185/253

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 185 из 253 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 09:00 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
----	-------------------------------	---
