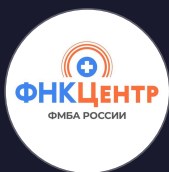


ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала ФНКЦ ФМБА России



@fnkcfmba

Лайфхаки для здоровой жизни на основе доказательной медицины и рекомендации врачей ФНКЦцентра доступным языком. ➡ Сайт и запись к врачу: <https://fnkc-fmba.ru> +7 (495)-145-60-54 🕒 Пн-Вс...

ПОДПИСЧИКИ

3 194

+12 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

19.0%

за сутки **8.4%**

ОХВАТ/ПОСТ

601

рекл. охват **267/24ч**

— 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 «Спорт»

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 3 194 —	👁️ охват поста 18.82% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 601 медиана 582 · 29 дней	📅 постов/нед. 7.2 за период
📈 тренд 7д -24.6% vs предыдущая неделя	❤️ реакц./пост 17.5 всего 525 реакц., 108 реп., 2 комм.	📄 длина поста 495 зн. медиана 409 · 29 дней	☆ постов в анализе 30 29 дней
📈 рекл. охват 267 среднее за 24ч	❤️ отток / месяц +12 за последний месяц	📄 цитируемость 23 индекс цитирования · 50 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 лет 2 дня создан 01.09.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «ФНКЦ ФМБА России» — 3 194 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 601 человек (19% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 17–23 августа охваты просели на -24.6% к неделе 10–16 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 30 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (16/30 постов).
- 03 Средняя длина поста — 495 знаков (медиана 409).
- 04 Пик активности аудитории — четверг, 11:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (842 в среднем у топа vs 477 у худших) — среди 30 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 06.08 · 08:34 ФОТО Не игнорируйте сигналы вашего сердца! ❤️ Если к вечеру ноги становятся тяжелыми, а привычная обувь вдруг начинает жать — это повод...	ПРОСМ. 880 РЕП. 5	РЕАКЦ. 16 ER 27.6%
№2 11.08 · 15:37 ВИДЕО 8 августа в Москве состоялось Всероссийское физкультурное мероприятие «Спорт Лига.Фест». Масштабное спортивное событие объединило...	ПРОСМ. 855 РЕП. 3	РЕАКЦ. 13 ER 26.8%
№3 12.08 · 12:47 ФОТО Кишечник после 40: почему нельзя откладывать обследование? ▲ После 40 лет регулярная проверка кишечника — не просто рекомендация, а...	ПРОСМ. 792 РЕП. 5	РЕАКЦ. 12 ER 24.8%

№4 08.08 · 08:34 ФОТО Когда мозг «даёт сбой»: помощь при когнитивных нарушениях 🧠 Забываете имена, теряете нить разговора, не можете спланировать день? Эти...	ПРОСМ. 766 РЕП. 2	РЕАКЦ. 14 ER 24.0%
№5 05.08 · 15:36 ВИДЕО Специалисты ФНКЦентра разделились на два лагеря...но только из-за отношения к планёркам, порядку на столе и любимых напитков 💜	ПРОСМ. 761 РЕП. 5	РЕАКЦ. 40 ER 23.8%

|

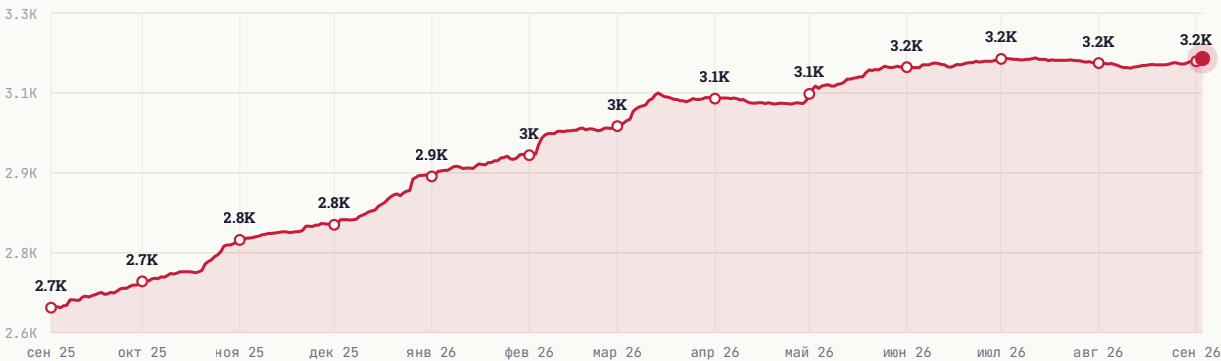
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 28.08 · 13:36 ВИДЕО Можно ли приобрести сахарный диабет, если есть много сладостей, а вылечить — просто отказавшись от тортов? 🍰 Разбираем главные мифы о...	ПРОСМ. 497 РЕП. 2	РЕАКЦ. 13 ER 15.6%
↓ 30.08 · 13:33 ФОТО Удаление желчного пузыря без стресса 🩺 Комплекс «Холецистэктомия под ключ» в ФНКЦ ФМБА России включает полную диагностику, операцию и...	ПРОСМ. 485 РЕП. 3	РЕАКЦ. 20 ER 15.2%
↓ 22.08 · 12:41 ВИДЕО Постоянно потеют ладони? Невозможно пожать руку или надеть любимую футболку из-за пятен пота? Если потоотделение настолько сильное, что...	ПРОСМ. 451 РЕП. 1	РЕАКЦ. 12 ER 14.1%

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

2 653

СЕЙЧАС

3 194

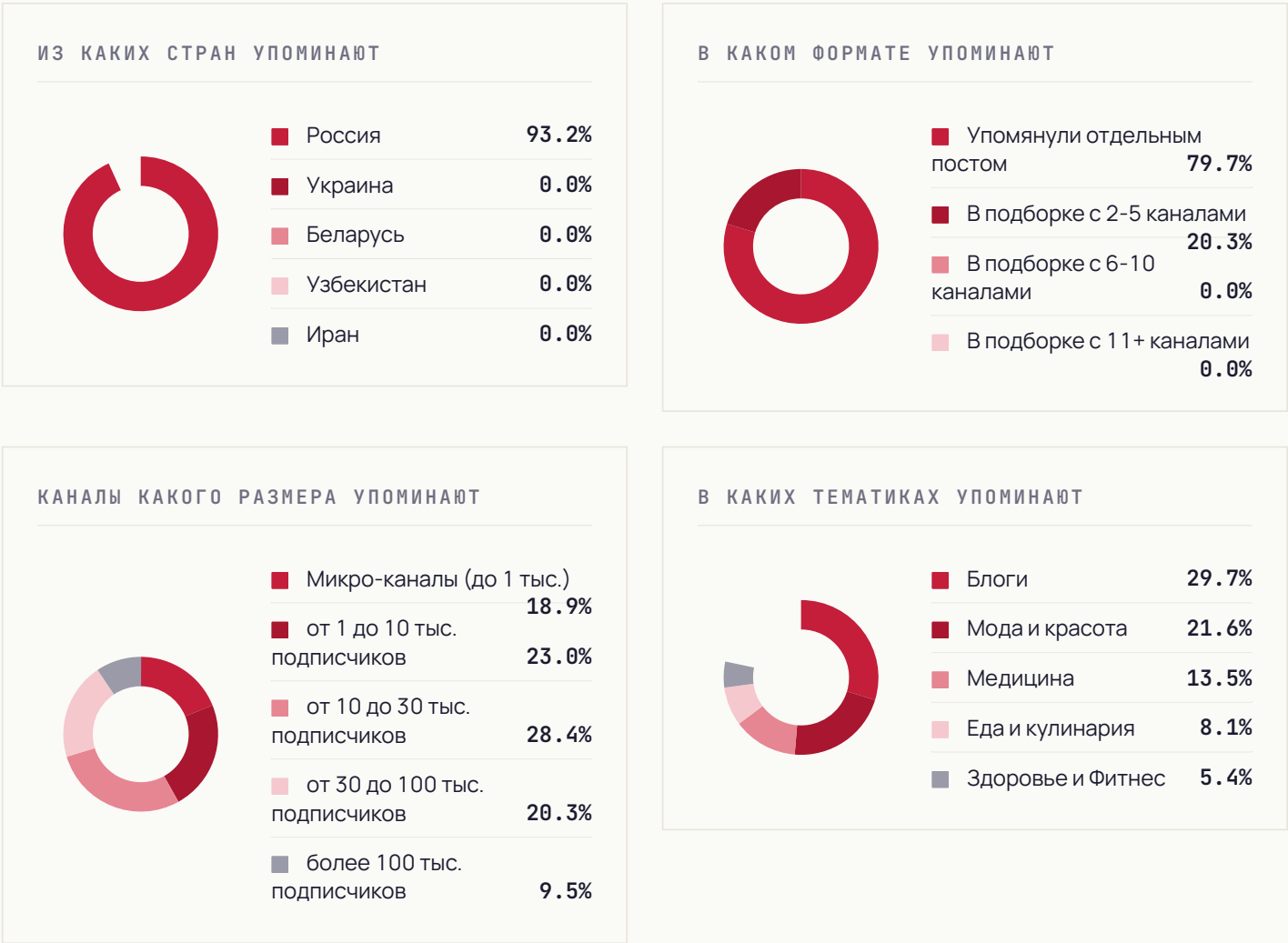
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+541

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

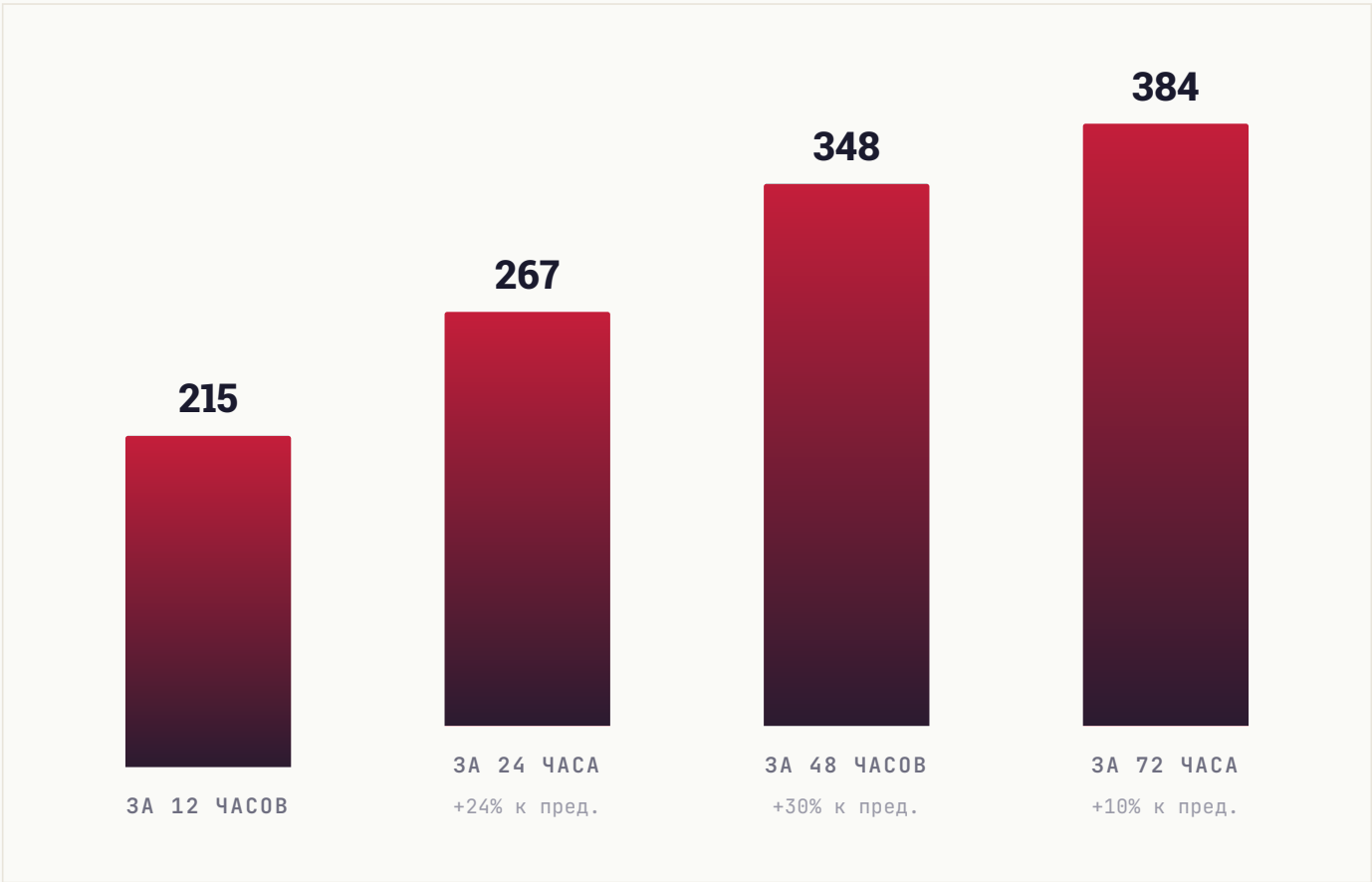
Индекс цитирования **23** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **50** разных каналов.



— 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
ДШ Детская Школа Искусств №10	10.4K
РЕ Ресбольница08	8.7K
ФФ ФНКЦ ФМБА России ВЫ	3.2K
НФ Новости ФМБА	1.6K
ГФ ГНЦ ФГБУ «НМИЦ аллергологии и иммунологии» ФМБА России	1.5K
ОМ Онкодиспансер МЗ КБР	1.4K
РК Республиканский клинический онкологический диспансер	695
АО Алтайский онкодиспансер	630
ОО Онкодиспансер Омск	441

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 9, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: Детская Школа Искусств №10, 10.4K), 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 **12**, а канал за это время прибавил **475** подписчиков из всех источников.

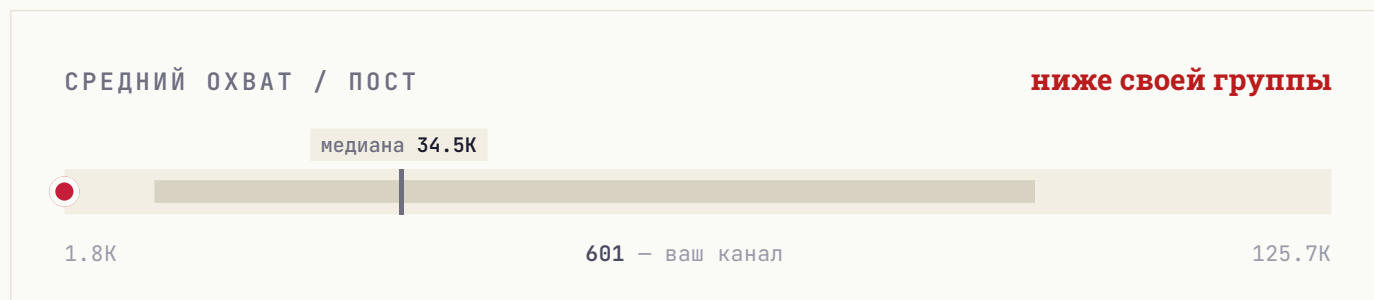
период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	1	1	84
Февраль 2026	2	1	73
Январь 2026	0	0	63
Декабрь 2025	7	5	114
Ноябрь 2025	0	0	45
Октябрь 2025	2	1	96

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
12	6	475

— РАЗДЕЛ 08 • СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли **100** каналов категории «**Спорт**» (Россия). Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.



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 четверг

В этот день и в 11:00 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). PromptPress 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
----	-------------------------------	---
