

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Кладбище Биохакеров



@fuckbiohacking

Незацензуренные мысли любителя полипрагмазийного подхода в употреблении различных пилюль. <https://vk.com/biobezpredel> здесь крч статьи, обсуждения, трансляции итд

ПОДПИСЧИКИ

36 866

+262 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

46.0%

за сутки **21.8%**

ОХВАТ/ПОСТ

17K

рекл. охват **8K**/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 36 866 —	👁️ охват подписчиков 46.21% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 17K медиана 17.1K · 25 дней	📅 постов/нед. 6.0 за период
📈 тренд 7д -13.9% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 509.0 всего 11 197 реакц., 2 861 реп., 0 комм.	📄 длина поста 703 зн. медиана 823 · 25 дней	★ постов в анализе 22 25 дней
📈 рекл. охват 8K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +262 за последний месяц	📄 цитируемость 35 индекс цитирования · 158 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 7 лет 11 дней создан 09.07.2019

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Кладбище Биохакеров» — 36 866 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 17K человек (46% от подписчиков), это широкий охват для канала такого размера. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 6–12 июля охваты просели на -13.9% к неделе 29 июня – 5 июля — 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 22 постам за 25 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (10/22 постов).
- 03 Средняя длина поста — 703 знаков (медиана 823).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 17:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (22.5K в среднем у топа vs 12.8K у худших) — среди 22 постов за 25 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 01.07 · 14:57 ФОТО Один супер интересный продукт, который так и не набрал популярность среди спортсменов. Nike MaxSight - именно так назывались линзы...	ПРОСМ. 25 408 РЕП. 251	РЕАКЦ. 580 ER 68.9%
№2 15.07 · 19:09 ВИДЕО Когда полиция гликемического индекса пришла за картошкой,- я молчал. Когда они пришли за бананами,- я молчал. Когда они пришли за гречкой,-...	ПРОСМ. 21 310 РЕП. 213	РЕАКЦ. 706 ER 57.8%
№3 23.06 · 18:39 ВИДЕО Про то, насколько по-разному у людей могут быть устроены мозги и как это влияет на их субъективное восприятие реальности. Алекс Хоннольд...	ПРОСМ. 20 733 РЕП. 280	РЕАКЦ. 792 ER 56.2%

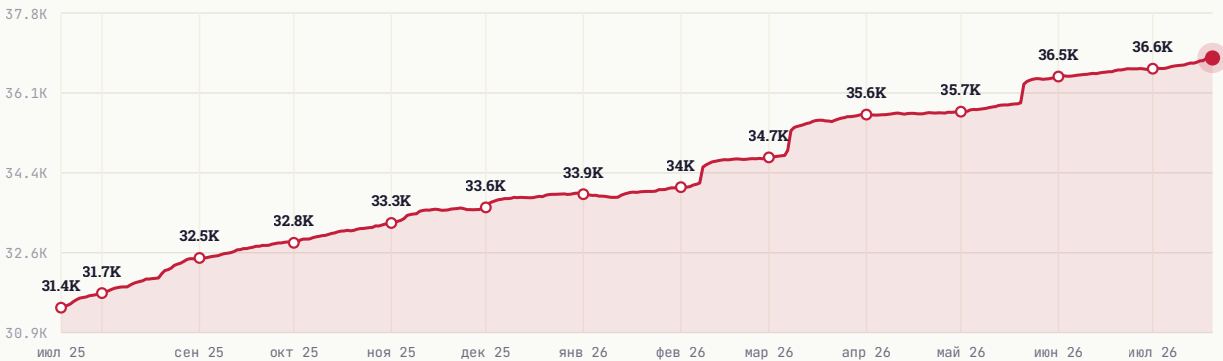
№4 28.06 · 16:17 ФОТО В тему холестерина и связанных с ним проблем с сосудистым эндотелием. Сегодня в 20.30 по мск будем на стриме в Братстве Протрузии говорить...	ПРОСМ. 20 431 РЕП. 12	РЕАКЦ. 202 ER 55.4%
№5 28.06 · 09:24 ТЕКСТ Не самый стандартный разговор из тех, на которые я обычно хожу, но тем не менее...	ПРОСМ. 19 182 РЕП. 161	РЕАКЦ. 353 ER 52.0%

ХУДШИЕ 3		
↓ 15.07 · 19:10 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 13 631 РЕП. 27	РЕАКЦ. 664 ER 37.0%
↓ 15.07 · 19:09 ТЕКСТ «Не защищать гречку я не могу» я писал примерно с таким лицом:	ПРОСМ. 12 793 РЕП. 22	РЕАКЦ. 605 ER 34.7%
↓ 14.07 · 15:37 ФОТО Подборка недавних Q/A из инсты. Опять таки возможно будет кому-то полезно. P.S. Как всегда напоминаю, что овер 1200 разобранных ответов...	ПРОСМ. 12 063 РЕП. 56	РЕАКЦ. 334 ER 32.7%

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

31 417

СЕЙЧАС

36 867

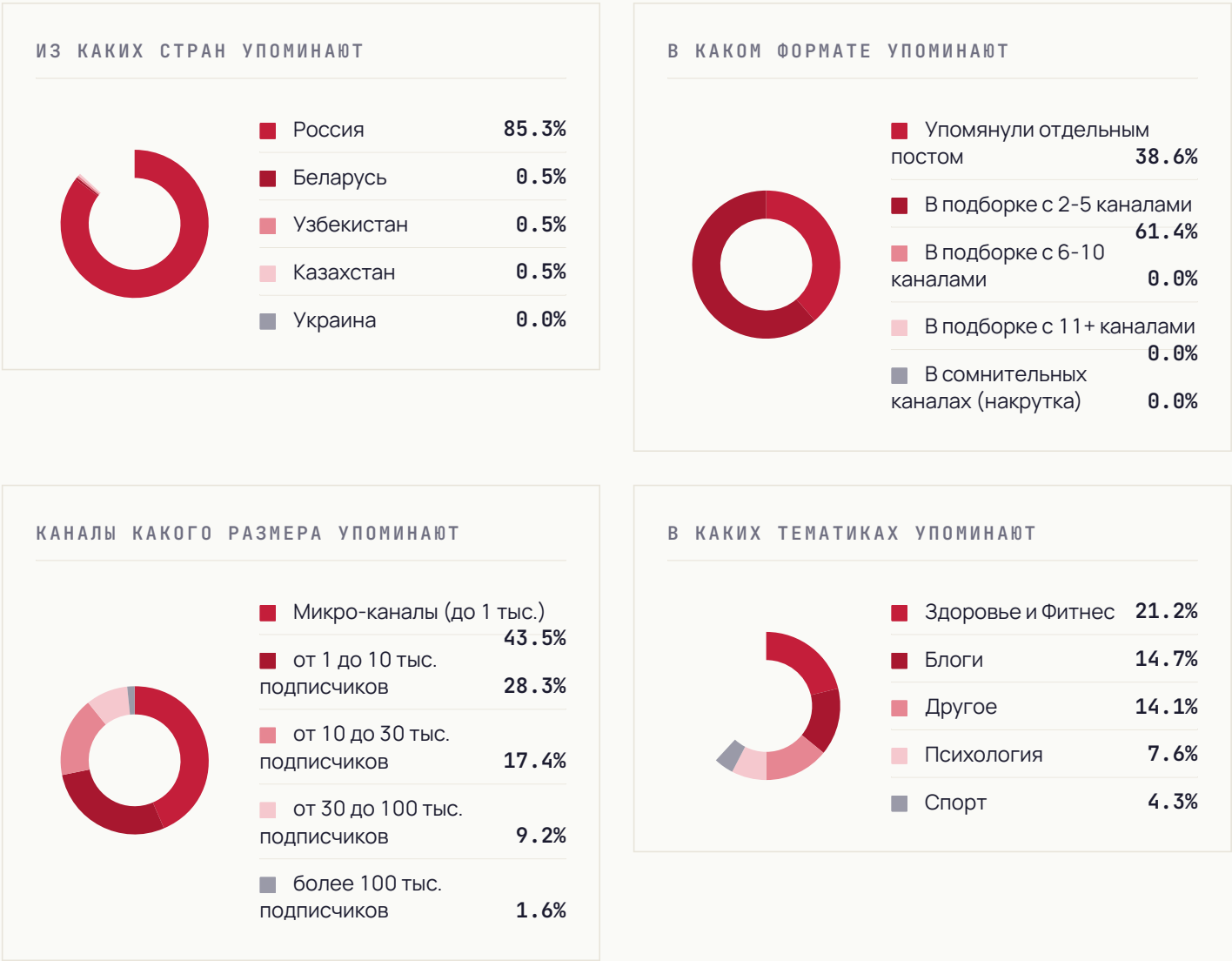
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+5 450

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

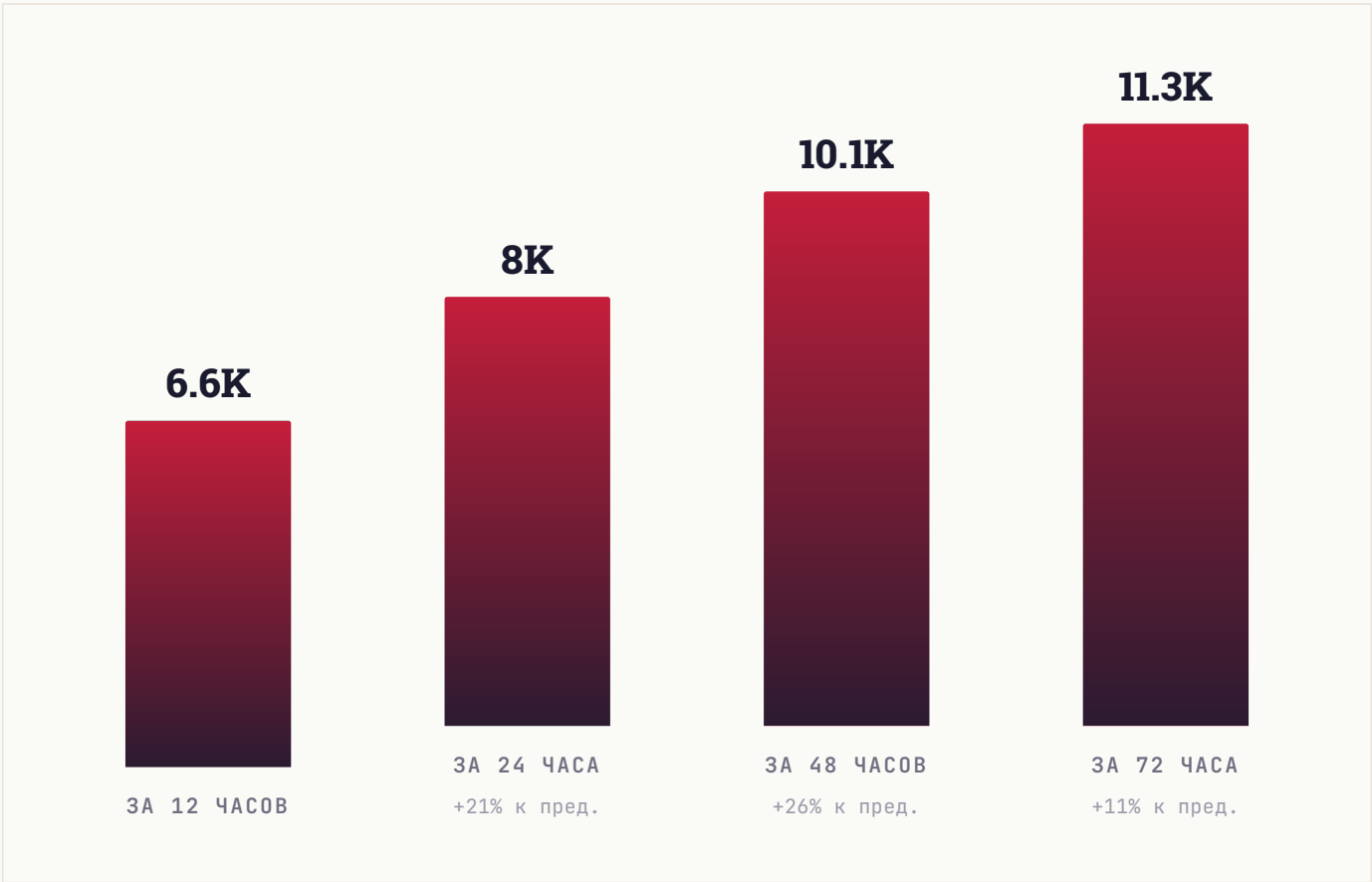
Индекс цитирования **35** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **158** разных каналов.



— 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
DT Dr Tel	755.5K
БИ Блог из морга	354.1K
تا تعليم اللغة الإنجليزية 🧑🏫	328.2K
🩺 الجراحة 🩹 Surgery 🩸 - Crypto currency	318.4K
ЭМ Эндокринолог Магеря	292.5K
ОФ ОПЫТНЫЙ ФАРМАЦЕВТ	264.6K
АР АРТЕКА_TV	241.5K
ММ Московская медицина	237.8K
🌿 Халқ табobati 🌿	235.1K
зд ЗдравКонтроль	222.2K
КБ Кладбище Биохакеров Вы	36.9K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-97 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Dr Tel (755.5K), медиана топ-97: 103.2K. Первая цель — войти в топ-97 через системную работу с трафиком и контентом.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

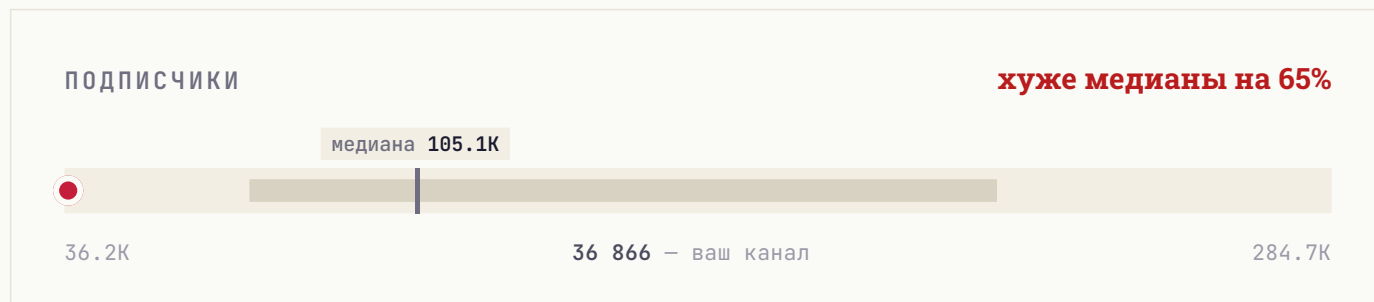
Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал. За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **34**, они привели **2 548** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	4	3	218
Декабрь 2025	3	3	364
Ноябрь 2025	4	4	400
Октябрь 2025	16	13	439
Сентябрь 2025	3	3	367
Август 2025	4	3	760

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
34	6	2 548

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.



— 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 17:00 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

**+1000-3000
подп.**

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
----	-------------------------------	---
