ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Headache_dr



@headache_dr

Нина Владимировна Латышева, д.м.н. https://school-headachedr.ru/ Невролог, специалист по головной и лицевой боли, Сеченовский Университет и Клиника головной боли Вейна. Также в ВК:...

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
16 041	**19.0%**	**3K**
+108 за месяц	за сутки 7.5%	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 **16 041** —	ОХВАТ ПОСТА **18.83%** ср. % подписчиков видят один пост	ПРОСМОТРЫ/ПОСТ **3K** медиана 3.1K · 29 дней	ПОСТОВ/НЕД. **10.4** за период
ТРЕНД 7Д **-26.8%** vs предыдущая неделя	РЕАКЦ./ПОСТ **80.0** всего 3 519 реакц., 389 реп., 946 комм.	ДЛИНА ПОСТА **515 зн.** медиана 442 · 29 дней	ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ **44** 29 дней
РЕКЛ. ОХВАТ **1.2K** среднее за 24ч	ОТТОК / МЕСЯЦ **+108** за последний месяц	ЦИТИРУЕМОСТЬ **11** индекс цитирования · 105 каналов упомянули за всё время	ВОЗРАСТ КАНАЛА **4 года 7 месяцев** создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Headache_dr» — 16 041 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 3K человек (19% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 10 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 5–11 октября охваты просели на -26.8% к неделе 28 сентября – 4 октября — 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 **44** постам за 29 дней.

02 Доминирующий формат — **Текст** (26/44 постов).

03 Средняя длина поста — **515** знаков (медиана 442).

04 Пик активности аудитории — **суббота**, 07:00 MSK.

05 Самые сильные посты собирают **в 2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (4.3K в среднем у топа vs 2.1K у худших) — среди 44 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 19.09 · 04:44 ТЕКСТ

У пациентов с бруксизмом и болевой формой ДВНЧС выше уровни депрессии и тревоги по сравнению с теми, у кого есть бруксизм, а боли…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
4 443	98	20	27.7%

№2 18.09 · 11:55 ВИДЕО

В Питере, как всегда, супер интересно! Когда это уже закончится?😁

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
4 280	75	1	26.7%

№3 22.09 · 06:00 ТЕКСТ

РЕГИСТРАЦИЯ НА ШКОЛУ ДВЧНС НАЧИНАЕТСЯ Коллеги, мы начинаем регистрацию на Школу «Биопсихосоциальная модель дисфункции…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
4 172	69	41	26.0%

№4 29.09 · 13:05 ТЕКСТ

Участие в ОЧНОМ курсе Психиатрия для неврологов (Курс 3.0), который пройдет в Москве 21-22 ноября. Вы точно должны быть неврологом…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 955	96
РЕП.	**ER**
10	24.7%

№5 22.09 · 07:03 ТЕКСТ

Дорогие коллеги, всем спасибо! Регистрация на очное участие завершена. 13-15 октября вам позвонят, чтобы подтвердить участие. Пожалуйста…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 918	113
РЕП.	**ER**
3	24.4%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 10.10 · 14:31 ТЕКСТ

Иногда лучший способ перезагрузиться — оказаться там, где всё намного иначе: другие пейзажи, другой ритм, бесконечный океан, цветы…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 169	93
РЕП.	**ER**
1	13.5%

↓ 10.10 · 08:32 ФОТО

(пост без подписи — фото)

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 029	—
РЕП.	**ER**
5	12.6%

↓ 10.10 · 14:30 ФОТО

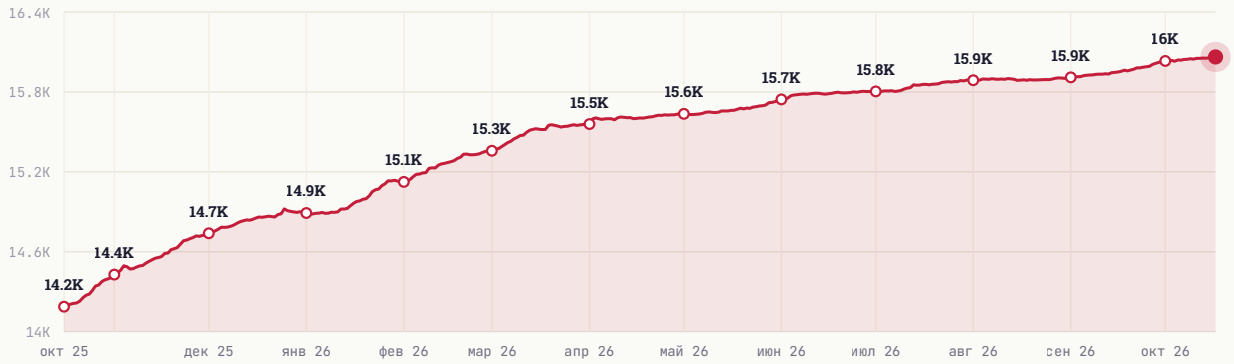
(пост без подписи — фото)

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 021	115
РЕП.	**ER**
3	12.6%

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	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
14 150	16 041	+1 891

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

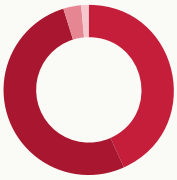
Индекс цитирования **11** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **105** разных каналов.

ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



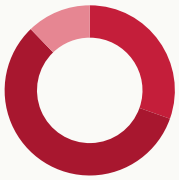
Россия	95.9%
Украина	0.0%
Беларусь	0.0%
Узбекистан	0.0%
Иран	0.0%

В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



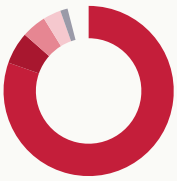
Упомянули отдельным постом	43.2%
В подборке с 2-5 каналами	52.0%
В подборке с 6-10 каналами	3.4%
В подборке с 11+ каналами	1.4%

КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



Микро-каналы (до 1 тыс.)	30.4%
от 1 до 10 тыс. подписчиков	57.4%
от 10 до 30 тыс. подписчиков	12.2%
от 30 до 100 тыс. подписчиков	0.0%
более 100 тыс. подписчиков	0.0%

В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ

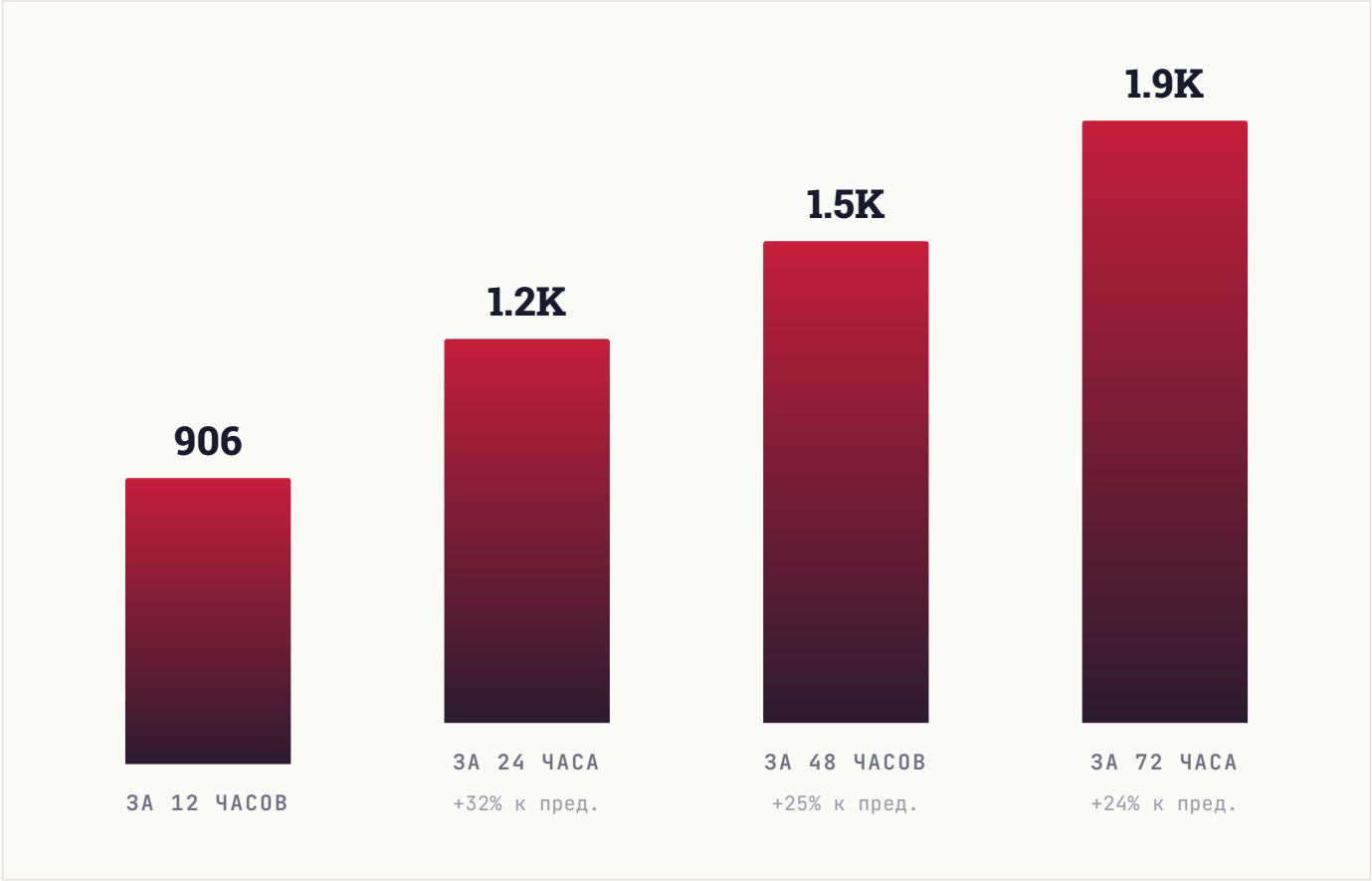


Медицина	80.4%
Здоровье и Фитнес	6.1%
Психология	4.7%
Блоги	3.4%
Telegram	1.4%

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
П– **Профессия – невролог**	18.2K
HE **Headache_dr** ВЫ	16K
УК **Университетская клиника головной боли**	12.1K
ОО **Отоневролог Оверченко Кира Владимировна dr.kira_ok**	11.4K
ЗД **Заметки доктора ТЭО**	10.5K
PS **PsyDocMed**	10.1K
NC **NEUROLOGY CONCILIUM Жетишев**	9.5K
P| **praxium* | неврология и психиатрия**	8K
РО **РОИБ**	3.8K
NE **Neurology_Online**	3K
ЛП **Лига практикующих врачей**	2.3K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 2-е место из 11, в верхней трети подборки. Крупнее — 1 канал (лидер: Профессия – невролог, 18.2K), мельче — 9 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 **1 428** подписчиков из всех источников.

ПЕРИОД	УПОМИНАНИЙ	КАНАЛОВ	ПРИРОСТ ЗА МЕСЯЦ
Апрель 2026	1	1	**117**
Март 2026	10	8	**239**
Февраль 2026	3	3	**243**
Январь 2026	0	0	**265**
Декабрь 2025	2	2	**209**
Ноябрь 2025	1	1	**355**

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
17	**6**	**1 428**

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

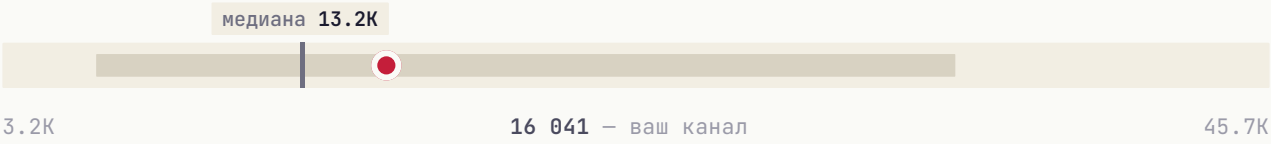
Сравниваем с каналами вашего размера: **320 каналов** категории «**Медицина**» от 5 тыс. до 48 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#122 /320

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 122 из 320 каналов сопоставимого размера

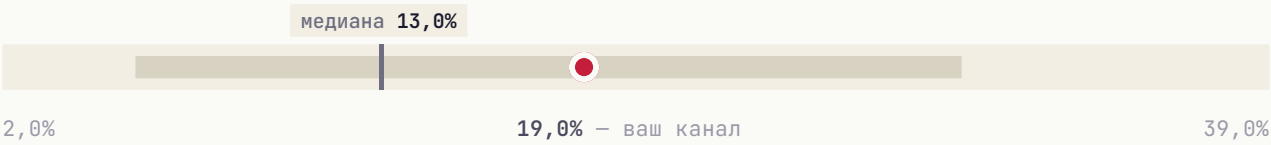
ПОДПИСЧИКИ — **выше середины группы**



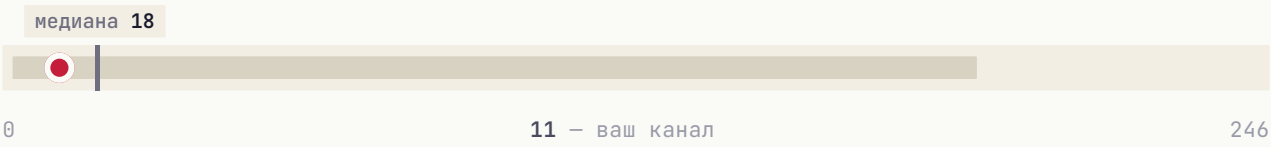
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ — **выше середины группы**



ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER) — **выше середины группы**



ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ **в пределах группы, ниже середины**



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

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 суббота

В этот день и в 07:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

Лучшее окно для важного поста

02

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

Видео лучше удерживает аудиторию

03

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromtPress 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 PromtPress?

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.promtpress.com/register
02	**Связаться с менеджером**	t.me/PromtPress_manager

© 2026 · HELLO@PROMTPRESS.COM