

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Здоровье.ДНК.орг (медицина)



@health_dnk

Обсуждаем проблемы здоровья и медицинские вопросы. МОЖНО делиться ЛИЧНЫМ опытом. ЗАПРЕЩЕНО "ставить диагнозы" и "выписывать рецепты". ДНК = ДелимсяНужнымиКонтактами.рф

ПОДПИСЧИКИ

3 878

-4 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

24.0%

за сутки **10.5%**

ОХВАТ/ПОСТ

897

рекл. охват **407/24ч**

— 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 «Здоровье и Фитнес»
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 3 878 —	👁️ охват поста 23.13% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 897 медиана 958 · 29 дней	📅 постов/нед. 11.2 за период
📈 тренд 7д -16.9% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 0.3 всего 14 реакц., 59 реп., 321 комм.	📄 длина поста 252 зн. медиана 178 · 29 дней	★ постов в анализе 47 29 дней
📈 рекл. охват 407 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -4 за последний месяц	📄 цитируемость 1 индекс цитирования · 3 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 1 месяц создан 13.08.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Здоровье.ДНК.орг (медицина)» — 3 878 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 897 человек (23% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 11 постов в неделю (~2 в день) — регулярный режим. За неделю 14–20 сентября охваты просели на -16.9% к неделе 7–13 сентября — 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 47 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (44/47 постов).
- 03 Средняя длина поста — 252 знаков (медиана 178).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 10:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.1K в среднем у топа vs 621 у худших) — среди 47 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 11.09 · 07:58 ТЕКСТ Всем здоровья! Подскажите где можно бюджетно проверить глазное дно и зрительный нерв. В целом нужен офтальмолог в какойнибудь не самой...	ПРОСМ. 1 155 РЕП. 2	РЕАКЦ. — ER 29.8%
№2 13.09 · 16:52 ТЕКСТ Ищу специалиста по вегето-резонансной диагностике в Москве.	ПРОСМ. 1 144 РЕП. —	РЕАКЦ. 4 ER 29.5%
№3 13.09 · 13:07 ТЕКСТ Всем добрый день! Ищу в Королёве Московской области хорошего стоматолога, желательно имплантолога. Может кто-то ставил себе импланты в...	ПРОСМ. 1 143 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 29.5%

№4 13.09 · 10:39 ТЕКСТ Дорогая группа, подскажите сервисы для поиска медсестры для уколов на дому, профи ру не помогает в этом поиске. Нужна медсестра в Лобне	ПРОСМ. 1102 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 28.4%
---	--	---

№5 03.09 · 18:14 ТЕКСТ Здравствуйте, поделитесь впечатлениями, насколько эффективен ксарелто, есть ли аналоги действенные дешевле. Или быть может какие-то ценные...	ПРОСМ. 1090 РЕП. 1	РЕАКЦ. 2 ER 28.1%
---	--	---

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 17.09 · 09:59 ТЕКСТ Добрый день! Сыну трихолог поставила диагноз « Другая андрогенная алопеция 1 ст.» выписала Миноксидил. Подскажите пожалуйста у кого был...	ПРОСМ. 723 РЕП. 1	РЕАКЦ. — ER 18.6%
↓ 22.09 · 14:46 ТЕКСТ Дорогие одноклассники, нужен стоматолог-хирург, специализирующийся на слюнных железах. Личный опыт, пожалуйста 🙏 в ЧЛХ на Лестева приема...	ПРОСМ. 595 РЕП. 2	РЕАКЦ. — ER 15.3%
↓ 23.09 · 07:34 ТЕКСТ Добрый день. Посоветуйте врача, с которым можно обсудить сразу капельницы железа, а, в идеале, сразу получить направление, без кучи...	ПРОСМ. 547 РЕП. 2	РЕАКЦ. — 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.

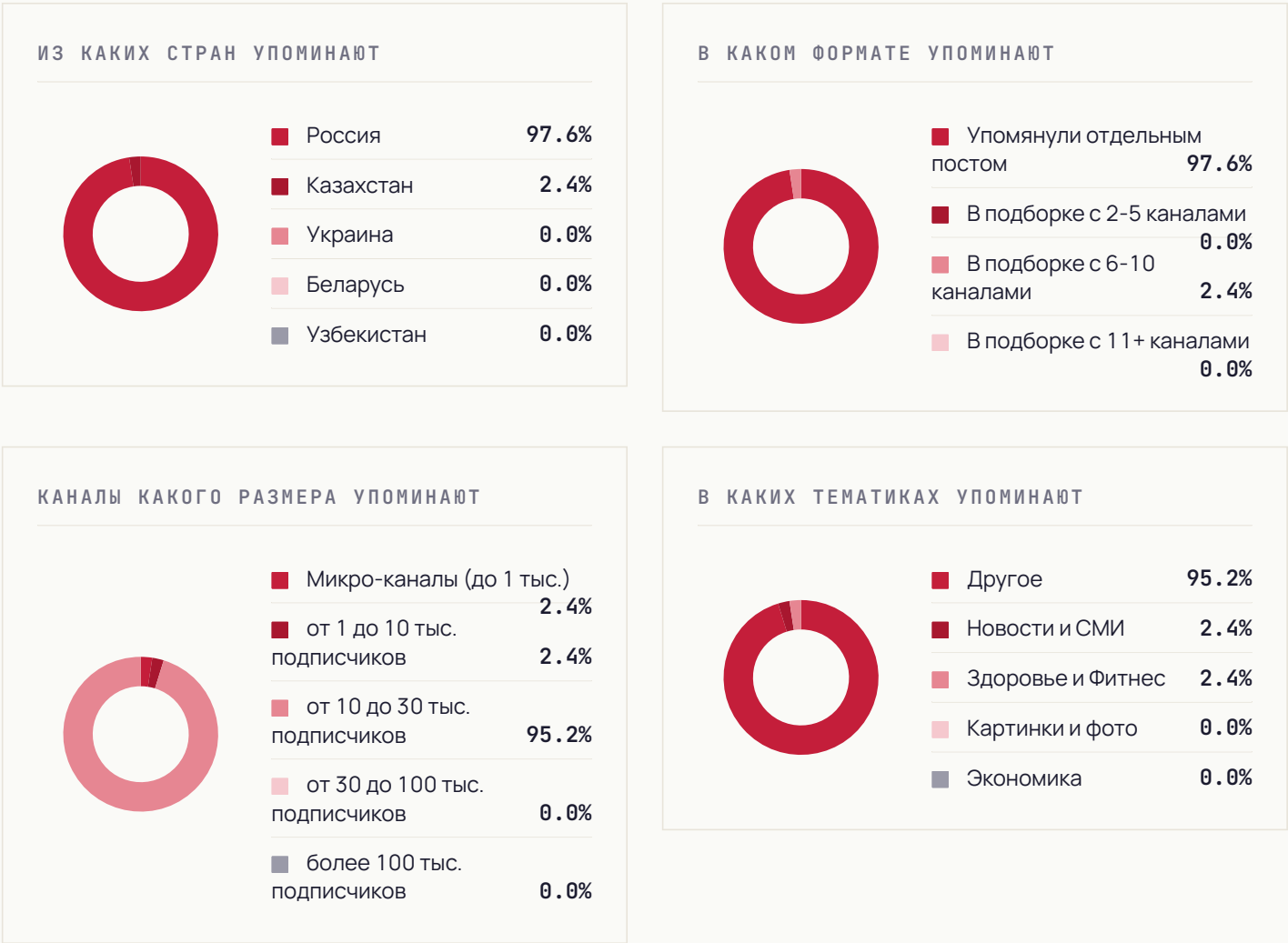


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
3 590	3 878	+288

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

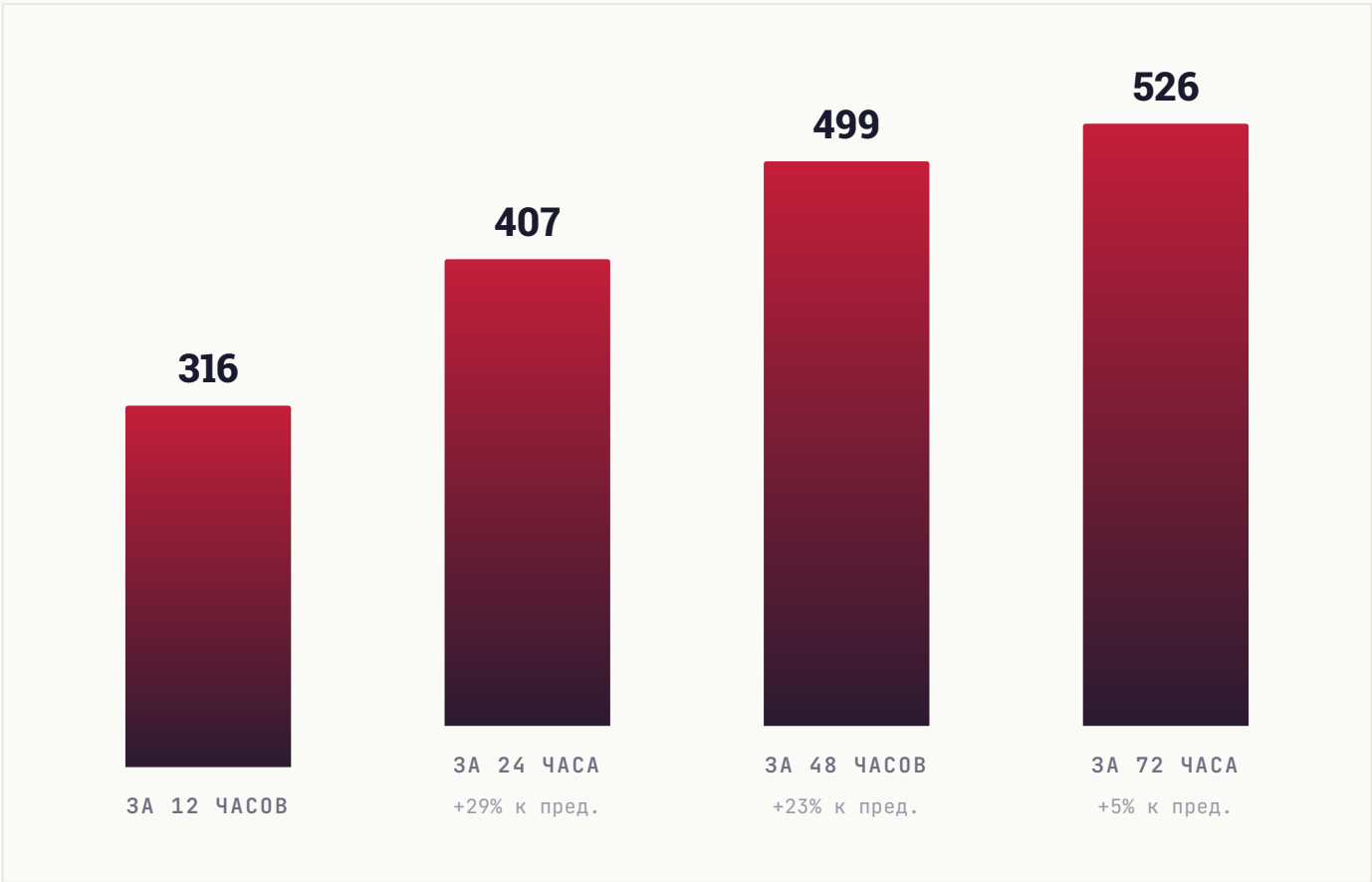
Индекс цитирования 1 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 3 разных каналов.



— 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
ДЕ ДелимсяНужнымиКонтактами.рф	13.1K
ог От Горячева	6.2K
п(Право.ДНК.орг (юристы)	4.6K
З(Здоровье.ДНК.орг (медицина) ВЫ	3.9K
п(Путешествия.ДНК.орг (Домик у моря)	2.4K
о(Обучение.ДНК.орг (репетиторы и курсы)	1.9K
КА Канал адвоката Хованской Анны Леонидовны. Тел.89166031183.	1.4K
п(Питомцы.ДНК.орг (ветеринары)	1.2K
Р(Работа.ДНК.орг (вакансии, резюме, подработка)	1.2K
дп Девочки, посоветуйте • Красота ДНК.орг	1.1K
ЕИ Есть и Пить ДНК.орг	631

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 11). 3 канала крупнее, 7 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— 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 **3**, а канал за это время прибавил **307** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	38
Февраль 2026	0	0	23
Январь 2026	0	0	110
Декабрь 2025	0	0	24
Ноябрь 2025	0	0	33
Октябрь 2025	3	1	79

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
3	6	307

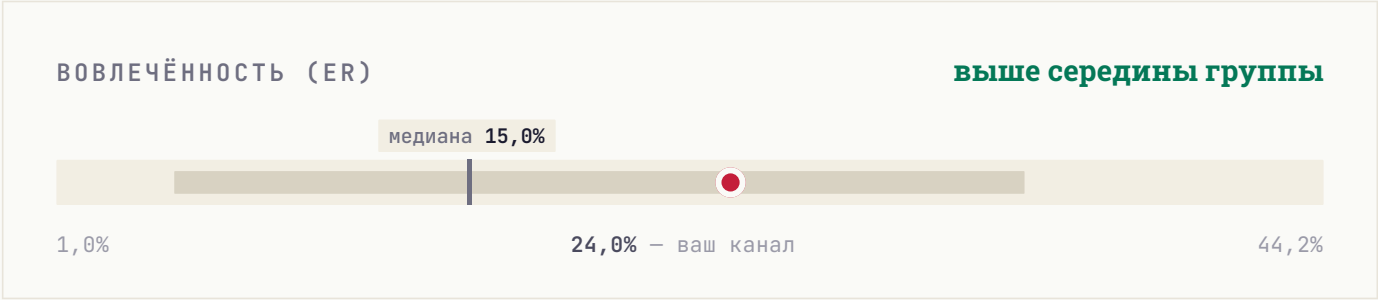
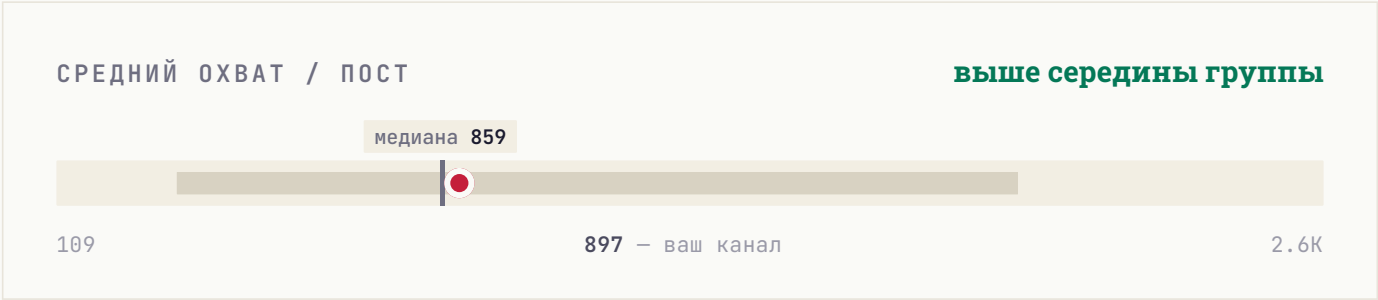
РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

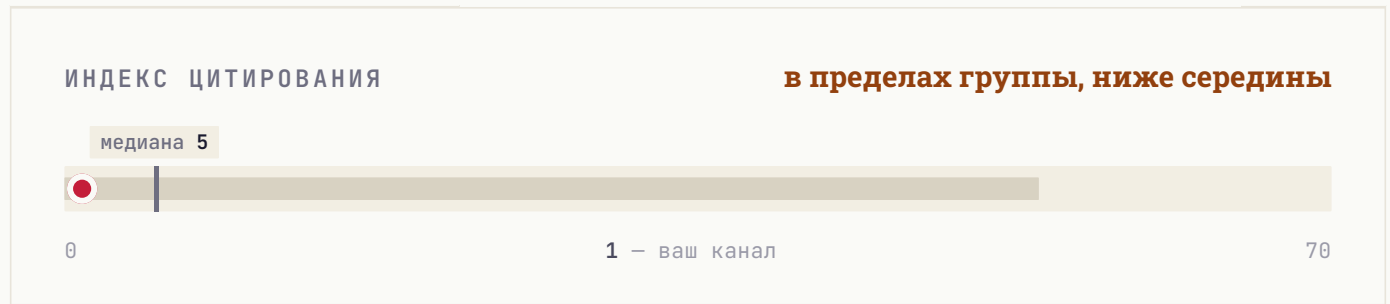
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **71 канал** категории «Здоровье и Фитнес» от 1 тыс. до 12 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#62/71

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 62 из 71 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

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 пятницу

В этот день и в 10:00 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). 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
----	-------------------------------	---
