

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Татьяна

Изнова |

ЭНДОКРИНОЛОГ

| ЕКБ



@iznova_tatiana

Детский эндокринолог, диетолог ✨ Со мной можно быть здоровым без длинных схем 📌 Все полезные материалы здесь <https://iznovadoc.tilda.ws/page126375206.html> 📌 Запись на индивид. вебинар @e_e_a_07

ПОДПИСЧИКИ

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

ОХВАТ/ПОСТ

5 805

+8 за месяц

12.0%

за сутки 6.2%

679

рекл. охват 359/24ч

— 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 5 805 —	👁️ охват поста 11.69% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 679 медиана 693 · 29 дней	📅 постов/нед. 18.9 за период
📈 тренд 7д -0.2% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 15.6 всего 1 250 реакц., 229 реп., 162 комм.	📄 длина поста 277 зн. медиана 214 · 29 дней	★ постов в анализе 80 29 дней
📈 рекл. охват 359 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +8 за последний месяц	📄 цитируемость 0 индекс цитирования · 5 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 05.03.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Татьяна Изнова | ЭНДОКРИНОЛОГ | ЕКБ» — 5 805 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 679 человек (12% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 19 постов в неделю (~3 в день) — регулярный режим. За неделю 7–13 сентября охваты стабильны (-0.2% к неделе 31 августа – 6 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 80 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (48/80 постов).
- 03 Средняя длина поста — 277 знаков (медиана 214).
- 04 Пик активности аудитории — четверг, 20:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (937 в среднем у топа vs 517 у худших) — среди 80 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 10.09 · 06:29 ФОТО 📌 ТРИ ГЛАВНЫЕ ОШИБКИ В ДЕТСКИХ ЗАВТРАКАХ В сентябре в клубе целый месяц разбираем тему питания детей. Будем говорить о принципах создания...	ПРОСМ. 998 РЕП. 9	РЕАКЦ. 21 ER 17.2%
№2 26.08 · 07:29 ФОТО 🧀 ТВЕРДЫЕ СЫРЫ И ИХ «БЕЗЛАКТОЗНОСТЬ» Вред и пользу молочных продуктов для детей в контексте лактозы и белков коровьего молока будем...	ПРОСМ. 909 РЕП. 5	РЕАКЦ. 18 ER 15.7%
№3 10.09 · 17:00 ФОТО 🚪 Для любителей последних вагонов ! Через 3 часа вход в клуб на тему питания будет закрыт Если вам близок такой формат и интересны...	ПРОСМ. 905 РЕП. 1	РЕАКЦ. 9 ER 15.6%

№4 13.09 · 09:10 ФОТО 🔥🔥🔥 Пришло время рубрики разборов витаминных аптек ПРИЕМ ВОПРОСОВ ЗАКРЫТ❌ Пишите ваши вопросы, помогу определиться с выбором витаминов...	ПРОСМ. 894 РЕП. 2 РЕАКЦ. 26 ER 15.4%
№5 25.08 · 15:45 ФОТО Пока многие думают, что едят ПП, настоятельно рекомендую изучить карточки👉, там несколько принципов, которые категорически не подходят...	ПРОСМ. 883 РЕП. 3 РЕАКЦ. 25 ER 15.2%

|

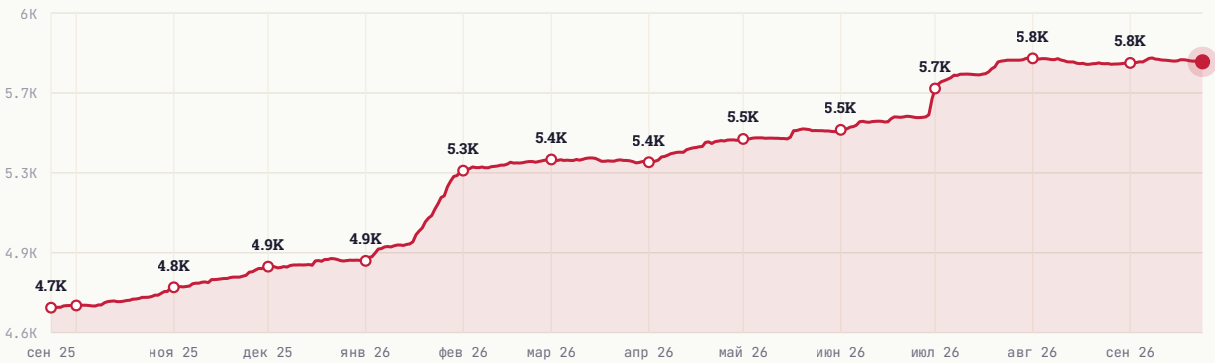
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 21.09 · 09:00 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 523 РЕП. 1 РЕАКЦ. 8 ER 9.0%
↓ 21.09 · 08:22 ФОТО Тренировки не пропускаю ПН - «Здоровая спина»✂️, потом все остальное)))	ПРОСМ. 521 РЕП. 1 РЕАКЦ. 4 ER 9.0%
↓ 21.09 · 08:25 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 507 РЕП. 1 РЕАКЦ. — ER 8.7%

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

4 703

СЕЙЧАС

5 805

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+1 102

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

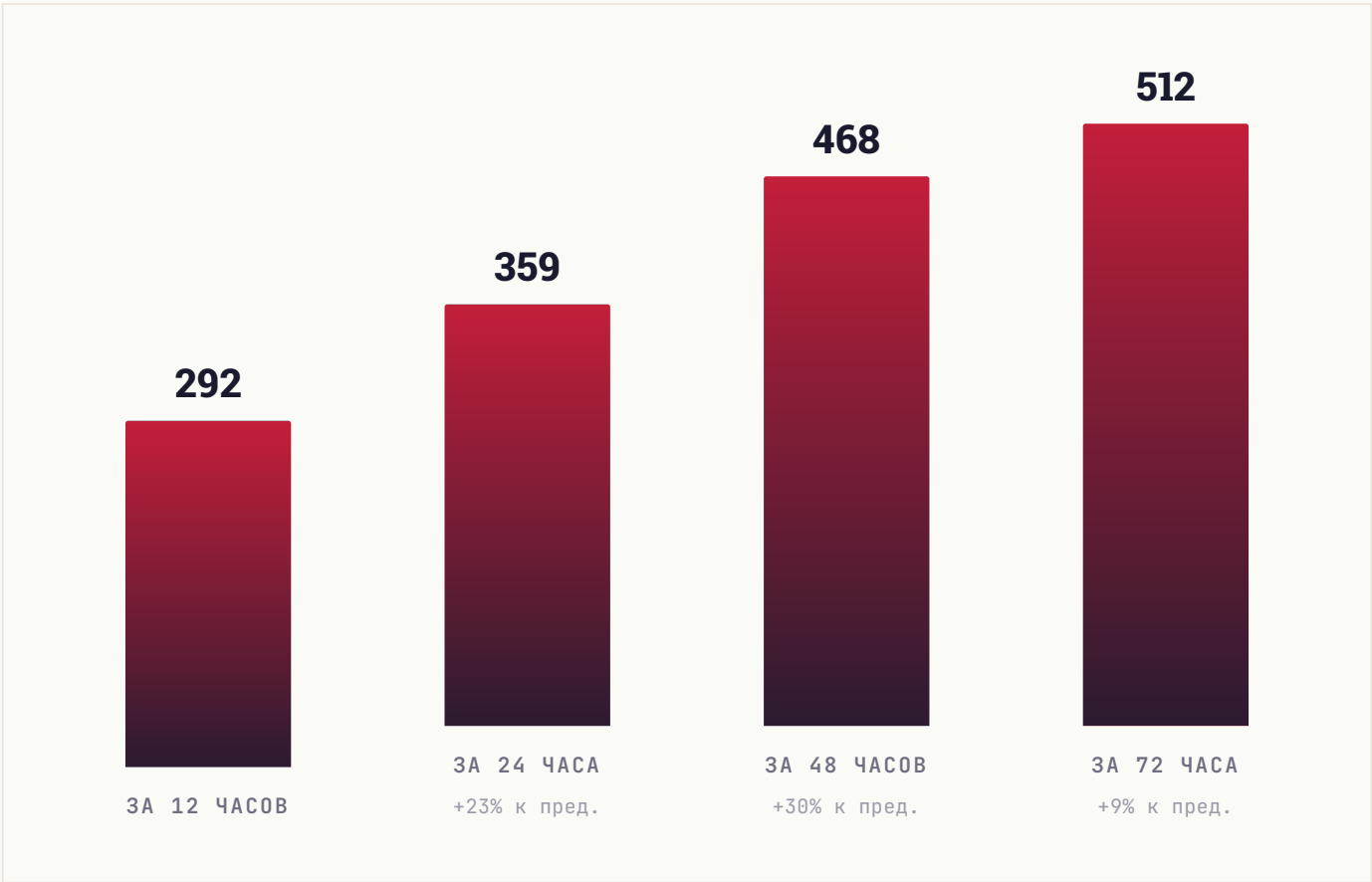
Индекс цитирования 0 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 5 разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
дб Доктор Блюм / Doktor_Blum	15.2K
о— OGMed — Академия функциональной медицины Ольги Гофман	14.3K
пп Превентивная педиатрия Диляры Ай (Талыповой)	11.2K
бз Биохимия здоровья Анастасия Бакирова	6.3K
ти Татьяна Изнова ЭНДОКРИНОЛОГ ЕКБ вы	5.8K
иш Иммунолог-аллерголог ШалинаТВ	5.3K
с(Chudesnij.oma (Олеся)	3.3K
ну NutriHouse	2.9K
дю Доктор Юрий Акимов / Настоящая медицина	1.8K
оп Олеся, подскажи ✨	623

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 10). 4 канала крупнее, 5 — 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 **0**, а канал за это время прибавил **751** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	35
Февраль 2026	0	0	70
Январь 2026	0	0	401
Декабрь 2025	0	0	60
Ноябрь 2025	0	0	99
Октябрь 2025	0	0	86

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
0	6	751

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

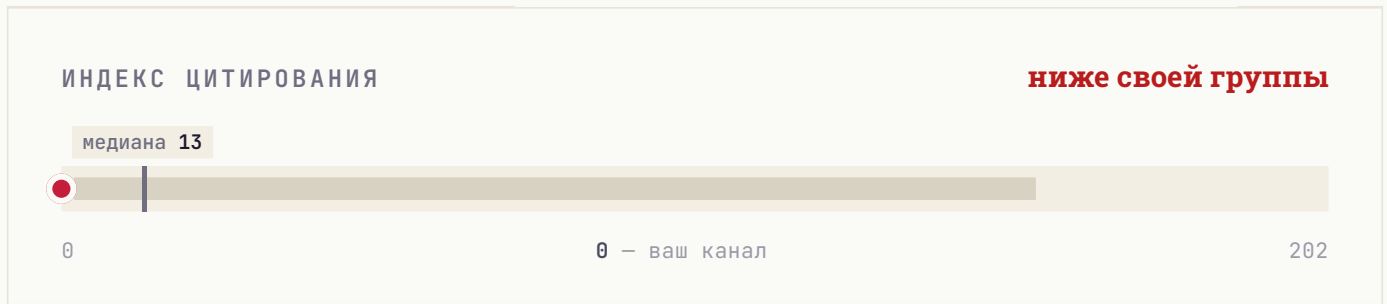
Сравниваем с каналами вашего размера: **177 каналов** категории «Медицина» от 2 тыс. до 17 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#123/177

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 123 из 177 каналов сопоставимого размера





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 20:00 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 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
----	-------------------------------	---
