

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Павел Баранов. Эндокринология/ диетология.



@pavelbaranov_md

Medical & Health Свяжитесь с Павлом: @pavelbaranovmd
Вебинары: www.hlsa.pro ! Рекламы и платного размещения НЕТ
№ 4914201889

ПОДПИСЧИКИ	ERR (% ВИДЯТ ПОСТЫ)	ОХВАТ/ПОСТ
31 223	28.0%	7.7K
20.07.2026 ⁻⁵² за месяц	за сутки ^{12.6%}	рекл. охват ^{3.9K} /24ч
HTTPS://PROMTPRESS.COM/AUDIT/PAVELBARANOV_MD		

— 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 31 223 —	👁️ охват подписчиков 24.71% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 7.7K медиана 8.7K · 26 дней	📅 постов/нед. 1.3 за период
📈 тренд 7д — нет данных за период	💖 реакц./пост 200.0 всего 1 000 реакц., 384 реп., 0 комм.	📄 длина поста 813 зн. медиана 999 · 26 дней	☆ постов в анализе 5 26 дней
📈 рекл. охват 3.9K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -52 за последний месяц	📄 цитируемость 15 индекс цитирования · 94 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 лет 9 месяцев создан 10.10.2019

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Павел Баранов. Эндокринология/диетология.» — 31 223 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 7.7K человек (25% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 1 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

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 5 постам за 26 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (4/5 постов).
- 03 Средняя длина поста — 813 знаков (медиана 999).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (10.2K в среднем у топа vs 5.6K у худших) — среди 5 постов за 26 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 26.06 · 06:52 ФОТО "Избыток жировой ткани" - как это трактовать? ===== ЧИТАТЬ ===== Новая небольшая статья о том, что из себя представляет "избыток..."	ПРОСМ. 10 977 РЕП. 109	РЕАКЦ. 282 ER 35.2%
№2 23.06 · 07:02 ТЕКСТ Как устранить постоянную тягу к сладкому? Как определить, почему она появляется именно у вас? Какой алгоритм действий необходимо...	ПРОСМ. 10 884 РЕП. 41	РЕАКЦ. 100 ER 34.9%
№3 08.07 · 06:07 ТЕКСТ С возрастом сила падает быстрее, чем объём мышц. Потеря мышечной ткани (саркопения) с возрастом - хорошо известный факт, о котором вам...	ПРОСМ. 8 655 РЕП. 162	РЕАКЦ. 364 ER 27.7%

№4 13.07 · 06:10 ТЕКСТ Семейная гиперхолестеринемия: как заподозрить, что делать ❤️ В JAMA вышел разбор по семейной гиперхолестеринемии (далее - СГХ)...	ПРОСМ. 5 837 РЕП. 56	РЕАКЦ. 134 ER 18.7%
---	--	---

№5 20.07 · 06:25 ТЕКСТ 🗒 Интересно и доступно об актуальном Недавно запустил пробный формат мини-подкастов с размышлениями на занимательные темы в краткой и...	ПРОСМ. 2 229 РЕП. 16	РЕАКЦ. 120 ER 7.1%
--	--	--

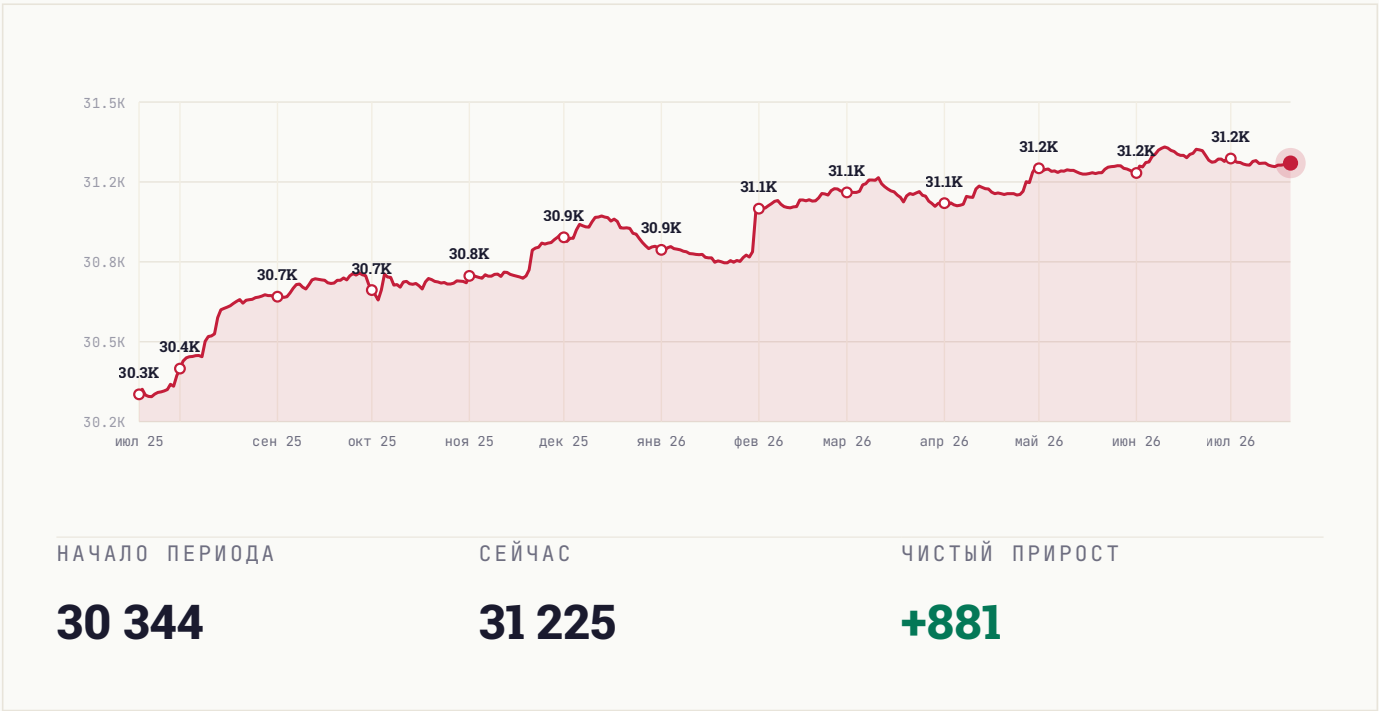
ХУДШИЕ 3

↓ 08.07 · 06:07 ТЕКСТ С возрастом сила падает быстрее, чем объём мышц. 💪📈 Потеря мышечной ткани (саркопения) с возрастом - хорошо известный факт, о котором вам...	ПРОСМ. 8 655 РЕП. 162	РЕАКЦ. 364 ER 27.7%
↓ 13.07 · 06:10 ТЕКСТ Семейная гиперхолестеринемия: как заподозрить, что делать ❤️ В JAMA вышел разбор по семейной гиперхолестеринемии (далее - СГХ)...	ПРОСМ. 5 837 РЕП. 56	РЕАКЦ. 134 ER 18.7%
↓ 20.07 · 06:25 ТЕКСТ 🗒 Интересно и доступно об актуальном Недавно запустил пробный формат мини-подкастов с размышлениями на занимательные темы в краткой и...	ПРОСМ. 2 229 РЕП. 16	РЕАКЦ. 120 ER 7.1%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

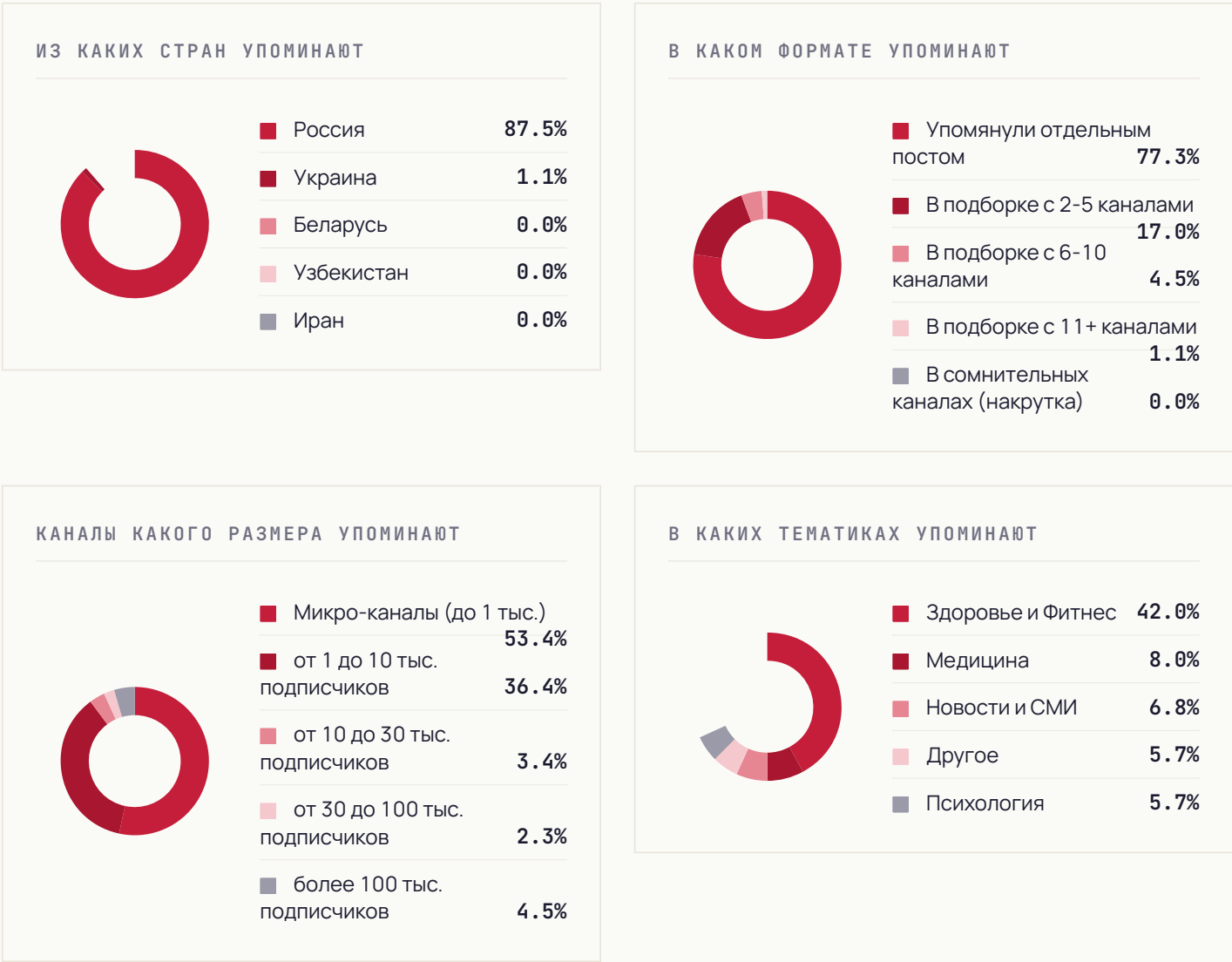
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

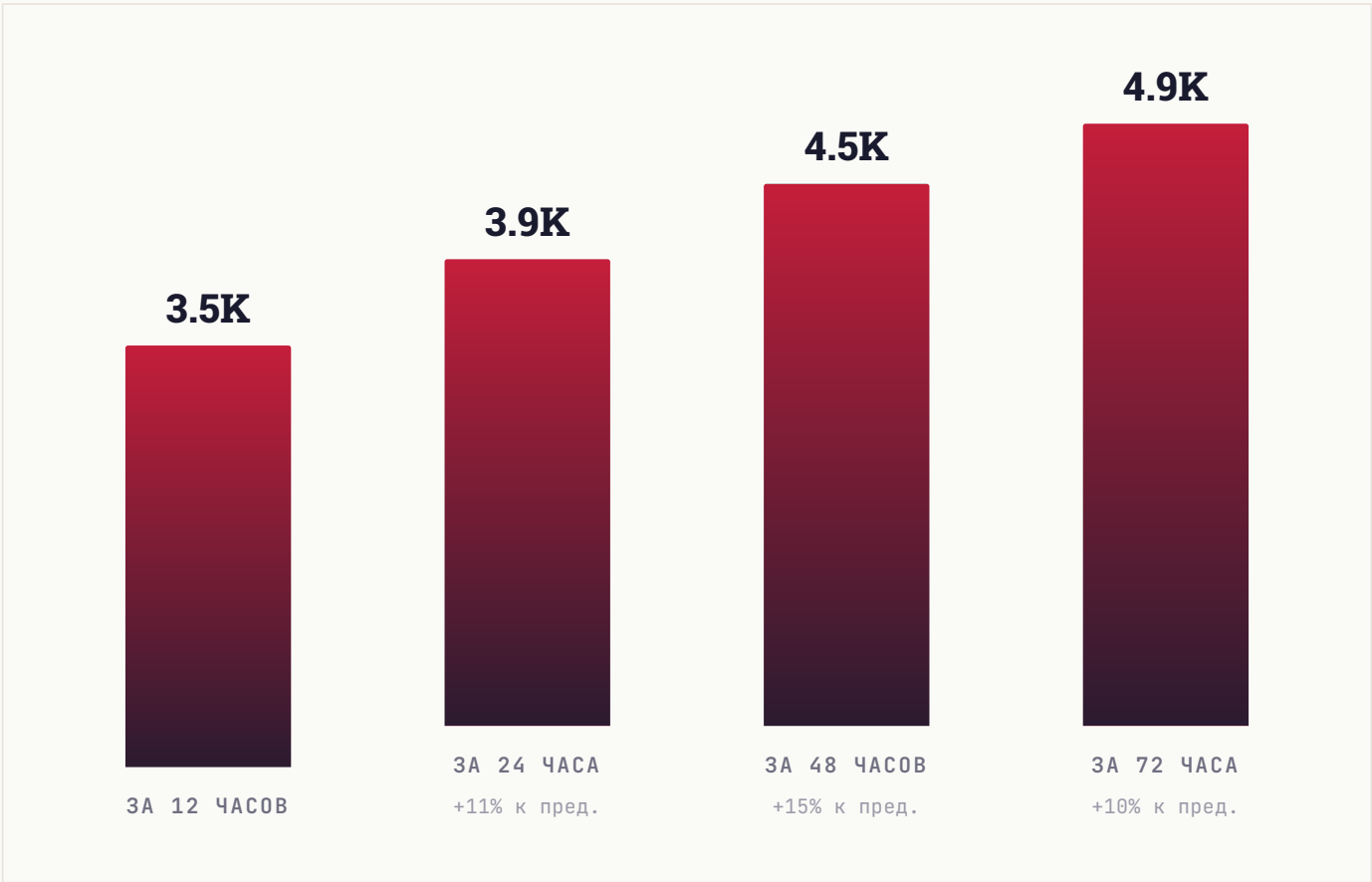
Индекс цитирования **15** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **94** разных каналов.



— 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
ДТ 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 табобати 🌿	235.1K
зд ЗдравКонтроль	222.2K
ПБ Павел Баранов. Эндокринология/диетология. ВЫ	31.2K

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 **20**, они привели **1 240** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	2	2	228
Декабрь 2025	7	5	124
Ноябрь 2025	3	3	237
Октябрь 2025	2	2	180
Сентябрь 2025	5	5	144
Август 2025	1	1	327

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
20	6	1 240

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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 1.3 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в пятницу

В этот день и в 09:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

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**

04

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.**

05

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

★ 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
----	-------------------------------	---
