

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Планета Здоровья



@planetazdorovo

#ZJWWY Аптеки "Планета Здоровья" к людям с любовью!

Регистрация в РКН: [https://knd.gov.ru/license?](https://knd.gov.ru/license?id=673b26859d804a279bbc31ce&istryType=bloggersPermission)

[id=673b26859d804a279bbc31ce&istryType=bloggersPermission](https://knd.gov.ru/license?id=673b26859d804a279bbc31ce&istryType=bloggersPermission)

ПОДПИСЧИКИ

27 611

-699 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

6.0%

за сутки **2.1%**

ОХВАТ/ПОСТ

1.6K

рекл. охват **580/24ч**

— 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 27 611 —	👁️ охват подписчиков 5.97% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 1.6K медиана 1.7K · 28 дней	📅 постов/нед. 6.5 за период
📈 тренд 7д -16.5% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 42.9 всего 1 158 реакц., 205 реп., 41 комм.	📄 длина поста 613 зн. медиана 648 · 28 дней	★ постов в анализе 27 28 дней
📈 рекл. охват 580 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -699 за последний месяц	📄 цитируемость 303 индекс цитирования · 570 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 9 лет 1 месяц создан 02.06.2017

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Планета Здоровья» — 27 611 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.6K человек (6% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 6–12 июля охваты просели на -16.5% 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 27 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (24/27 постов).
- 03 Средняя длина поста — 613 знаков (медиана 648).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 23:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.2K в среднем у топа vs 1.3K у худших) — среди 27 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 27.06 · 20:51 ФОТО Вкусная профилактика болезней 🍓 В клубнике нас радуют вкус и аромат, красивая форма и яркий цвет. Однако есть и более серьезные основания...	ПРОСМ. 2 364 РЕП. 9	РЕАКЦ. 56 ER 8.6%
№2 26.06 · 20:47 ФОТО Erid 2SDnjd16Mkv «Роклис»: сила диосмина и гесперидина для ваших вен! Укрепляет стенки сосудов Улучшает микроциркуляцию Снимает отечность...	ПРОСМ. 2 234 РЕП. 4	РЕАКЦ. 28 ER 8.1%
№3 04.07 · 19:58 ФОТО Erid 2SDnjbq22RG 🧬 Представляем вам увлекательную игру с погружением в профессию фармацевта – «Юный Фармацевт»! 🧪🔍 Дети смогут...	ПРОСМ. 2 144 РЕП. 15	РЕАКЦ. 17 ER 7.8%

Nº4 25.06 · 20:56 ФОТО Erid 2SDnjboq87L Конкурс от GORKI - выиграйте крем под подгузник - выберем 3 победителя!♥ Крем с цинком защищает и способствует...	ПРОСМ. 2 120 РЕП. 28	РЕАКЦ. 144 ER 7.7%
Nº5 21.06 · 20:15 ФОТО Летний Must-Have: что обязательно должно быть с собой в сумке* Чтобы всегда быть на высоте и чувствовать себя комфортно, важно правильно...	ПРОСМ. 2 041 РЕП. 3	РЕАКЦ. 23 ER 7.4%

I

ХУДШИЕ 3

↓ 10.07 · 14:00 ФОТО Erid 2SDnjd48QY2 Раньше казалось, что яркость — это про макияж или про кричащий наряд. Но настоящая яркость начинается с ритуалов ухода. С...	ПРОСМ. 1 404 РЕП. 2	РЕАКЦ. 26 ER 5.1%
↓ 13.07 · 20:36 ФОТО Erid 2SDnjdfinGA Вивация Коэнзим q10. В предвкушении долгожданного летнего отдыха — поездок на море, активных прогулок или просто...	ПРОСМ. 1 206 РЕП. 5	РЕАКЦ. 25 ER 4.4%
↓ 14.07 · 17:31 ФОТО Erid 2SDnje2TGHG Лето — это палящее солнце, морская соль, хлор в бассейне, которые безжалостно разрушают структуру волос. Ультрафиолет...	ПРОСМ. 1 145 РЕП. 2	РЕАКЦ. 24 ER 4.1%

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

28 935

СЕЙЧАС

27 611

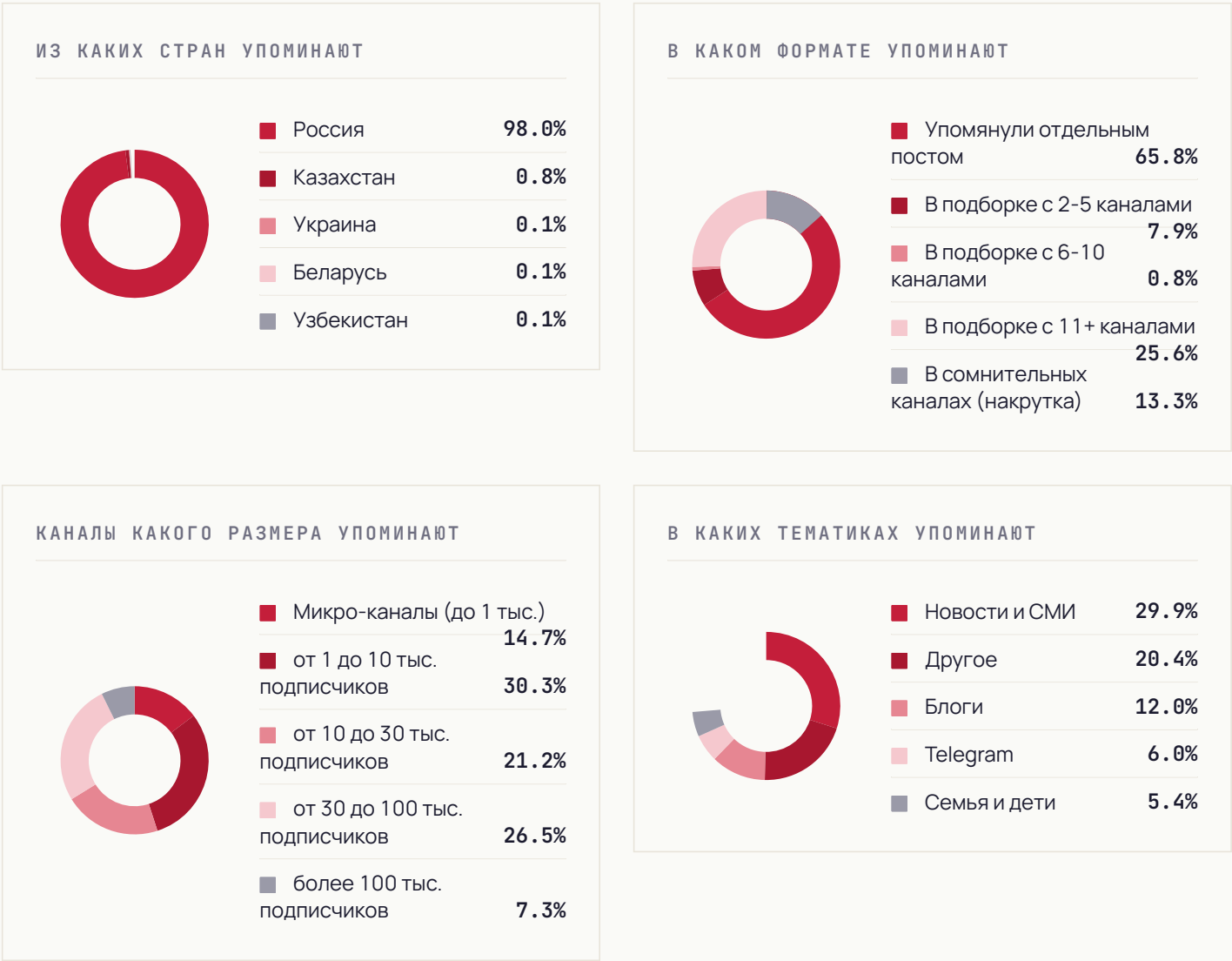
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-1 324

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

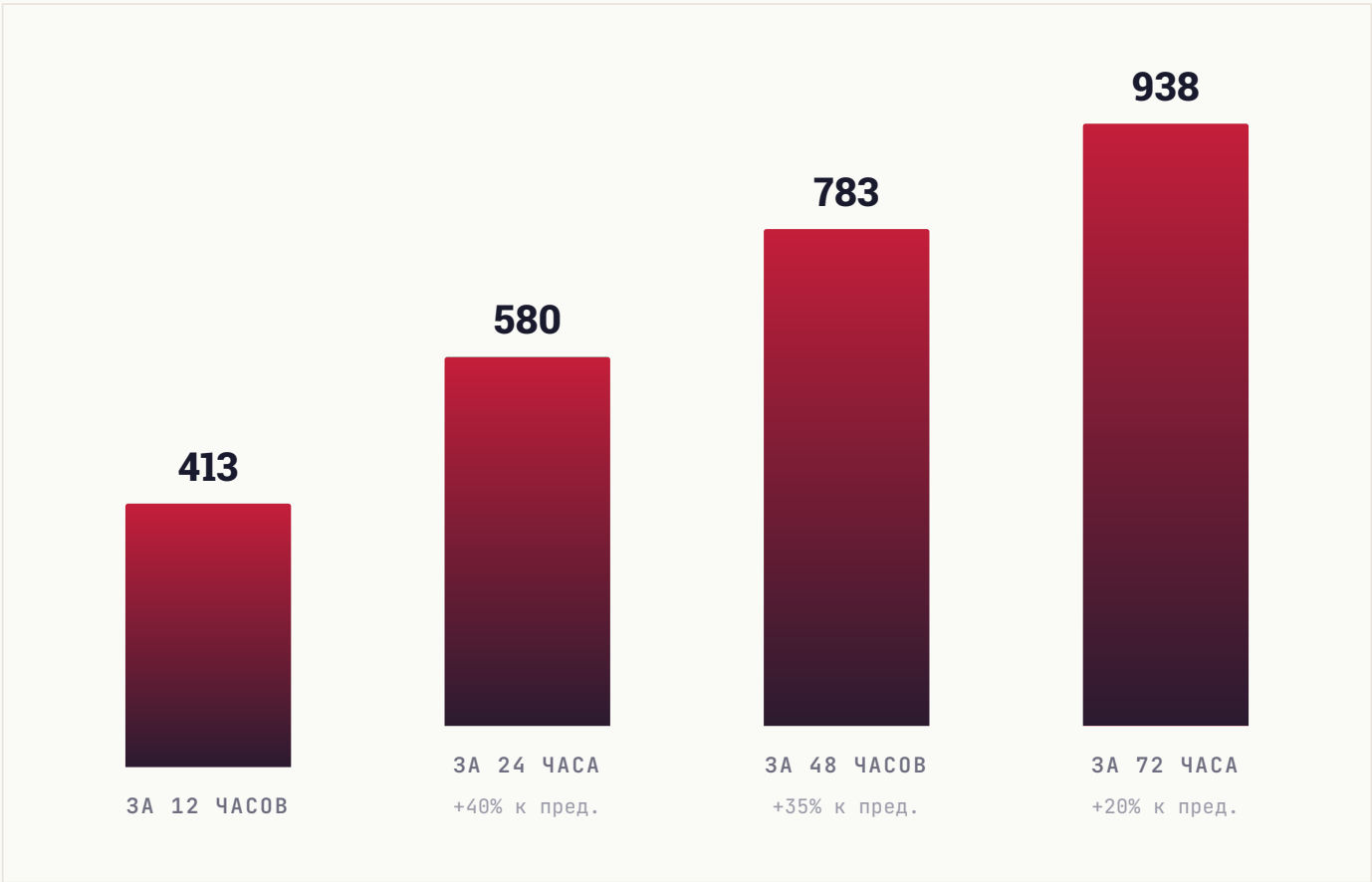
Индекс цитирования **303** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **570** разных каналов.



— 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 табобати 🌿	235.1K
зд ЗдравКонтроль	222.2K
пз Планета Здоровья вы	27.6K

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 **190**, они привели **7 226** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	15	13	2 417
Декабрь 2025	62	59	1 041
Ноябрь 2025	56	51	2 154
Октябрь 2025	43	30	1 537
Сентябрь 2025	11	10	41
Август 2025	3	3	36

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
190	6	7 226

Где канал в своей лиге

ПОДПИСЧИКИ

хуже медианы на 74%

медиана 105.1K

36.2K

27 611 — ваш канал

284.7K

Category	Value
Ваш канал	27 611
Медиана	105.1K
Нижняя граница	36.2K
Верхняя граница	284.7K



— 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 воскресенье

В этот день и в 23:00 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

**+1000-3000
подп.**

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 — 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
----	-------------------------------	---
