ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала DOCTOR-PRUDNIKOVA



@prudnikova03

Врач дерматовенеролог высшей категории , интегративная и превентивная медицина, нутрициолог, Д-доктор

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
5 709	13.0%	767
-5 за месяц	за сутки 6.0%	рекл. охват 344/24ч

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 **5 709** —	ОХВАТ ПОСТА **13.44%** ср. % подписчиков видят один пост	ПРОСМОТРЫ/ПОСТ **767** медиана 840 · 27 дней	ПОСТОВ/НЕД. **10.8** за период
ТРЕНД 7Д **-11.0%** vs предыдущая неделя	РЕАКЦ./ПОСТ **14.4** всего 606 реакц., 120 реп., 36 комм.	ДЛИНА ПОСТА **522 зн.** медиана 460 · 27 дней	ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ **42** 27 дней
РЕКЛ. ОХВАТ **344** среднее за 24ч	ОТТОК / МЕСЯЦ **-5** за последний месяц	ЦИТИРУЕМОСТЬ **2** индекс цитирования · 15 каналов упомянули за всё время	ВОЗРАСТ КАНАЛА **4 года 7 месяцев** создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «DOCTOR-PRUDNIKOVA» — 5 709 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 767 человек (13% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 11 постов в неделю (~2 в день) — регулярный режим. За неделю 5–11 октября охваты просели на -11.0% 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 **42** постам за 27 дней.

02 Доминирующий формат — **Фото** (22/42 постов).

03 Средняя длина поста — **522** знаков (медиана 460).

04 Пик активности аудитории — **вторник**, 13:00 MSK.

05 Самые сильные посты собирают **в 2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (1.1K в среднем у топа vs 547 у худших) — среди 42 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 29.09 · 10:42 ФОТО

Вот и прошел наш вебинар «Паразитоз и заболевания кожи»🤗 Два часа на одном дыхании! Спасибо всем, кто был, спасибо за вопросы🤗 Мы…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 108	4	2	19.4%

№2 21.09 · 17:32 ВИДЕО

На днях в нашем городе открылся акватермальный комплекс «Атолл». Мы решили не тянуть и пойти посмотреть, что это такое. Если коротко, то…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 102	30	11	19.3%

№3 20.09 · 17:40 ВИДЕО

Несмотря на воскресенье, сегодня я была на работе! «Я люблю свою работу, я приду туда в субботу воскресенье»😀 А если серьезно, то…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 101	20	3	19.3%

№4 22.09 · 09:05 ФОТО

Как же радостно мне видеть такие результаты 🔥 Читаю анкету к повторной консультации своей пациентки. Только посмотрите, насколько…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
1 034	22
РЕП.	**ER**
4	18.1%

№5 19.09 · 07:38 ТЕКСТ

Грязный дерматоз Дункана Это кожное состояние, которое возникает из-за длительного недостаточного очищения кожи. На коже накапливаются…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
997	24
РЕП.	**ER**
3	17.5%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 14.10 · 15:34 ФОТО

Пост #непроздоровье🤗 Бывает в жизни, что ты цепляешься за что-то, придавая этому критичную важность, а потом, всё-таки лишаясь этого…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
560	57
РЕП.	**ER**
2	9.8%

↓ 14.10 · 11:27 ФОТО

Хочу похвастаться результатом работы. #случайизпрактики Мужчина пришел с запросом убрать грибок ногтей, а ушел не просто со здоровыми…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
555	27
РЕП.	**ER**
3	9.7%

↓ 14.10 · 09:14 ФОТО

Сегодня день «нон-стоп», с самого утра и до вечера пациенты, потом лечу за дочей в садик и быстрее едем на танцы, приедем уже перед сном…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
527	10
РЕП.	**ER**
2	9.2%

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
5 307	5 709	+402

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

Индекс цитирования **2** — 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 **15** разных каналов.

ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



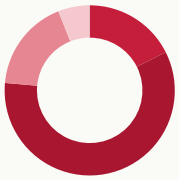
Россия	100.0%
Украина	0.0%
Беларусь	0.0%
Узбекистан	0.0%
Иран	0.0%

В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



Упомянули отдельным постом	64.7%
В подборке с 2-5 каналами	35.3%
В подборке с 6-10 каналами	0.0%
В подборке с 11+ каналами	0.0%

КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



Микро-каналы (до 1 тыс.)	17.6%
от 1 до 10 тыс. подписчиков	58.8%
от 10 до 30 тыс. подписчиков	17.6%
от 30 до 100 тыс. подписчиков	5.9%
более 100 тыс. подписчиков	0.0%

В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ

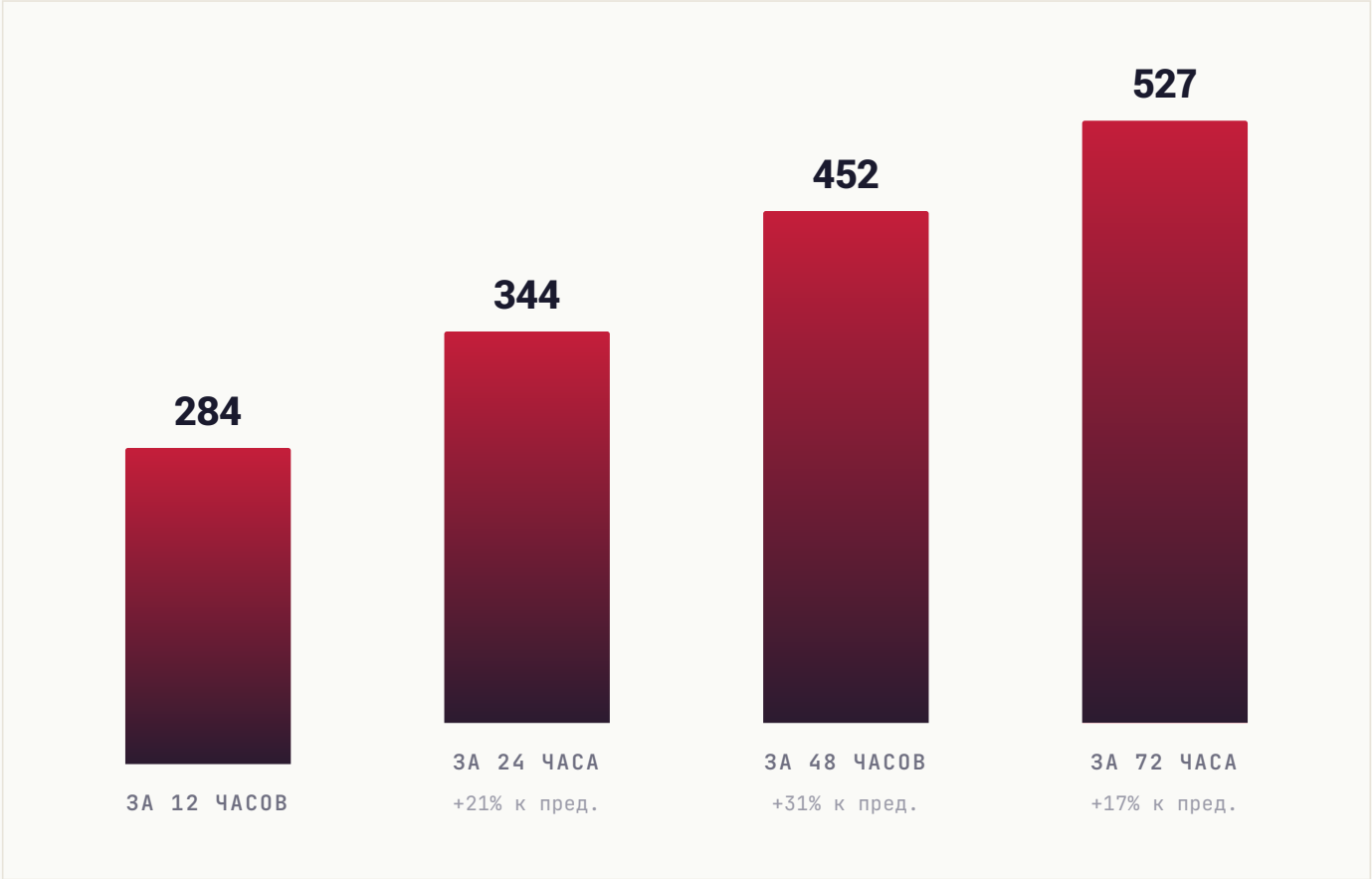


Здоровье и Фитнес	47.1%
Блоги	11.8%
Семья и дети	5.9%
Цитаты	5.9%
Новости и СМИ	0.0%

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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
ЕО **ЕКАТЕРИНА ОКСЕНЮК**	11.4K
Н| **Нутрициология | Академия Екатерины Оксенюк**	7.1K
ИС **Ирина Смолярчук, Антикризисный центр**	5.8K
DO **DOCTOR-PRUDNIKOVA** ВЫ	5.7K
ВН **Валентина Никитина эндокринолог онколог нутрициолог**	3.5K
ПК **Педиатр КОВАЛЬ ОЛЬГА**	2.9K
ЕЭ **Еда это Я 💃Нутрициолог❤️Ольга Сидорова**	2K
ВП **ВЕРА ПЕТРОВА - НУТРИЦИОЛОГ**	1.3K
СЗ **Система Здоровья с Зиминой**	849

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 9). 3 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 **1**, а канал за это время прибавил **460** подписчиков из всех источников.

ПЕРИОД	УПОМИНАНИЙ	КАНАЛОВ	ПРИРОСТ ЗА МЕСЯЦ
Апрель 2026	0	0	**13**
Март 2026	0	0	**22**
Февраль 2026	1	1	**86**
Январь 2026	0	0	**115**
Декабрь 2025	0	0	**105**
Ноябрь 2025	0	0	**119**

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
1	**6**	**460**

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **315 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.

#203 /315

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 203 из 315 каналов сопоставимого размера

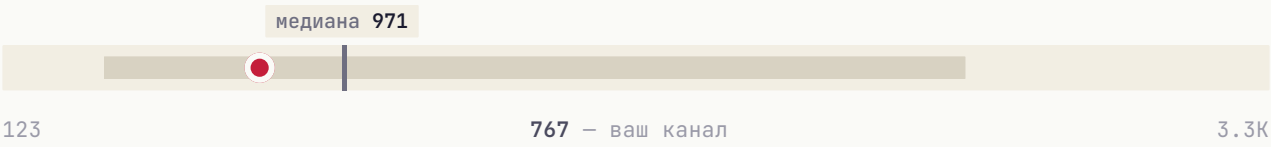
ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины



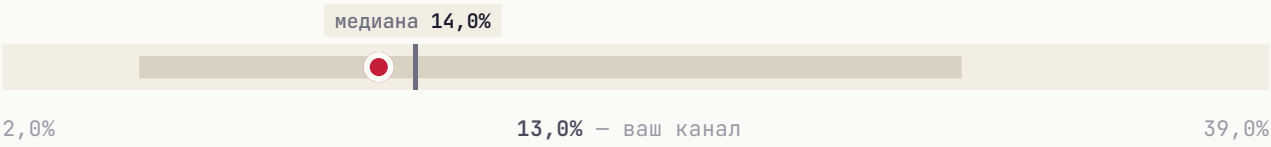
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

в пределах группы, ниже середины

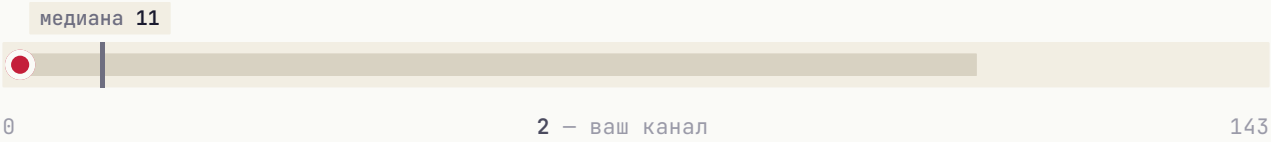


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

в пределах группы, ниже середины



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



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 вторник

В этот день и в 13:00 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). PromtPress 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 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