ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала ТВОЙ_ГИНЕКОЛО ЮЛИЯ



@tvojginekolog

Личный блог врача-гинеколога Задать вопрос 👉 @ti_beremenna_bot Мои платные услуги: https://t.me/ginekolog_uslugi Менеджер: @igyas44, @Dyndr Купить рекламу: https://telega.in/c/tvojginekolog

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
7 066	**9.0%**	**625**
-56 за месяц	за сутки 3.5%	рекл. охват 247/24ч

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 **7 066** —	ОХВАТ ПОСТА **8.85%** ср. % подписчиков видят один пост	ПРОСМОТРЫ/ПОСТ **625** медиана 612 · 28 дней	ПОСТОВ/НЕД. **7.4** за период
ТРЕНД 7Д **-18.6%** vs предыдущая неделя	РЕАКЦ./ПОСТ **12.2** всего 367 реакц., 28 реп., 58 комм.	ДЛИНА ПОСТА **281 зн.** медиана 234 · 28 дней	ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ **30** 28 дней
РЕКЛ. ОХВАТ **247** среднее за 24ч	ОТТОК / МЕСЯЦ **-56** за последний месяц	ЦИТИРУЕМОСТЬ **32** индекс цитирования · 374 каналов упомянули за всё время	ВОЗРАСТ КАНАЛА **4 года 7 месяцев** создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «ТВОЙ_ГИНЕКОЛОГ ЮЛИЯ» — 7 066 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 625 человек (9% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 5–11 октября охваты просели на -18.6% 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 **30** постам за 28 дней.

02 Доминирующий формат — **Видео** (16/30 постов).

03 Средняя длина поста — **281** знаков (медиана 234).

04 Пик активности аудитории — **суббота**, 10:00 MSK.

05 Самые сильные посты собирают **в 2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (956 в среднем у топа vs 438 у худших) — среди 30 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 22.09 · 12:32 ФОТО

Да, возможна. Фолликул начинает расти с первого дня цикла. И к 8-9 дню вполне может достичь зрелости. Девочки, вы чувствуете свою…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
978	10	1	13.8%

№2 26.09 · 07:16 ТЕКСТ

Здравствуйте, подскажите пожалуйста беременность по УЗИ 13 и 2 ,риск по синдром Дауна 1:600 , никаких отклонений по УЗИ нет мне 36 лет…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
950	11	—	13.4%

№3 24.09 · 15:05 ВИДЕО

(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
940	13	1	13.3%

№4 25.09 · 08:30 ВИДЕО

Вопрос- ответ

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
923	12	1	13.1%

№5 02.10 · 17:47 ФОТО

Хочу вот такую фигню. Понимаю, что не самая нужная вещь. Да и стоит дороговато. Но очень хочу. А вы какую фигню хотите?

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
817	1	2	11.6%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 14.10 · 10:21 ФОТО

Сегодня в Беларуси отмечается православный праздник Покрова Пресвятой Богородицы и День матери! Быть мамой - самая сложная и ответственная...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
471	17	1	6.7%

↓ 17.10 · 18:05 ФОТО

Были вчера на Дне рождения моей двоюродной сестры Тани. Я не люблю праздновать свой ДР, но люблю ходить к другим. Всегда с удовольствием...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
431	30	1	6.1%

↓ 14.10 · 05:00 ВИДЕО

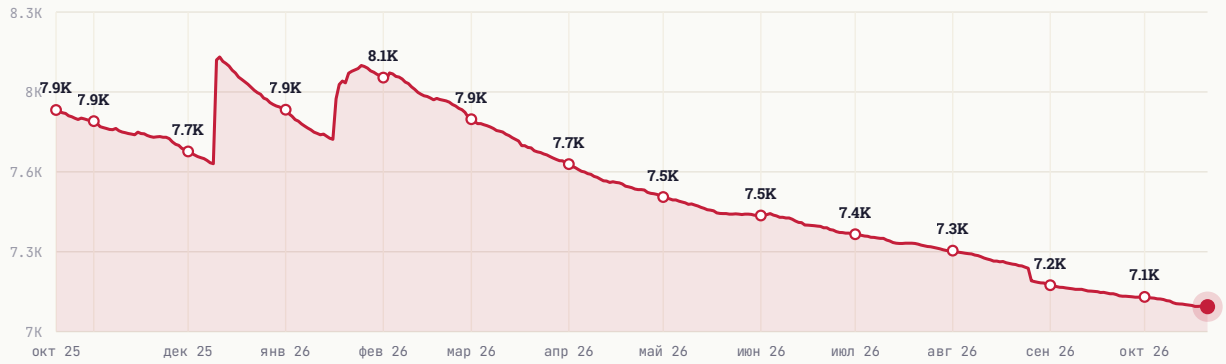
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
413	3	1	5.8%

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
7 916	7 066	-850

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

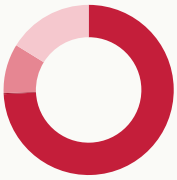
Индекс цитирования **32** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **374** разных каналов.

ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



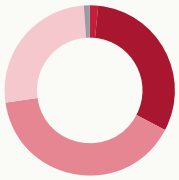
Россия	94.6%
Узбекистан	2.1%
Украина	1.8%
Беларусь	0.0%
Иран	0.0%

В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



Упомянули отдельным постом	74.2%
В подборке с 2-5 каналами	0.2%
В подборке с 6-10 каналами	9.4%
В подборке с 11+ каналами	16.2%

КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



Микро-каналы (до 1 тыс.)	1.6%
от 1 до 10 тыс. подписчиков	31.1%
от 10 до 30 тыс. подписчиков	40.0%
от 30 до 100 тыс. подписчиков	26.2%
более 100 тыс. подписчиков	1.1%

В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ

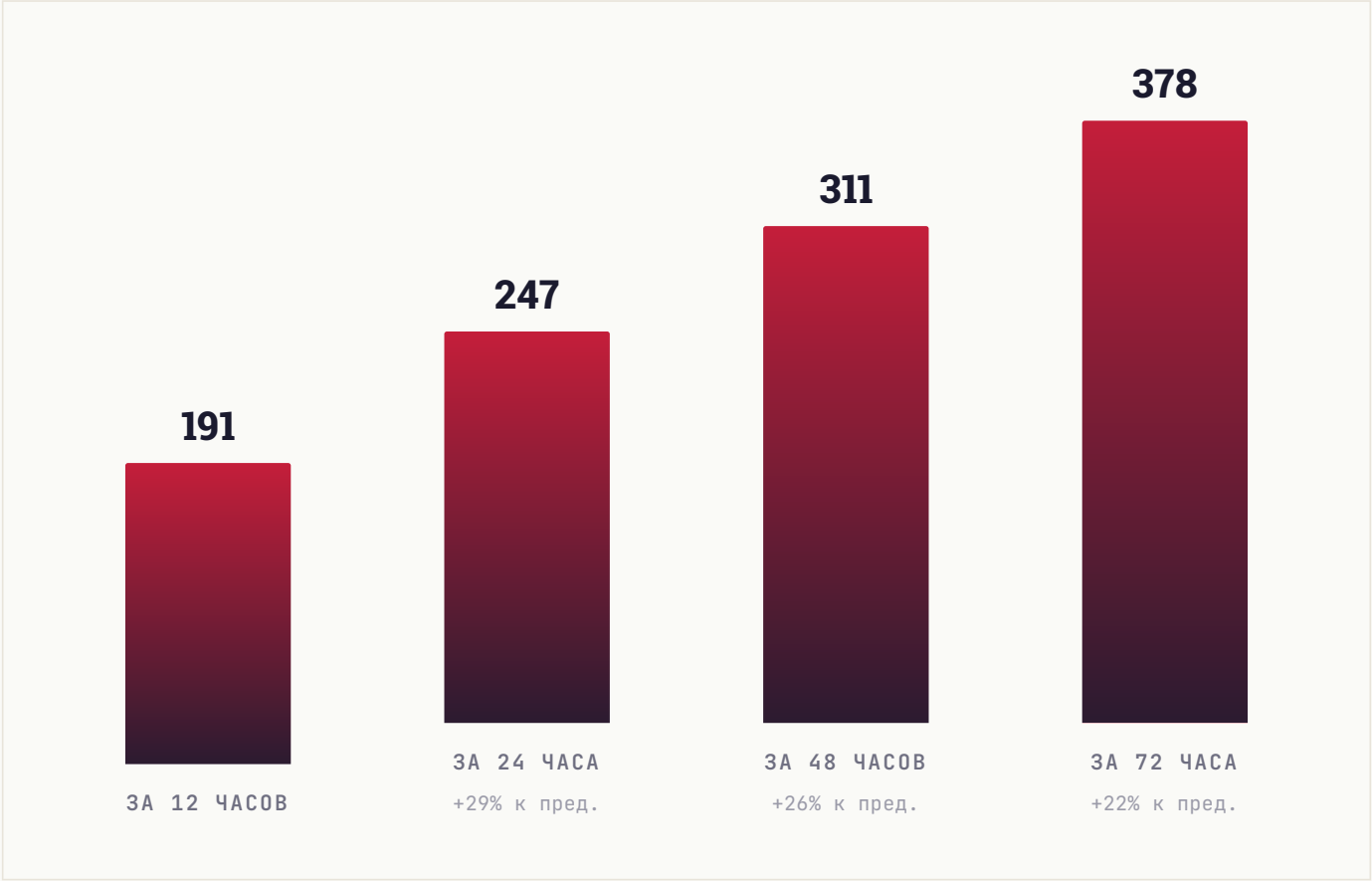


Семья и дети	55.8%
Медицина	9.2%
Здоровье и Фитнес	7.2%
Психология	4.3%
Другое	3.5%

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
R- **Reclin - live**	31.3K
ИС **Иваха Стас | акушер-гинеколог**	13.4K
МН **Материалы на миллион**	8.8K
ЕС **ecoterina_blog**	7.5K
ТЮ **ТВОЙ_ГИНЕКОЛОГ ЮЛИЯ** ВЫ	7.1K
Б5 **Библиотека 5 курса ТГМУ**	3.9K
PU **PUZOJITELI**	3.4K
ДХ **Доктор Хамани Н.М.**	3.2K
Б6 **Библиотека 6 курса ТГМУ**	3.1K
БЕ **Беременяшки**	2.5K

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 **26**, а канал за это время прибавил **847** подписчиков из всех источников.

ПЕРИОД	УПОМИНАНИЙ	КАНАЛОВ	ПРИРОСТ ЗА МЕСЯЦ
Апрель 2026	0	0	**3**
Март 2026	0	0	**0**
Февраль 2026	3	3	**34**
Январь 2026	16	13	**330**
Декабрь 2025	5	2	**461**
Ноябрь 2025	2	2	**19**

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
26	**6**	**847**

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **180 каналов** категории «**Здоровье и Фитнес**» от 2 тыс. до 21 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#100 /180

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 100 из 180 каналов сопоставимого размера

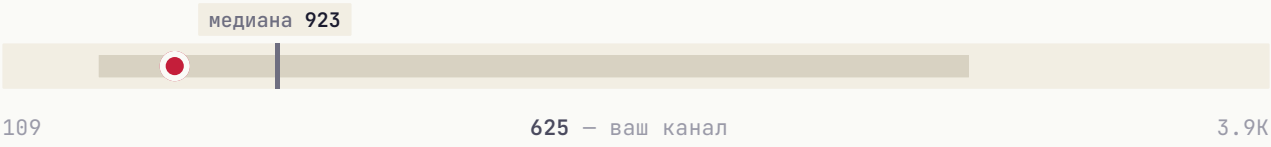
ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины



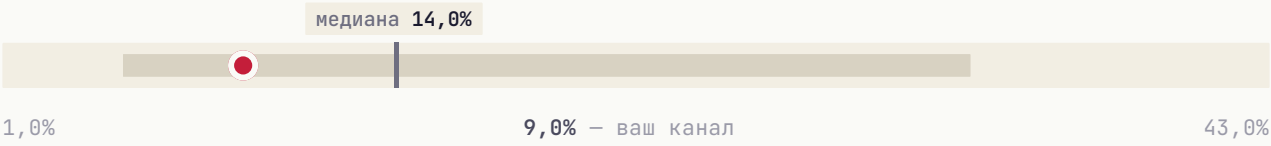
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

в пределах группы, ниже середины

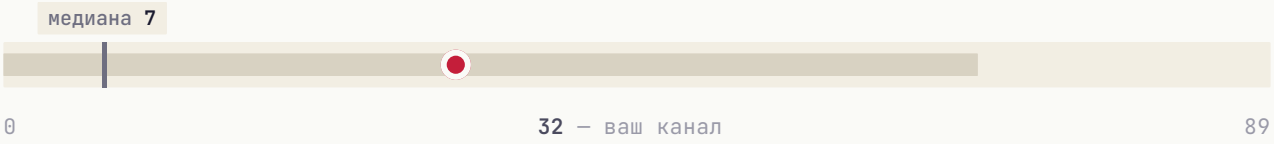


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

в пределах группы, ниже середины



ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ **выше середины группы**



Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **индекс цитирования**. Это то, на чём стоит строить рост.

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 суббота

В этот день и в 10:00 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