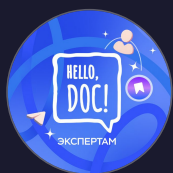


ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Hello, Doc! для экспертов в сфере здоровья



@work_hellodoc

📄 Назначайте чекапы и анализы в любом городе 💰 Получайте до 25% кэшбэка 📁 15 000 бонусов для ваших клиентов 📲 Скачайте и начните зарабатывать: https://hellodoc.app/s/_work_/ Менеджер:...

ПОДПИСЧИКИ

11 661

12.09.2026
+65 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

6.0%

HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/WORK_HELLODOC
за сутки 2.9%

ОХВАТ/ПОСТ

675

HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/WORK_HELLODOC
рекл. охват 343/24ч

— 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 11 661 —	👁️ охват поста 5.79% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 675 медиана 710 · 28 дней	📅 постов/нед. 9.5 за период
📈 тренд 7д -7.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 12.0 всего 455 реакц., 244 реп., 7 комм.	📄 длина поста 446 зн. медиана 420 · 28 дней	★ постов в анализе 38 28 дней
📈 рекл. охват 343 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +65 за последний месяц	📄 цитируемость 2 индекс цитирования · 26 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 4 месяца создан 10.05.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Hello, Doc! для экспертов в сфере здоровья» — 11 661 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 675 человек (6% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 10 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 31 августа – 6 сентября охваты просели на -7.1% к неделе 24–30 августа — 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 38 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (27/38 постов).
- 03 Средняя длина поста — 446 знаков (медиана 420).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 12:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (941 в среднем у топа vs 489 у худших) — среди 38 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 14.08 · 09:07 ФОТО 👉 Используйте готовые карточки и тексты для акции по чекапу «Обследование при отеках», которая скоро стартует! 👉 Когда вам напишут -...	ПРОСМ. 966 РЕП. 5	РЕАКЦ. 10 ER 8.3%
№2 21.08 · 08:02 ФОТО 🍂 Лето почти закончилось — и как будто вместе с ним закончились силы. ⌚ Снова ранние подъёмы, рабочие и учебные чаты, расписания, сборы...	ПРОСМ. 941 РЕП. 9	РЕАКЦ. 12 ER 8.1%
№3 17.08 · 09:02 ФОТО АКЦИЯ! 🔥🔥🔥🔥🔥🔥 за чекап "Обследование при отеках" 💰 Ваш доход с одного заказа: 🟢 до 1 000 бонусов при условии, что заказ подготовили Вы...	ПРОСМ. 918 РЕП. 11	РЕАКЦ. 12 ER 7.9%

№4

14.08 • 08:01

ФОТО

💧 После солёного ужина, перелёта или долгого дня на ногах обувь может стать теснее, а на щиколотках — остаться следы от носков. Часто...

ПРОСМ.

907

РЕП.

7

РЕАКЦ.

12

ER

7.8%

№5

20.08 • 08:00

ФОТО

👤 Маска добавила блеск. Сыворотка убрала пушистость. А волос на расчёске меньше не стало... При выпадении волос важно сначала выяснить...

ПРОСМ.

884

РЕП.

10

РЕАКЦ.

14

ER

7.6%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3



08.09 • 09:03

ВИДЕО

✨ Расскажите клиентам, что в приложении стало ещё удобнее! Добавили новые функции: 🟣 Избранное — сохраняйте нужные товары, чтобы не искать...

ПРОСМ.

513

РЕП.

4

РЕАКЦ.

16

ER

4.4%



09.09 • 09:05

ВИДЕО

ЗАПУСКАЕМ НОВУЮ АКЦИЮ НА ПРОСМОТРЫ 🥳🎁 Что даёт участие: — СУПЕРБОНУСЫ за просмотры, — рост охватов, новых подписчиков и клиентов, — и...

ПРОСМ.

484

РЕП.

9

РЕАКЦ.

16

ER

4.2%



09.09 • 08:01

ВИДЕО

🩸 Организм может подавать сигналы, которые легко не заметить... Повышенная жажда, частое мочеиспускание, усталость, изменения веса или...

ПРОСМ.

470

РЕП.

3

РЕАКЦ.

12

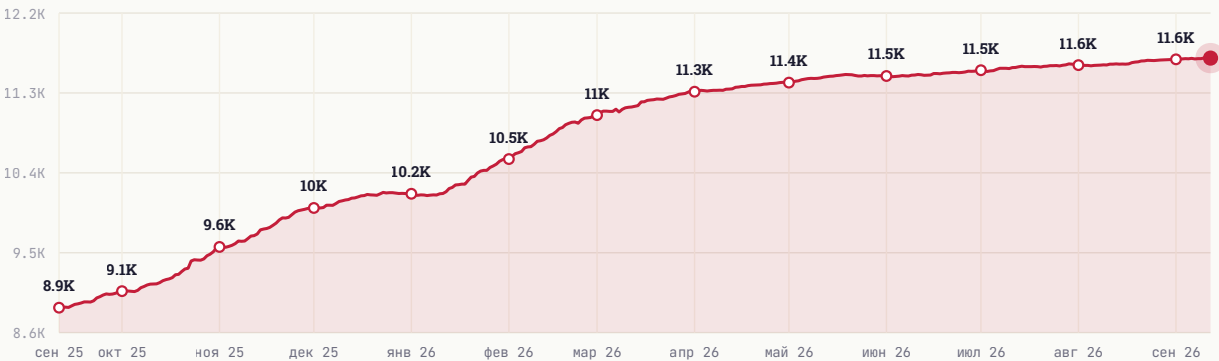
ER

4.0%

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

8 888

СЕЙЧАС

11 661

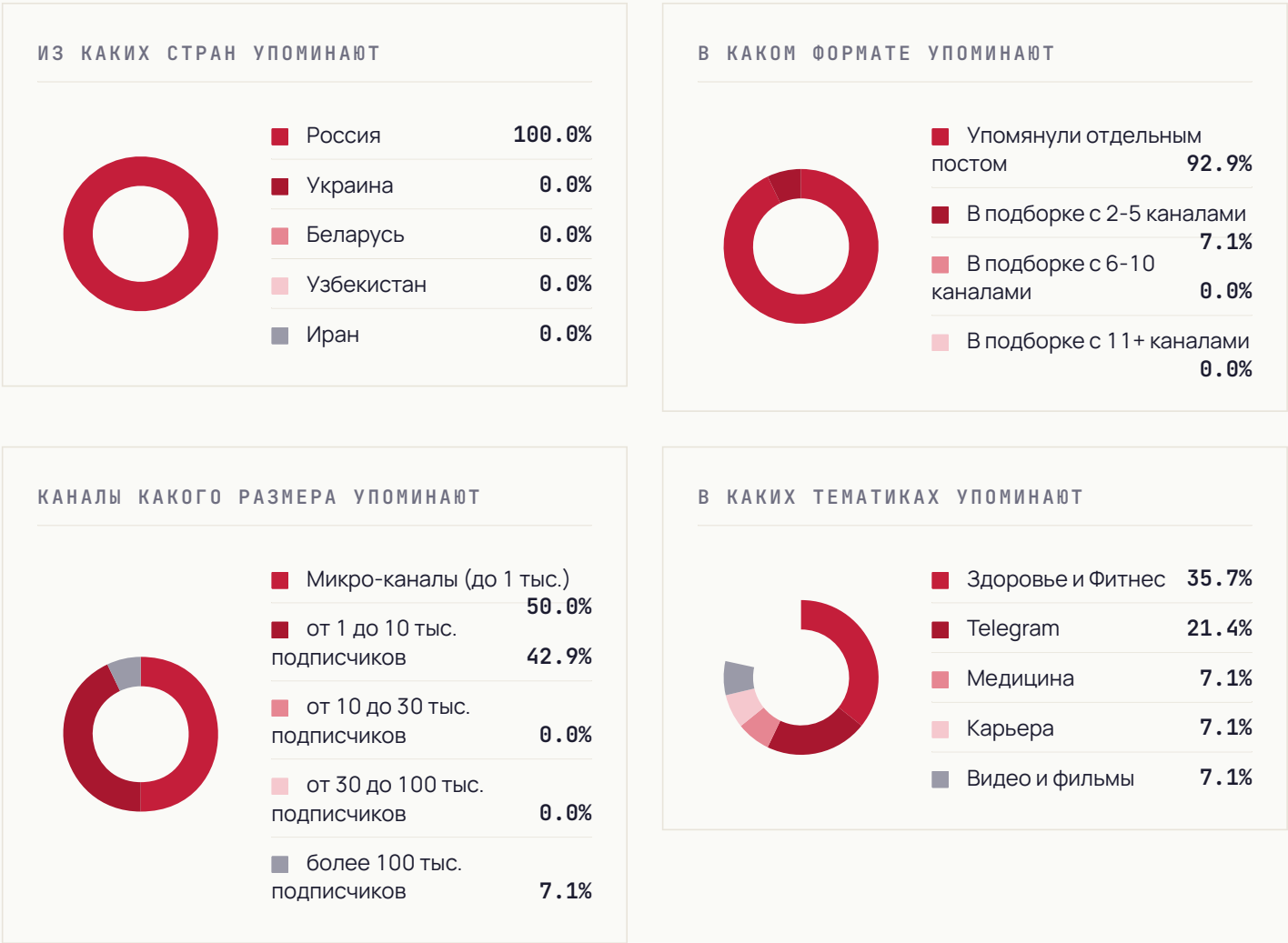
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+2 773

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

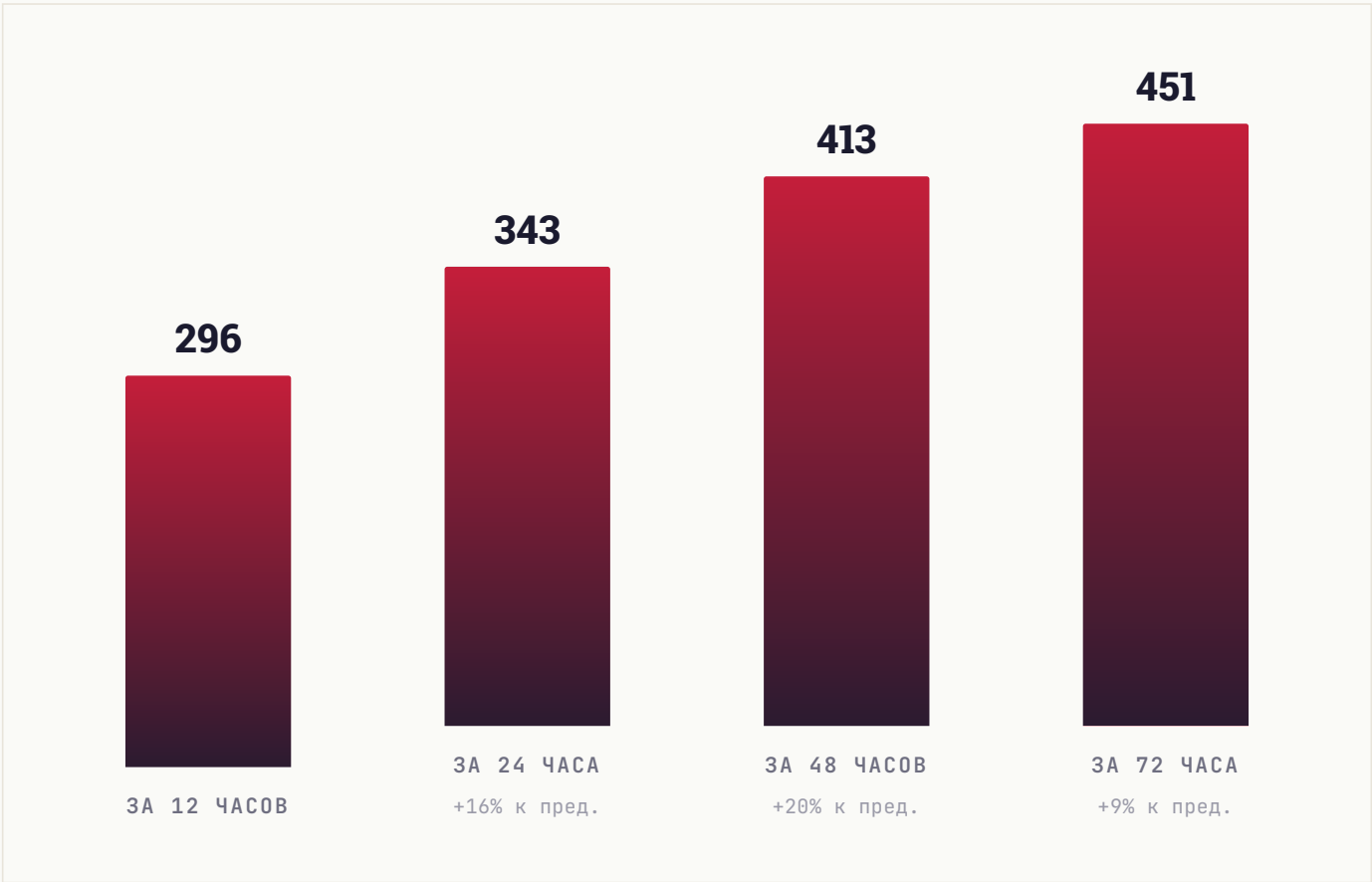
Индекс цитирования 2 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **26** разных каналов.



— 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
КН Клуб нутрициологов	50.1K
ДА Доктор Анна Читанава	33.8K
ВН Высшее нутрициологическое	12.3K
HD Hello, Doc! для экспертов в сфере здоровья ВЫ	11.7K
ЕО ЕКАТЕРИНА ОКСЕНЮК	11.3K
АН АНКЗ💚	9.5K
КП Ксения Пустовая	7.4K
Н Нутрициология Академия Екатерины Оксенюк	7.2K
У УОМ Just do eat	3.2K
ЛГ Лангауэр говорит	3.1K
ОК Открытый канал Международного клуба нутрициологов (МКН)	2.2K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 11). 3 канала крупнее, 7 — 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 **6**, а канал за это время прибавил **2 368** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	1	1	309
Февраль 2026	1	1	500
Январь 2026	0	0	416
Декабрь 2025	0	0	198
Ноябрь 2025	2	2	450
Октябрь 2025	2	2	495

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
6	6	2 368

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **145 каналов** категории «Медицина» от 4 тыс. до 35 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#86

/145

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 86 из 145 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 понедельник

В этот день и в 12:00 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 — 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
----	-------------------------------	---
