

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Юсипова - системная медицина!



@yusipovacom

Врач-ученый США. Здесь о корректном подходе к питанию, продлению жизни, сильно, экспертно, с душой! Поддержка: @yusipova_bot Основатель <https://eul.education> Магазин БАД из США...

ПОДПИСЧИКИ	ERR (% ВИДЯТ ПОСТЫ)	ОХВАТ/ПОСТ
52 672 02.07.2026 +530 за месяц	19.0% за сутки 6.9%	10K рекл. охват 3.7K/24ч

HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/YUSIPOVACOM

— 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 52 672 —	👁️ охват подписчиков 19.05% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 10K медиана 10.8K · 28 дней	📅 постов/нед. 3.0 за период
📈 тренд 7д -13.7% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 306.1 всего 3 673 реакц., 2 440 реп., 138 комм.	📄 длина поста 1 000 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 12 28 дней
📈 рекл. охват 3.7K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +530 за последний месяц	📄 цитируемость 28 индекс цитирования · 134 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 9 лет 3 месяца создан 02.04.2017

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Юсипова - системная медицина!» — 52 672 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 10K человек (19% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 3 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации. За неделю 15–21 июня охваты просели на -13.7% к неделе 8–14 июня — 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 12 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (8/12 постов).
- 03 Средняя длина поста — 1000 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 15:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (13К в среднем у топа vs 8К у худших) — среди 12 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 05.06 · 18:11 ФОТО ОДНА ДОЗА ГРИБОВ И БАБУШКА ЗАГОВОРИЛА ПОСЛЕ 5 ЛЕТ МОЛЧАНИЯ 🍄 Друзья, вы наверняка уже видели этот заголовок – он гуляет по всем лентам. NY...	ПРОСМ. 14 778 РЕП. 333	РЕАКЦ. 788 ER 28.1%
№2 09.06 · 12:36 ФОТО В 2024 году эндокринологи перестали советовать сдавать витамин D здоровым людям. Звучит как «он больше не нужен». На самом деле причина в...	ПРОСМ. 12 810 РЕП. 195	РЕАКЦ. 319 ER 24.3%
№3 18.06 · 15:23 ФОТО Друзья, давно хотела сделать отдельный пост про креатин. Большая...	ПРОСМ. 11 364 РЕП. 301	РЕАКЦ. 310 ER 21.6%

№4 03.06 · 13:35 ФОТО ОТ ЧЕГО ПОРА ОТКАЗАТЬСЯ В АНАЛИЗАХ В 2026 Эти маркеры я пересмотрела много лет назад – не чтобы быть против системы, а потому что видела...	ПРОСМ. 11 354 РЕП. 229	РЕАКЦ. 308 ER 21.6%
№5 05.06 · 11:04 ФОТО Друзья, расскажу про две книги. Обе про долголетие, но жанры разные – и подходить к ним стоит по-разному. «Дорожная карта долголетия» –...	ПРОСМ. 11 347 РЕП. 94	РЕАКЦ. 328 ER 21.5%

|

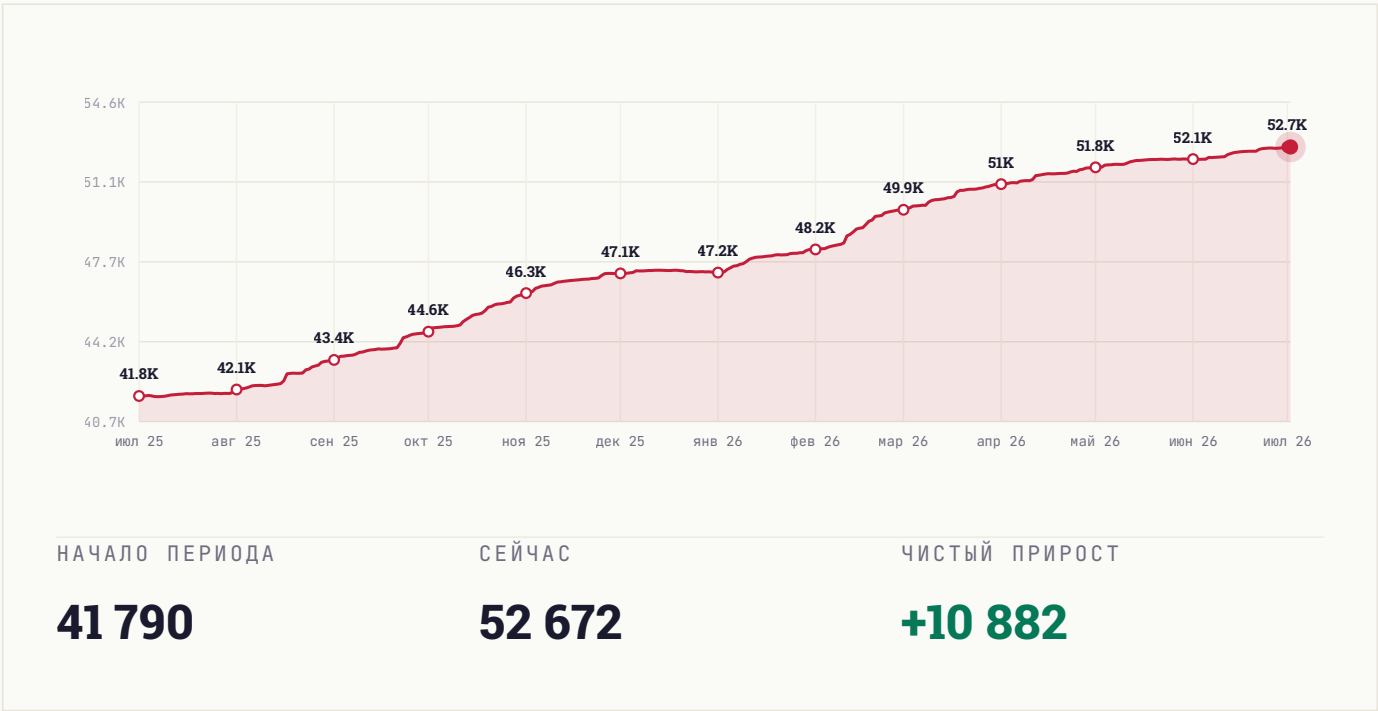
ХУДШИЕ 3

↓ 23.06 · 13:34 ТЕКСТ Уже пару-тройку недель у нас работает отдельный канал – целиком про лабораторную диагностику. Если вам интересно разбираться в анализах...	ПРОСМ. 8 961 РЕП. 39	РЕАКЦ. 157 ER 17.0%
↓ 21.06 · 12:30 ТЕКСТ «Вам сказали - всё в норме» Это самая частая фраза, с которой приходят на консультацию. И я понимаю, почему она так выматывает. Человек...	ПРОСМ. 8 372 РЕП. 74	РЕАКЦ. 150 ER 15.9%
↓ 26.06 · 18:33 ВИДЕО Вчера провели эфир «Функциональная оценка анализов». Спасибо всем, кто был вживую, – вопросов оказалось столько, что вышли далеко за...	ПРОСМ. 6 597 РЕП. 33	РЕАКЦ. 160 ER 12.5%

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

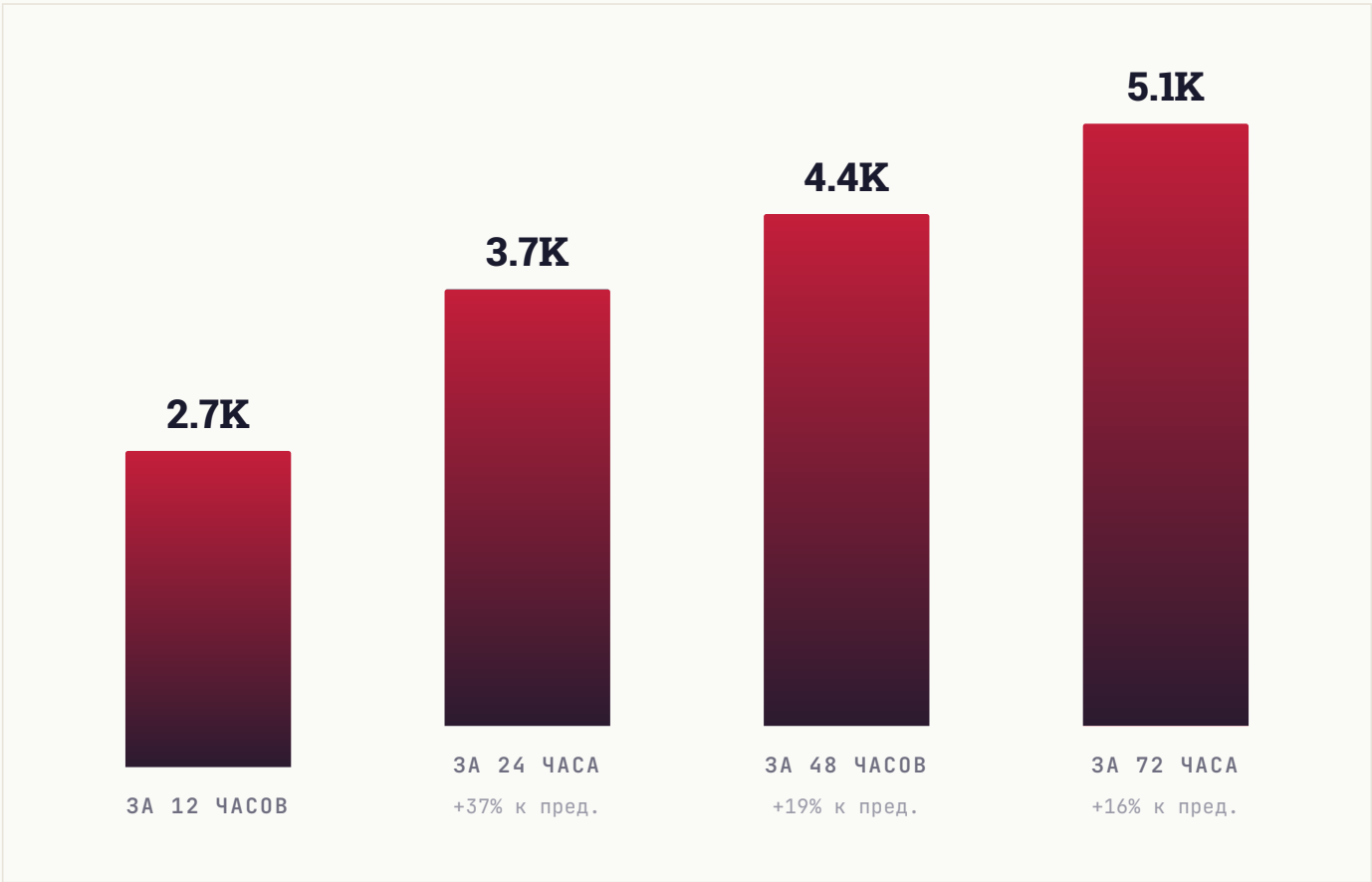
Индекс цитирования **28** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **134** разных каналов.



— 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
БИ Блог из морга	357.1K
ЭМ Эндокринолог Магеря	293.3K
ОФ ОПЫТНЫЙ ФАРМАЦЕВТ	266K
ММ Московская медицина	241.1K
ЗД ЗдравКонтроль	223.2K
КД Канал доктора Шишони́на	214.9K
АТ Анатомический театр	201.1K
МР Микерина. Роды? Зови акушера!	192.2K
ДМ ДОКТОР МЯСНИКОВ	182.4K
ЗС Записки судмедэксперта	171.1K
Ю- Юсипова - системная медицина! ВЫ	52.7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#76 из 96). Медиана ниши — 68.5K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Блог из морга (357.1K).

— 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 **12**, они привели **6 432** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	4	4	1 030
Декабрь 2025	1	1	198
Ноябрь 2025	0	0	922
Октябрь 2025	3	2	1 677
Сентябрь 2025	2	2	1 224
Август 2025	2	2	1 381

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
12	6	6 432

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.

#76 /100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в нижней половине рейтинга

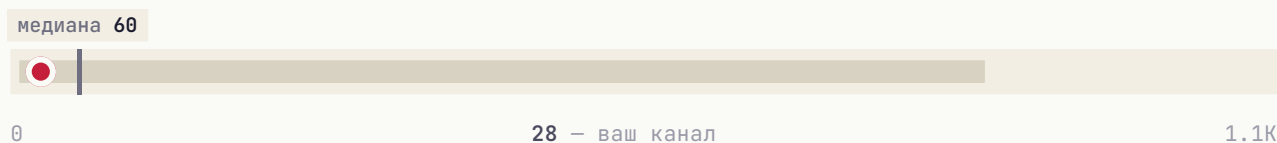
хуже медианы на 26%



лучше 60% ниши



хуже медианы на 53%



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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в вторник

В этот день и в 15:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

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
----	-------------------------------	---
