

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Заметки

невролога

Овсянникова

КС



@zametki_nevrologa

Ксения Овсянникова Невролог-вегетолог, лимфолог,
преподаватель биохимии, КМН admin@zametkinevrologa.ru
<https://newneurology.ru/> <https://zametkinevrologa.ru>

! Консультаций НЕТ! В ЛС НЕ ПИШУ! Мой...

ПОДПИСЧИКИ

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

ОХВАТ/ПОСТ

68 540

-19 за місяць

8.0%

за сутки 3.2%

5.2K

рекл. охоп. 2.2K/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 68 540 —	👁️ охват подписчиков 7.56% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 5.2K медиана 5.4K · 28 дней	📅 постов/нед. 5.0 за период
📈 тренд 7д +3.7% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 100.3 всего 2 007 реакц., 1 397 реп., 256 комм.	📄 длина поста 964 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 20 28 дней
📈 рекл. охват 2.2K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -19 за последний месяц	📄 цитируемость 20 индекс цитирования · 56 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 5 лет 8 месяцев создан 19.10.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Заметки невролога Овсянникова КС» — 68 540 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 5.2K человек (8% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 5 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 15–21 июня охваты стабильны (+3.7% к неделе 8–14 июня).

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 20 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (14/20 постов).
- 03 Средняя длина поста — 964 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (7.4K в среднем у топа vs 4.2K у худших) — среди 20 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 15.06 · 14:03 ВИДЕО ● Отвечаю на ваши вопросы Если видео не грузятся — можно посмотреть в моём канале МАХ или в группе ВКонтакте 📺 — Как поддержать себя во...	ПРОСМ. 7 443 РЕП. 37	РЕАКЦ. 119 ER 10.9%
№2 04.06 · 13:03 ФОТО Почему ферритин не растёт, даже если вы пьёте железо? Это, пожалуй, один из самых частых вопросов в комментариях. 📌 Напомню, в первой...	ПРОСМ. 7 367 РЕП. 115	РЕАКЦ. 88 ER 10.7%
№3 12.06 · 11:00 ФОТО Как автослесарям и автомеханикам поддерживать здоровье 🚗 Как-то раз я обратилась за ремонтом машины к мастерам — отцу и сыну. Моё внимание...	ПРОСМ. 7 341 РЕП. 65	РЕАКЦ. 97 ER 10.7%

№4 06.06 · 11:00 ФОТО Как парикмахерам поддерживать своё здоровье Когда ко мне приходили на приём разные пациенты, я всегда спрашивала об их профессиональном...	ПРОСМ. 6 734 РЕП. 120	РЕАКЦ. 103 ER 9.8%
№5 17.06 · 13:03 ФОТО 😓 «Мне плохо, откройте окно!» Наверняка вы встречали таких людей, которым всегда нужен свежий воздух. Они спят с открытой форточкой даже...	ПРОСМ. 6 641 РЕП. 144	РЕАКЦ. 209 ER 9.7%

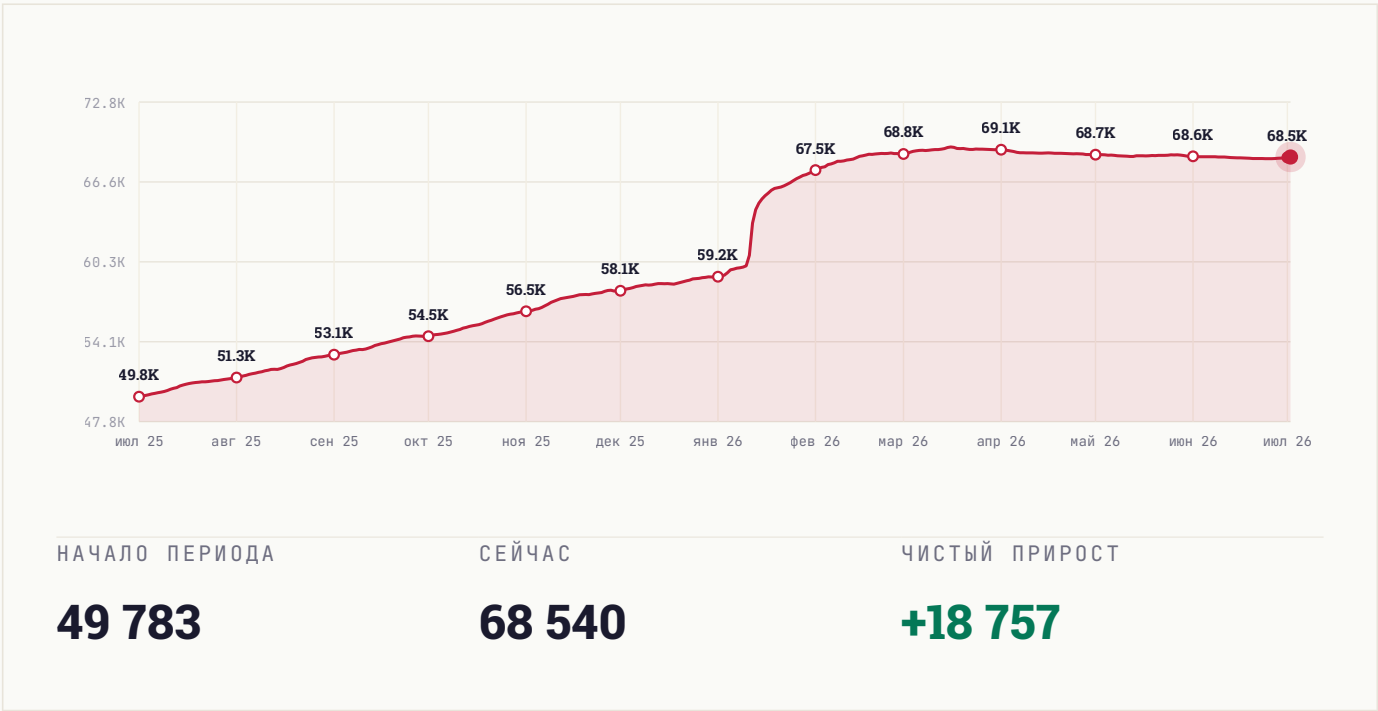
ХУДШИЕ 3

↓ 25.06 · 14:01 ФОТО Влияет ли на вас стресс? Узнайте это за 2 минуты Стресс не всегда проявляется сильными переживаниями. Иногда он постепенно истощает...	ПРОСМ. 4 300 РЕП. 16	РЕАКЦ. 38 ER 6.3%
↓ 27.06 · 09:03 ФОТО Как наконец выспаться? Делюсь простыми советами, как наладить сон «Проснулся — но как будто не спал...» Знакомо? Утро начинается с...	ПРОСМ. 4 290 РЕП. 155	РЕАКЦ. 94 ER 6.3%
↓ 29.06 · 14:00 ФОТО 👤 Хочу рассказать вам про проект моего мужа. Мой муж Илья — историк, кандидат наук и общественный деятель. Уже много лет он занимается...	ПРОСМ. 3 971 РЕП. 21	РЕАКЦ. 169 ER 5.8%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

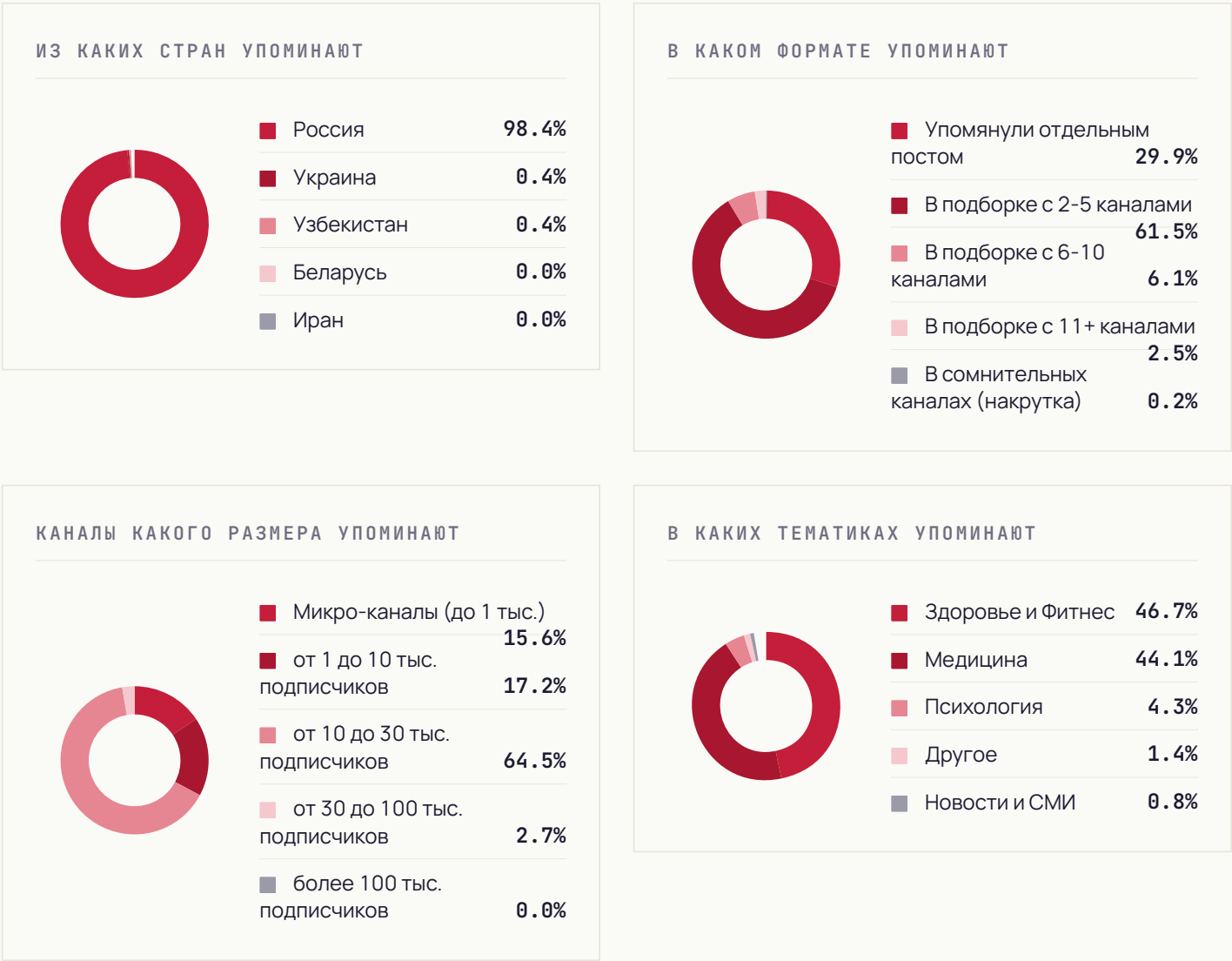
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

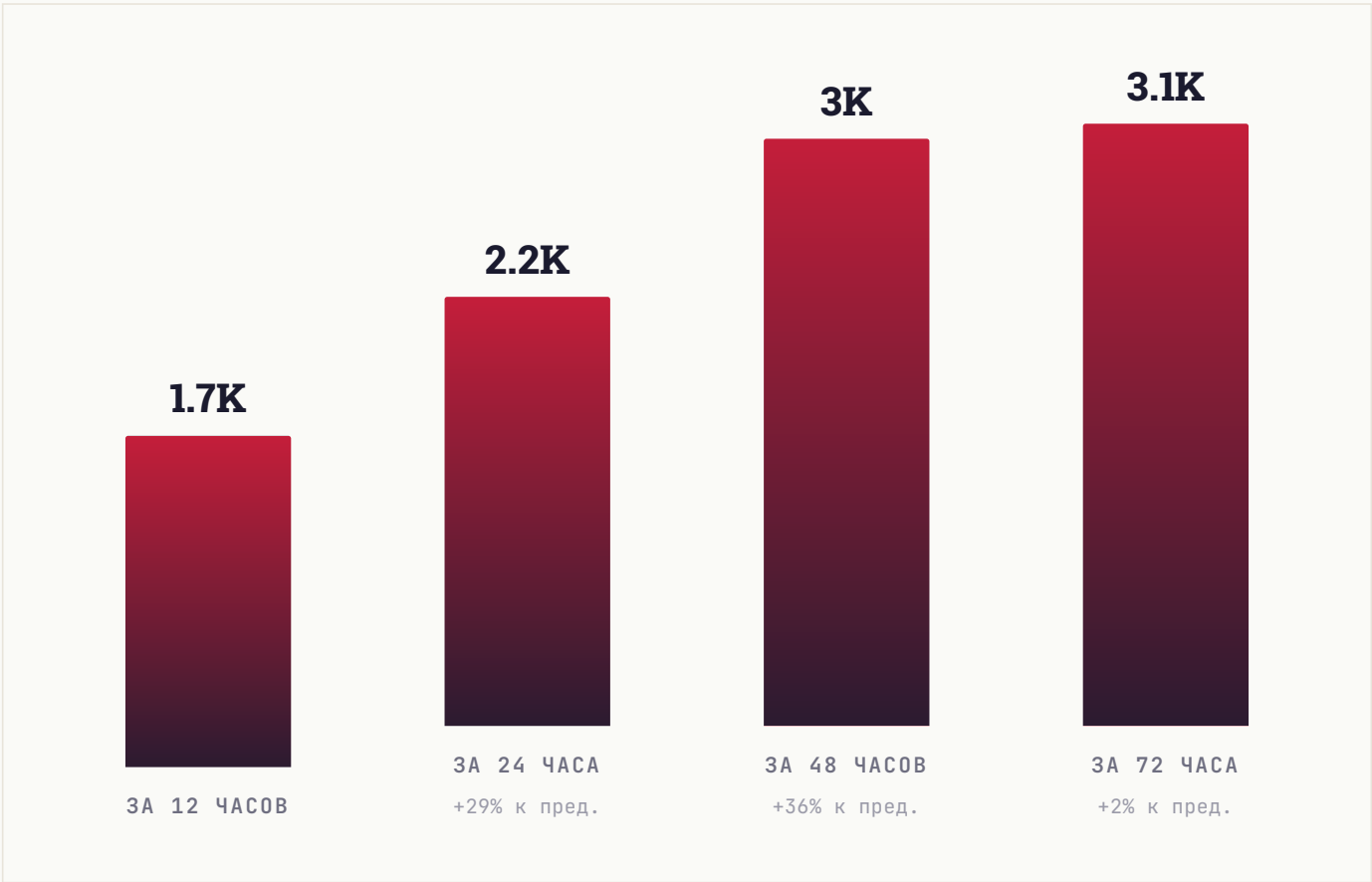
Индекс цитирования **20** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **56** разных каналов.



— 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
ЗН Заметки невролога Овсянникова КС ВЫ	68.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#52 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 **74**, они привели **16 379** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	9	3	8 242
Декабрь 2025	7	2	1 164
Ноябрь 2025	13	5	1 709
Октябрь 2025	18	4	1 955
Сентябрь 2025	23	6	1 498
Август 2025	4	3	1 811

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
74	6	16 379

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

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.

#52 /100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в нижней половине рейтинга



— 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 пятницу

В этот день и в 14:00 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

**+1000-3000
подп.**

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