

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Владимир Животов - остеопат



@zhivotovvladimir

Врач остеопат, краниопостуролог <http://www.zhivotov.ru> №
7280788976 #ODNX22

ПОДПИСЧИКИ	ERR (% ВИДЯТ ПОСТЫ)	ОХВАТ/ПОСТ
90 847	6.0%	4.1K
+1700 за месяц 02.07.2026	HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/ZHIVOTOVVLADIMIR за сутки 2.4%	рекл. охват 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 90 847 —	 охват подписчиков 4.51% ср. % подписчиков видят пост	 просмотры/пост 4.1K медиана 4.4K · 29 дней	 постов/нед. 7.7 за период
 тренд 7д +1.1% vs предыдущая неделя	 реакц./пост 40.6 всего 1 299 реакц., 582 реп., 140 комм.	 длина поста 897 зн. медиана 1000 · 29 дней	 постов в анализе 32 29 дней
 рекл. охват 2.2K среднее за 24ч	 отток / месяц +1700 за последний месяц	 цитируемость 27 индекс цитирования · 62 каналов упомянули за всё время	 возраст канала 4 года 4 месяца создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Владимир Животов - остеопат» — 90 847 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 4.1K человек (5% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 8 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 15–21 июня охваты стабильны (+1.1% 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 32 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (14/32 постов).
- 03 Средняя длина поста — 897 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 16:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (7.1K в среднем у топа vs 3.1K у худших) — среди 32 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 15.06 · 13:48 ФОТО Почему ортопедические стельки при вальгусе часто не работают и не решают проблему? ❌ Как грамотно помочь ребёнку, я подробно рассказал в...	ПРОСМ. 7 808 РЕП. 32	РЕАКЦ. 30 ER 8.6%
№2 07.06 · 13:47 ВИДЕО 🏆 Объявляем победителей розыгрыша за лучший результат на курсе «Животам нет: максимум здоровья» Вы голосовали, команда подвела итоги — и...	ПРОСМ. 6 967 РЕП. 6	РЕАКЦ. 26 ER 7.7%
№3 12.06 · 16:10 ВИДЕО !! То, как вы родились, может до сих пор влиять на вашу жизнь. 🌟 Звучит необычно. Но именно об этом будет одна из самых глубоких практик...	ПРОСМ. 6 598 РЕП. 7	РЕАКЦ. 33 ER 7.3%

№4 03.06 · 15:02 ВИДЕО История длиною в 25 лет: лишний вес после беременности, опущение органов, удаление матки из-за множественных миом и ожидание ещё одной...	ПРОСМ. 6 597 РЕП. 7	РЕАКЦ. 53 ER 7.3%
№5 16.06 · 10:19 ВИДЕО 🔥 Как эффективно избавиться от отёков Один из самых простых способов помочь телу выводить лишнюю жидкость — это движение. Когда человек...	ПРОСМ. 6 491 РЕП. 40	РЕАКЦ. 105 ER 7.1%

|

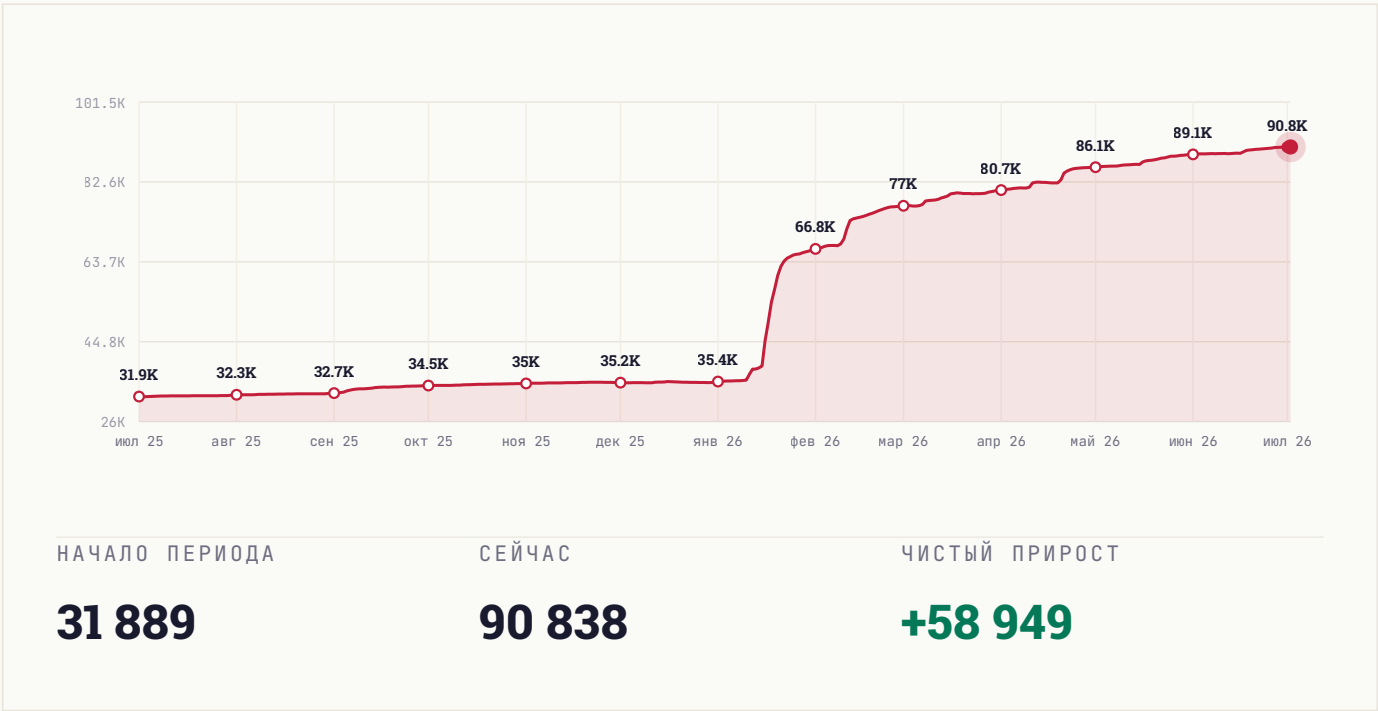
ХУДШИЕ 3

↓ 29.06 · 13:11 ФОТО ЗАДАЙТЕ СВОЙ ВОПРОС ВРАЧУ С 26-ЛЕТНИМ СТАЖЕМ🔥 Бывает, что боль или какая-то проблема со здоровьем беспокоит годами. Вы не можете понять...	ПРОСМ. 3 310 РЕП. 6	РЕАКЦ. 24 ER 3.6%
↓ 28.06 · 10:45 ВИДЕО 🔥 ДВИЖЕНИЕ — ЛУЧШАЯ ПЕРЕЗАГРУЗКА ДЛЯ ТЕЛА Для хорошего физического самочувствия желательно каждый день тренироваться до пота. Не...	ПРОСМ. 3 190 РЕП. 6	РЕАКЦ. 40 ER 3.5%
↓ 28.06 · 10:44 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 2 788 РЕП. 3	РЕАКЦ. 5 ER 3.1%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

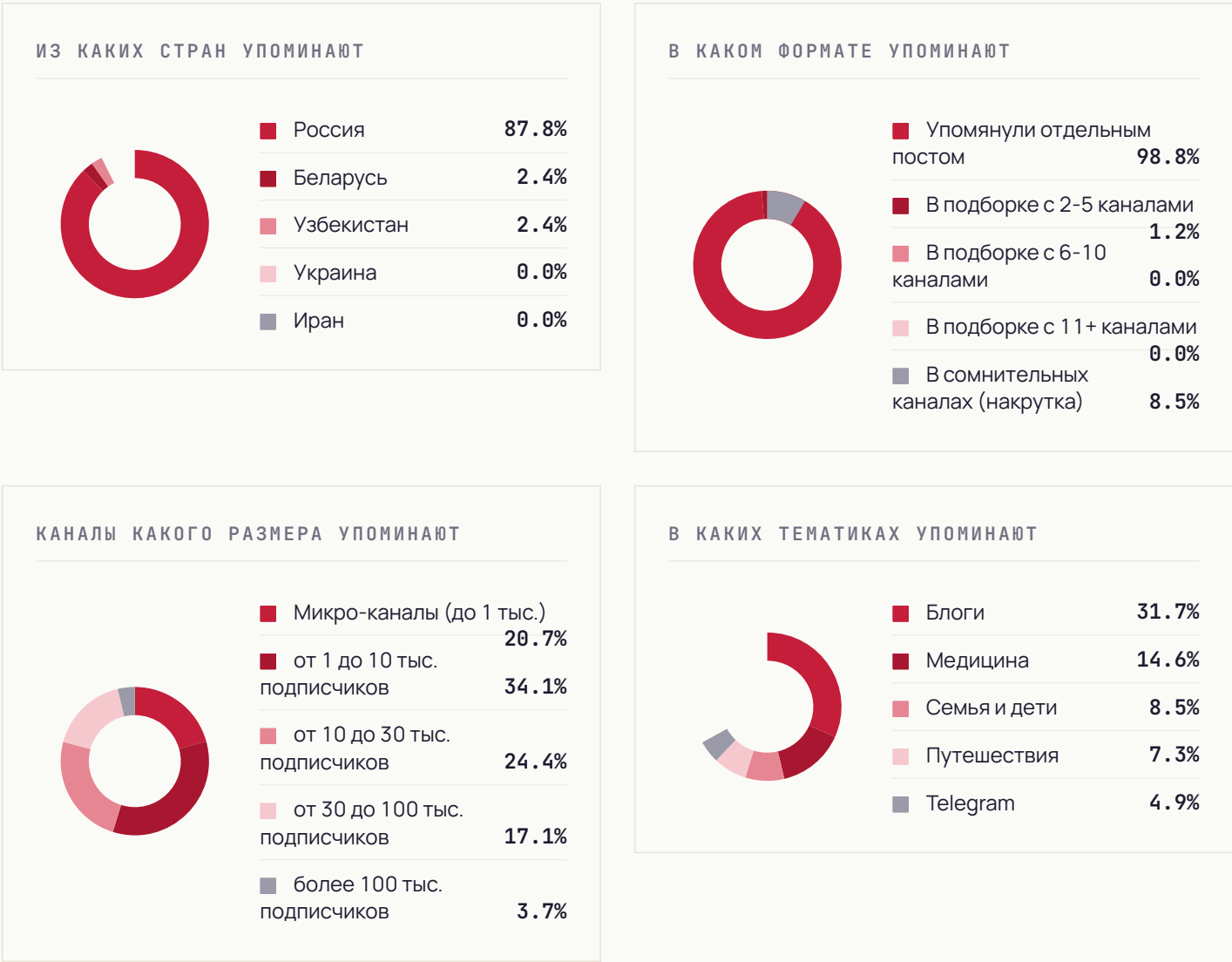
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

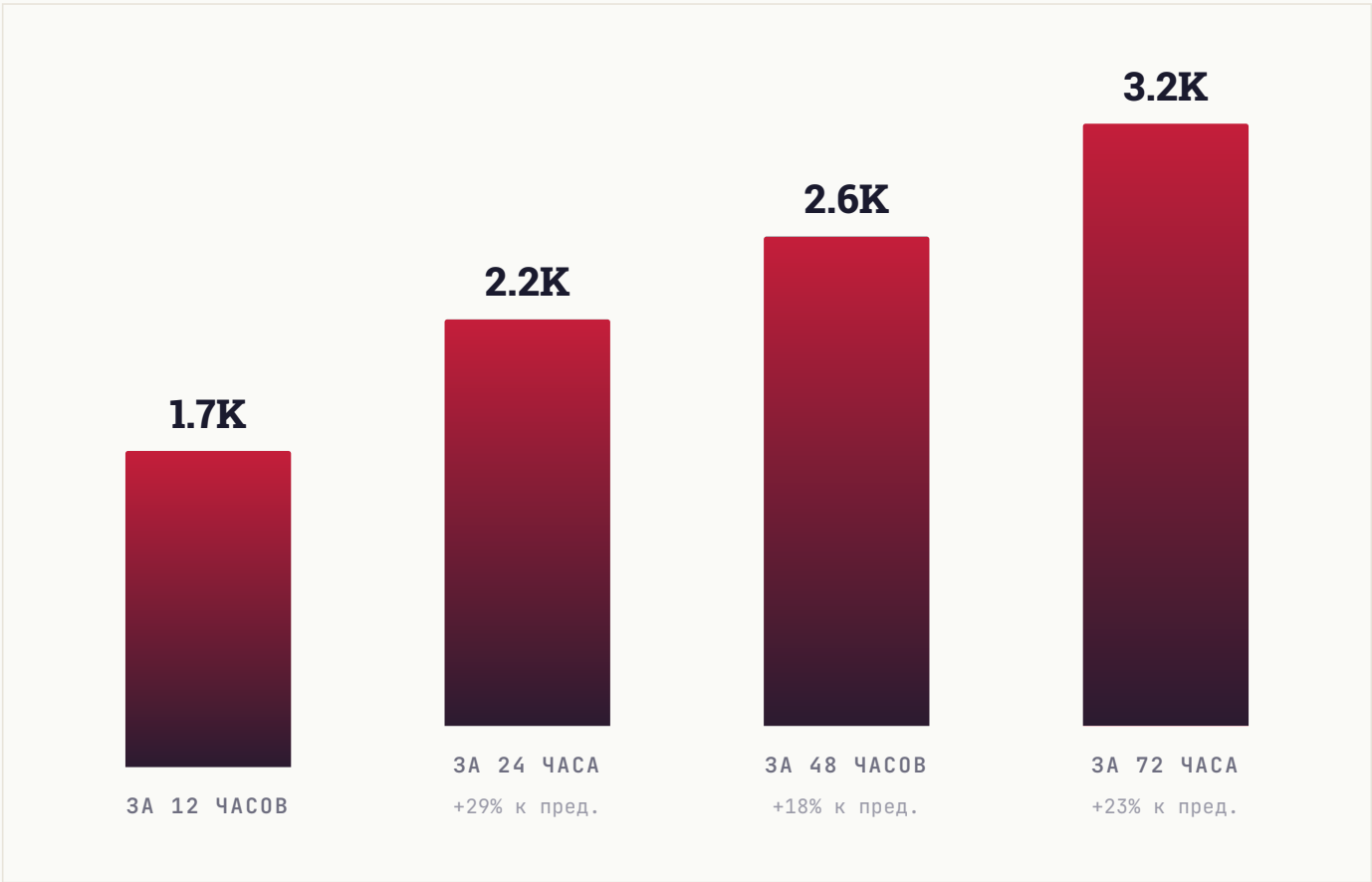
Индекс цитирования **27** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **62** разных каналов.



— 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
ВЖ Владимир Животов - остеопат ВЖ	90.8K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в верхней половине ниши (#34 из 96). Лидер ниши — Блог из морга (357.1K), медиана подписчиков 68.5K. Можно ставить целью первую четверть — это реалистичный горизонт 6-12 месяцев.

— 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 **34 759** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	6	5	31 156
Декабрь 2025	0	0	471
Ноябрь 2025	0	0	337
Октябрь 2025	4	4	501
Сентябрь 2025	1	1	1 820
Август 2025	1	1	474

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
12	6	34 759

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

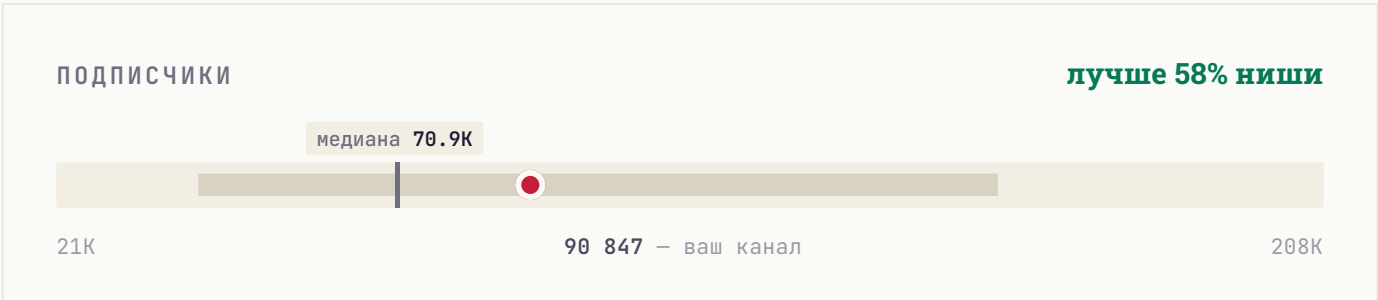
Где канал в своей лиге

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.

#34 /100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в верхней 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 воскресенье

В этот день и в 16:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 4.51% против нормы 5.5%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+1.0пп ER

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