



# Evaluation du site bipolar.su

Généré le 19 Avril 2023 19:49

Le score est de 61/100



## Optimisation du contenu

	Titre	<p>Биполярное расстройство, тревога и депрессия: как распознать и лечить?</p> <p>Longueur : 70</p> <p>Parfait, votre titre contient entre 10 et 70 caractères.</p>														
	Description	<p>Сайт про биполярное расстройство, тревогу и депрессию. Про то, как распознать симптомы, как лечить и как наладить жизнь с болезнью.</p> <p>Longueur : 131</p> <p>Génial, votre balise META description contient entre 70 et 160 caractères.</p>														
	Mots-clefs	<p>Très mauvais. Nous n'avons pas trouvé de balise META keywords sur votre page. Utilisez <a href="#">ce générateur gratuit de balises META en ligne</a> pour créer des mots-clés.</p>														
	Propriétés Open Graph	<p>Bien, cette page profite des balises META Open Graph.</p> <table><thead><tr><th>Propriété</th><th>Contenu</th></tr></thead><tbody><tr><td>locale</td><td>ru_RU</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr><tr><td>title</td><td>Биполярное расстройство, тревога и депрессия: как распознать и лечить?</td></tr><tr><td>description</td><td>Сайт про биполярное расстройство, тревогу и депрессию. Про то, как распознать симптомы, как лечить и как наладить жизнь с болезнью.</td></tr><tr><td>url</td><td>https://www.bipolar.su/</td></tr><tr><td>site_name</td><td>Тревога и депрессия</td></tr></tbody></table>	Propriété	Contenu	locale	ru_RU	type	website	title	Биполярное расстройство, тревога и депрессия: как распознать и лечить?	description	Сайт про биполярное расстройство, тревогу и депрессию. Про то, как распознать симптомы, как лечить и как наладить жизнь с болезнью.	url	https://www.bipolar.su/	site_name	Тревога и депрессия
Propriété	Contenu															
locale	ru_RU															
type	website															
title	Биполярное расстройство, тревога и депрессия: как распознать и лечить?															
description	Сайт про биполярное расстройство, тревогу и депрессию. Про то, как распознать симптомы, как лечить и как наладить жизнь с болезнью.															
url	https://www.bipolar.su/															
site_name	Тревога и депрессия															

# Optimisation du contenu

image	<a href="https://www.bipolar.su/wp-content/uploads/2018/04/bipolyarnoe-affektivnoe-rasstrojstvo.jpg">https://www.bipolar.su/wp-content/uploads/2018/04/bipolyarnoe-affektivnoe-rasstrojstvo.jpg</a>
image:width	392
image:height	272
image:type	image/jpeg

## Niveaux de titre





H1	H2	H3	H4	H5	H6
1	1	17	10	0	1

- [H1] Тревога и депрессия
- [H2] Как распознать и лечить депрессию, БАР и тревогу
- [H3] Как выбрать психолога? Где найти и как не ошибиться с выбором?
- [H3] Книги про тревогу и страхи. Как справиться с тревожностью самостоятельно?
- [H3] Биполярная мания. Как распознать приближающуюся манию?
- [H3] Биполярное расстройство 1-го и 2-го типа. В чем отличие?
- [H3] Биполярное расстройство — причины возникновения и генетика
- [H3] Как выбрать психолога? Где найти и как не ошибиться с выбором?
- [H3] Книги про тревогу и страхи. Как справиться с тревожностью самостоятельно?
- [H3] Биполярное расстройство — причины возникновения и генетика
- [H3] Обращение к психиатру — мифы и страхи
- [H3] Что говорить психиатру на первом приеме?
- [H3] Синдром отмены антидепрессантов. Основные симптомы и как с ним справиться?
- [H3] Шкала настроения от мании до депрессии
- [H3] Обращение к психиатру — мифы и страхи
- [H3] Что говорить психиатру на первом приеме?
- [H3] Биполярное расстройство у женщин. В чем его особенности?
- [H3] Подкаст про биполярное расстройство на канале ПРЛ «Сок»
- [H3] Как жить с биполярным расстройством?
- [H4] Энциклопедия биполярного расстройства
- [H4] Избранное
- [H4] Лайфхаки
- [H4] Новое на сайте
- [H4] Поищем?
- [H4] Реклама
- [H4] Новое с других сайтов
- [H4] Тесты
- [H4] Об авторе
- [H4] Книги и фильмы
- [H6] Важное





## Images

Nous avons trouvé 36 image(s) sur cette page Web.

## Optimisation du contenu

		4 attribut(s) alt sont vides ou manquants. Ajouter un texte alternatif permet aux moteurs de recherche de mieux comprendre le contenu de vos images.
	Ratio texte/HTML	Ratio : 5%  le ratio de cette page texte/HTML est au-dessous de 15 pour cent, ce qui signifie que votre site manque de contenu textuel.
	Flash	Parfait, aucun contenu FLASH n'a été détecté sur cette page.
	Iframe	Génial, il n'y a pas d'Iframes détectés sur cette page.

## Liens

	Réécriture d'URLs	Bien. Vos liens sont optimisés!
	Tiret bas dans les URLs	Parfait! Aucuns soulignements détectés dans vos URLs.
	Liens dans la page	Nous avons trouvé un total de 98 lien(s) dont 0 lien(s) vers des fichiers
	Statistics	Liens externes : noFollow 1.02%  Liens externes : Passing Juice 0%  Liens internes 98.98%

## Liens dans la page

Texte d'ancre	Type	Juice
<a href="#">Энциклопедия</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Самое главное</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">О маниях и депрессиях</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Виды и типы БАР</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Лечение</a>	Interne	Passing Juice

## Liens dans la page

<a href="#">Психотерапия</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Коморбидные расстройства</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Мифы и факты</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Вопросы и ответы</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Медицинские статьи и исследования</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Суицид</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Лайфхаки</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Инструментарий биполярника</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Жизнь с БАР</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Женщинам</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Как общаться с психиатром</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Питание и вес</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Люди</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Группы поддержки</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Если болен близкий</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Знаменитости</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Как живут люди с биполярным расстройством</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Семья и дети</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Книги и фильмы</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Онлайн видео</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Обзоры книг и новинки</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Обзоры фильмов</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">События</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Новое с других сайтов</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Тесты</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Психотерапия онлайн</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice

## Liens dans la page

=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Избранное</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Обращение к психиатру &amp;#8212; мифы и страхи</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Что говорить психиатру на первом приеме?</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Синдром отмены антидепрессантов. Основные симптомы и как с ним справиться?</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Шкала настроения от мании до депрессии</a>	Interne	Passing Juice
1	Interne	Passing Juice
<a href="#">Биполярное расстройство у женщин. В чем его особенности?</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Подкаст про биполярное расстройство на канале ПРЛ «Сок»</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Как жить с биполярным расстройством?</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Итоги опроса для пациентов</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Психотическая депрессия и флувоксамин &amp;#8212; PsyAndNeuro.ru</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Осмотр психиатра для устройства на работу</a>	Interne	Passing Juice


## Liens dans la page

<a href="#">Состояние кровотока в головном мозге у подростков и симптомы биполярного расстройства</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Дееспособность</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Роль NMDA-рецепторов в патогенезе психотических симптомов шизофрении</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Бар 1-го типа</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Бар 2-го типа</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Здоровый образ жизни</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Пограничное расстройство личности</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Симптомы мании</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Циклотимия</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Часто задаваемые вопросы</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">главы из книг</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">группы поддержки</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">лекарства</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">побочные эффекты</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">симптомы депрессии</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Шкала тревоги Гамильтона. Онлайн-тест для оценки тревожности</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Тест на генерализованное тревожное расстройство онлайн</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Тест на пограничное расстройство личности</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice
<a href="#">Биполярное расстройство &amp;#8212; самодиагностика с помощью опросника</a>	Interne	Passing Juice
=	Interne	Passing Juice

## Liens dans la page

<a href="#">Подробнее об мне</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">На грани безумия. Жизнь на волнах биполярного расстройства и обретение равновесия</a>	Interne	Passing Juice
-	Interne	Passing Juice
<a href="#">Свобода от тревоги. Справься с тревогой, пока она не расправилась с тобой, книга Роберта Лихи</a>	Interne	Passing Juice
1	Interne	Passing Juice
<a href="#">Биполярное расстройство для чайников, книга</a>	Interne	Passing Juice
-	Interne	Passing Juice
<a href="#">Важное</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Маниакальный эпизод, симптомы, признаки, лечение</a>	Interne	Passing Juice
1	Interne	Passing Juice
<a href="#">MH Themes</a>	Externe	noFollow
<a href="#">Согласен</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Познакомьтесь с политикой Cookie</a>	Interne	Passing Juice

## Mots-clefs

	Nuage de mots-clefs	книги СИМПТОМЫ страхи про бар биполярное как расстройство психиатру расстройства
--	---------------------	--

## Cohérence des mots-clefs

Mot-clef	Contenu	Titre	Mots-clefs	Description	Niveaux de titre
как	20	✓	✗	✓	✓
расстройство	16	✓	✗	✓	✓
биполярное	13	✓	✗	✓	✓
бар	10	✗	✗	✗	✓

## Cohérence des mots-clefs

СИМПТОМЫ

8



### Ergonomie

	Url	Domaine : bipolar.su Longueur : 10
	Favicon	Génial, votre site web dispose d'un favicon.
	Imprimabilité	Aucun style CSS pour optimiser l'impression n'a pu être trouvé.
	Langue	Bien. Votre langue est : ru.
	Dublin Core	Cette page ne profite pas des métadonnées Dublin Core.

### Document

	Doctype	HTML 5
	Encodage	Parfait. Votre charset est UTF-8.
	Validité W3C	Erreurs : 33 Avertissements : 7
	E-mail confidentialité	Génial, aucune adresse e-mail n'a été trouvé sous forme de texte!
	HTML obsolètes	Génial! Nous n'avons pas trouvé de balises HTML obsolètes dans votre code.
	Astuces vitesse	<ul style="list-style-type: none"><li> Excellent, votre site n'utilise pas de tableaux imbriqués.</li><li> Mauvais, votre site web utilise des styles css inline.</li><li> Mauvais, votre site web contient trop de fichiers CSS (plus de 4).</li><li> Mauvais, votre site web contient trop de fichiers javascript</li></ul>



## Document

(plus de 6).

✖ Dommage, votre site n'est pas optimisé avec gzip.

## Mobile

Optimisation mobile

- ✔ Icône Apple
- ✔ Méta tags viewport
- ✔ Contenu FLASH

## Optimisation

✔	Sitemap XML	<p>Votre site web dispose d'une sitemap XML, ce qui est optimal.</p> <pre>http://bipolar.su/sitemap.xml https://www.bipolar.su/sitemap_index.xml https://www.bipolar.su/sitemap_index.xml</pre>
✔	Robots.txt	<p><a href="http://bipolar.su/robots.txt">http://bipolar.su/robots.txt</a></p> <p>Votre site dispose d'un fichier robots.txt, ce qui est optimal.</p>
✖	Mesures d'audience	<p>Manquant</p> <p>Nous n'avons trouvé aucun outil d'analytics sur ce site.</p> <p>Un outil de mesure d'audience vous permet d'analyser l'activité des visiteurs sur votre site. Vous devriez installer au moins un outil Analytics. Il est souvent utile d'en rajouter un second, afin de confirmer les résultats du premier.</p>