





Avaliação do site bipolar.su

Gerado a 19 de Abril de 2023 22:00 PM

O resultado é de 62/100



Conteúdo SEO

	Título	<p>Биполярное расстройство, тревога и депрессия: как распознать и лечить?</p> <p>Cumprimento : 70</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>																
	Descrição	<p>Сайт про биполярное расстройство, тревогу и депрессию. Про то, как распознать симптомы, как лечить и как наладить жизнь с болезнью.</p> <p>Cumprimento : 131</p> <p>Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.</p>																
	Palavras-chave	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>																
	Propriedades Og Meta	<p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table><thead><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</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><tr><td>image</td><td>https://www.bipolar.su/wp-content/uploads/2018/04/bipolyarnoe-affektivnoe-rasstrojstvo.jpg</td></tr></tbody></table>	Propriedade	Conteúdo	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	image	https://www.bipolar.su/wp-content/uploads/2018/04/bipolyarnoe-affektivnoe-rasstrojstvo.jpg
Propriedade	Conteúdo																	
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																	
image	https://www.bipolar.su/wp-content/uploads/2018/04/bipolyarnoe-affektivnoe-rasstrojstvo.jpg																	

Conteúdo SEO

image:width	392
image:height	272
image:type	image/jpeg

Cabeçalhos

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






Imagens





Encontrámos 36 imagens nesta página.

4 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem

Conteúdo SEO

		melhor o conteúdo das suas imagens.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 5% O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 por cento, o que significa que provavelmente é necessário de adicionar mais conteúdos em forma de texto.
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.
	Iframe	Excelente, não foram detetadas Iframes nesta página.

Ligações SEO

	Reescrita de URL	Perfeito. As ligações aparentam ser limpas!
	Underscores (traços inferiores) nas URLs	Perfeito. Não foram encontrados 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 98 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 1.02% Ligações externas : Passa sumo 0% Ligações internas 98.98%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Энциклопедия	Internas	Passa sumo
Самое главное	Internas	Passa sumo
О маниях и депрессиях	Internas	Passa sumo
Виды и типы БАР	Internas	Passa sumo
Лечение	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

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

Ligações para a própria página

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


Ligações para a própria página

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

Ligações para a própria página

Подробнее об мне	Internas	Passa sumo
На грани безумия. Жизнь на волнах биполярного расстройства и обретение равновесия	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
Свобода от тревоги. Справься с тревогой, пока она не расправилась с тобой, книга Роберта Лихи	Internas	Passa sumo
<u>1</u>	Internas	Passa sumo
Биполярное расстройство для чайников, книга	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
Важное	Internas	Passa sumo
Маниакальный эпизод, симптомы, признаки, лечение	Internas	Passa sumo
<u>1</u>	Internas	Passa sumo
MH Themes	Externas	noFollow
Согласен	Internas	Passa sumo
Познакомьтесь с политикой Cookie	Internas	Passa sumo

Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave






бар **как биполярное** расстройства про **расстройство** психиатру страхи **СИМПТОМЫ** книги

Consistência das Palavras-chave












Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
как	20	✓	✗	✓	✓
расстройство	16	✓	✗	✓	✓
биполярное	13	✓	✗	✓	✓
бар	10	✗	✗	✗	✓
СИМПТОМЫ	8	✗	✗	✓	✓

Consistência das Palavras-chave

Usabilidade


	Url	Domínio : bipolar.su Cumprimento : 10
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Ótimo! A língua declarada deste site é ru.
	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.

Documento




	Tipo de Documento	HTML 5
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 33 Avisos : 7
	Privacidade do Email	Boa! Nenhum endereço de email está declarado sob a forma de texto!
	HTML obsoleto	Fantástico! Não detetámos etiquetas HTML obsoletas.
	Dicas de Velocidade	<ul style="list-style-type: none"> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas. Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML. Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4). Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6). Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.

Documento

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<ul style="list-style-type: none">✓ Icon Apple✓ Meta Viewport Tag✓ Conteúdo Flash
--	-------------------------------------	---

Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). https://www.bipolar.su/sitemap_index.xml
	Robots.txt	http://bipolar.su/robots.txt Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.
	Analytics	Em falta Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade. Este tipo de ferramentas (como por exemplo o Google Analytics) permite perceber o comportamento dos visitantes e o tipo de atividade que fazem. No mínimo, uma ferramenta deve estar instalada, sendo que em algumas situações mais do que uma pode ser útil.