

Revisión web de sustavdoktor.ru

Generado el 30 Noviembre 2025 10:10 AM

La puntuación es 65/100



Contenido SEO

	Título	СПОРТ МЕД ЭКСПЕРТ Longitud : 17 Perfecto, tu título contiene entre 10 y 70 caracteres.						
	Descripción	“Спорт Мед Эксперт” – пециализированная помощь: • Косметология • Мануальная терапия • Неврология и нейрохирургия • Травматология-ортопедия • УЗИ-диагностика • Хирургия • Эндокринология Longitud : 184 Preferiblemente tu descripción meta debe contener entre 70 y 160 caracteres (espacios incluidos). Usa esta herramienta gratuita para calcular la longitu del texto.						
	Palabras Claves (Keywords)	лечебной физкультуре, медицинскому массажу, сестринскому делу, физиотерапии, функциональной диагностике, при оказании первичной врачебной медико-санитарной помощи в амбулаторных условиях, эпидемиологии, педиатрии, терапии, косметологии, мануальной терапии, неврологии, нейрохирургии, организации здравоохранения и общественному здоровью, эпидемиологии, травматологии и ортопедии, ультразвуковой диагностике, функциональной диагностике, хирургии, эндокринологии. Bien, tu página contiene palabras clave (meta keywords).						
	Propiedades Meta Og	Bien. Tu página usa propiedades Og (etiquetas og). <table><tr><th>Propiedad</th><th>Contenido</th></tr><tr><td>title</td><td>«СПОРТ МЕД ЭКСПЕРТ»</td></tr><tr><td>description</td><td>Наша профессиональная команда экспертов включает в себя физиотерапевтов, спортивных терапевтов, врачей-натуропатов, массажистов, кинезиологов, врачей спортивной медицины и ортопедов, спортивной медицины, биомеханики.</td></tr></table>	Propiedad	Contenido	title	«СПОРТ МЕД ЭКСПЕРТ»	description	Наша профессиональная команда экспертов включает в себя физиотерапевтов, спортивных терапевтов, врачей-натуропатов, массажистов, кинезиологов, врачей спортивной медицины и ортопедов, спортивной медицины, биомеханики.
Propiedad	Contenido							
title	«СПОРТ МЕД ЭКСПЕРТ»							
description	Наша профессиональная команда экспертов включает в себя физиотерапевтов, спортивных терапевтов, врачей-натуропатов, массажистов, кинезиологов, врачей спортивной медицины и ортопедов, спортивной медицины, биомеханики.							

Contenido SEO

		image	https://sustavdoktor.ru/images/logo2.png			
		url	https://sustavdoktor.ru/			
		type	website			
	Titulos	H1	H2	H3	H4	H5
		1	7	4	12	8
						H6
						1
		• [H1] СПОРТ МЕД ЭКСПЕРТ • [H2] Что мы делаем • [H2] Научно-исследовательский центр спортивной медицины и биомеханики двигательных функций • [H2] Познакомьтесь с нашей командой • [H2] Реабилитация после операций • [H2] Тестируйте ваши главные показатели прямо на тренажере • [H2] Велотренировки с анализом ключевых показателей • [H2] Контактная информация • [H3] Полный спектр услуг: • [H3] Биомеханика и спорт: наука побеждать • [H3] Биомеханика в спорте — увлекательная наука, изучающая механические аспекты движений человека и воздействие сил на его тело. Эта область знаний помогает понять, как различные техники и движения могут повысить производительность и снизить риски травм. • [H3] Cookies & Privacy • [H4] Мы гордимся тем, что предлагаем полный спектр услуг в области спортивной медицины. Наша университетская ортопедическая клиника с радостью принимает спортсменов любого уровня: от любителей до профессионалов, включая школьников, студентов и любителей активного отдыха. Наша цель — вернуть каждого травмированного спортсмена к его любимому виду спорта или активному образу жизни. Мы понимаем, что для этого необходимо не только устранить боль, но и укрепить суставы, мышцы и сухожилия, а также обеспечить правильную осанку и восстановить функции. Наши реабилитационные программы направлены на достижение этих целей, а также на создание условий, которые будут имитировать активность, необходимую для конкретного вида спорта. • [H4] Массаж • [H4] Реабилитация • [H4] ЛФК • [H4] Физиотерапия • [H4] Почему выбирают “Спорт Мед Эксперт” • [H4] Челнокова Наталия Валерьевна • [H4] Анисимов Виктор Павлович • [H4] Степанов Вадим Анатольевич • [H4] Письменный Владислав • [H4] Дубровина Алёна Павловна • [H4] Дарья Синицина • [H5] Реабилитация после оперативного лечения у пациентов с заболеваниями и травмами опорно-				

Contenido SEO

		двигательного аппарата. • [H5] Диагностика и лечение • [H5] Оперативное и консервативное лечение спортивных травм • [H5] Алгоритм • [H5] Восстановление после травм • [H5] Укрепление мышечного корсета • [H5] Возвращение к спортивным нагрузкам • [H5] Часы работы • [H6] Часы работы Понедельник – Суббота: 10:00-19:00 Воскресенье: 10:00 – 16:00
	Imagenes	Hemos encontrado 18 imágenes en esta web. 18 atributos alt están vacíos o no existen. Agrega texto alternativo para que los motores de búsqueda puedan entender las imágenes.
	Ratio Texto/HTML	Ratio : 21% Bien, el ratio entre texto y código HTML de esta página es mayor que 15, pero menor que 25 por ciento.
	Flash	Perfecto, no se ha detectado contenido Flash en la página.
	Iframe	Muy mal, tienes Iframes en la página, esto significa que el contenido no podrá ser indexado.

Enlaces SEO

	Reescritura URL	Bien. Tus enlaces parecen amigables
	Guiones bajos en las URLs	Perfecto! No hemos detectado guiones bajos en tus URLs
	Enlaces en página	Hemos encontrado un total de 15 enlaces incluyendo 0 enlace(s) a ficheros
	Statistics	Enlaces Externos : noFollow 0% Enlaces Externos : Pasando Jugo 6.67% Enlaces Internos 93.33%

Enlaces en página

Ancla	Tipo	Jugo
Главная	Interna	Pasando Jugo
О нас	Interna	Pasando Jugo
Степанов Вадим	Interna	Pasando Jugo
Травматолог-ортопед	Interna	Pasando Jugo
Реабилитация	Interna	Pasando Jugo
мы находимся тут...	Externo	Pasando Jugo
артроскопия плечевого	Interna	Pasando Jugo
повреждения крупных суставов	Interna	Pasando Jugo
повреждение менисков	Interna	Pasando Jugo
боковых стабилизаторов коленного сустава	Interna	Pasando Jugo
вывих надколенника, привычный вывих плечевого сустава:	Interna	Pasando Jugo
Почему выбирают “Спорт Мед Эксперт”	Interna	Pasando Jugo
Челнокова Наталия Валерьевна	Interna	Pasando Jugo
В «СПОРТ МЕД ЭКСПЕРТ» мы гордимся нашим многопрофильным командным подходом, который сосредоточен на тесном сотрудничестве для оценки и лечения всех аспектов вашего здоровья.	Interna	Pasando Jugo
Confirm	Interna	Pasando Jugo

Palabras Clave SEO



Nube de Palabras Clave

эксперт спорт спортивной
суставов для лечение мед
медицины ПОСЛЕ травм

Consistencia de las Palabras Clave

Palabra Clave (Keyword)	Contenido	Título	Palabras Claves (Keywords)	Descripción	Titulos

Consistencia de las Palabras Clave

после	12	✗	✗	✗	✓
лечение	11	✗	✗	✗	✓
спорт	10	✓	✗	✓	✓
мед	10	✓	✓	✓	✓
спортивной	10	✗	✗	✗	✓

Usabilidad

	Url	Dominio : sustavdoktor.ru Longitud : 15
	Favicon	Genial, tu web tiene un favicon.
	Imprimibilidad	No hemos encontrado una hoja de estilos CSS para impresión.
	Idioma	Genial. Has declarado el idioma ru.
	Dublin Core	Esta página no usa Dublin Core.

Documento

	Tipo de documento (Doctype)	HTML 5
	Codificación	Perfecto. Has declarado como codificación UTF-8.
	Validez W3C	Errores : 0 Avisos : 0
	Privacidad de los Emails	Atención! Hemos encontrado por lo menos una dirección de correo electrónico en texto plano. Usa este protector antispam gratuito para ocultarla de los spammers.
	HTML obsoleto	Genial, no hemos detectado ninguna etiqueta HTML obsoleta.

Documento

	Consejos de Velocidad	✓ Excelente, esta web no usa tablas. ✗ Muy mal, tu web está usando estilos embenidos (inline CSS). ✓ Genial, tu página web usa muy pocos ficheros CSS. ✓ Perfecto, tu web usa pocos ficheros JavaScript. ✓ Su sitio web se beneficia del tipo de compresión gzip. ¡Perfecto!
--	-----------------------	--

Móvil

	Optimización Móvil	✗ Icono para Apple ✓ Etiqueta Meta Viewport ✓ Contenido Flash
--	--------------------	---

Optimización

	Mapa del sitio XML	¡Perfecto! Su sitio tiene un mapa del sitio en XML. https://sustavdotor.ru/sitemap.xml
	Robots.txt	http://sustavdotor.ru/robots.txt ¡Estupendo! Su sitio web tiene un archivo robots.txt.
	Herramientas de Analítica	No disponible No hemos encontrado ninguna herramienta de analítica en esta web. La analítica Web le permite medir la actividad de los visitantes de su sitio web. Debería tener instalada al menos una herramienta de analítica y se recomienda instalar otra más para obtener una confirmación de los resultados.