



ЧЕК-ЛИСТ

СИМПТОМЫ И ЗАБОЛЕВАНИЯ

как создать эффективные страницы,
которые приводят пациентов из поиска

Пошаговый чек-лист для руководителей клиник
и медицинских маркетологов



Привлекайте
больше трафика
из поисковых систем



Превращайте
читателей
в пациентов



Соответствуйте
требованиям
Яндекса и Google



Больше трафика
больше пациентов

Главная > Симптомы > Боль в спине

Боль в спине

Причины, диагностика и методы лечения.
Рекомендации врачей нашей клиники.

Записаться на приём



Содержание статьи

- Причины
- Симптомы
- Диагностика
- Лечение
- Профилактика



Когда обратиться к врачу?

Какие симптомы требуют
внимания специалиста



Диагностика

Современные методы
обследования



Методы лечения

Эффективные подходы
и программы терапии

Наши специалисты



КТО ПОДГОТОВИЛ ЭТОТ ЧЕК-ЛИСТ



Виктор Чистилин

Медицинский маркетолог • Врач по образованию



20+ лет в маркетинге



8+ лет в медицинском маркетинге



100+ медицинских организаций



4 клиники из ТОП-20 Forbes



Пациент редко начинает поиск с названия клиники. Чаще он начинает с симптома или заболевания. Задача клиники - оказаться рядом с ним именно в этот момент. Этот чек-лист — о том, как превратить такие страницы в источник трафика и пациентов.



Друзья, этот чек-лист создан на основе анализа более 2 000 сайтов российских и зарубежных клиник.

Чек-лист разделен на несколько частей:

Часть 1 - основные блоки для страницы

Без них нельзя обойтись при описании симптомов и заболеваний.

Часть 2 - конверсионные блоки

Задача этих блоков - превратить читателей в пациентов.

Часть 3 - требования поисковых систем (ПС)

Позволят сделать раздел в соответствии с требованиями Яндекса и Google.

Часть 4 - кейсы

Результат работы с клиниками команды TRINET.Medicine.

Часть 5 - бонус

Инсайты

СОДЕРЖАНИЕ

Содержание



Блоки Основные

Определение	09
Резюме о заболевании	10
Причины	11
Симптомы	12
Классификация	13
Стадии развития	14
Осложнения	15
Прогноз и профилактика	16

Блоки Конверсионные

Кто занимается лечением	18
Диагностика	19
Методы лечения	20
Цены	21
СТА	22
Ваши преимущества	25
Врачи	26
Тесты	27
Акции	28
Лицензии	29
Что ждёт на приёме	30
Видео	31
Предупреждение	33
Ваши предложение	34

SEO блоки Дающие трафик

Автор статьи и редактор	38
Содержание	39
Мнение эксперта	40
Исследования и статистика	41
Кейсы	42
Заболевания	43
Оценка/комментарии	44
Информация о статье	45
Отзывы пациентов	46
Часто задаваемые вопросы	47
Источники	49

Содержание



Кейсы

Истории успеха

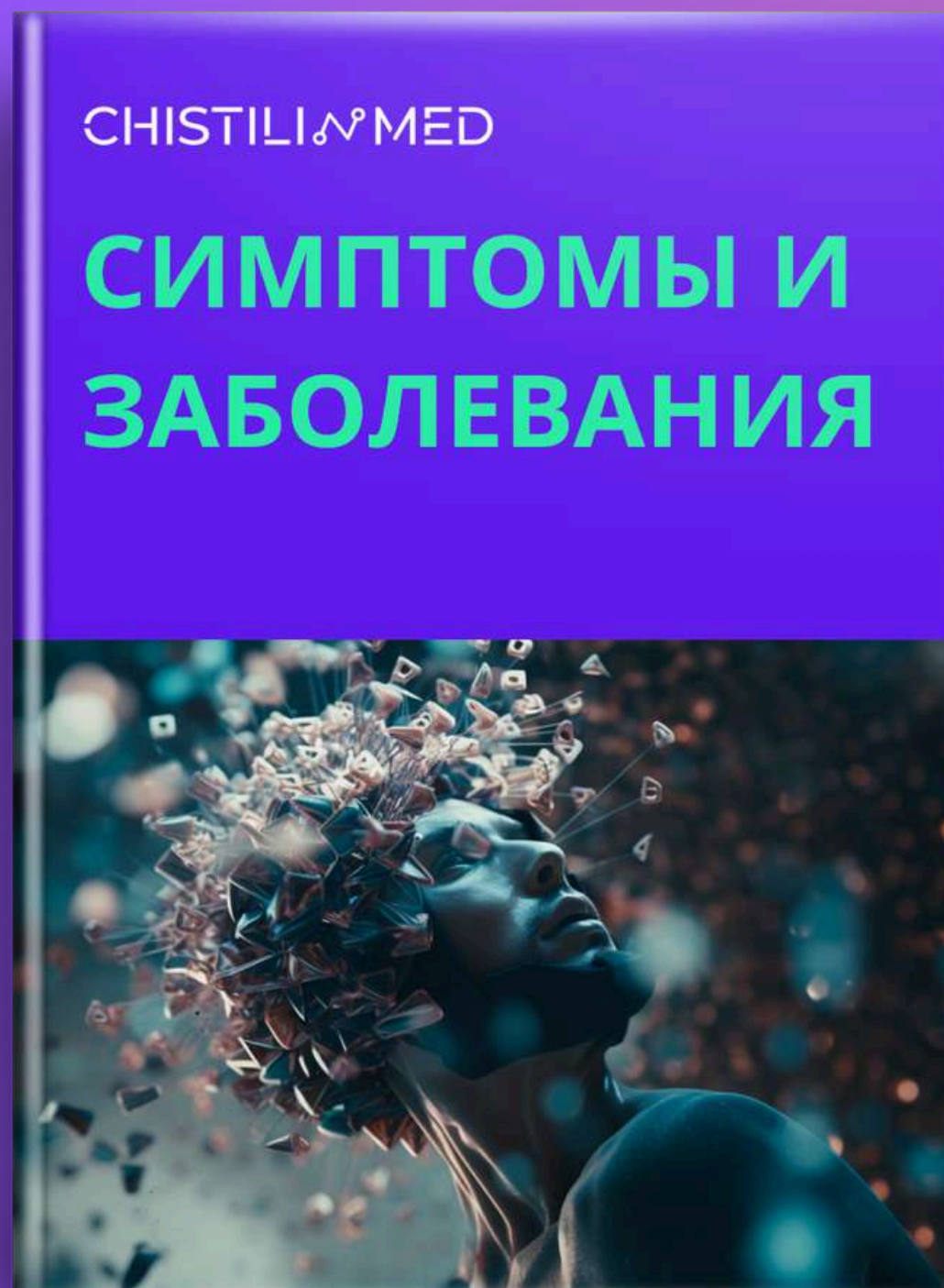
Энергия здоровья	53
Под NDA	54
Счастливый взгляд	55
Под NDA	56
Мастерская Здоровья	57
Под NDA	58

Бонус

Инсайты

Быстрый поиск	60
Уникальные изображения	61
Оформленный контент	62
Комментарии к статье	63
Слайд шоу	64
Нестандартный CTR	65
Подготовка к визиту	66

До 80% трафика даёт раздел “Симптомы и заболевания”



[Скачать Руководство](#)

БЛОКИ ОСНОВНЫЕ

#01

Блок на странице

Определение

Предоставьте определение заболевания, сформулированное простым и понятным языком для пациента.

Остеохондроз

причины, симптомы, методы лечения и профилактики

Остеохондроз — нарушение структуры позвонков и дисков между ними. Расстояние между позвонками становится меньше, страдает их эластичность и форма. Мышечные ткани находятся в постоянном напряжении. Нервы, отходящие от спинного мозга, могут быть защемлены.

Поделиться



#02

Блок на странице Резюме о заболевании

В моей работе я исследую передовой опыт успешных клиник не только в России, но и за рубежом. Одной из наиболее ценных идей, выявленных на зарубежных сайтах, является краткое резюме заболевания.

Этот метод я успешно внедрил в одном из проектов и готов поделиться им с вами. Пример его реализации можно увидеть на сайте клиники temed.ru.

Такой подход обеспечивает посетителям страницы быстрый и точный ответ на свой запрос.

Болезнь или не болезнь вот в чем вопрос?

Резюме:

- Около 80% взрослого населения в какой-то момент жизни сталкиваются с яркими проявлениями дегенеративной болезни позвоночника, остеохондроза.
- Свыше 40% случаев боли в спине на фоне дегенеративной болезни позвоночника, остеохондроза возникают у молодых людей в возрасте до 40 лет.
- Дегенеративно-дистрофические изменения позвоночника, остеохондроз является основой развития болей в спине, от которых страдает более 1.7 миллиарда человек по всему миру.
- Вероятность появления симптомов дегенеративно-дистрофических изменений позвоночника, остеохондроза увеличивается с возрастом: 30% людей старше 50 лет и 65% лиц старше 65 лет имеют клинические проявления данного процесса.
- В 5-10% случаев дегенеративной болезни позвоночника, остеохондроза может потребоваться проведение операции.

#03

Блок на странице

Причины

Перечислите причины, которые могут вызвать заболевание или привести к появлению описываемых симптомов.

Причины

Неправильная нагрузка на позвоночник — это главная причина появления остеохондроза. Дело в том, что при большом и длительном напряжении меняется структура хрящей.

Другие причины:

- | сидячий образ жизни;
- | сутулость;
- | длительная неудобная поза;
- | искривление позвоночника;
- | контраст температур;
- | переохлаждение организма;
- | интенсивные физические нагрузки;
- | резкие повороты корпусом;
- | переноска тяжестей;
- | вынашивание ребенка;
- | перелом и другие повреждения позвонков;
- | неудобная обувь;

#04

Блок на странице

Симптомы

Перечислите признаки и симптомы, характерные для данного заболевания.

Основные симптомы:

- Боль в шее. Низко-интенсивная боль на фоне скованности в шее является наиболее распространенным симптомом остеохондроза шейного отдела позвоночника. Однако иногда боль может резко усилиться и длиться несколько часов или дней.
- Невралгия. Этот тип боли имеет тенденцию быть острой или с ощущением поражения током с иррадиацией в плечо в руку, руку и / или пальцы. Как правило, невралгия ощущается только на одной стороне тела.
- Неврологические симптомы в руке, в кисти и / или пальцах. Могут возникать ощущения покалывания иглами, онемение и / или слабость которые могут распространяться по всей верхней конечности. Эти типы симптомов могут мешать повседневной деятельности, например, печатать, одеваться или удерживать объекты.
- Боль усиливается при движении. В общем, боль, вызванная самим дегенеративным диском, как правило, усиливается при движении и снижается при отдыхе.
- Если боль исходит от самого дегенеративного диска, то она, скорее всего, исчезнет сама по себе в течение нескольких недель или месяцев. Однако другие симптомы остеохондроза шейного отдела позвоночника чаще становятся хроническими и требуют лечения, например, если фасеточные суставы в области шеи также начинают дегенерировать и / или возникает компрессия нервного корешка.

#05

Блок на странице

Классификация

Заболевания часто бывают разнообразными по своему виду. Пожалуйста, предоставьте классификацию данного заболевания и расскажите о каждом его типе или форме.

Классификация и стадии развития остеохондроза

С точки зрения локализации боли выделяют следующие виды остеохондроза:

- люмбалгия — боль в поясничном (пояснично-крестцовом) отделе спины;
- люмбоишиалгия — боль в спине, отдающая в ноги;
- люмбаго — поясничный прострел, т.е. острая интенсивная боль в пояснице;
- торакалгия — боль в грудной клетке;
- цервикалгия, цервикобрахиалгия — боль в шее и верхних конечностях.

Виды остеохондроза в зависимости от поражённого отдела позвоночника:

- остеохондроз шейного отдела — проявляется головными болями и трудностями с поворотами головы;
- остеохондроз грудного отдела — болями в грудном отделе позвоночника;
- остеохондроз поясничного отдела — трудностями при наклоне вперёд, иногда болями, "стреляющими" в ногу.



#06

Блок на странице Стадии развития

Предоставьте информацию будущим пациентам о ходе развития заболевания. Это крайне важно, чтобы они понимали, что может произойти, если не обратиться за медицинской помощью вовремя.

Стадии развития остеохондроза

Классификация стадий развития остеохондроза (автор — А.И. Осна, 1971):

1 стадия: снижается количество влаги, межпозвонковый диск утрачивает свои упругие и эластичные свойства, а нагрузки остаются прежними. В результате диск уменьшается в высоту, расплющивается, происходит выпячивание.

2 стадия: если патология продолжает развиваться, в фиброзном кольце отмечается появление трещин, и поскольку высота расплющенного диска уже снижена, то результатом этого становится нестабильность состояния всего позвоночного сегмента.

3 стадия: образование разрыва в хрящевых тканях фиброзного кольца. Через него просачивается часть более жидкого ядра и происходит образование грыжи межпозвонкового диска. Подобные изменения зачастую можно встретить в поясничном и шейном отделах позвоночника.



#07

Блок на странице Осложнения

Уделите особое внимание разделу об осложнениях при описании каждого заболевания. Эта информация может помочь читателю принять решение об обращении к вам за помощью и стать вашим пациентом.

Осложнения остеохондроза

Осложнениями этого заболевания являются:

- Протрузия — выпячивание студенистого ядра диска через окружающее его фиброзное кольцо.
- Межпозвоночная грыжа — разрыв кольца с выпадением студенистого ядра.
- Радикулит — ущемление нервных корешков, сопровождающееся сильными болями.
- Кифоз — искривление позвоночного столба в грудном отделе с образованием выпуклости в задней части (со стороны спины).
- Инсульт спинного мозга. При геморрагическом инсульте происходит кровоизлияние в спинномозговой канал. При ишемическом инсульте спинного мозга в его отдельную часть перестает поступать кровь (развивается инфаркт).
- Атрофия мышц нижних конечностей — уменьшение мышечной массы ног, быстрая утомляемость, слабость.
- Паралич ног — полная утрата способности делать произвольные движения нижними конечностями.

#08

Блок на странице

Прогноз и профилактика

Важно также обсудить прогноз и методы профилактики при описании заболевания. Это может дать надежду на выздоровление, если читатель примет решение обратиться к вам вовремя, или, наоборот, подчеркнуть риски, если оставить проблему без внимания и не обратиться к врачу.

Прогноз. Профилактика

При своевременном обращении к врачу и ранней диагностике остеохондроза прогноз болезни благоприятный. Обычно для перехода заболевания из фазы обострения в фазу ремиссии хватает 6-недельной терапии. При дальнейшем соблюдении рекомендаций врача и приеме профилактических мер прогрессирование остеохондроза замедляется или останавливается. В противном случае болезнь переходит на следующую стадию, либо боли приобретают хронический характер.

Меры профилактики начала развития и обострения, а также прогрессирования остеохондроза позвоночника:

- Нормализация массы тела. При ожирении снизить нагрузку на позвоночник поможет похудение.
- Регулярная физическая активность. Однако следует избегать движений, многократно увеличивающих давление на межпозвонковые диски (подъем тяжестей, наклоны из положения «сидя» и «стоя», резкие повороты). Для позвоночника особенно полезны пилатес, йога, плавание.
- Своевременное лечение патологий пищеварительной и эндокринной систем (они могут уменьшить усвоение питательных веществ и нарушить метаболизм).
- Сбалансированное питание.
- Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в детском возрасте.

Для профилактики остеохондроза также рекомендуется использовать ортопедическую подушку для сна. Желательно отказаться от ношения каблуков. Если вы предпочитаете каблук, его высота не должна быть более 2 см.

БЛОКИ КОНВЕРСИОННЫЕ

#09

Блок на странице

Кто занимается лечением

Публикация статей о симптомах и заболеваниях необходима для привлечения потенциальных пациентов. Важно, чтобы при первом знакомстве с аудиторией, попавшей на сайт через такую статью, мы могли мотивировать их к необходимым действиям.

Одним из таких действий является переход с информационной статьи на коммерческие страницы, например, на страницу с услугами или профилями специалистов.

Благодаря блоку "Кто лечит данное заболевание" мы сможем облегчить этот процесс.



Что такое остеохондроз?

Остеохондроз представляет собой заболевание опорно-двигательного аппарата, проявляющееся истончением костей и хрящей суставов. Чаще всего у пациентов диагностируется остеохондроз позвоночника, при котором возникает разрушение межпозвоночных дисков в шейном, поясничном или грудном отделе. Межпозвоночные хрящи необходимы для амортизации движений и уменьшения нагрузки на костную ткань, поэтому разрушение дисков приводит к постепенному поражению позвонков и деформации позвоночника. Остеохондроз может быть осложнением травмы, длительного нарушения осанки или другого патологического состояния. Лечение болезни предусматривает проведение мануальной терапии, физиотерапии и оперативных вмешательств при значительных деформациях позвоночника.

Лечением данного заболевания занимается:

Невролог

Травматолог-ортопед

Массажист

#10

Блок на странице Диагностика

Блок "Диагностика" также играет важную роль. По аналогии с блоком "Методы лечения", в нем следует перечислить методы диагностики, которые применяются в вашей клинике для подтверждения конкретного заболевания.

Я рекомендуем разместить фотографии, названия, короткие описания методов диагностики и ссылки на страницы с более подробным их описанием. Это позволит читателям получить более полное представление о ваших возможностях в области диагностики и обратиться к вам для получения квалифицированной помощи.

Диагностика

Прежде чем назначить необходимое лечение, специалисты "Супер Клиника" направляют пациента на обследование для подтверждения диагноза. Диагностика включает в себя следующие инструментальные и лабораторные методы:



Рентгенография

Рентген – распространенное исследование костей и суставов, позволяющее моментально получить информацию о состоянии твердых тканей.



Магнитно-резонансная томография

МРТ позволяет оценить повреждения мягких тканей, включая связки, мениски, суставные капсулы и прилежащие ткани.



Компьютерная томография

КТ дает возможность сформировать трехмерную модель исследуемой области и выявить различные изменения: воспаления, травмы, аномалии развития и др.

#11

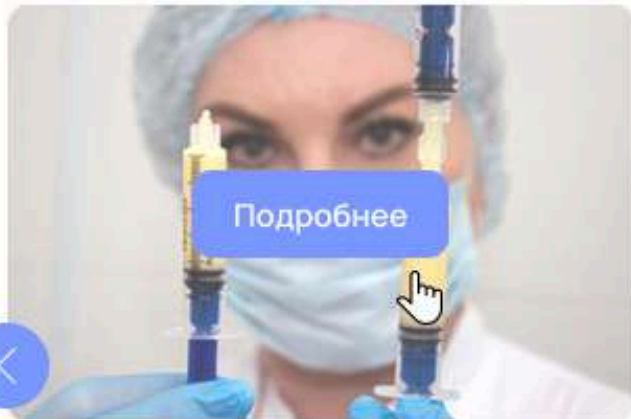
Блок на странице Методы лечения

Важным блоком на странице симптома или заболевания являются методы лечения, особенно те, которые применяются в вашей клинике.

Предлагаю разместить фотографии, названия, короткие описания методов лечения и ссылки на страницы с более подробным их описанием.

Это поможет привлечь внимание читателей и повысить вероятность превращения их в пациентов вашей клиники.

Методы лечения позвоночника в Супер Клинике



Инъекция "ПЛАЗМОГЕЛЬ"

Впервые и только в "Доктор ОСТ"! Новейшая технология для лечения острых болей, вызванных поражением костно-мышечной и суставно-связочной систем. Эффект уже на завтра!



Инъекция ВМАС

Революционная клеточная технология! Ставит на ноги даже прикованных к постели! Показана на поздних стадиях артроза, при незаживающих переломах, пролапсах кости.



Высокоинтенсивный лазер HILT

Мгновенно снимает острую боль, стимулирует обновление здоровых клеток и способен заменить операцию по протезированию.

#12

Блок на странице Цены

Убедитесь, что на страницах присутствует блок с ценами на диагностику и лечение конкретного заболевания.

Рекомендую рядом с ценой добавить кнопку “Записаться”.

Диагностика заболевания

Инструментальная диагностика подразумевает рентгенографию позвоночника для исключения травматических повреждений, врожденных аномалий строения, выявления костных разрастаний. Исследование проводится в том числе с функциональными пробами – выполнением снимков при сгибании и разгибании в шейном и поясничном отделах для исключения патологического смещения позвонков относительно друг друга.

Рентгенография шейного отдела позвоночника

Рентгенологическое исследование шейного отдела позвоночника для оценки состояния и структурной целостности позвонков.

2 440 руб

 Записаться

Рентгенография грудного отдела позвоночника

Рентгенологическое исследование, позволяющее оценить состояние и структурную целостность позвонков.

2 440 руб

 Записаться

#13

Блок на странице СТА

Многие сайты в разделе "Симптомы и заболевания" не предлагают кнопок действия - помочь людям в решении их проблем. Что мешает превращению читателей в новых пациентов. Это приводит к уходу посетителей, которые не осознают, что это сайт клиники.

Решение этой проблемы — в добавлении СТА (Call to action) кнопок типа "Задать вопрос" или "Записаться на приём", а также ссылок на страницы с услугами, связанными с конкретными симптомами или заболеваниями.



Посмотрите на нашу программу лечения Остеохондроз 2.0

- Комплексная программа лечения
- Применяем современные терапевтические методики
- Составляем индивидуальный курс под вашу боль

Перейти

#14 Блок на странице СТА

Эффективное общение с посетителями сайта включает в себя различные способы взаимодействия.

Некоторые готовы немедленно записаться к врачу, в то время как другие хотели бы получить ответы на свои вопросы перед этим шагом.

Рекомендую добавить призыв "позвонить в клинику" как дополнительную опцию для тех, кто предпочитает обсудить свои вопросы по телефону перед записью на приём

Хотите, мы Вам перезвоним?

Как уменьшить грыжу без операции и избавиться от боли в спине?
Расскажем о лечении и запишем на консультацию к специалисту

Иванов Иван

+7 (999) 999 - 99 - 99

Заказать звонок

Нажимая на кнопку "Заказать звонок", я подтверждаю, что ознакомлен и согласен с условиями [политики конфиденциальности](#) и [правилами обработки персональных данных](#)

18+

Обращаем ваше внимание!
Мы лечим только совершеннолетних пациентов



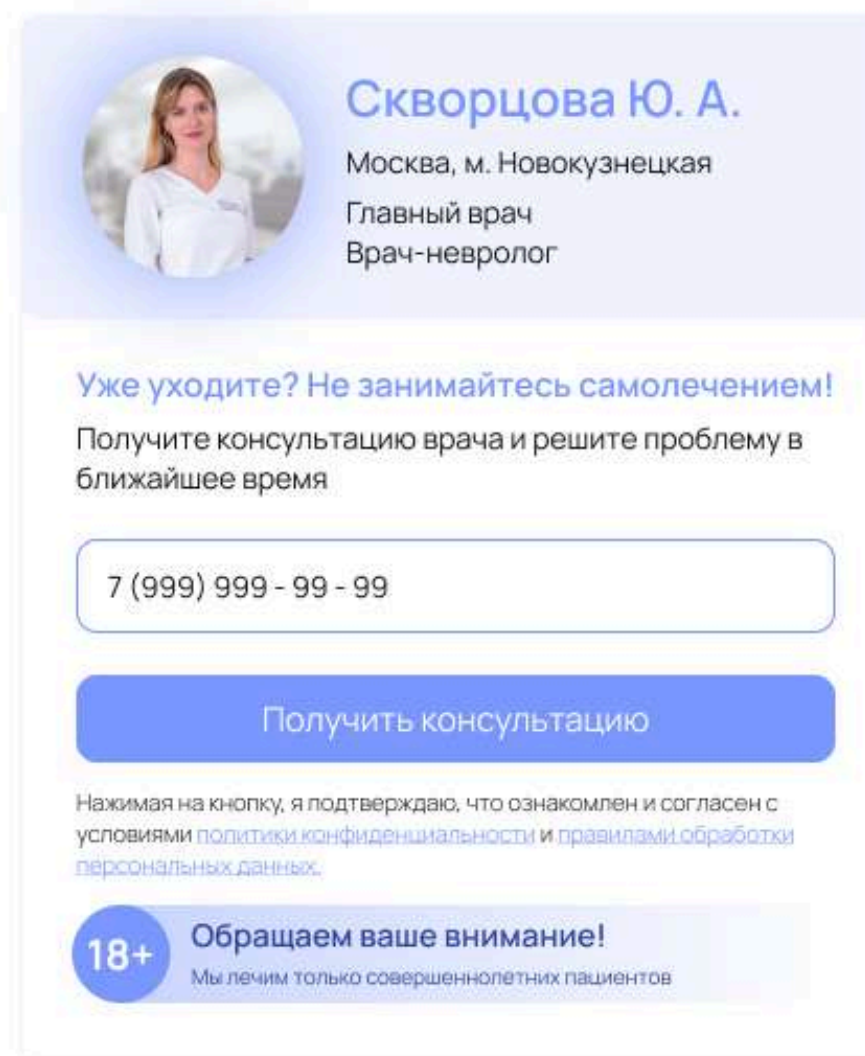
#15

Блок на странице СТА

Добавление баннера 'Последняя надежда' (БПН) - моя рекомендация. Он появляется, когда пользователь собирается закрыть страницу вашего сайта, наводя курсор на крестик.

Используя баннер последней надежды, вы можете удержать посетителя на странице, предложив ему записаться на прием или получить скидку.

Это может изменить его решение и привести его к тому, чтобы стать вашим пациентом.



 **Скворцова Ю. А.**
Москва, м. Новокузнецкая
Главный врач
Врач-невролог

Уже уходите? Не занимайтесь самолечением!
Получите консультацию врача и решите проблему в ближайшее время

7 (999) 999 - 99 - 99

Получить консультацию

Нажимая на кнопку, я подтверждаю, что ознакомлен и согласен с условиями политики конфиденциальности и правилами обработки персональных данных.

18+ **Обращаем ваше внимание!**
Мы лечим только совершеннолетних пациентов

#16

Блок на странице Ваши преимущества

В блоке ваши преимущества расскажите о преимуществах диагностики и лечения конкретного заболевания, на странице которого данный блок размещен.

Почему лечение позвоночника следует доверить Супер Клинике?

96%

доказанная эффективность
нашей схемы лечения

39 780 пациентам

удалось избежать хирургического
вмешательства

18 992 пациента

сохранили родной сустав, отказавшись от протеза

19 656 пациентам

снят диагноз "межпозвонковая грыжа"

#17

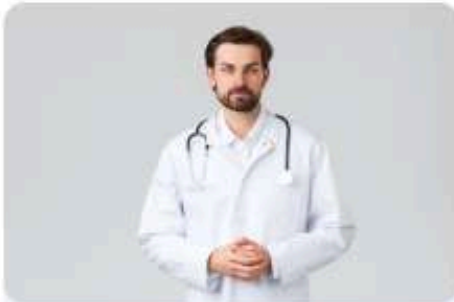
Блок на странице Врачи

Обязательно убедитесь, что на страницах с информацией о заболеваниях и симптомах присутствует блок с профилями врачей вашей клиники, а также кнопка для записи на прием к ним.

Это поможет увеличить конверсию со страницы, превращая читателей в пациентов.

Наши врачи

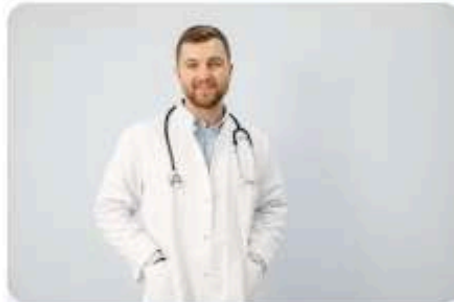
[Ко всем врачам →](#)



Москва, м. Новокосинская
Александров Вилли Эдуардович
Врач-невролог, Физический терапевт, Рефлексотерапевт



Москва, м. Киевская
Петров Ермак Дамирович
Врач-невролог, Физический терапевт, Рефлексотерапевт, Мануальный терапевт



Санкт-Петербург, м. Невский проспект
Большаков Егор Евсеевич
Врач-невролог, Ботулинотерапевт



Москва, м. Технопарк
Петров Ермак Дамирович
Врач-невролог

[☎ Стоимость приема от 1 000 руб.](#)[Записаться на консультацию](#)

#18

Блок на странице

Тесты

Чтобы сделать страницу более привлекательной для посетителей, рекомендую добавить интересные вопросы, связанные с тематикой статьи.

Это не только увеличит заинтересованность читателей, но и улучшит их пользовательский опыт, что в свою очередь положительно скажется на рейтинге сайта в поисковой выдаче.

Ответьте правильно на вопрос

Может ли остеохондроз вызывать головную боль?

Да

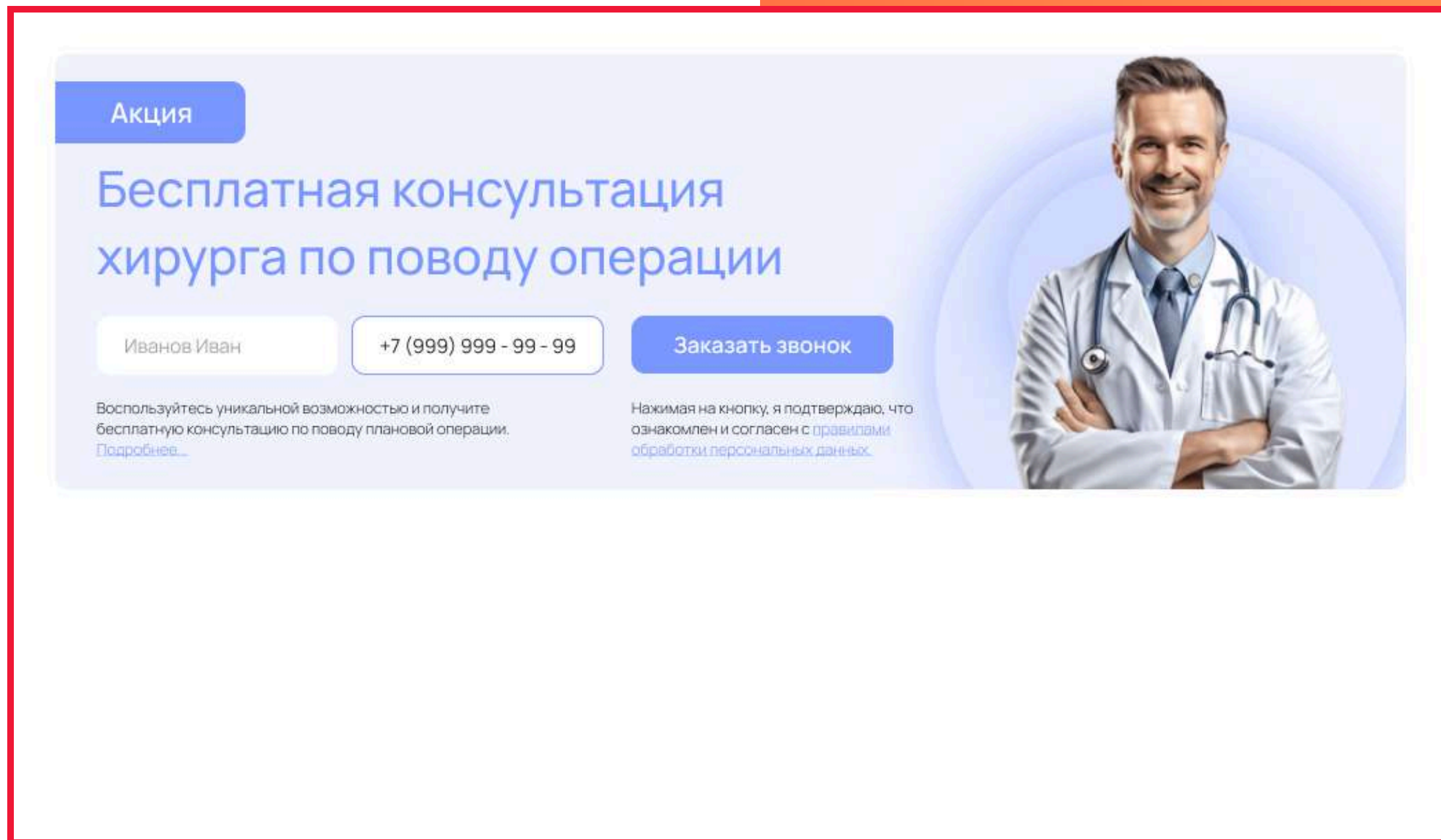
Нет

#19

Блок на странице

Акция

Размещение баннера с акцией ускорит процесс принятия решения посетителем страницы в пользу обращения в вашу клинику.

A promotional banner for a medical clinic. It has a light blue background with a subtle circular pattern. On the right side is a portrait of a smiling male doctor in a white lab coat with a stethoscope. On the left, there is a blue button labeled "Акция". Below it, the main headline reads "Бесплатная консультация хирурга по поводу операции" in large blue font. Under the headline are three elements: a white box containing the name "Иванов Иван", a white box containing the phone number "+7 (999) 999 - 99 - 99", and a blue button labeled "Заказать звонок". At the bottom left, there is small text: "Воспользуйтесь уникальной возможностью и получите бесплатную консультацию по поводу плановой операции. [Подробнее...](#)". At the bottom right, there is small text: "Нажимая на кнопку, я подтверждаю, что ознакомлен и согласен с [правилами обработки персональных данных](#)".

Акция

Бесплатная консультация хирурга по поводу операции

Иванов Иван

+7 (999) 999 - 99 - 99

Заказать звонок

Воспользуйтесь уникальной возможностью и получите бесплатную консультацию по поводу плановой операции. [Подробнее...](#)

Нажимая на кнопку, я подтверждаю, что ознакомлен и согласен с [правилами обработки персональных данных](#).

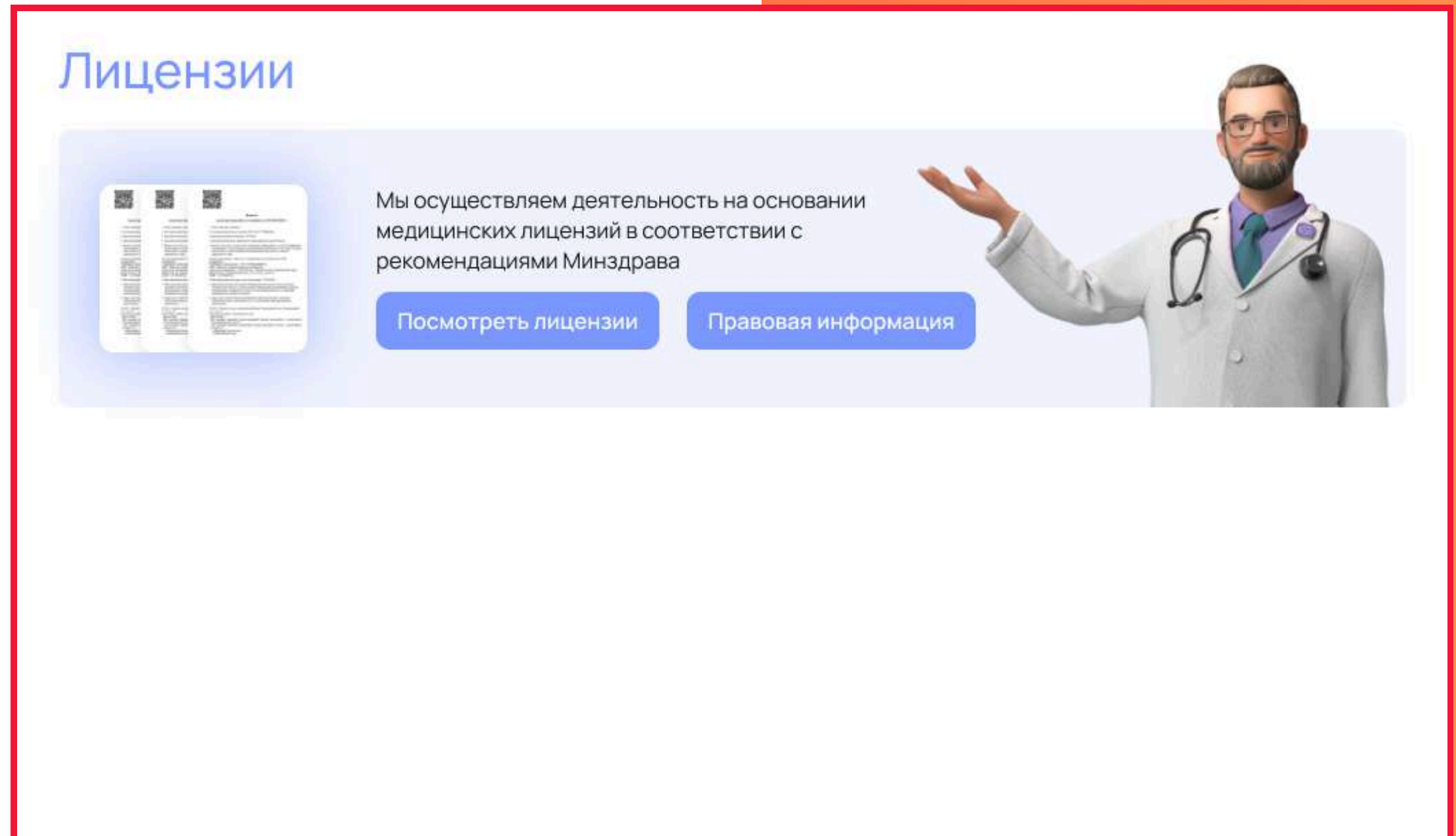
#20

Блок на странице Лицензии

Пользователь может начать знакомство с вашим сайтом с любой его страницы. Страница симптома или заболевания может оказаться первой, на которую попадет новый посетитель.

На этой странице необходимо представить качественный контент и убедить посетителя в надежности вашей клиники.

Для достижения этой цели рекомендую разместить блок с лицензиями вашей клиники.



#21

Блок на странице

Что ждёт на приёме

Большинство пациентов испытывают страх перед неизвестностью. Наша задача - предоставить будущим пациентам информацию о том, что они могут ожидать и что вызывает у них беспокойство. Блок "Что ожидать на приеме" идеально подходит для этой цели.

Осмотр

При первом посещении невролога проводится первичное обследование пациента. Задача врача определить диагноз, возможную причину появления и развития заболевания, а также исключить другие, похожие по симптомам, болезни.

Специалист во время осмотра:

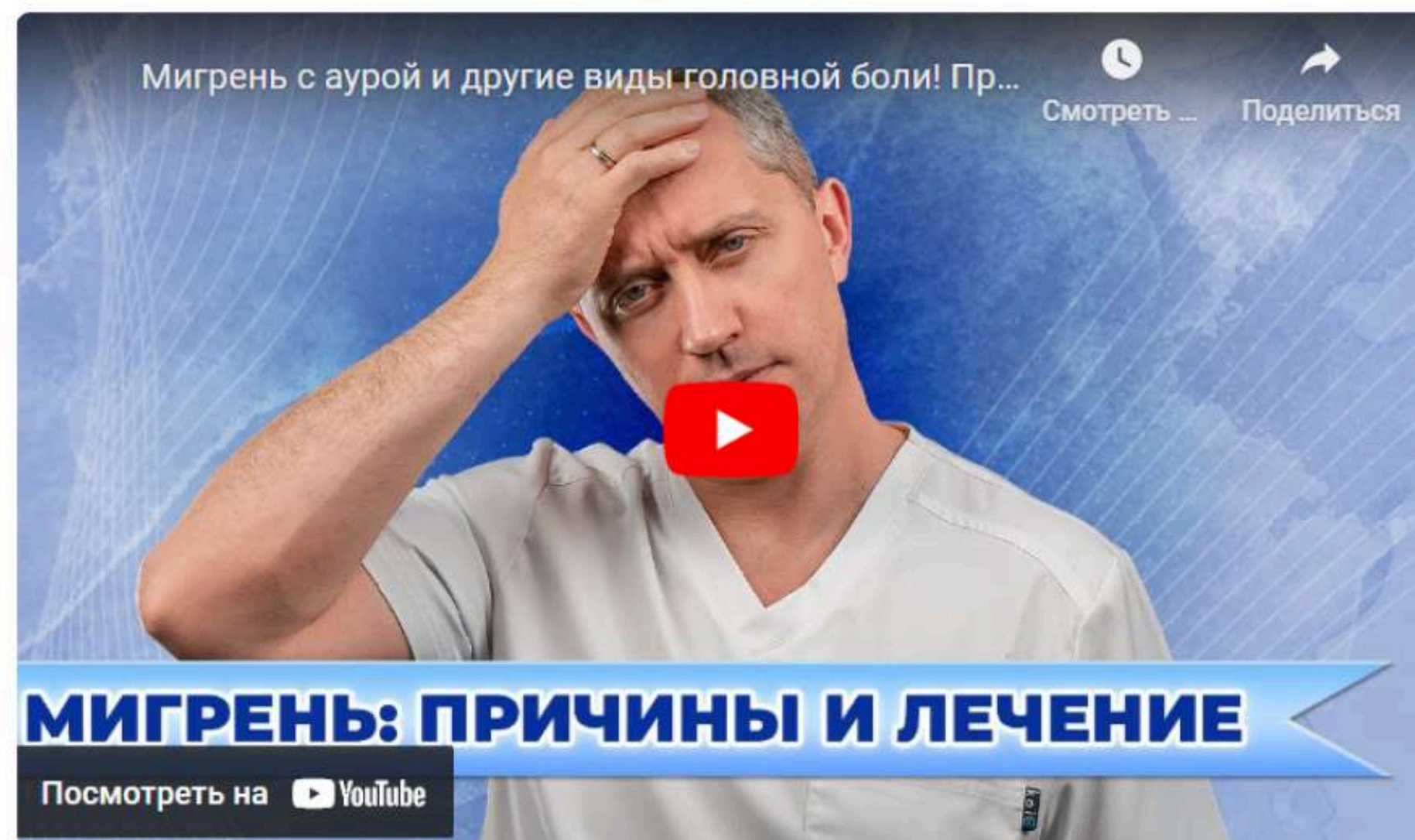
- **Выслушивает жалобы на самочувствие.** Уточняет симптомы, частоту, интенсивность. Пытается определить, что провоцирует начало приступа.
- **Уточнит детали анамнеза,** определит особенности повседневной жизни пациента и наличие сопутствующих заболеваний.
- **Проверит работу рефлексов,** сосредоточившись на тех, на работу которых влияют нервные окончания, расположенные в области шеи.
- **Исследует силу и чувствительность мышц,** определит зоны онемения или склонность к спазму или чрезмерному расслаблению.
- **Проведёт тестирование вестибулярного аппарата,** на который также влияет развитие остеохондроза.

#22

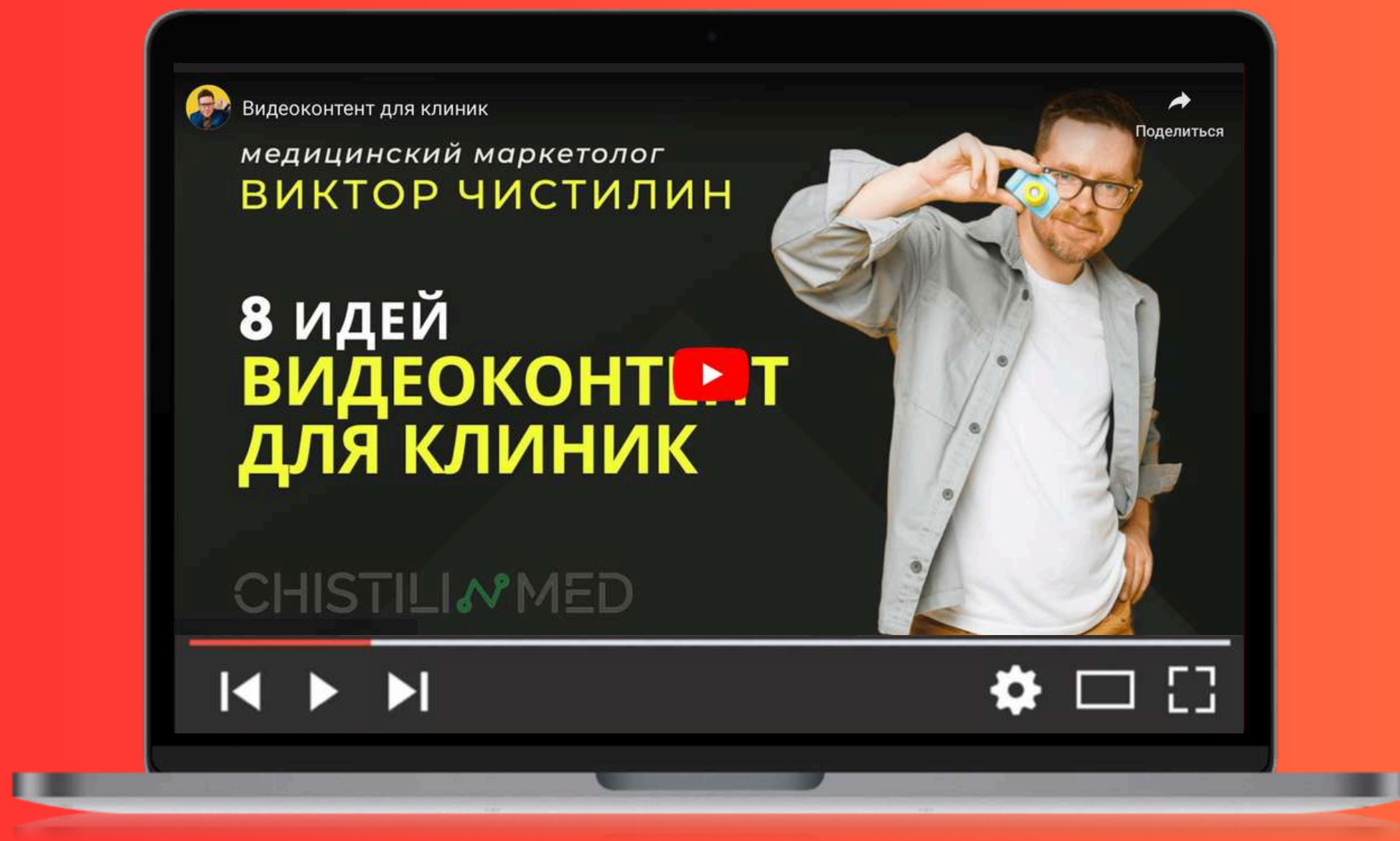
Блок на странице Видео

Рекомендую использовать видеоконтент не только на страницах, посвященных симптомам и заболеваниям, но и в других разделах сайта, таких как "О клинике", "Услуги", "Отзывы" и т. д. Видео обладает множеством преимуществ.

Подробнее о том, как использовать видеоконтент эффективно, вы можете узнать на моём YouTube канале @chistilinmed



Полезный материал “видеоконтент для клиник”



Доступно по QR-коду и по [ссылке](#)

#23

Блок на странице Предупреждение

Привлечение пациентов в клинику возможно не только через предоставление качественного контента, но и путем обращения к их страхам.

Блок с текстом предупреждения идеально подходит для этой задачи.

Психосоматика остеохондроза

Остеохондроз представляет собой заболевание опорно-двигательного аппарата, проявляющееся истончением костей и хрящей суставов. Чаще всего у пациентов диагностируется остеохондроз позвоночника, при котором возникает разрушение межпозвоночных дисков в шейном, поясничном или грудном отделе. Межпозвоночные хрящи необходимы для амортизации движений и уменьшения нагрузки на костную ткань, поэтому разрушение дисков приводит к постепенному поражению позвонков и деформации позвоночника. Остеохондроз может быть осложнением травмы, длительного нарушения осанки или другого патологического состояния. Лечение болезни предусматривает проведение мануальной терапии, физиотерапии и оперативных вмешательств при значительных деформациях позвоночника.



При обнаружении схожих симптомов проконсультируйтесь у врача.
Не занимайтесь самолечением - это опасно для вашего здоровья!

Симптомы остеохондроза

Основной симптом остеохондроза — это болевой миофасциальный синдром, то есть болезненный спазм мышц, следствием которого становится мышечная дисфункция.

#24

Блок на странице

Ваше предложение

Разместите блок с вашим предложением о том, как вы можете помочь в выздоровлении будущим пациентам. Привлеките внимание ярким заголовком, который усилит ваше предложение.

Обращение сегодня поможет избежать операции завтра!

> Снимем боль и воспаление

После 2-3 лечебных процедур изматывающая боль уходит, вам становится легче.

> Устраним причину болезни

Комплексное оздоровление суставов улучшает самочувствие: вы ощущаете прилив сил и энергии.

> Запустим процесс регенерации

Начинается процесс восстановления поврежденных тканей. Уходят воспаления и отеки.

> Профилактика осложнений

Чтобы избежать осложнений, обратитесь в клинику лечения позвоночника и суставов доктора Длина.

Разрабатываем для вас продающие прототипы

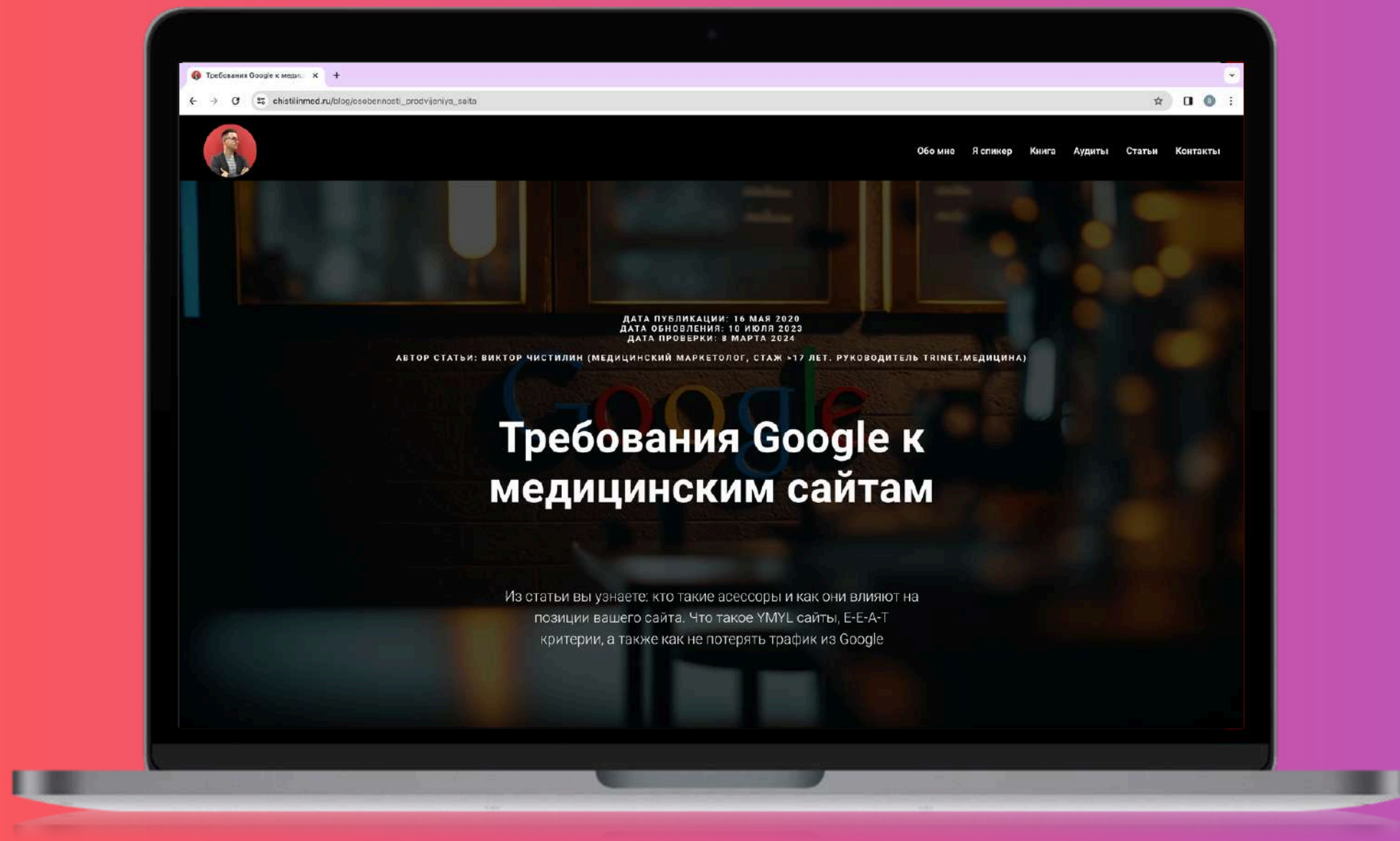
100 000 Р за 2 прототипа

Закажите проработанные прототипы для страниц "Симптомы" и "Заболевания", учитывая все рекомендации из чек-листа и дополнительные идеи!

+7 981 824-24-86 (WhatsApp)
@chistilinmed (Telegram)

SEO-БЛОКИ ДАЮЩИЕ ТРАФИК

Статья про требования к медицинским сайтам



Доступно по QR-коду и по [ссылке](#)

#25

Блок на странице

Автор статьи и редактор

Важно, чтобы тексты на вашем сайте соответствовали высоким стандартам Google: они должны быть экспертными, авторитетными, надежными и передавать ценный опыт. Без этого ваш сайт рискует остаться незамеченным в результатах поиска Google.

Размещение информации об авторе статьи и редакторе позволяет поисковой системе понять, что ваш контент экспертный.

Подробнее о требованиях Google к контенту медицинских сайтов можно узнать из моей статьи. Ссылка на неё доступна на следующей странице.

Опубликовано: 16.09.2023 Обновлено: 12.01.2024

12507



Автор статьи и эксперт по остеохондрозу:

[Долотова Мария Олеговна](#)

Медицинский директор Супер Клиники

[Написать автору](#)

Редактор:

[Иванова Ольга Евгеньевна](#)

к. м. н., врач-невролог
Стаж работы 27 лет



Публикуем только проверенную информацию

Размещённые на сайте материалы написаны авторами с медицинским образованием, специалистами клиники Супер Клиника

#26

Блок на странице

Содержание

Использование блока с содержанием поможет вам структурировать контент на странице, что в свою очередь отправляет дополнительные сигналы поисковым системам о том, что ваш контент качественно сделан и организован. Это повышает его экспертность и делает его более привлекательным для пользователей.

Благодаря содержанию посетители могут быстро ориентироваться в тексте и переходить к интересующим их разделам, так как ссылки в содержании являются кликабельными.

Содержание:

- От редакции
- Определение
- Симптомы
- Синдромы
- Какой врач лечит остеохондроз
- Лечение
- Сколько времени лечится остеохондроз
- Прогноз
- Подготовка к посещению врача

#27

Блок на странице Мнение эксперта

Внедрение блока с экспертным мнением не только придает авторитетности странице, но также позволяет рекламировать врача, высказавшего это мнение.

Помимо цитаты эксперта и основной информации о нём (ФИО, фотографии, стаже и специализации), рекомендую добавить кнопку действия: "Задать вопрос", "Получить консультацию" или "Записаться на прием", чтобы у посетителей была возможность легко и быстро обратиться к эксперту.

Мнение эксперта:

"Изначально понятие «остеохондроза» было введено в 30-х годах XX века для того, чтобы описывать изменения, происходящие в позвоночнике. Ведь позвоночник у человека в молодости отличается от его же позвоночника в пожилом возрасте. Поэтому появился этот термин скорее как анатомический, рентгенологический, гистологический, то есть как средство описания изменения тканей в ходе жизнедеятельности. Специалисты тех времен изучали изменения концевых пластинок, хрящей и других структур позвоночника и нуждались в ёмком определении этих процессов.

В настоящее же время остеохондрозом можно назвать преждевременный износ тканей вследствие механических нагрузок на позвоночник или дегенеративных процессов в формате ускоренного старения.

Если изменения в позвоночнике, характерные для 50-летнего человека, появляются у 20-летнего, то это - остеохондроз. Случаи развития болезни Шейермана-Мау у подростков 10-15 лет, или преждевременный износ дисков, или преждевременно развивающийся артроз межпозвонковых суставов - всё это в настоящее время можно назвать остеохондрозом."



Антон Епифанов

Невролог, мануальный
терапевт, спортивный врач

[Об эксперте](#)

#28

Блок на странице Исследования/статистика

Для обеспечения максимальной экспертности страниц с симптомами и заболеваниями, рекомендую внедрить данные из проведенных исследований. Особое внимание следует уделить выбору источников, чтобы данные были представлены из надежных и авторитетных источников.

Представление информации в виде таблиц, графиков и диаграмм, иллюстрирующих статистику, связанную с заболеваниями и симптомами, также способствует повышению доверия к материалу



#29

Блок на странице Кейсы

Кейсы успешного лечения ваших пациентов помогут читателям убедиться в профессионализме ваших врачей и их опыте в лечении различных заболеваний. Поэтому крайне важно регулярно публиковать подобные истории.

Кроме того, размещение такого контента также соответствует рекомендациям от Google.

Этот поисковик ценит не только экспертность, авторитетность и надежность контента, но и передачу практического опыта, что делает ваш контент еще более ценным и привлекательным для пользователей.

Клинические случаи «Остеохондроз»

1.

Случай острого панкреатита под видом межрёберной невралгии

2.

Остеохондроз: случай успешного лечения с помощью паравертебральных блокад

3.

Боль между лопаток: случай успешного лечения без медицинских препаратов

#30

Блок на странице Заболевания по направлению

Цель сайта клиники - стимулировать пользователей к совершению необходимых действий, таких как звонок, запись на прием, переход в раздел "Контакты" и др. Важно также, чтобы пользователи проводили больше времени на сайте, что сигнализирует поисковым системам о полезности и интересности контента.

Рекомендую добавить блок со схожими симптомами и заболеваниями, чтобы улучшить пользовательский опыт и привлечь больше трафика через поисковые системы.

Заболевания по направлению Травматолог-ортопед

Абсцесс Броди	Киста менисков	Перелом ребер
Адгезивный капсулит	Кифоз	Перелом руки
Анкилоз	Кифосколиоз	Перелом скуловой кости
Арахнодактилия	Клиновидные позвонки	Перелом со смещением
Артроз	Клинодактилия	Перелом шейки бедра
Артроз голеностопного сустава	Коксартроз	Перелом шейки бедра у пожилых
Артроз локтевого сустава	Колотая рана	Переломы костей предплечья
Артроз плечевого сустава	Колото-резаная рана	Переломы костей стопы
Артропатия	Компрессионный перелом позвоночника	Периартрит
Асептический некроз головки бедренной кости (АНГБК)	Конская стопа	Периостит
Ахиллобурсит	Контрактура Дюпюитрена	Перихондрит
Ахондроплазия	Контрактура коленного сустава	Плоскостопие
Болезнь Бехтерева	Контрактура локтевого сустава	Повреждение ахиллова сухожилия
Болезнь Блаунта	Косолапость	Повреждение менисков коленного сустава

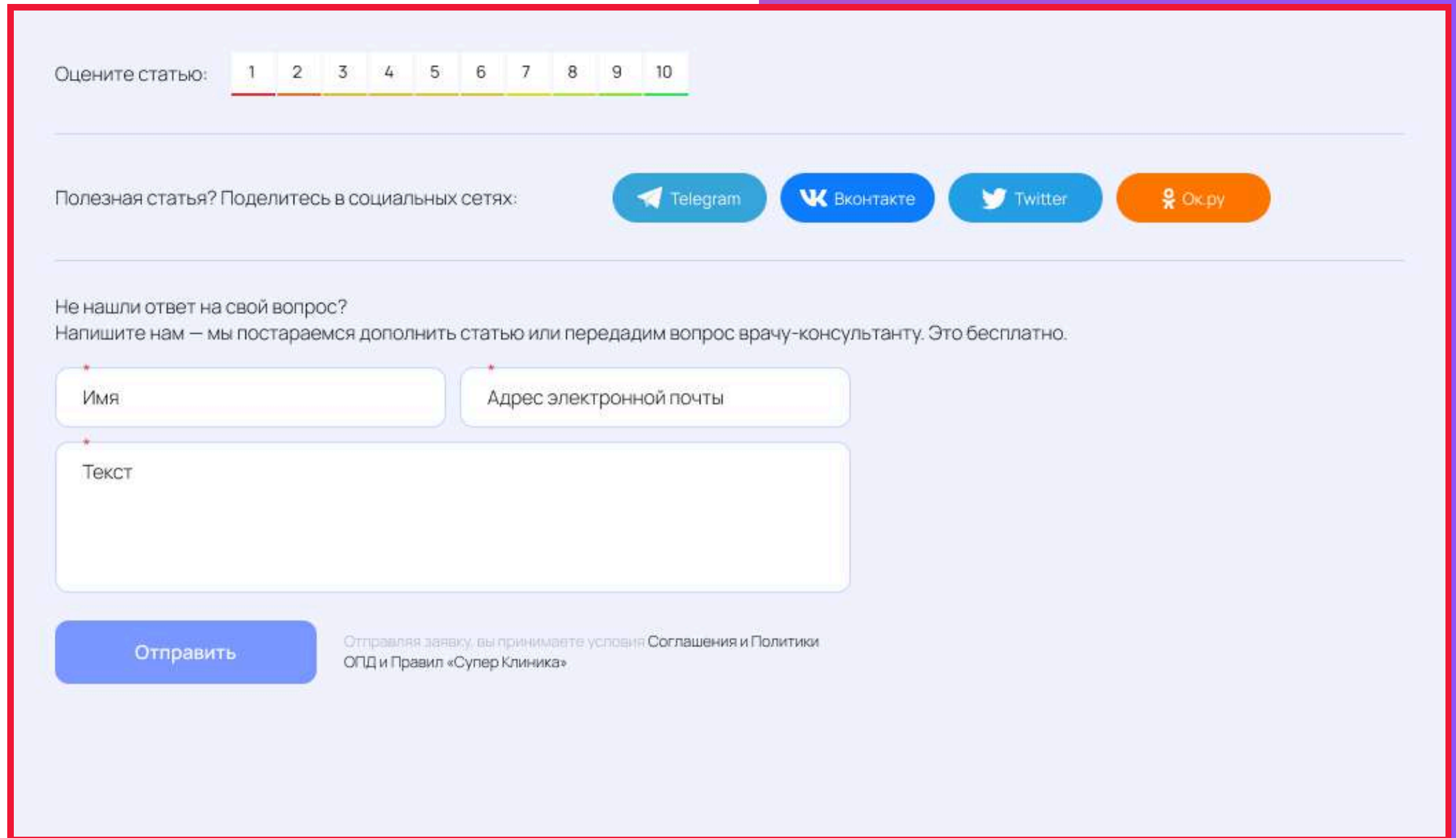
#31

Блок на странице Оценка/комментарии/поделиться

Для повышения распространения текстов о вашей клинике добавьте кнопку "Поделиться". Пользователи смогут опубликовать анонс статьи у себя в соцсетях, привлекая новых потенциальных пациентов.

Оценка статьи поможет сформировать ее рейтинг. Высокий рейтинг привлечет внимание аудитории и побудит ее ознакомиться со статьей.

Также добавьте возможность оставить комментарий или задать вопрос к статье, что способствует вступлению в диалог с потенциальными пациентами.



Оцените статью: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Полезная статья? Поделитесь в социальных сетях: Telegram Вконтакте Twitter Ok.ru

Не нашли ответ на свой вопрос?
Напишите нам — мы постараемся дополнить статью или передадим вопрос врачу-консультанту. Это бесплатно.

Имя Адрес электронной почты

Текст

Отправить

Отправляя заявку, вы принимаете условия Соглашения и Политики ОПД и Правил «Супер Клиника»

#32

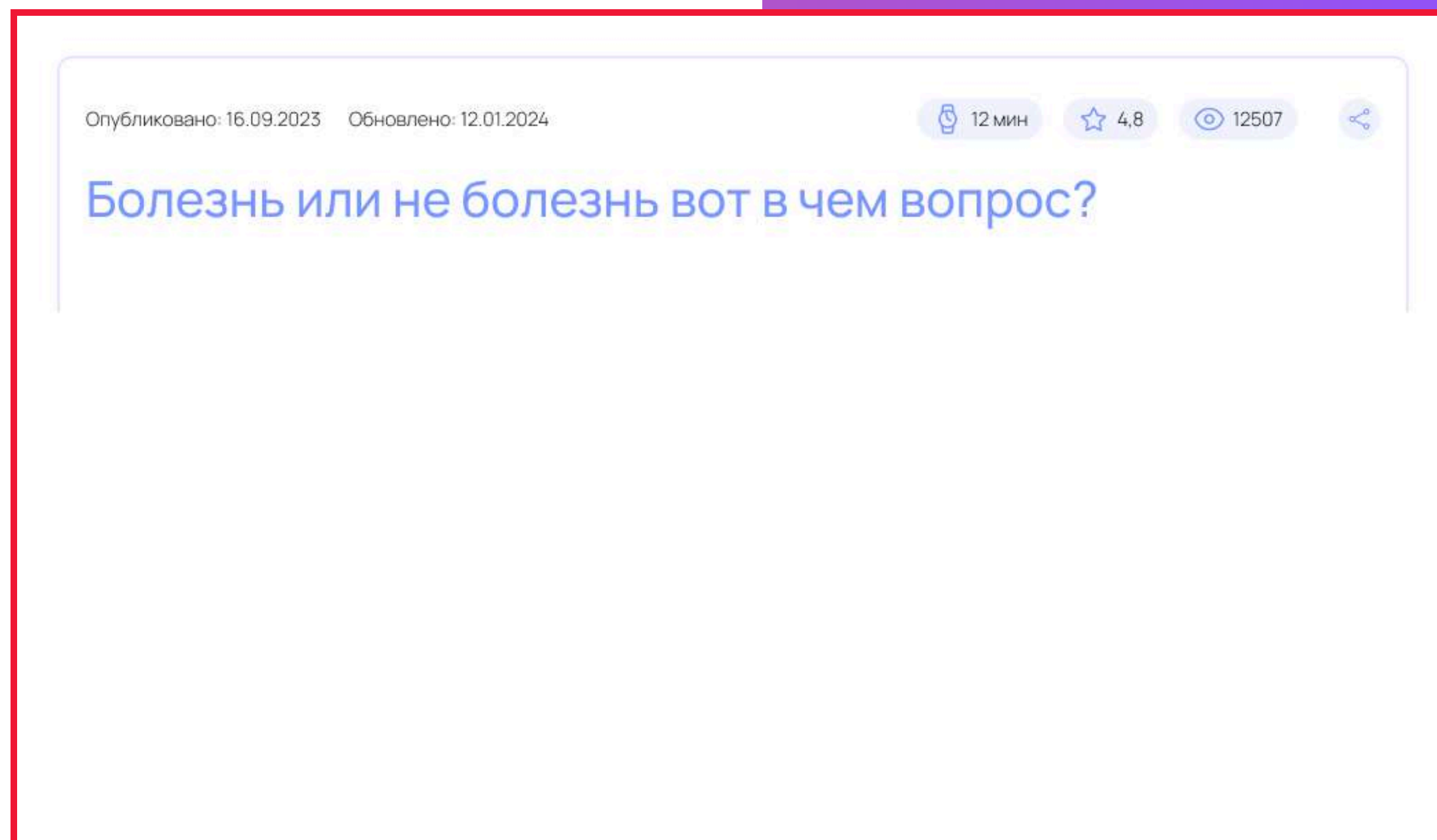
Блок на странице

Информация о статье

В начале статьи рекомендую предоставить основные данные о ней: количество просмотров, время на чтение, рейтинг статьи и количество комментариев. Эти сведения помогут читателю сориентироваться и понять интересность материала.

Также важно подчеркнуть актуальность контента для посетителей и поисковых систем.

Наличие даты публикации и регулярная проверка актуальности материала являются обязательными шагами в этом направлении.



#33

Блок на странице Отзывы пациентов

Отзывов никогда не бывает слишком много, особенно на сайте клиники. Рекомендую создать отдельный раздел "Отзывы" на сайте.

Кроме того, разместите отзывы в соответствующих разделах: на страницах врачей, на главной странице, на страницах услуг и в разделе "О нас".

Также рекомендую включить блок с отзывами на странице симптома или заболевания, чтобы пользователи могли ознакомиться с опытом других пациентов. Важно, чтобы отзывы были релевантны конкретным заболеваниям.

Отзывы пациентов



До чего довела
сидячая работа

Подробнее

Марина, 49 лет, хроническая и острая боль в спине

Скрутило спину с такой силой, что пришлось вызывать скорую на работу!

[Подробнее...](#)

#34

Блок на странице

Часто задаваемые вопросы

Поисковые системы предпочитают сайты, где пользователи могут найти исчерпывающие ответы на свои вопросы. Важно, чтобы страница о симптомах и заболеваниях также содержала подробную информацию, способную удовлетворить интересы пользователей.

Иногда сложно представить всю необходимую информацию на одной странице, что может затруднить ее восприятие. Раздел "Ответы на часто задаваемые вопросы" позволяет сделать страницу более подробной и улучшить ее позиции в поисковой выдаче

Частые вопросы

— Можно ли греть остеохондроз позвоночника?

Тепло помогает некоторым людям устранить скованность в суставах и мышечные спазмы, поэтому иногда грелки приносят облегчение при болях, связанных с остеохондрозом позвоночника. Рекомендовать такой метод облегчения боли может только врач с учётом индивидуальных особенностей пациента.

+ Что будет, если не лечить остеохондроз позвоночника?

+ Как спать при остеохондрозе позвоночника?

Совет по улучшению блока Часто задаваемые вопросы

Для лучшего восприятия контента поисковыми системами убедитесь, что посетители могут идентифицировать ответственного за информацию на странице. Блок с часто задаваемыми вопросами - не исключение.

Рекомендую добавить информацию о врачах: фотографии, полные имена, стаж работы и специализации.

Также полезно включить кнопки "Задать вопрос" или "Записаться на прием" для легкой связи с врачом."

— Вопрос ответ

На вопросы отвечает



— САФИНА ГУЛЬНАРА ИСМАГИЛОВНА
Врач дерматовенеролог, дерматокосметолог, физиотерапевт, диетолог, трихолог

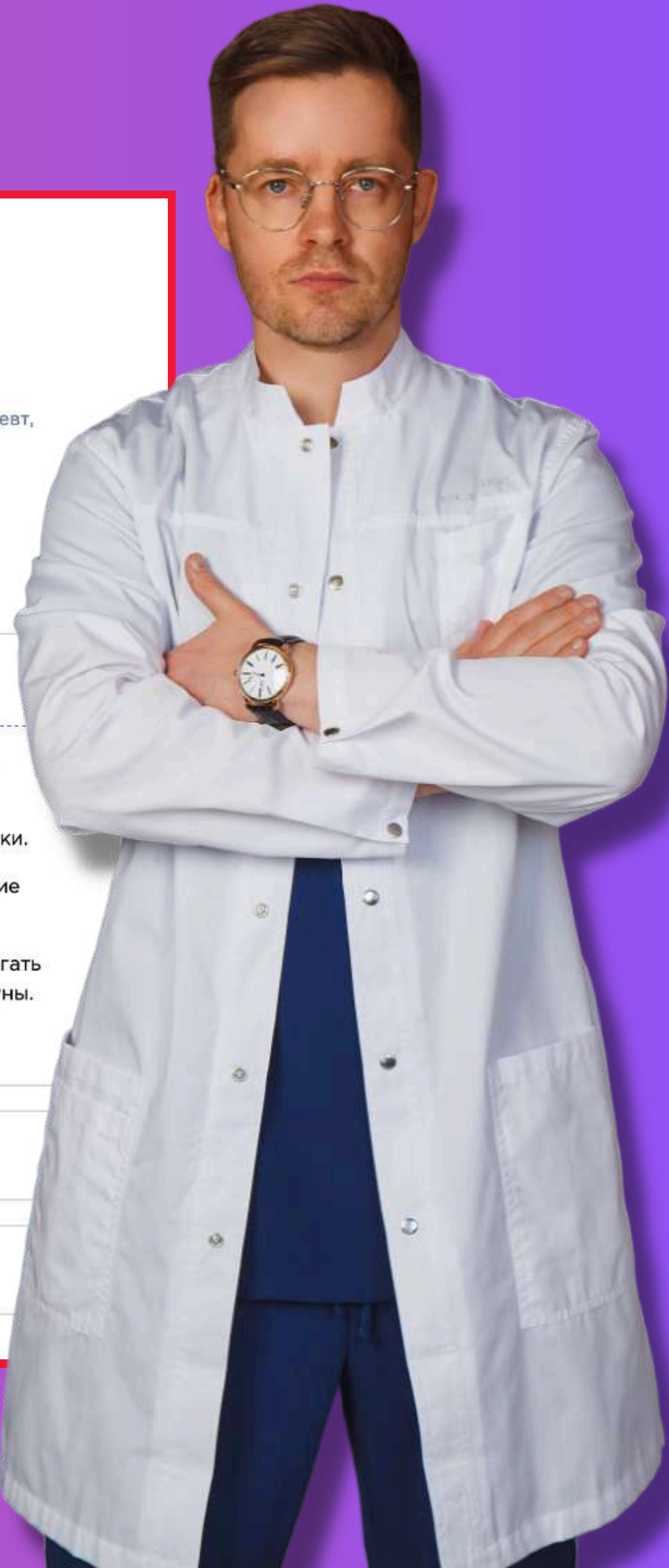
Рекомендации после контурной пластики

Восстановительный период после инъекций длится не более 2-3 дней. Общие рекомендации после сеанса заключаются в следующем:

- На несколько дней исключить использование декоративной косметики.
- 2-3 недели не выполнять химические пилинги и другие травмирующие кожу процедуры.
- Временно отказаться от массажа и постараться как можно реже трогать лицо. В течение 2 недель ограничить посещение бани, солярия и сауны.

Сколько держится эффект от гиалуроновой кислоты?

Сколько нужно процедур



#35

Блок на странице

Источники

Важно включить блок ссылок на авторитетные источники, использованные при написании контента, на странице симптома или заболевания.

Этот блок не только подтверждает нашу экспертизу, но и соответствует требованиям поисковых систем относительно качества предоставляемой информации на сайте в медицинской тематике.

Список литературы:

1. Дегенеративные заболевания позвоночника : клинические рекомендации / Минздрав РФ. 2022.
2. Остеохондроз позвоночника : клинические рекомендации / Общероссийская общественная организация «Ассоциация травматологов-ортопедов». 2016.
3. Сурская Е. В. Современные аспекты лечения дорсопатии // РМЖ, 2009. № 20. С. 1311–1314.

КЕЙСЫ TRINET.MEDICINE

Успешно продвигаем медицинские сайты



Многопрофильные клиники



Специализированные клиники



Стоматологические клиники



Клиники пластической хирургии



И еще 16 направлений



Рейтинг SEO-компаний России.
Отрасль: Медицина



Необходимо создать качественные экспертные статьи по каждому симптому и заболеванию, с которыми помогут врачи вашей клиники.

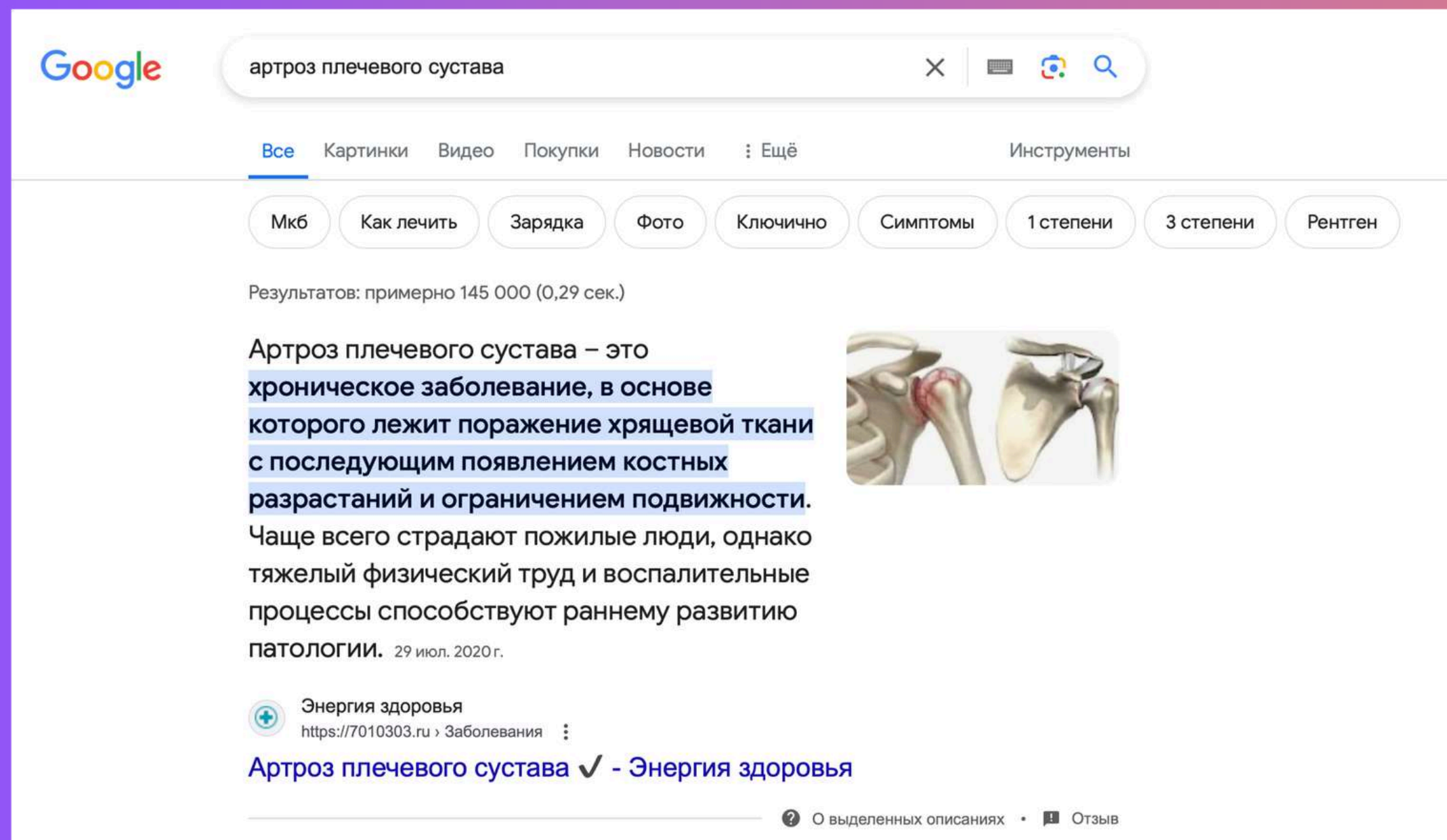
Для того чтобы потенциальные пациенты находили ваш сайт по симптомам и заболеваниям, важно оптимизировать сайт.

Вы можете заказать услугу SEO (продвижение сайта в поисковых системах Яндекс и Google) в направлении TRINET.Medicine, которое я возглавляю.

Мы успешно помогаем клиникам привлекать пациентов из поисковых систем и других рекламных каналов.

Результаты нашей работы вы найдете на следующих страницах презентации.

Энергия здоровья



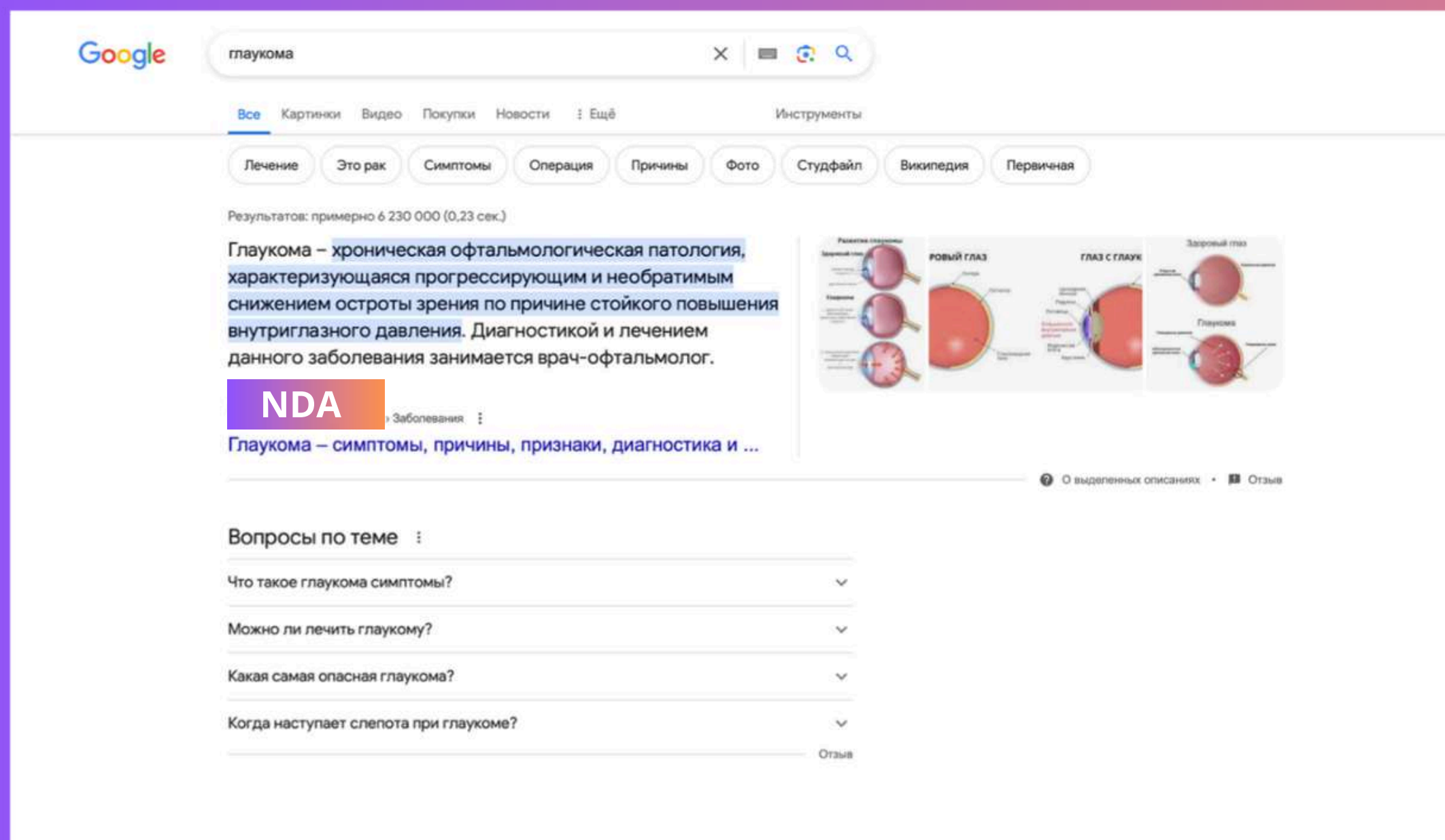
Нашей команде удастся достигать высокого рейтинга продвигаемых сайтов в поисковых системах. Часто наши сайты попадают в блок с выделенными описаниями.

Он отображается сразу после строки поиска.

Этот блок привлекает больше внимание. А значит у вас будет больше пациентов!

Результат проверки от "30" марта 2024 г.

Многопрофильная клиника (NDA)

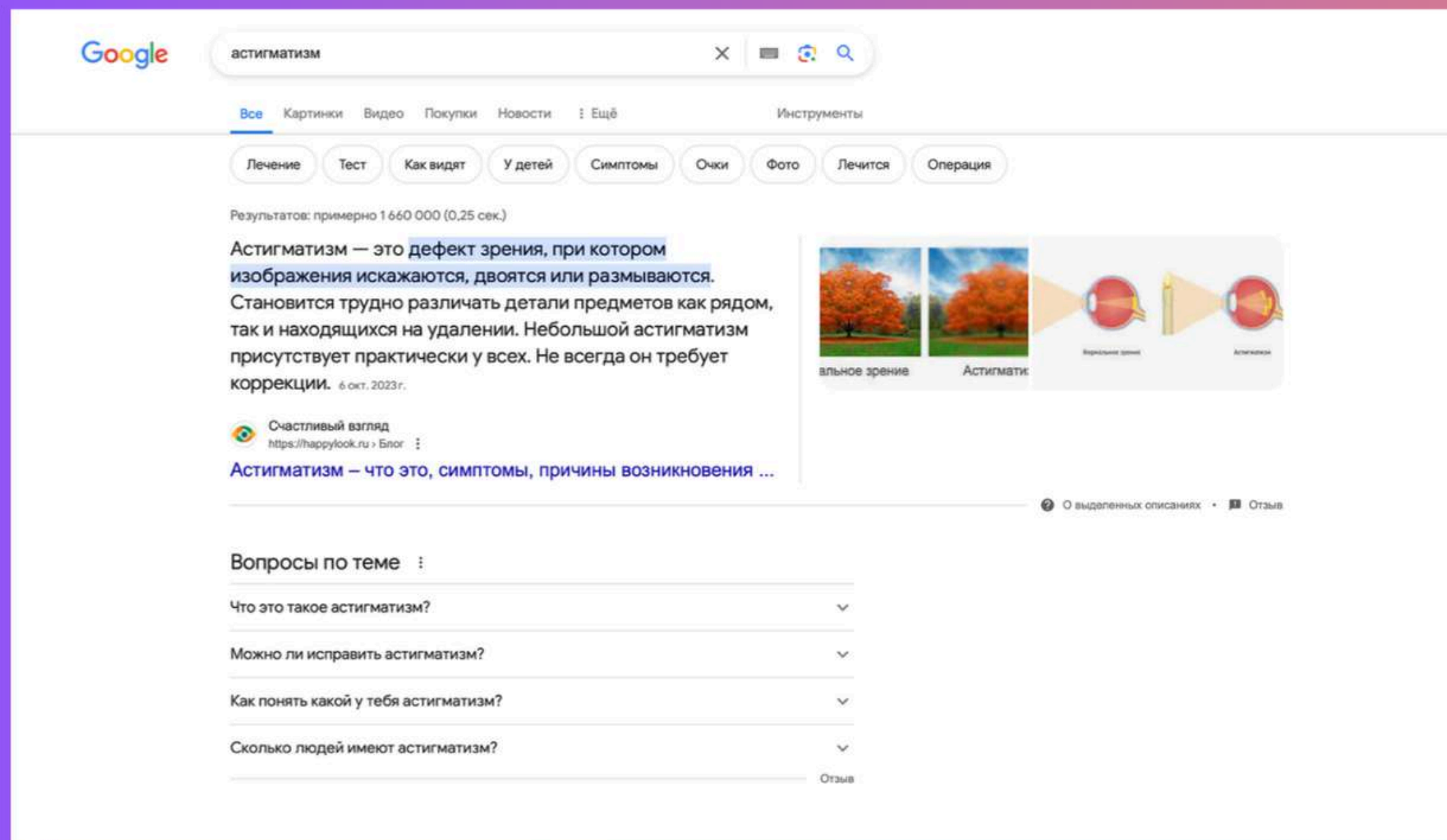


Выделенные описания отображаются только в том случае, если Google обнаруживает достаточный объем текста для их создания.

Это означает, что сайты, для которых мы создаем контент, полностью удовлетворяют запросы пользователей и пользуются высокой оценкой поисковых систем.

Результат проверки от "30" марта 2024 г.

Счастливым взгляд

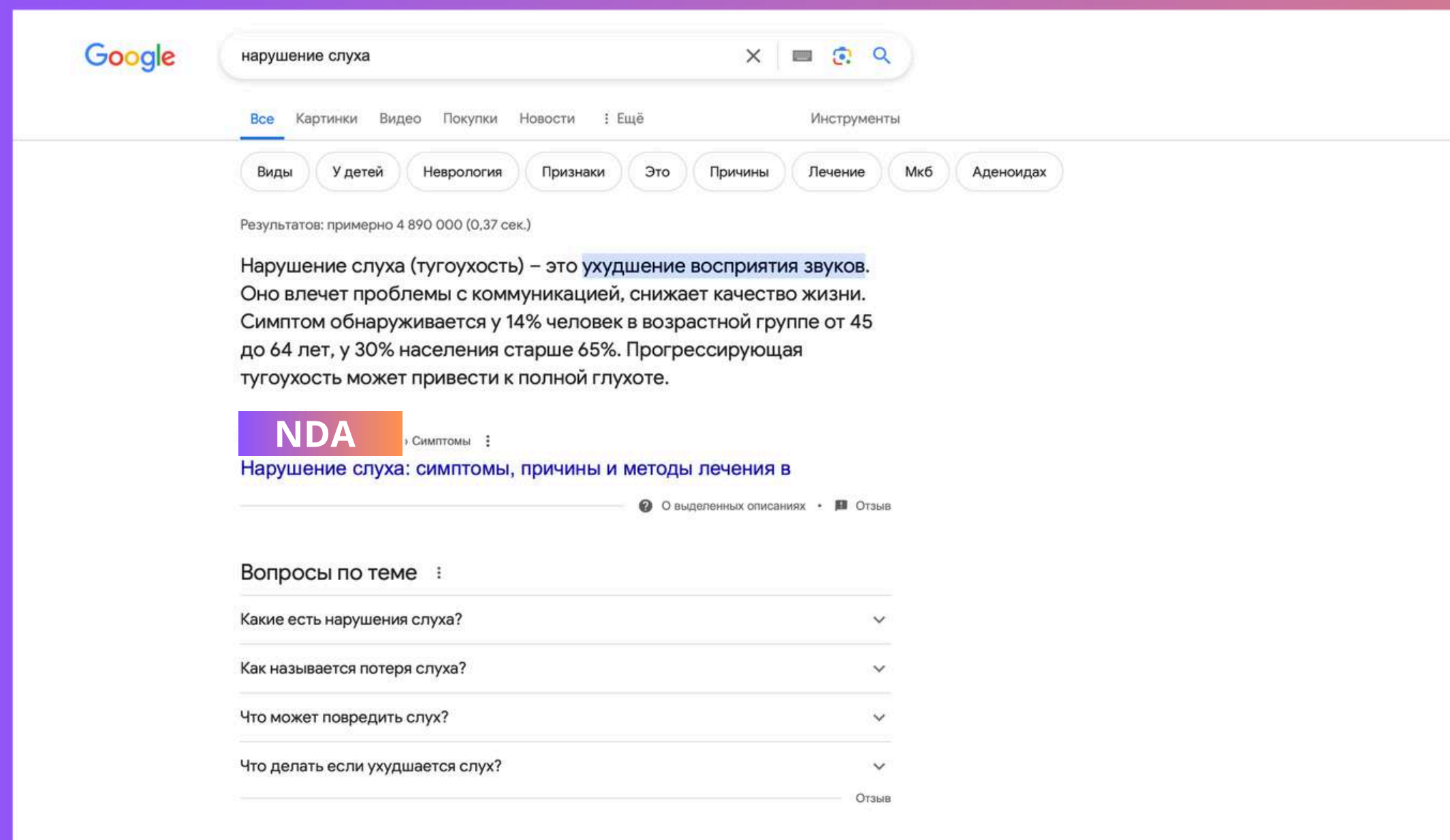


Согласно данным Search Engine Land, выделенный сниппет привлекает 8,6% всех кликов.

Следовательно, попадание контента в выделенное описание значительно увеличит его органический CTR.

Результат проверки от “30” марта 2024 г.

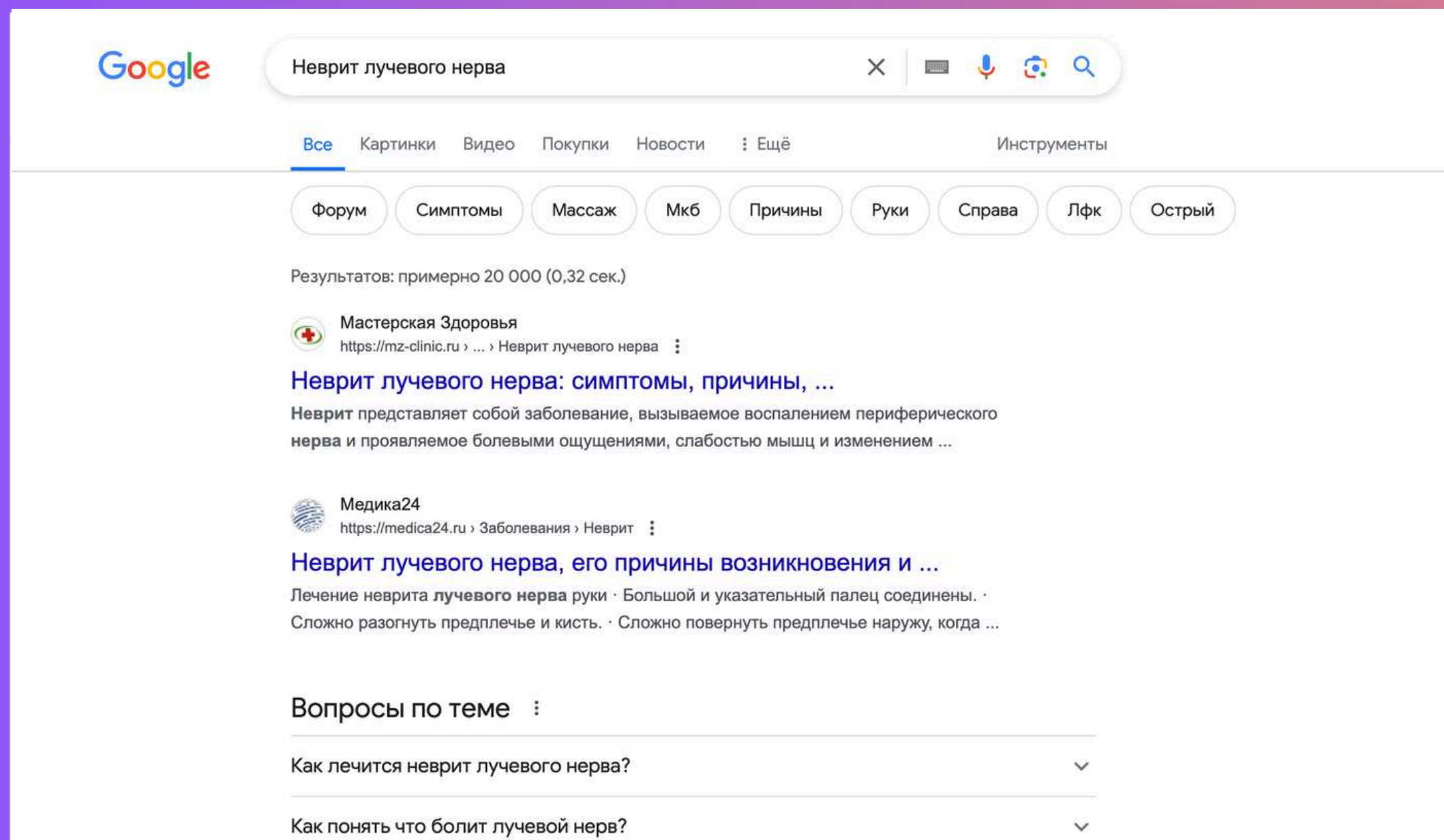
Многопрофильная клиника (NDA)



Если ваша страница попадает в топ-10 результатов поиска Google, то у неё есть большие шансы быть в выделенном описании.

Результат проверки от “30” марта 2024 г.

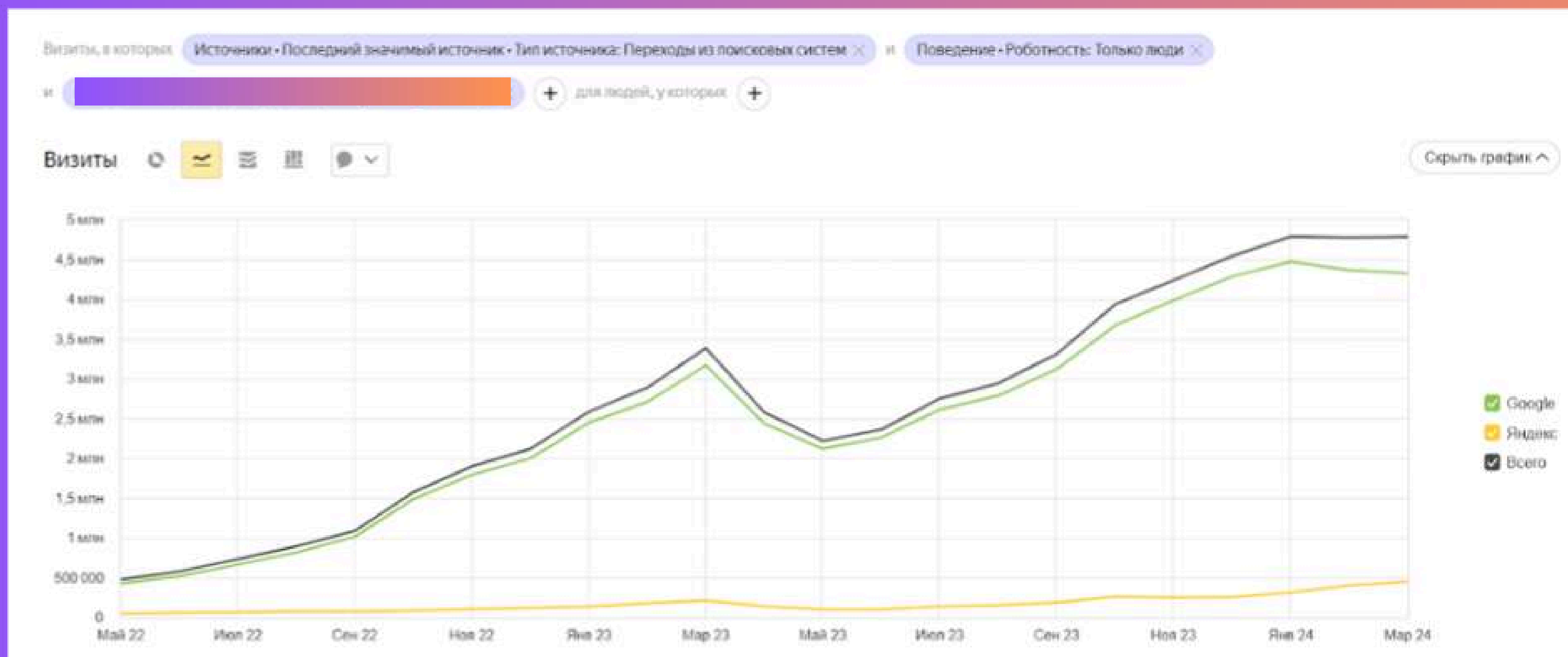
Мастерская Здоровья



Результат проверки от "31" марта 2024 г.



Сайт в тематике “Медицина” (NDA)

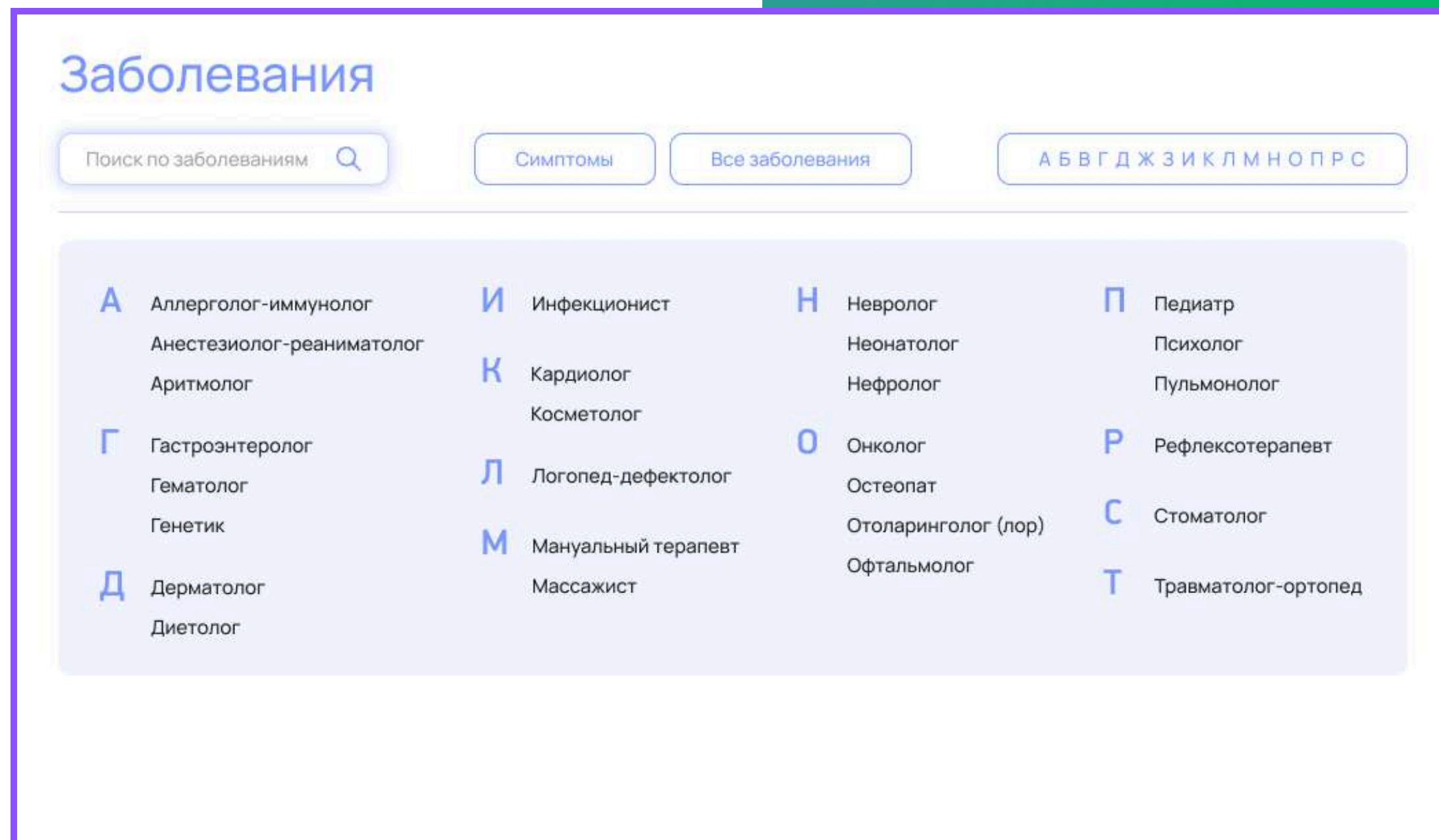


Данные Яндекс Метрике: трафик с поисковых систем с разделов “Симптомы” и “Заболевания” составляет свыше 4.5 млн. посетителей в месяц.

БОНУС ИНСАЙТЫ

#36 Инсайты Быстрый поиск

Предоставьте пользователям возможность быстро находить симптомы и заболевания. Рекомендую реализовать функцию поиска по симптомам и заболеваниям, а также алфавитный указатель. При нажатии на определенную букву пользователь сможет найти нужный симптом или заболевание, начинающееся с этой буквы. Также стоит разделить информацию на симптомы и заболевания для более удобного поиска.



#37

Инсайты

Уникальные изображения

Для повышения доверия к вашему сайту, рекомендую избегать использования заимствованных фотографий. Также это позволит вам избежать возможных штрафов от правообладателей фотографий.

Рекомендую обратиться к услугам профессионального фотографа.

Полученные фотографии можно будет использовать как на вашем сайте, так и в социальных сетях.

Фотографии врачей и пациентов, сделанные внутри клиники, выгодно выделяют вашу организацию среди конкурентов.

Если у вашего малыша не все «по плану», и он не спешит заговорить, возможно, это просто его индивидуальная особенность и он все быстро наверстает. Диагностический приём у логопеда поможет определить уровень речевого развития.

Многими навыками ребенок овладевает во время игры. Какие игрушки принесут больше пользы, нам рассказал педиатр Роман Шиян.



#38

Инсайты

Оформленный контент

Сайт часто является первым контактом будущих пациентов с клиникой, и первое впечатление играет ключевую роль в формировании доверия.

Для лучшего восприятия и доверия контенту необходимо его оформить: структурировать текст с выделением заголовков и подзаголовков, добавить маркированные списки и другие элементы.

Это позволит создать информативные и легкоусваиваемые материалы, способствуя формированию положительного впечатления о клинике.

Виды остеохондроза

Главными симптомом заболеваний позвоночного столба является боль. В зависимости от того, где она локализуется, можно говорить о том, какой бывает остеохондроз.

Анатомически врачи выделяют:

- остеохондроз шейного отдела
- грудного отдела
- остеохондроз поясничного отдела позвоночника
- крестцово-копчикового

В зависимости от того, как именно протекает заболевание, выделяют:

1. Компрессионный – когда межпозвоночные диски подвергаются сильному сдавливанию.
2. Не компрессионный – межпозвоночные диски разрушаются и деградируют, но на них не оказывается давление.

В зависимости от того, какие признаки у конкретного пациента, врач ставит предположительный диагноз и отправляет человека на обследование.



#39

Инсайт

Комментарии к статье

Для того чтобы пользователи оставляли комментарии к статье, рекомендую не просто разместить форму с призывом "Оставьте комментарий". Лучше, если вы попросите посетителей ответить на вопросы, связанные с темой статьи.



[Даниил Давыдов](#) 11.01.21, 21:24

А у вас или у ваших близких был остеохондроз? Как лечились?

Ваш ответ 

Комментарии проходят модерацию [по правилам журнала](#)

 168 [По рейтингу](#) [По порядку](#)



[Вячеслав Кучеров](#) 11.01.21, 21:24

Был поставлен диагноз в 69 лет (в 2010г.) - межпозвоночная грыжа после того, как я перетрутился на даче. До этого диагноза я играл очень активно в волейбол (брал мячи даже в падении), мог стоять на руках, не опираясь на стену ногами, ходить на руках. Были адские боли в спине с отдачей в ноги, особо в правую, в которой два пальца (большой и рядом) до сих пор немые. В 2013 г.

[Ответить](#)  115 

#40

Блок на странице Слайд шоу

Чтобы ваша статья о симптомах и заболеваниях стала более увлекательной для чтения, рекомендую добавить функцию слайд-шоу. Часть контента, оформленная в виде слайдов, легче воспринимается и часто используется на зарубежных медицинских сайтах.

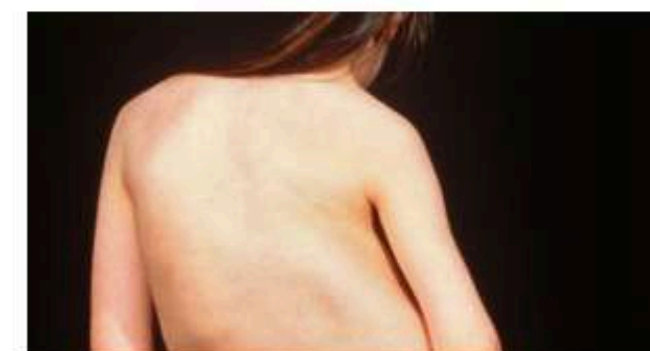
На каждом слайде разместите заголовок, краткое описание и изображение.

Например, в слайд-шоу можно включить виды заболеваний, причины вызывающие заболевание или симптом, факторы риска и т. д.

.

Scoliosis

Scoliosis is one of the conditions that can twist your spine out of shape. The most common type affects children during their growth spurt before puberty, bending the spine sideways. If your child has scoliosis, their shoulders might be uneven, or one shoulder blade might stick out more than the other. Nobody knows what causes this. Scoliosis can get worse and cause problems, but a brace may help prevent that and the need for surgery to correct it.



Kyphosis

This condition bends your spine forward. It usually happens when your vertebrae crack or mash down. Older women get it most often, but it can also affect children whose spines develop wrong. It can cause pain and other problems, and in severe cases, it bends your whole body out of shape. Depending on how curved your spine is, treatment might include painkillers, exercise, or surgery.



#41

Блок на странице Нестандартный СТА

Помните, что наша цель - превратить читателя в пациента нашей клиники. Иногда пациенты проводят предварительные анализы и пытаются самостоятельно определить, с чем они столкнулись.

Будьте креативными и изобретательными.

Кроме традиционных способов взаимодействия с посетителями сайта, таких как кнопка записи или возможность задать вопрос, используйте нестандартные призывы к действию. Например: "Хотите расшифровать ваши анализы?"

Хотите расшифровать заказные анализы?

Мы расшифруем и интерпретируем результаты лабораторных анализов

Расшифровать заказные анализы



#42

Блок на странице

Подготовка к визиту

Этот блок значительно обогатит информацию на странице и поможет вашим будущим пациентам более эффективно подготовиться к консультации с врачом.

Блок "Подготовка к встрече с врачом" должен содержать следующую информацию:

- Что может сделать пациент перед визитом к врачу (составить список лекарств, которые он принимает, и их дозировку и др.)
- Какие вопросы следует подготовить для врача (какова наиболее вероятная причина моих симптомов? и др.)
- Вопросы, которые врач задаст.

Preparing for your appointment

You might be referred to a doctor who specializes in disorders of the joints (rheumatologist).

Preparing for your appointment

- Write down your symptoms, including any that may seem unrelated to the reason why you scheduled the appointment.
- Write down your key medical information, including other conditions and any history of injury to the painful joint.
- Write down key personal information, including any major changes or stressors in your life.
- Make a list of all your medications, vitamins or supplements.
- Ask a relative or friend to accompany you, to help you remember what the doctor says.
- Write down questions to ask your doctor

Questions to ask your doctor

- What's the most likely cause of my symptoms?

Больше рекомендаций в книге "Витамины для сайта"

Стоимость книги: 4 990 ₽

Заказать книгу можно на сайте
chistilinmed.ru (раздел "Книга")

или написав в WatsApp/Telegram
+7 981 824 24 86



Привлеку пациентов в вашу клинику

Мои контакты:

WhatsApp

+7 981 824 24 86

Email:

victor@trinet.ru

Сайт:

chistililimed.ru

VK:

<https://vk.com/chistilinmed>

Telegram

@chistilin_med

Оказываю услуги:

- Разработка/доработка сайта
- SEO (продвижение в Яндекс и Google)
- Контекстная и таргетированная реклама
- Работа с гео-сервисами (Яндекс Карты, 2 ГИС)
- Работа с агрегаторами (ПроДокторов, СберЗдоровье, НаПоправку)
- Юзабилит аудит сайта
- Технический и SEO аудит
- Работа с репутацией (получение честных отзывов от пациентов)
- Медицинский копирайтинг
- Консультации по маркетингу

Ваш медицинский маркетолог, Виктор Чистилин

