

Evaluation du site howtorewireyourbrainfromaddiction.com

Généré le 03 Mars 2026 11:42

Le score est de 81/100



Optimisation du contenu

	Titre	How to Rewire Your Brain From Addiction: Recovery Explained Longueur : 59 Parfait, votre titre contient entre 10 et 70 caractères.												
	Description	Discover how to rewire your brain from addiction and how long it takes. Learn the science of recovery and ways to rebuild healthy habits. Longueur : 137 Génial, votre balise META description contient entre 70 et 160 caractères.												
	Mots-clefs	Très mauvais. Nous n'avons pas trouvé de balise META keywords sur votre page. Utilisez ce générateur gratuit de balises META en ligne pour créer des mots-clés.												
	Propriétés Open Graph	Bien, cette page profite des balises META Open Graph. <table><thead><tr><th>Propriété</th><th>Contenu</th></tr></thead><tbody><tr><td>title</td><td>How to Rewire Your Brain From Addiction: Recovery Explained</td></tr><tr><td>description</td><td>Discover how to rewire your brain from addiction and how long it takes. Learn the science of recovery and ways to rebuild healthy habits.</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr></tbody></table>	Propriété	Contenu	title	How to Rewire Your Brain From Addiction: Recovery Explained	description	Discover how to rewire your brain from addiction and how long it takes. Learn the science of recovery and ways to rebuild healthy habits.	type	website				
Propriété	Contenu													
title	How to Rewire Your Brain From Addiction: Recovery Explained													
description	Discover how to rewire your brain from addiction and how long it takes. Learn the science of recovery and ways to rebuild healthy habits.													
type	website													
	Niveaux de titre	<table><thead><tr><th>H1</th><th>H2</th><th>H3</th><th>H4</th><th>H5</th><th>H6</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>7</td><td>2</td><td>21</td><td>0</td><td>0</td></tr></tbody></table> • [H1] How to Rewire Your Brain From Addiction and How Long It Takes • [H2] Introduction • [H2] How Addiction Changes the Brain	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	7	2	21	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	7	2	21	0	0									

Optimisation du contenu

		• [H2] How to Rewire Your Brain From Addiction • [H2] How Long Does It Take to Rewire the Brain? • [H2] Supporting Brain Recovery • [H2] Conclusion • [H2] FAQ • [H3] Nia O'Connor • [H3] Different classes, different brain stories • [H4] About the Author • [H4] Nia's Posts: • [H4] Opioids • [H4] Alcohol • [H4] Stimulants (e.g., cocaine; amphetamines including methamphetamine) • [H4] Marijuana (Cannabis) • [H4] Synthetic drugs (several families) • [H4] "Changing everything," not just stopping use • [H4] Rebuilding identity • [H4] A long road with stages • [H4] Universal life stuff shows up here, too • [H4] Balanced nutrition supports brain healing • [H4] Adequate sleep strengthens memory and focus • [H4] Continuous therapy improves emotional regulation • [H4] How to rewire your brain from addiction? • [H4] How long to rewire brain from addiction? • [H4] How long does it take to rewire brain from addiction? • [H4] How long does it take to rewire your brain from addiction? • [H4] What helps rewire the brain from addiction? • [H4] Can the brain fully recover from addiction? • [H4] How does dopamine reset during addiction recovery?
	Images	Nous avons trouvé 8 image(s) sur cette page Web. Bien, la plupart ou la totalité de vos images possèdent un attribut alt
	Ratio texte/HTML	Ratio : 67% Idéal! le ratio de cette page texte/HTML est entre 25 et 70 pour cent.
	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

		
	Liens dans la page	Nous avons trouvé un total de 5 lien(s) dont 0 lien(s) vers des fichiers
	Statistics	Liens externes : noFollow 0% Liens externes : Passing Juice 0% Liens internes 100%

Liens dans la page

Texte d'ancre	Type	Juice
Introduction	Interne	Passing Juice
Brain Changes	Interne	Passing Juice
How to Rewire	Interne	Passing Juice
Timeline	Interne	Passing Juice
FAQ	Interne	Passing Juice

Mots-clefs

	Nuage de mots-clefs	recovery brain months how long rewire days from addiction people
--	---------------------	--

Cohérence des mots-clefs

Mot-clef	Contenu	Titre	Mots-clefs	Description	Niveaux de titre
brain	31	✓	✗	✓	✓
how	24	✓	✗	✓	✓
addiction	20	✓	✗	✓	✓
from	19	✓	✗	✓	✓

Cohérence des mots-clefs

rewire

15



Ergonomie

	Url	Domaine : howtorewireyourbrainfromaddiction.com Longueur : 37
	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 : en.
	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 : 0 Avertissements : 0
	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	Excellent, votre site n'utilise pas de tableaux imbriqués. Parfait. Aucun style css inline n'a été trouvé dans vos tags HTML! Génial, votre site web contient peu de fichiers CSS. Parfait, votre site web contient peu de fichiers javascript.

Document

✔ Parfait : votre site tire parti de gzip.

Mobile



Optimisation mobile

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

Optimisation



Sitemap XML

Votre site web dispose d'une sitemap XML, ce qui est optimal.

<https://howtorewireyourbrainfromaddiction.com/sitemap.xml>



Robots.txt

<http://howtorewireyourbrainfromaddiction.com/robots.txt>

Votre site dispose d'un fichier robots.txt, ce qui est optimal.



Mesures d'audience

Manquant

Nous n'avons trouvé aucun outil d'analytics sur ce site.

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.