

Техническое задание на контент для сайта: <https://clinic-spine.ru/>

Тип текста: Инфо

- Здесь указать требования к стилистике (официально-деловой)
- Описание целевой аудитории (в основном люди с остеохондрозом шейного отдела, либо люди с проблемами с шеей, которые хотят узнать симптомы)

Страница на сайте: **новая**

Оглавление

Для копирайтера	1
Для контент-менеджера	4
Рекомендации на утверждение	5

Для копирайтера

1. Характеристики текста

Количество символов (без пробелов):	12600
Количество подзаголовков в тексте:	16
Уникальность текста не менее:	от 85% по text.ru
Вода не более:	15% по text.ru
Академическая тошнота не более:	8% по Адвего

Тошнота по слову не более:	2,5% по Адвего
Главред (glvrd.ru):	>7,4-8 (в идеале 8)
Спамность по TEXT.RU	30-45%

2. Точные вхождения:

Использовать основной ключевой запрос в читаемом виде **«остеохондроз шейного отдела»**, этот ключ использовать в первом заголовке и в точном вхождении в первом абзаце текста.

Также употребляем основную ключевую фразу один раз в разбавленном виде в конце документа. Не разбиваем знаками препинания.

3. Ключевые слова и плотность

Ключевые фразы приведены к лемматизированной форме и должны быть использованы в тексте, заголовке и подзаголовках ровно столько раз, сколько указано в таблице (их можно склонять, разбивать словами / словосочетаниями).

шейный 28

остеохондроз 26

боль 20

позвоночник 15

отдел 14

шея 14

диск 12

лечение 10

симптом 10

рука 10

заболевание 9

пациент 9

голова 9

область 9

синдром 8

стадия 7

врач 7

позвонок 7

нарушение 7

изменение 5

позвоночный 5

препарат 4

причина 4

ощущение 4

головокружение 4

онемение 4

терапия 4

дегенеративный 4

состояние 4

степень 3

признак 3

межпозвонковый 3

острый 3

сосуд 3

слабость 3

невролог 3

болезнь	3	
плечо	3	
спинной	3	
межпозвоночный	3	
головной	3	
спазм	3	
процедура	3	
период	2	
медикаментозный	2	
помощь	2	
клиника	2	
вид	2	
сильный	2	
приступ	2	
ухо	2	
хронический	2	
тошнота	2	
снимать	2	
давление	2	
основной	2	
определять	2	
корешковый	2	
нерв	2	
являться	2	
метод	2	
проходить	2	
затылок	2	

первый 2
назначать 2
средство 2
палец 2
осложнение 2
женщина 1
лечить 1
мужчина 1
обострение 1
вылечивать 1
лекарство 1
болеть 1
делать 1
отдавать 1
эффективный 1
длиться 1
отек 1
проявление 1
лицо 1
плечевой 1
физиотерапия 1
горло 1
таблетка 1
принимать 1
ухудшение 1
профилактика 1
диагноз 1

деформировать 1

начальный1

распространять 1

помогать 1

глотание 1

воспаление 1

возраст 1

полностью 1

выраженный 1

сторона 1

спина 1

здоровье 1

дистрофический 1

неврология 1

год 1

группа 1

мазь 1

курс 1

диагностировать1

обезболивать 1

обследование 1

хорошо 1

точка 1

проявляться 1

воспаляться 1

проблема 1

выявлять 1

физиопроцедура 1

зона 1

воротниковый 1

4. Ключевые фразы для перелинковки

Представленные ниже ключевые слова необходимо употребить по смыслу в соответствующих абзацах текста по 1 разу в читаемом виде. Их можно склонять, но не желательно разбивать предложениями и знаками препинания. В идеальном варианте - точное вхождение. Такие ключевые слова необходимо выделять **зеленым** цветом. Кроме того, указанные ключевые слова необходимо (по возможности) равномерно распределить по тексту. Использовать их вместе в одном абзаце и в подзаголовках нельзя. На один абзац – одна фраза.

Перелинковку не учитывать при насыщении текста необходимыми вхождениями

Остеохондроз позвоночника

Остеохондроз пояснично-крестцового отдела

Остеохондроз грудного отдела

4. Требования к контенту:

С нашими требованиями к контенту, ознакомьтесь, пожалуйста, по ссылке:

<https://docs.google.com/document/d/1652BdjmzU6R6CVEOz4UYdlNXkQwDiVEK/edit>

5. LSI

Желательно добавить в текст следующий список из LSI слов (**первые 6 из них использовать обязательно**):

остеохондроз

шейного

отдела

лечение

симптомы

позвоночника

причины

заболевания

шей

боли

грудного

лечить

диагностика

боль

признаки

поясничного

болезни

головные

дисков

методы

нарушения

области

синдромы

врач

профилактика

развития

позвонков

стадии

головы

патологии

обострения

6. Структура текста

Использовать в заголовках названия из этого списка в таком же виде нельзя. Нужно переформулировать, чтобы получились полноценные подзаголовки.

Кол-во заголовков: 16

Общая информация

Причины

Симптомы и синдромы

Вертебральный синдром

Синдром позвоночной артерии

Кардиальный синдром

Корешковый синдром

Стадии

Диагностика

Лечение

Медикаментозное лечение

Немедикаментозное лечение

Хирургическое лечение

Осложнения

Профилактика

Лечение в клинике «Энергия здоровья»

Преимущества клиники

Врачи отделения

Наши преимущества

Общие сведения о шейном остеохондрозе

Стадии шейного остеохондроза и их симптомы

Шейный остеохондроз: признаки, симптомы, лечение патологии

Причины шейного остеохондроза

Диагностика шейного остеохондроза

Как лечить шейный остеохондроз

Консервативное воздействие

Чем опасен шейный остеохондроз

Возможные осложнения и последствия

Профилактические меры шейного остеохондроза

Акции

О клинике

Почему мы?

Чем опасен остеохондроз шейного отдела

Причины

Симптомы

Разновидности

Стадии развития шейного остеохондроза

Осложнения

Диагностика

Лечение шейного остеохондроза

ЛФК при шейном остеохондрозе

Мануальная терапия при шейном остеохондрозе

Иглоукалывание

Кинезиотейпирование

Ортопедические воротники

Массаж при шейном остеохондрозе

Физиолечение

Медикаментозное лечение шейного остеохондроза

Профилактика шейного остеохондроза

К какому врачу обратиться

Какой врач лечит данное заболевание

Причины

Степени

Симптомы и признаки

Диагностика

Медикаментозное лечение

Таблетки от головокружения

Уколы при остеохондрозе

Лечение головной боли

Немедикаментозные методы терапии

Питание

Как спать при шейном остеохондрозе

Профилактика

Лечение в Москве

Список литературы

Факторы риска остеохондроза шейного отдела позвоночника

Симптомы

Основные симптомы:

Менее распространенные симптомы

Диагностика

Диагноз остеохондроза шейного отдела позвоночника может быть выставлен на основании таких данных как:

Состояния, ассоциированные с остеохондрозом шейного отдела позвоночника

Дегенерация дисков часто сопровождается другими патологическими состояниями, которые развиваются либо в одно и то же время, либо в некоторых случаях одно вызывает другое. Наиболее часто встречаются следующие состояния:

Лечение

Варианты консервативного лечения

Для лечения боли в шее, вызванной остеохондрозом, врач обычно рекомендует один или несколько следующих вариантов лечения:

Инъекции, такие как фасеточные инъекции, нервные или эпидуральные блокады. Они могут включать инъекцию кортикостероидов в определенную структуру для уменьшения местного воспаления:

Хирургическое лечение остеохондроза шейного отдела позвоночника

Оперативные методы лечения остеохондроза шейного отдела позвоночника обычно рассматриваются в двух случаях:

Основные хирургическими методами лечения остеохондроза шейного отдела позвоночника являются:

Кроме того, существует ряд других хирургических процедур для лечения остеохондроза шейного отдела позвоночника:

7. Ссылки на авторитетные источники

По возможности добавить ссылки на авторитетные источники.

Ссылки оформить после текста. Можно выделять в тексте сноски^[1], если с источника взята конкретная формулировка.

[1] Пример сноски из текста.

8. Дополнительные требования к тексту, например, списки, таблицы, и т.п.

Списки

Таблицы

Для контент-менеджера

9. Изображения (информация для контент-менеджера)

Количество тематических изображений, которое необходимо добавить в статью:

Кол-во изображений — 4

10. Перелинковка

Ключевые слова в таблице необходимо сделать анкерами для ссылок, которые указаны в соответствующей колонке. Ключевые слова в написанном тексте выделены **зеленым цветом**. Они могут немного отличаться словоформами от тех, которые указаны в этой таблице.

Ключевое слово	Ссылка для ключевого слова
остеохондроз позвоночника	https://clinic-spine.ru/blog/osteoondroz-pozvonochnika/

остеохондроз пояснично-крестцового отдела	https://docs.google.com/document/d/1Fpsyw5MvGD-idpYo5G7z6poC-t-098JNHbMmzlp4siA/edit
остеохондроз грудного отдела	https://docs.google.com/document/d/170m9bzKECBdPAaaEbgWuBBEw3ioa2vdOn-9GvkUvfN0/edit

11. Метатеги

Title: Остеохондроз шейного отдела позвоночника — симптомы, лечение у женщин и мужчин | clinic-spine.ru

Description: Как лечить шейный остеохондроз? Куда может отдавать боль от остеохондроза для женщин и мужчин. Симптомы, лечение и признаки остеохондроза шейного отдела позвоночника.

Рекомендации на утверждение

13. Рекомендации по оформлению / функционалу

Содержание

Таблицы

Маркированные/нумерованные списки

Важные вставки текста (Пример на скрине)

Важно помнить, что только врач может решать, как лечить остеохондроз шейного отдела позвоночника. Схема составляется индивидуально с учетом стадии болезни, сопутствующих патологий и индивидуальных особенностей организма пациента.

Часто задаваемые вопросы (Пример на скрине)

Часто задаваемые вопросы

1. Могут ли воспаляться лимфоузлы при шейном остеохондрозе?

В некоторых случаях воспаляются шейные и надключичные лимфоузлы, реже мышечные. Это связано со сдавливанием деформированными позвонками спинномозговой артерии и нервных корешков, которое приводит к нарушению лимфо- и кровотока.

2. Могут ли болеть и закладывать уши при шейном остеохондрозе?

Пациенты жалуются на ушную боль, снижение остроты слуха. Физиология уха, горла, носа, органов зрительной системы напрямую связана с правильным положением позвонков в шейном отделе и их достаточным кровоснабжением.

3. Может ли шейный остеохондроз отдавать в горло?

Боль в горле, ощущения кома, трудности с проглатыванием сопутствуют шейному остеохондрозу. Это происходит из-за сосудистых нарушений, ослабления кровотока в базилярной и позвоночных артериях.

4. Сколько лечится шейный остеохондроз?

Длительность лечения шейного остеохондроза зависит от стадии заболевания. Основная задача — остановить изменения и предупредить осложнения.