



# Evaluation du site adult-adhdsymptoms.com

Généré le 05 Mars 2026 12:10

Le score est de 75/100



## Optimisation du contenu

|             | Titre                                                                                                                                                         | Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|---------|---------|---------|-----------|---------|-------|--------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------|
|             |                                                                                                                                                               | Longueur : 48                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
|             |                                                                                                                                                               | Parfait, votre titre contient entre 10 et 70 caractères.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
|             | Description                                                                                                                                                   | Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms.                                                                                                                                                                                                                                                     |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
|             |                                                                                                                                                               | Longueur : 157                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
|             |                                                                                                                                                               | 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 <a href="#">ce générateur gratuit de balises META en ligne</a> 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>Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide</td></tr><tr><td>description</td><td>Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms.</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr></tbody></table> |          |         |         |         |         | Propriété | Contenu | title | Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide | description | Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms. | type | website |
| Propriété   | Contenu                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
| title       | Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
| description | Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
| type        | website                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |         |         |         |         |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |
|             | Niveaux de titre                                                                                                                                              | H1<br>1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | H2<br>10 | H3<br>1 | H4<br>8 | H5<br>0 | H6<br>0 |           |         |       |                                                  |             |                                                                                                                                                               |      |         |

## Optimisation du contenu

|                                                                                    |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] Adult ADHD Symptoms: Men vs. Women</li><li>• [H2] Introduction</li><li>• [H2] What Is Adult ADHD?</li><li>• [H2] General Symptoms of Adult ADHD</li><li>• [H2] ADHD Symptoms in Adult Women</li><li>• [H2] ADHD Symptoms in Adult Men</li><li>• [H2] Emotional and Behavioral Symptoms</li><li>• [H2] Signs of Adult ADHD in Daily Life</li><li>• [H2] Adult ADHD in Women vs. Men: Key Differences</li><li>• [H2] Adult ADHD Diagnosis and Next Steps</li><li>• [H2] FAQ</li><li>• [H3] Dana Morales</li><li>• [H4] About the Author</li><li>• [H4] Connect with Dana</li><li>• [H4] What are the first signs of adult ADHD?</li><li>• [H4] Do symptoms of ADHD differ in men and women?</li><li>• [H4] Can ADHD start in adulthood (adult-onset ADHD)?</li><li>• [H4] How is adult ADHD diagnosed?</li><li>• [H4] What are common emotional symptoms of adult ADHD?</li><li>• [H4] Can untreated ADHD get worse with age?</li></ul> |
|   | Images           | Nous avons trouvé 10 image(s) sur cette page Web.<br><br>Bien, la plupart ou la totalité de vos images possèdent un attribut alt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|  | Ratio texte/HTML | Ratio : 61%<br><br>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 dans la page      | Nous avons trouvé un total de 10 lien(s) dont 0 lien(s) vers des fichiers |
|  | Statistics              | Liens externes : noFollow 0%<br><br>Liens externes : Passing Juice 0%     |

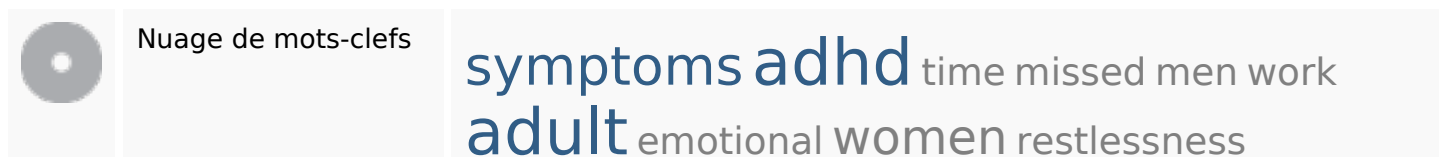
## Liens

Liens internes 100%

## Liens dans la page

| Texte d'ancre                | Type    | Juice         |
|------------------------------|---------|---------------|
| <a href="#">Introduction</a> | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Symptoms</a>     | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Emotional</a>    | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Daily Life</a>   | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Differences</a>  | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Diagnosis</a>    | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">FAQ</a>          | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">What Is</a>      | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Women</a>        | Interne | Passing Juice |
| <a href="#">Men</a>          | Interne | Passing Juice |

## Mots-clefs



## Cohérence des mots-clefs

| Mot-clef | Contenu | Titre | Mots-clefs | Description | Niveaux de titre |
|----------|---------|-------|------------|-------------|------------------|
| adhd     | 35      | ✓     | ✗          | ✓           | ✓                |
| adult    | 30      | ✓     | ✗          | ✓           | ✓                |
| symptoms | 23      | ✓     | ✗          | ✓           | ✓                |
| women    | 16      | ✓     | ✗          | ✓           | ✓                |

## Cohérence des mots-clefs

restlessness

12



## Ergonomie

|  |               |                                                                 |
|--|---------------|-----------------------------------------------------------------|
|  | Url           | Domaine : adult-adhdsymptoms.com<br>Longueur : 22               |
|  | 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 : 2<br>Avertissements : 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | 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        | <div> Attention! Essayez d'éviter les tableaux imbriqués au format HTML.</div> <div> Mauvais, votre site web utilise des styles css inline.</div> <div> Génial, votre site web contient peu de fichiers CSS.</div> <div> Parfait, votre site web contient peu de fichiers javascript.</div> |

## 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.

<http://adult-adhdsymptoms.com/sitemap.xml>



### Robots.txt

<http://adult-adhdsymptoms.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.