sensiPLAN®

	perturbaciones particularidades																																								
	hora de medir																																								
temperatura baja	dolor de 37,5																																								
	ovulación 37,4																																								
	dolor de mamas 37,3																																								
	37,2																																								
	37,1																																								
	abreviación 37,0																																								
	del moco 36,9																																								
	36,8																																								
	36,7																																								
	36,6																																								
	36,5																																								
	36,4																																								
	36,3																																								
	36,2																																								
	36,1																																								
	36,0																																								
	día del ciclo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
	fecha:																																								
	menstruación																																								
moco	sentir																																								
	aspecto																																								
cuello uterino	posición y abertura																																								
	consistencia																																								
	relación sexual																																								
	días fértiles																																								

Arbeitsgruppe NFP ©

no. del ciclo ☐☐☐

manera de medir

R ☐
V ☐
O ☐

1 temp. más alta des los ciclos pasados ☐☐

menos 8 ☐☐

1 temp. más alta del ciclo ☐☐

Usted quiere salir embarazada en el próximo ciclo?

sí ☐
no ☐
no sé ☐

Malteser
…weil Nähe zählt.