

Okolnosti ovlivňující teplotu	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
Čas měření:																																								
Bolest v podbříšku 37,5																																								
Napětí v prsou 37,4																																								
37,3																																								
37,2																																								
37,1																																								
37,0																																								
36,9																																								
36,8																																								
36,7																																								
36,6																																								
36,5																																								
36,4																																								
36,3																																								
36,2																																								
36,1																																								
Charakter hlenu 36,0																																								
Den cyklu	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
Datum:																																								
Menstruace																																								
HLEN																																								
Krvácení																																								
Subjektivní pocity																																								
Vzhled																																								
DĚLOŽNÍ ČÍPEK																																								
Poloha, branka																																								
Konzistence																																								
Pohlavní styk:																																								
Plodné dny:																																								

sensiPLAN®



Cyklus číslo

Místo měření

Pro určení posledního neplodného dne v první fázi cyklu, jestliže jste sledovala alespoň 12 cyklů:

den nejdřívejšího vzestupu teploty

minus 8

délka nejkratšího cyklu

minus 20

V tomto cyklu:

den vrcholu hlenu

1. den vzestupu tep

délka celého cyklu

délka druhé fáze

Přejete si v tomto cyklu otěhotnět?

 **Malteser**
... weil Nähe zählt.