sensiPLAN®

Besonderheiten																																								
Störungen																																								
Messzeit																																								
Mittelschmerz Brustsymptom 37,5																																								
37,4																																								
37,3																																								
37,2																																								
37,1																																								
S-Abkürzung 37,0																																								
36,9																																								
36,8																																								
36,7																																								
36,6																																								
36,5																																								
Basaltemperatur 36,4																																								
36,3																																								
36,2																																								
36,1																																								
36,0																																								
Zyklustag	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:																																								
Blutung																																								
Zervixschleim: Empfinden/ Fühlen																																								
Zervixschleim: Aussehen																																								
Gebärmutterhals: Lage und Öffnung																																								
Gebärmutterhals: Festigkeit																																								
Verkehr																																								
Fruchtbare Tage																																								

sensiPLAN
sensiPLAN

Arbeitsgruppe NFP©

Zyklus-Nr. ☐☐☐

Messweise

After ☐
Scheide ☐
Mund ☐

Früheste 1. höhere Messung aus den vorangegangenen Zyklen ☐☐

minus 8 ☐☐

1. höhere Messung in diesem Zyklus ☐☐

Wollen Sie in diesem Zyklus schwanger werden?

ja ☐
nein ☐
unentschieden ☐

Malteser
…weil Nähe zählt.