sensiPLAN®

Perturbations/ Remarques																																										
Heure de prise de température																																										
Douleur abdominale																																										
Sensibilité des seins																																										
Abréviation	37,5																																									
	37,4																																									
	37,3																																									
	37,2																																									
	37,1																																									
	37,0																																									
Température basale	36,9																																									
	36,8																																									
	36,7																																									
	36,6																																									
	36,5																																									
	36,4																																									
	36,3																																									
	36,2																																									
	36,1																																									
	36,0																																									
Jour du cycle		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
Date:																																										
Règles																																										
Glaire	Sensation																																									
	Apparence																																									
Col	Position et Ouverture																																									
	Consistance																																									
Relation sexuelle																																										
Jours fertiles																																										

Cycle-n° ☐☐☐

Prise de température
- Rectale ☐
- Vaginale ☐
- Orale ☐

1ère température haute le plus tôt parmi les cycles précédents ☐☐

Moins 8 ☐☐

1ère température haute danse ce cycle ☐☐

Intention de grossesse pour le cycle suivant
- Oui ☐
- Non ☐
- Indécise ☐

Malteser
...weil Nähe zählt.