		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
perturbações particularidades																																										
hora de medir																																									
temperatura basal dor ovulatória / tensão mamária	37,5																																								
	37,4																																							
	37,3																																							
	37,2																																							
	37,1																																							
abreviações para o muco	37,0																																							
	36,9																																							
	36,8																																							
	36,7																																							
	36,6																																							
	36,5																																							
	36,4																																							
	36,3																																							
	36,2																																							
	36,1																																							
	36,0																																							
dia do 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
data:																																									
menstruacao																																									
muco cervical sensação																																									
aspecto																																									
colo uterino posição + abertura																																									
consistência																																									
relações sexuais																																									
dias férteis																																									

sensiPLAN

sensiPLAN

sensiPLAN®

n° do ciclo observado ☐☐☐

maneira de medir

- retal ☐
- vaginal ☐
- oral ☐

preenche-se somente, se a curvas de temperatura de pelo menos 12 ciclos são conhecidos

Iª medição mais alta entre os 12 últimos ciclos ☐☐

Iª medição mais alta entre os 12 últimos ciclos menos 08 ☐☐

Iª medição mais alta deste ciclo ☐☐

Deseja engravidar no próximo ciclo

- sim ☐
- não ☐
- não sabe ☐

Malteser
…weil Nähe zählt.