sensiPLAN®

molestias/ particularidades																																											
hora de medición																																											
dolor de ovulación																																											
dolor de mamas																																											
abreviación de moco cervical																																											
temperatura corporal basal 37,5																																											
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																																											
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:																																											
menstruatión																																											
moco cervical sensacion																																											
aspecto																																											
cuello uterino posición y apertura																																											
firmeza																																											
relación sexual																																											
días fértiles																																											

no. del ciclo ☐☐☐

Forma de medición
- rectal ☐
- vaginal ☐
- oral ☐

Más temprana temperatura más alta de los ciclos anteriores ☐☐

menos 8 ☐☐

Primera temperatura más alta en este ciclo ☐☐

Busca un embarazo este ciclo?
- sí ☐
- no ☐
- indeciso ☐

Malteser
...weil Nähe zählt.