

Okolnosti ovlivňující teplotu																																									
Čas měření:																																									
TEPLOTA																																									
	Den cyklu:																																								
Datum:																																									
HLEN	Krvácení																																								
	Subjektivní pocity																																								
	Vzhled																																								
	Vrchol Hlenu																																								
DELOZ NI ČÍPEK	Charakter hlenu																																								
	Poloha, branka																																								
Konzistence																																									
Bolest v podbřišku																																									
Napětí v prsou																																									
Pohlavní styk																																									
Plodné dny																																									

**Datum - první den cyklu:**

den      měsíc      rok

      

**Cyklus číslo:**

**Místo měření:**

konečník      ústa      pochva

      

**Použitý teploměr:**

klasický      digitální

  

**Za posledních 12 cyklů:**

den nejdřívějšího vzestupu teploty   

minus 8   

z cyklu č.   

délka nejkratšího cyklu   

minus 20   

z cyklu č.   

**V tomto cyklu:**

den vrcholu hlenu   

1. den vzestupu teploty   

délka celého cyklu   

délka druhé fáze   

**Přejeme si v tomto cyklu otěhotnět?**

ano      ne      ?