

Okolnosti ovlivňující teplotu																																											
Čas měření:																																											
TEPLOTA	TEPLOTA																																										
		Den cyklu:		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:		13.01 14.01 15.01 16.01 17.01 18.01 19.01 20.01 21.01 22.01 23.01 24.01 25.01 26.01 27.01 28.01 29.01 30.01 31.01 01.02 02.02 03.02 04.02 05.02 06.02 07.02 08.02 09.02 10.02 11.02 12.02 13.02 14.02 15.02 16.02 17.02 18.02 19.02 20.02 21.02																																							
		HLEN	Krvácení																																								
			Subjektivní pocity	x xx xxx xxx xx x sucho vlhko mokro vlhko vlhko sucho sucho sucho vlhko vlhko vlhko kluzko vlhko sucho sucho																																							
			Vzhled	žadný žadný žadný žadný žadný žadný žadný žadný hustý hustý hustý jako vaj.bílek, průhledný hustý žadný žadný																																							
			Vrchol Hlenu																																								
		DELOZ NI ČÍPEK	Charakter hlenu																																								
			Poloha, branka																																								
		DELOZ NI ČÍPEK	Konzistence																																								
			Bolest v podbříšku																																								
			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 ?