

Okolnosti ovlivňující teplotu																																											
Čas měření:		6:00																																									
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:		11.01 12.01 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																																							
		HLEN	Krvácení	krvácení krvácení krvácení krvácení špinění špinění sucho sucho sucho sucho sucho sucho vlhko vlhko vlhko vlhko vlhko vlhko kluzko celý den vlhko vlhko vlhko vlhko vlhko																																							
			Subjektivní pocity	krvácení krvácení krvácení krvácení špinění špinění sucho sucho sucho sucho sucho sucho vlhko vlhko vlhko vlhko vlhko vlhko kluzko celý den vlhko vlhko vlhko vlhko vlhko																																							
			Vzhled																																								
			Vrchol Hlenu	bílý bílý krémový krémový krémový hodně mokro bílý bílý bílý bílý nic																																							
		DELOZ NI ČÍPEK	Charakter hlenu																																								
			Poloha, branka																																								
		DELOZ NI ČÍPEK	Konzistence																																								
			Bolest v podbřišku	X																																							
			Napětí v prsou	X X																																							
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 ?