| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Okolnosti ovlivňující teplotu | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Čas měření: | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | 5:30 | | | | | | | | | | | | | |
| 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: | 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 | 22.02 | 23.02 | 24.02 | 25.02 | 26.02 | 27.02 | 28.02 | 01.03 | 02.03 | 03.03 | 04.03 | 05.03 | 06.03 | 07.03 | 08.03 | 09.03 | 10.03 | 11.03 | 12.03 | 13.03 | 14.03 | 15.03 | 16.03 | 17.03 | 18.03 | | | |
| HLEN – Krvácení / Subjektivní pocity | ano | ano | ano | ano | ano | špinění | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| HLEN – Vzhled | | | | | | | | | | | | | | hrudky | hrudky | hustý | hustý | hustý | řídký | řídký | řídký | bílý hustý | hustý | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| HLEN – Vrchol Hlenu | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| HLEN – Charakter hlenu | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| DELOŽNÍ ČÍPEK – Poloha, branka | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| DELOŽNÍ ČÍPEK – Konzistence | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bolest v podbřišku | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Napětí v prsou | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pohlavní styk | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Plodné dny | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

**Datum - první den cyklu:**

| den | měsíc | rok |
|---|---|---|
| 7 | 2 | 2021 |

**Cyklus číslo:** 2

**Místo měření:**

| konečník | ústa | pochva |
|---|---|---|
| | | x |

**Použitý teploměr:**

| klasický | digitální |
|---|---|
| | x |

**Za posledních 12 cyklů:**

| | |
|---|---|
| den nejdřívějšího vzestupu teploty | 25 |
| minus 8 | |
| z cyklu č. | 1 |
| délka nejkratšího cyklu | 35 |
| minus 20 | |
| z cyklu č. | 1 |

**V tomto cyklu:**

| | |
|---|---|
| den vrcholu hlenu | |
| 1. den vzestupu teploty | |
| délka celého cyklu | |
| délka druhé fáze | |

**Přejeme si v tomto cyklu otěhotnět?**

| ano | ne | ? |
|---|---|---|
| x | | |