

Okolnosti ovlivňující teplotu											nachlazení	nachlazení	nachlazení	nachlazení	nachlazení	nachlazení																											
Čas měření:		5:20										5:20																															
TEPLOTA	37,3																																				37,3						
	37,2																																				37,2						
	37,1																																				37,1						
	37,0																																				37,0						
	36,9																																				36,9						
	36,8																																					36,8					
	36,7																																					36,7					
	36,6																																					36,6					
	36,5																																					36,5					
	36,4																																					36,4					
	36,3																																					36,3					
	36,2																																					36,2					
	36,1																																					36,1					
36,0																																					36,0						
35,9																																					35,9						
35,8																																					35,8						
35,7																																					35,7						
35,6																																					35,6						
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:		10.04	11.04	12.04	13.04	14.04	15.04	16.04	17.04	18.04	19.04	20.04	21.04	22.04	23.04	24.04	25.04	26.04	27.04	28.04	29.04	30.04	01.05	02.05	03.05	04.05	05.05	06.05	07.05	08.05	09.05	10.05	11.05	12.05	13.05	14.05	15.05	16.05	17.05	18.05	19.05		
HILEN	Krvácení																																										
	Subjektivní pocity	x Bolest	xxxx	xxx	xx	xx	x				mokro		mokro		spíše sucho	mokro	sucho	sucho	sucho		sucho	sucho	sucho	x	xx	xx	x	špinění slabě	špinění slabě	spíše sucho	sucho	sucho											
	Vzhled							vazký	vazký	vazký	bílkek	bílkek	málo						bílý hustý	bílý hustý																							
	Vrchol Hlenu																																										
	Charakter hlenu																																										
DELOZ NI ČÍPEK	Poloha, branka																																										
	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 ?