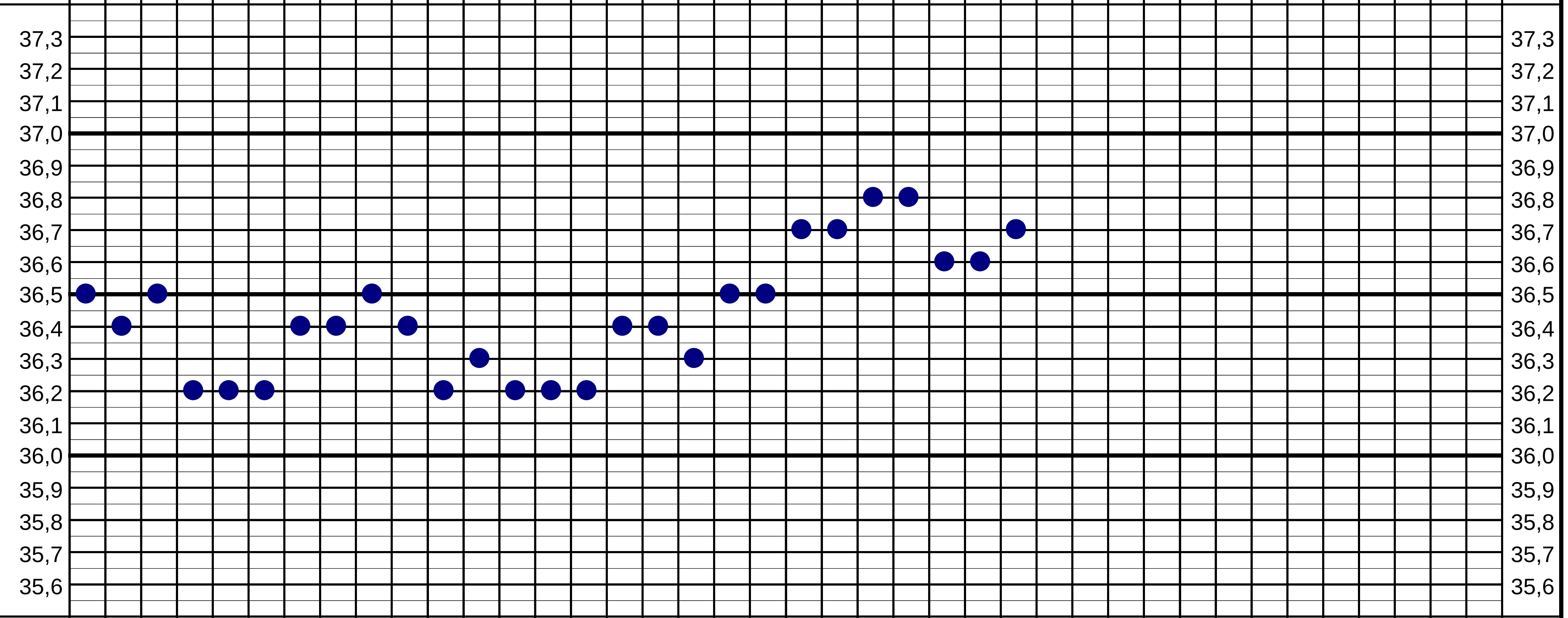
| Den cyklu: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Okolnosti ovlivňující teplotu | | návrat z dovolené | krátký spánek | | | | | | | cyklistika | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Čas měření: | 8:00 | 8:00 | 8:00 | 6:20 | 6:15 | 6:15 | 7:30 | 6:15 | 8:30 | 7:45 | 6:15 | 6:15 | 6:15 | 6:15 | 6:20 | 8:30 | 8:30 | 6:00 | 6:15 | 6:15 | 6:15 | 6:15 | 6:30 | 8:15 | 6:15 | 6:10 | 6:10 | | | | | | | | | | | | | |
| Datum: | 29.06 | 30.06 | 01.07 | 02.07 | 03.07 | 04.07 | 05.07 | 06.07 | 07.07 | 08.07 | 09.07 | 10.07 | 11.07 | 12.07 | 13.07 | 14.07 | 15.07 | 16.07 | 17.07 | 18.07 | 19.07 | 20.07 | 21.07 | 22.07 | 23.07 | 24.07 | 25.07 | 26.07 | 27.07 | 28.07 | 29.07 | 30.07 | 31.07 | 01.08 | 02.08 | 03.08 | 04.08 | 05.08 | 06.08 | 07.08 |

TEPLOTA




HLEN

| | 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Krvácení / Subjektivní pocity | xx | xxxx | xxxxx | xxxx | xx | hnědé špinění | hnědé špinění | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | vlhko | sucho | sucho | vlhko | | | | | | | | | | | | | | |
| Vzhled | | | | | | | | x | x | x | x | nažloutlý, hustý | nažloutlý, hustý, tažný | nažloutlý, hustý | nažloutlý | bělavý tažný | bělavý tažný | bělavý, tažný | nažloutlý, hustý | hustý | hustý | hustý | x | x | x | x | | | | | | | | | | | | | | |
| Vrchol Hlenu | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Charakter hlenu | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| DĚLOŽNÍ ČÍPEK: Poloha, branka | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| DĚLOŽNÍ ČÍPEK: Konzistence | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bolest v podbřišku | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Napětí v prsou | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Pohlavní styk | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Plodné dny | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

**Datum - první den cyklu:**

| den | měsíc | rok |
|---|---|---|
| 29 | 6 | 18 |

**Cyklus číslo:** 18

**Místo měření:**

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

**Použitý teploměr:**

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

**Za posledních 12 cyklů:**

| | |
|---|---|
| den nejdřívějšího vzestupu teploty | 15 |
| minus 8 | 7 |
| z cyklu č. | 16 |
| délka nejkratšího cyklu | 26 |
| minus 20 | 6 |
| z cyklu č. | 4 |

**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 | | |