sensiPLAN®

zakłócenia/ szczególne okoliczności																																									
czas pomiaru																																									
ból owulacyjny napięcie piersi	37,5																																								
	37,4																																								
	37,3																																								
	37,2																																								
	37,1																																								
skróty	37,0																																								
temperatura podstawowa	36,9																																								
	36,8																																								
	36,7																																								
	36,6																																								
	36,5																																								
	36,4																																								
	36,3																																								
	36,2																																								
	36,1																																								
	36,0																																								
dzień 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
data:																																									
krwawienie																																									
śluz szyjkowy	odczucie konsystencja																																								
	wyglad																																								
szyjka macicy	pozycja + rozwarcie																																								
	twardość																																								
współżycie																																								
dni płodne																																								

numer cyklu ☐☐☐

sposób pomiaru
- w odbycie ☐
- w pochwie ☐
- w ustach ☐

Najwcześniejszy 1. wyższy pomiar z poprzednich cykli ☐☐

minus 8 ☐☐

1. wyższy pomiar w tym cyklu ☐☐

Czy pragniesz w następnym cyklu zajść w ciążę?
- tak ☐
- nie ☐
- nie wiem ☐

Malteser
…weil Nähe zählt.