okolnosti ovplyvňujúce teplotu																																					
čas merania																																					
bolesť v podbrušku																																					
37,5																																					
37,4																																					
37,3																																					
37,2																																					
37,1																																					
37																																					
36,9																																					
36,8																																					
36,7																																					
36,6																																					
36,5																																					
36,4																																					
36,3																																					
36,2																																					
hlien																																					
deň 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
dátum																																					
HLIEN krvácanie																																					
HLIEN subjektívne pocity																																					
HLIEN vzhľad																																					
pohlavný styk																																					
plodné dni																																					

Dátum - prvý deň cyklu

Cyklus číslo

K	Ú	P

Miesto merania

Na určenie posledného neplodného dňa v prvej fáze cyklu, ak ste sa sledovala aspoň 12 cyklov

deň najskoršieho vzostupu teploty — z cyklu č.

mínus 8

dĺžka najkratšieho cyklu — z cyklu č.

mínus 20

plodné obdobie začína:

v tomto cykle:

deň vrcholu hlienu

1. deň vzostupu teploty

dĺžka celého cyklu

dĺžka druhej fázy

Prajete si v tomto cykle otehotnieť?

ÁNO	NIE	?

V prípade akýkoľvek nejasností nám pokojne zavolajte: Evina/0903 352 450 Luboš/0904 265 385