Menstruační cyklus dle STM

Věk: _____ Hodnocený cyklus č.: _____

Datum: _____ Délka tohoto cyklu: ____ Posledních 12 cyklů: nejkratší: ___ nejdelší: ___ obvykle: ___ OVU obvykle: _____

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
datum																																					
den v týdnu																																					
obvyklá doba _____ měření teploty																																					
počet dnů luteální fáze																																					
bazální teplota	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9
den cyklu: zakroužkuj tulení	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
hlen – vaječný bílek																																					
hlen – krémový																																					
hlen – lepkavý																																					
bez hlenu, krvácení, špinění																																					
vrchol																																					
čípek (T,S,M)																																					
poznámky (antikoncepce těhotenský test nemoc ap.)																																					

Menstruační cyklus dle STM

Věk: _____ Hodnocený cyklus č.: _____

Datum: _____ Délka tohoto cyklu: ____ Posledních 12 cyklů: nejkratší: ___ nejdelší: ___ obvykle: ___ OVU obvykle: _____

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
datum																																					
den v týdnu																																					
obvyklá doba _____ měření teploty																																					
počet dnů luteální fáze																																					
bazální teplota	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9	36,9
den cyklu: zakroužkuj tulení	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
hlen – vaječný bílek																																					
hlen – krémový																																					
hlen – lepkavý																																					
bez hlenu, krvácení, špinění																																					
vrchol																																					
čípek (T,S,M)																																					
poznámky antikoncepce těhotenský test nemoc ap.																																					