Storingen/ bijzonderheden

Meettijd:

Ovulatiepijn
Borstsymptoom

S-afkorting

Temperatuur

37,5
37,4
37,3
37,2
37,1
37,0
36,9
36,8
36,7
36,6
36,5
36,4
36,3
36,2
36,1
36,0

Uitlezing thermometer

Cyclusdag	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:																																									

Bloeding

Ervaren/ voelen

Slijm

Uiterlijk

Baar-moeder-hals

Ligging + opening

Stevigheid

Gemeenschap

Vruchtbare dagen

sensiPLAN

Cyclus-nr.: | | | |

Meetwijze: R O V

Temperatuurstijging in de vorige cyclus?

Ja
Nee

Vroegste 1e hogere meting uit de voorgaande cycli:

min 8 =

1e hogere meting in deze cyclus:

Wilt u in deze cyclus zwanger worden?

Ja
Nee
Onbeslist

Code-nr.:

©

NFP NEDERLAND

NB. De hoge betrouwbaarheid van 0,4 en 1,8 Pearl Index wordt behaald na het volgen van de Sensiplan-cursus.