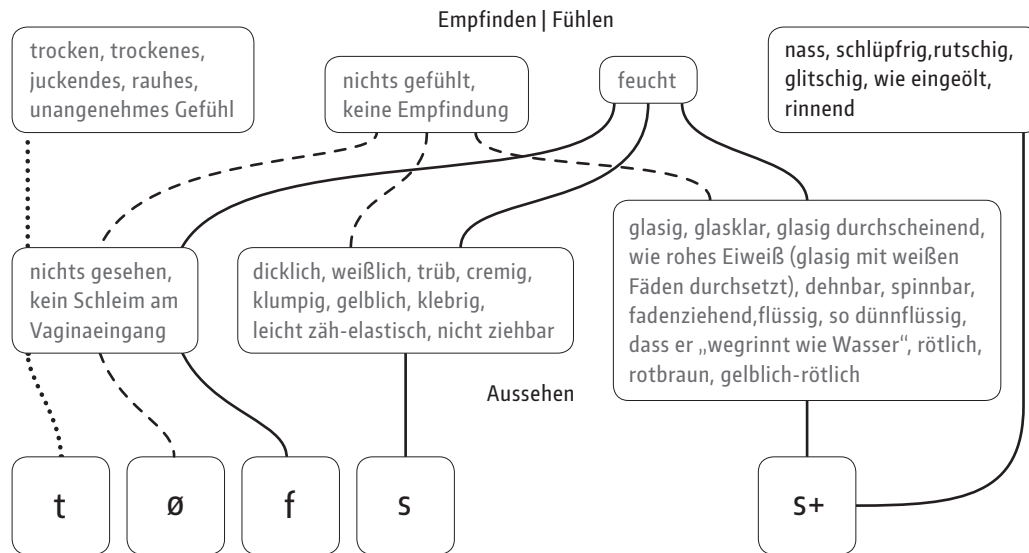


- S 1 - Übersichten
- S 2+3 - Zyklustabelle + Rückseite für Notizen
- S 4+5 - Erweiterung Zyklustabelle zum Ankleben + Rückseite für Notizen

Übersicht Schleimkürzel



Rundungstabelle

gemessen gerundet		gemessen gerundet		gemessen gerundet		gemessen gerundet	
35,98		36,38		36,78		37,18	
35,99		36,39		36,79		37,19	
36,00	36,00	36,40	36,40	36,80	36,80	37,20	37,20
36,01		36,41		36,81		37,21	
36,02		36,42		36,82		37,22	
36,03		36,43		36,83		37,23	
36,04		36,44		36,84		37,24	
36,05	36,05	36,45	36,45	36,85	36,85	37,25	37,25
36,06		36,46		36,86		37,26	
36,07		36,47		36,87		37,27	
36,08		36,48		36,88		37,28	
36,09		36,49		36,89		37,29	
36,10	36,10	36,50	36,50	36,90	36,90	37,30	37,30
36,11		36,51		36,91		37,31	
36,12		36,52		36,92		37,32	
36,13		36,53		36,93		37,33	
36,14		36,54		36,94		37,34	
36,15	36,15	36,55	36,55	36,95	36,95	37,35	37,35
36,16		36,56		36,96		37,36	
36,17		36,57		36,97		37,37	
36,18		36,58		36,98		37,38	
36,19		36,59		36,99		37,39	
36,20	36,20	36,60	36,60	37,00	37,00	37,40	37,40
36,21		36,61		37,01		37,41	
36,22		36,62		37,02		37,42	
36,23		36,63		37,03		37,43	
36,24		36,64		37,04		37,44	
36,25	36,25	36,65	36,65	37,05	37,05	37,45	37,45
36,26		36,66		37,06		37,46	
36,27		36,67		37,07		37,47	
36,28		36,68		37,08		37,48	
36,29		36,69		37,09		37,49	
36,30	36,30	36,70	36,70	37,10	37,10	37,50	37,50
36,31		36,71		37,11		37,51	
36,32		36,72		37,12		37,52	
36,33		36,73		37,13			
36,34		36,74		37,14			
36,35	36,35	36,75	36,75	37,15	37,15		
36,36		36,76		37,16			
36,37		36,77		37,17			

Übersicht Sonderregeln

Temperatur	Schleim
1) Ist die 3hM nicht 0,2°C höher als die Hilfslinie (HiLi) muss ein 4ter Wert abgewartet werden, der ebenfalls über der HiLi liegt, aber nicht unbedingt 0,2°C höher als die HiLi.	Tritt vor abgeschlossener
2) Zwischen den 3 erforderlichen höheren Messungen kann eine unter oder auf die HiLi fallen. Dieser Wert wird nicht gezählt und auch nicht umrandet.	1) Schleim-Auswertung oder 2) Temperatur-Auswertung wieder die gleiche Schleimhöhepunkt (SH) auf, muss mit der Schleimauswertung neu begonnen werden.

Zyklus #	Datum	Messung	wo	min	früheste 1hM	Minus 8	Beobachtung für																																			
Geschlechtsverkehr																																										
Barrieremethode																																										
MuMu Festigkeit																																										
Öffnung + Lage																																										
natürlich-informiert.de • melamint.net	Aussehen																																									
	Empfinden																																									
Mens + Schleim																																										
< 37,52°	37,5°																																									
< 37,47°																																										
< 37,42°	37,4°																																									
< 37,37°																																										
< 37,32°	37,3°																																									
< 37,27°																																										
< 37,22°	37,2°																																									
< 37,17°																																										
< 37,12°	37,1°																																									
< 37,07°																																										
< 37,02°	37,0°																																									
< 36,97°																																										
< 36,92°	36,9°																																									
< 36,87°																																										
< 36,82°	36,8°																																									
< 36,77°																																										
< 36,72°	36,7°																																									
< 36,67°																																										
< 36,62°	36,6°																																									
< 36,57°																																										
< 36,52°	36,5°																																									
< 36,47°																																										
< 36,42°	36,4°																																									
< 36,37°																																										
< 36,32°	36,3°																																									
< 36,27°																																										
< 36,22°	36,2°																																									
< 36,17°																																										
< 36,12°	36,1°																																									
< 36,07°																																										
< 36,02°	36,0°																																									
Zyklustag	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	41	42
Datum																																										
Wochentag																																										
Messuhrzeit																																										
Störungen																																										
Besonderheiten																																										
Medikamente																																										

Zyklus #	Datum	Messung	wo	min	früheste 1hM	Minus 8	Beobachtung für
1			15				29
-			-				-
-			-				-
2			16				30
-			-				-
-			-				-
3			17				31
-			-				-
-			-				-
4			18				32
-			-				-
-			-				-
5			19				33
-			-				-
-			-				-
6			20				34
-			-				-
-			-				-
7			21				35
-			-				-
-			-				-
8			22				36
-			-				-
-			-				-
9			23				37
-			-				-
-			-				-
10			24				38
-			-				-
-			-				-
11			25				39
-			-				-
-			-				-
12			26				40
-			-				-
-			-				-
13			27				41
-			-				-
-			-				-
14			28				42
-			-				-
-			-				-

Orientierungshilfe
umschlagen (nicht knicken)

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°

A grid of 38 columns and 2 rows. The top row has solid vertical lines, and the bottom row has dashed vertical lines.

A large grid of 38 columns and 12 rows. All vertical lines are dotted.

A grid of 38 columns and 2 rows. The top row has solid vertical lines, and the bottom row has dashed vertical lines.

Orientierungshilfe
umschlagen (nicht knicken)

43	58	73
-	-	-
-	-	-
44	59	74
-	-	-
-	-	-
45	60	75
-	-	-
-	-	-
46	61	76
-	-	-
-	-	-
47	62	77
-	-	-
-	-	-
48	63	78
-	-	-
37,5°	-	-
37,4°	-	-
37,3°	49	79
37,2°	-	-
-	-	-
37,1°	-	-
37,0°	50	80
-	-	-
36,9°	-	-
36,8°	51	81
36,7°	-	-
-	-	-
36,6°	-	-
36,5°	52	82
-	-	-
36,4°	-	-
36,3°	53	83
36,2°	-	-
-	-	-
36,1°	-	-
36,0°	54	84
-	-	-
-	-	-
55	70	85
-	-	-
-	-	-
56	71	86
-	-	-
-	-	-
57	72	87
-	-	-
-	-	-