

Zyklustabelle

Monat: August/September

Wochentag (O1)	25	26	27	28	29	30	31	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									
Blutung*	M	S	S	M	L																									M	S	S									
Zwischenblutung (Z)																																									
Messzeitpunkt (00:00)	8:00	7:45	7:45	8:00	8:15	8:30	9:00	8:00	8:00	8:15	8:15	8:30	8:00	8:00	7:45	8:00	8:00	8:15	8:30	7:45	8:15	8:30	8:30	8:30	8:00	7:45	7:45	9:00	8:00												
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	
37,5 °C																																									
37,4 °C																																									
37,3 °C																																									
37,2 °C																																									
37,1 °C																																									
37,0 °C																																									
36,9 °C																																									
36,8 °C																																									
36,7 °C																																									
36,6 °C																																									
36,5 °C																																									
36,4 °C																																									
36,3 °C																																									
36,2 °C																																									
36,1 °C																																									
36,0 °C																																									
35,9 °C																																									
35,8 °C																																									
35,7 °C																																									
35,6 °C																																									
35,5 °C																																									
Besonderheiten	Krämpfe		Erkältung						Krämpfe				Kopfschmerzen	Kopfschmerzen								empfindl. Brust									empfindl. Brust										
Mittelschmerz (M)																	M																								
Schleimstruktur**	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	F	F	S	S	S	S	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O		
Geschlechtsverkehr			X										X															X	X												
Muttermund*** Lage						t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	h	h	h	h	h	h	h	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t	t		
Muttermund*** Festigkeit						f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	w	w	w	w	w	w	w	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f	f		

* Blutung Abkürzungen: L = leicht, M = mittel, S = stark
 ** Schleimstruktur Abkürzungen: F = flockig, klebrig, wenig Schleim / S = spinnbar
 *** Muttermund Abkürzungen: Lage: h = hoch / t = tief / Festigkeit: f = fest / w = weich durchsichtig, flüssig / O = ohne Schleim