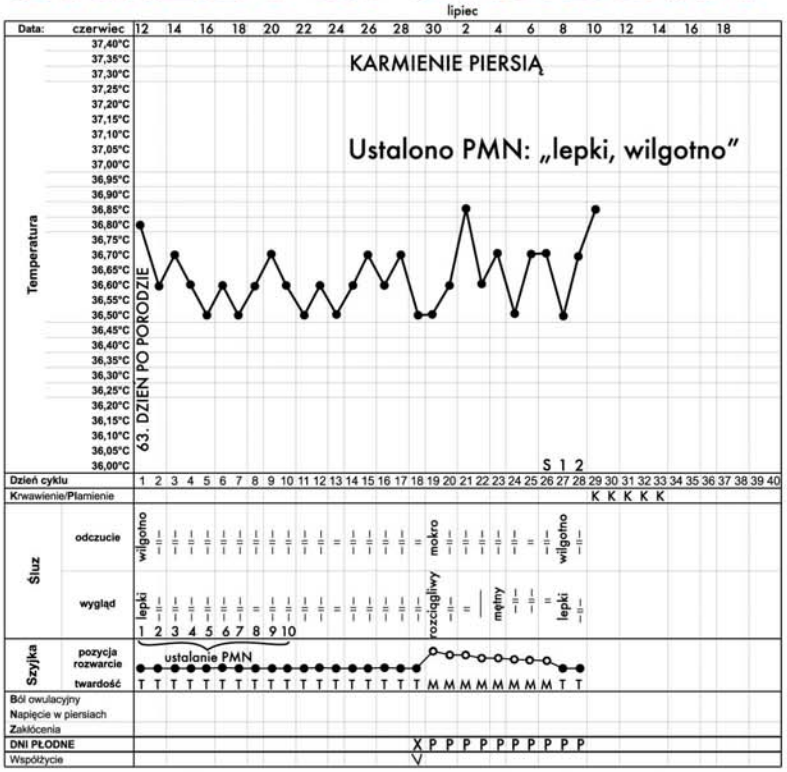
OKRES POPORODOWY



Polskie Stowarzyszenie Nauczycieli Naturalnego Planowania Rodziny

KARTA OBSERWACJI CYKLU

Anna

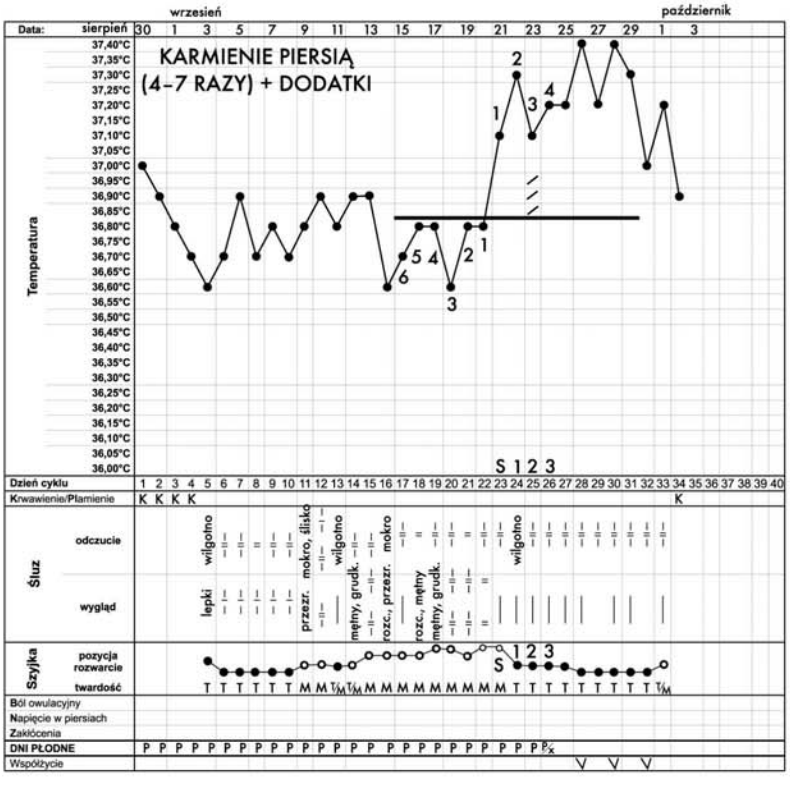
PORÓD: 11.04. – DRUGIE DZIECKO

Cykl nr	[X][X]
Numer kolejnej karty cyklu	[ ][1]
Ostatni dzień miesiączki	[–]
Najkrótszy cykl minus 21/20	[–]
Dzień wystąpienia pierwszego śluzu	[ ][ ]
Dzień wystąpienia śluzu wysoce płodnego	[1][9]
Dzień szczytu objawu śluzu	[2][6]
Dzień szczytu objawu śluzu + 3	[ ][ ]
Dzień szczytu objawu szyjki	[ ][ ]
Dzień szczytu objawu szyjki + 3	[ ][ ]
Trzeci dzień temperatury powyżej linii pokrywającej	[ ][ ]
Długość fazy lutealnej	[ ][ ]
Długość okresu poporodowego	[9][0]
Najwcześniejszy skok (pierwszy dzień wyższej temp.)	[ ][ ]
Najdłuższy z ostatnich [ ] cykli	[ ][ ]
Najkrótszy z ostatnich [ ] cykli	[ ][ ]
Godzina pomiaru temperatury	4^{00}–6^{00}

Miejsce pomiaru temperatury: usta [ ] odbyt [ ] pochwa [V]

Wzrost temperatury w poprzednim cyklu: tak [ ] nie [ ]

CYKL PO PORODZIE



Polskie Stowarzyszenie Nauczycieli Naturalnego Planowania Rodziny

KARTA OBSERWACJI CYKLU

Anna

Cykl nr	[ ][2]
Numer kolejnej karty cyklu	[ ][1]
Ostatni dzień miesiączki	[4]
Najkrótszy cykl minus 21/20	[–]
Dzień wystąpienia pierwszego śluzu	[–]
Dzień wystąpienia śluzu wysoce płodnego	[1][1]
Dzień szczytu objawu śluzu	[2][3]
Dzień szczytu objawu śluzu + 3	[2][6]
Dzień szczytu objawu szyjki	[2][3]
Dzień szczytu objawu szyjki + 3	[2][6]
Trzeci dzień temperatury powyżej linii pokrywającej	4 [2][6]
Długość fazy lutealnej	[1][1]
Długość cyklu	[3][3]
Najwcześniejszy skok (pierwszy dzień wyższej temp.)	[ ][ ]
Najdłuższy z ostatnich [ ] cykli	[ ][ ]
Najkrótszy z ostatnich [ ] cykli	[ ][ ]
Godzina pomiaru temperatury	5^{00}–8^{30}

Miejsce pomiaru temperatury: usta [ ] odbyt [ ] pochwa [V]

Wzrost temperatury w poprzednim cyklu: tak [V] nie [ ]