## Menstruační cyklus dle STM

Měsíc: _____ Cyklus č.: _____

Délka cyklu: ____ Posledních 12 cyklů: min: ____ max: ____ obvykle: ____ OVU obvykle: _____

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| počet dnů luteální fáze | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| _____ datum prvního dne cyklu | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 |
| bazální teplota | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 |
| obvyklá doba měření _____ teploty | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 |
| den cyklu, označ tulení | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – vaječný bílek | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – krémový | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – lepkavý | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| krvácení, vrchol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| čípek (T,S,M) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| poznámky (antikoncepce těhotenský test nemoc ap.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |


## Menstruační cyklus dle STM

Měsíc: _____ Cyklus č.: _____

Délka cyklu: ____ Posledních 12 cyklů: min: ____ max: ____ obvykle: ____ OVU obvykle: _____

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| počet dnů luteální fáze | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| _____ datum prvního dne cyklu | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 |
| bazální teplota | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 |
| obvyklá doba měření _____ teploty | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 |
| den cyklu, označ tulení | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – vaječný bílek | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – krémový | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – lepkavý | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| krvácení, vrchol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| čípek (T,S,M) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| poznámky (antikoncepce těhotenský test nemoc ap.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



## Menstruační cyklus dle STM

Měsíc: _____ Cyklus č.: _____

Délka cyklu: ____ Posledních 12 cyklů: min: ____ max: ____ obvykle: ____ OVU obvykle: _____

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| počet dnů luteální fáze | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| _____ datum prvního dne cyklu | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 |
| bazální teplota | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 |
| obvyklá doba měření _____ teploty | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 |
| den cyklu, označ tulení | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – vaječný bílek | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – krémový | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – lepkavý | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| krvácení, vrchol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| čípek (T,S,M) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| poznámky (antikoncepce těhotenský test nemoc ap.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



## Menstruační cyklus dle STM

Měsíc: _____ Cyklus č.: _____

Délka cyklu: ____ Posledních 12 cyklů: min: ____ max: ____ obvykle: ____ OVU obvykle: _____

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| počet dnů luteální fáze | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| _____ datum prvního dne cyklu | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 | 32 1 37 |
| bazální teplota | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 | 9 8 7 6 5 4 3 2 1 |
| obvyklá doba měření _____ teploty | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 | 36 9 8 7 |
| den cyklu, označ tulení | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – vaječný bílek | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – krémový | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| hlen – lepkavý | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| krvácení, vrchol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| čípek (T,S,M) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| poznámky (antikoncepce těhotenský test nemoc ap.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |