Storingen/ bijzonderheden																																												
Meettijd:																																												
Ovulatiepijn																																												
Borstsymptoom	37,5																																											
	37,4																																											
	37,3																																											
	37,2																																											
	37,1																																											
S-afkorting	37,0																																											
	36,9																																											
Temperatuur	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																																												
Hardheid																																												
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 de volgende 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-basiscursus.