sensiPLAN®

Allaitement

fréquence																																												
nourriture la nuit																																												
suppléments																																												
Perturbations Remarques																																												
Heure de prise de température																																												
Douleur d'Ovulation	37.5																																											
	37.4																																											
Tension des Seins	37.3																																											
	37.2																																											
	37.1																																											
Abréviation	37.0																																											
Température	36.9																																											
	36.8																																											
	36.7																																											
	36.6																																											
	36.5																																											
	36.4																																											
	36.3																																											
	36.2																																											
	36.1																																											
	36.0	Di						Di							Di							Di						Di							Di									Di
Jours après naissance																																												
Date:																																												
Lochies/Saignements																																												
Glaire	Sensation/ Sensation à la vulve																																											
	Apparence																																											
Col de l'utérus	Position + Ouverture																																											
	Consistance																																											
Rapports																																												
Jours fertiles																																												

Cycle-n°

☐☐☐

Prise de température

rectale ☐

vaginale ☐

orale ☐

Date de naissance

jour ☐☐

mois ☐☐

année ☐☐