Perturbations Remarques																																										
Heure de prise de température																																										
Douleur d'Ovulation Tension des Seins	37.5																																									
	37.4																																									
	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																																									
Jour du cycle		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
Date:																																										
Saignements																																										
Glaire	Sensation/ Sensation à la vulve																																									
	Apparence																																									
Col de l'utérus	Position + Ouverture																																									
	Consistance																																									
Rapports																																										
Jours fertiles																																										

sensiPLAN®

Cycle-n° ☐☐☐

Prise de température
- rectale ☐
- vaginale ☐
- orale ☐

1ère température haute la plus précoce parmi les cycles précédents ☐☐

moins 8 ☐☐

1ère température haute dans ce cycle ☐☐

Intention de grossesse le cycle suivant
- oui ☐
- non ☐
- indécise ☐