Syklusoversikt

Print siden, og fyll i måned for måned. Bruk f.eks. M = Menstruasjon, PE = Positiv Eggløsningstest, PG = Positiv Graviditetstest

For å se hvor lang en syklus ble: tell dagene fra den første menstruasjonsdagen i én måned, frem til dagen før neste menstruasjon begynte. Det er din sykluslengde.

Hvis du bruker eggløsningstest bør du utgå fra den korteste sykluslengden som du har hatt det siste halve år, når du beregner startdagen for testing.

Hvis du vil teste for graviditet bør du utgå fra den lengste sykluslengden som du har hatt i løpet av det seneste halve året.

År:	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
Januar																															
Februar																															
Mars																															
April																															
Mai																															
Juni																															
Juli																															
August																															
September																															
Oktober																															
November																															
Desember																															