

TERMINÜBERSICHT

Datum

Uhrzeit

Datum

Uhrzeit

Datum

Uhrzeit

PRAXISSTEMPEL

KEINE LUST AUF NOCH EINE (ZYKLUS-)APP? VERSTEHEN WIR!

Liebe Patientin,

ein sorgfältig geführter Zykluskalender hilft Dir einen besseren Überblick über Deinen Menstruationszyklus zu bekommen. Und nicht nur Dir – auch Dein(e) GynäkologIn hat dadurch einen umfassenden Überblick über Deinen Zyklus und mögliche Begleitbeschwerden.

Bring den Zykluskalender bestenfalls zu jeder Untersuchung mit.

Du willst mehr über Deinen Zyklus und die Pille erfahren?

Schau doch mal vorbei:



Aristo Pharma GmbH
Wallenroder Straße 8-10
13435 Berlin
gynaekologie@aristo-pharma.de



50004778

Zyklus KALENDER

Meine
Pille

www.meine-pille.de

Linke Spalte: Intensität Blutung • Rechte Spalte: zyklusabhängige Beschwerden + Geschlechtsverkehr

JANUAR			FEBRUAR			MÄRZ			APRIL			MAY			JUNI			JULI			AUGUST			SEPTEMBER			OKTOBER			NOVEMBER			DEZEMBER					
01			01			01			01			01			01			01			01			01			01			01			01					
02			02			02			02			02			02			02			02			02			02			02			02					
03			03			03			03			03			03			03			03			03			03			03			03					
04			04			04			04			04			04			04			04			04			04			04			04					
05			05			05			05			05			05			05			05			05			05			05			05					
06			06			06			06			06			06			06			06			06			06			06			06					
07			07			07			07			07			07			07			07			07			07			07			07					
08			08			08			08			08			08			08			08			08			08			08			08					
09			09			09			09			09			09			09			09			09			09			09			09					
10			10			10			10			10			10			10			10			10			10			10			10					
11			11			11			11			11			11			11			11			11			11			11			11					
12			12			12			12			12			12			12			12			12			12			12			12					
13			13			13			13			13			13			13			13			13			13			13			13					
14			14			14			14			14			14			14			14			14			14			14			14					
15			15			15			15			15			15			15			15			15			15			15			15					
16			16			16			16			16			16			16			16			16			16			16			16					
17			17			17			17			17			17			17			17			17			17			17			17					
18			18			18			18			18			18			18			18			18			18			18			18					
19			19			19			19			19			19			19			19			19			19			19			19					
20			20			20			20			20			20			20			20			20			20			20			20					
21			21			21			21			21			21			21			21			21			21			21			21					
22			22			22			22			22			22			22			22			22			22			22			22					
23			23			23			23			23			23			23			23			23			23			23			23					
24			24			24			24			24			24			24			24			24			24			24			24					
25			25			25			25			25			25			25			25			25			25			25			25					
26			26			26			26			26			26			26			26			26			26			26			26					
27			27			27			27			27			27			27			27			27			27			27			27					
28			28			28			28			28			28			28			28			28			28			28			28					
29			29			29			29			29			29			29			29			29			29			29			29					
30			30			30			30			30			30			30			30			30			30			30			30					
31			31			31			31			31			31			31			31			31			31			31			31					
Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg			Gewicht kg		

Blutung: 1 Schwach • 2 Mittel • 3 Stark • Z Zwischen-/Schmierblutung

Beschwerden & Sonstiges: K Kopfschmerzen • Ü Übelkeit • E Erbrechen

M Mittelschmerz • X Pille vergessen • (♥) Sex geschützt • ♥ Sex ungeschützt