menstrual cycle chart

No.		年／月		周期日数	

排卵周期表 ー 最も妊娠しやすい日を予測し、妊娠の確率を上げます。

表A

周期		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
曜日																																									
日付																																									
排卵と妊娠性	25 日周期								★	★	★	○																													
	26 日周期									★	★	★	○																												
	27 日周期										★	★	★	○																											
	28 日周期											★	★	★	○																										
	29 日周期												★	★	★	○																									
	30 日周期													★	★	★	○																								
	31 日周期														★	★	★	○																							
	32 日周期															★	★	★	○																						
	33 日周期																★	★	★	○																					
	34 日周期																	★	★	★	○																				
	35 日周期																		★	★	★	○																			

○＝排卵　★＝妊娠しやすい日

表B

月経周期	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
性交																																								
頸管粘液																																								
子宮頸部の位置																																								
膣の触感																																								
排卵検査薬の結果																																								
睡眠不足																																								
アルコール類の摂取																																								
下腹・腰部痛																																								
病気																																								
備考																																								

頸管粘液：　白 = 卵白状　C = Creamy S = Sticky 頸部：H = Hard S = Soft 頸部位置：H = High M = Middle L = Low 膣感触：D = Dry M = Moist (湿り)　W = Wet

Copyright (C) Almedica Corp, Premamababy All Rights Reserved / 無断転用・無断転載を禁じます