

# Таблица измерений базальной температуры.

Менструальный цикл с \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_ по \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_

Дни менструального цикла

День цикла	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		
Б	37,6																																				
А	37,5																																				
З	37,4																																				
Л	37,3																																				
Ь	37,2																																				
Н	37,1																																				
А	37,0																																				
Я	36,9																																				
Т	36,8																																				
Е	36,7																																				
М	36,6																																				
П	36,5																																				
Е	36,4																																				
Р	36,3																																				
А	36,2																																				
Т	36,1																																				
У	36,0																																				
Р	35,9																																				
А	35,8																																				
	35,7																																				
Примеч.																																					

Цифры в верхней строке — дни менструального цикла (не дни месяца).

Ежедневно после измерения температуры ставьте точку в центре соответствующей клетки, после чего для удобства точки соединяйте линией.