Data mestruazione o parto :

TABELLA GINECOLOGICA N° ANNO

MESE																																										
GIORNI DEL MESE																																										
GIORNI DEL CICLO	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	41	42
CERVICE UTERINA																																										
chiusa • - aperta **o** - molto aperta **O**																																										
Dura - **M**orbida - **A**lta - **B**assa																																										
PRESENZA DI MUCO: assente - scarso ± discreto + abbondante ++																																										
MUCO CERVICALE ESTERNO																																										
Opaco - **T**rasparente - **D**enso - **A**ppicicoso - **E**lastico - **F**ilante																																										
assente - scarso ± discreto + abbondante ++																																										
GIORNI DEL CICLO	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	41	42

TEMPERATURA BASALE

0 Rettale
0 Vaginale
0 Orale
0 Ascellare

La temperatura va rilevata al risveglio, prima di alzarsi, possibimente alla stessa ora

Indicare le variazioni di orario superiori ai 30 minuti

5																																										5
4																																										4
3																																										3
2																																										2
1																																										1
37																																										37
9																																										9
8																																										8
7																																										7
6																																										6
5																																										5
4																																										4
3																																										3
2																																										2
1																																										1
36																																										36

GIORNI DEL CICLO	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	41	42
Perdite ematiche																																										
Dolori addominali - Tensione al seno																																										
Rapporti coniugali X O I P																																										
Osservazioni: stress, malattie, viaggi, emozioni intense, terapie farmacologiche, ospedale, cambiamento di clima e altitudine ecc. In casi di allattamento: numero di poppate, intervallo max tra esse, popate notturne, uso di tisane, tettarelle o ciucci, aggiunte di cibi solidi ecc.																																										