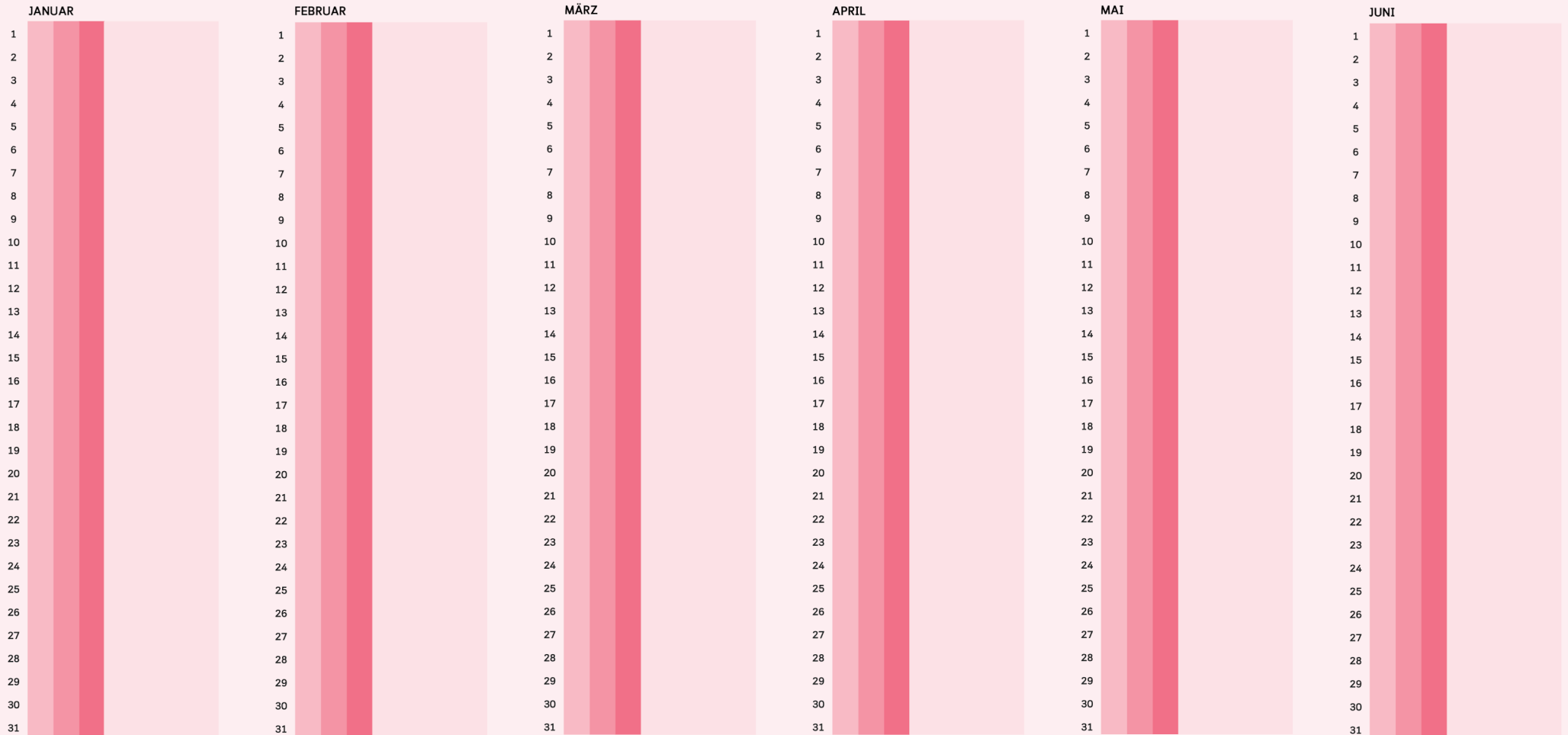


Zykluskalender

Taynie



PERIODENSTÄRKE

LEICHT MITTEL STARK



Vermerke die Stärke deiner Blutung mit einem Kreuzchen in die jeweilige Kalenderspalte.

Trage deine Menstruationssymptome mit den entsprechenden Kürzeln an den jeweiligen Tagen ein.



www.taynie.de

SYMPTOME (KÜRZEL)

KRÄMPFE	KR	SCHLAFPROBLEME	SP
KOPFSCHMERZEN	KO	MÜDIGKEIT	MÜ
RÜCKENSCHMERZEN	RÜ	SCHWITZEN	SW
MAGEN-DARM-BESCHWERDEN	MADA	BRUSTSCHMERZEN	B
UNREINHEITEN	UN	ÜBELKEIT	ÜB
STIMMUNGSSCHWANKUNGEN	ST	WASSEREINLAGERUNG	W

Zykluskalender

Taynie



ZYKLUSLÄNGE

