

график базальной температуры скачать бланк



Загрузок: 2867 Скорость: 1.43 Мб/с

СКАЧАТЬ

Рейтинг: ★★★★★
Автор: Clopper

Безопасно! Вирусов нет    

  196  Нравится 100  Твитнуть  +1  50  95

 161 комментариев 



Саша
Благодарочка за все!
1 минуту назад



Ангелина
Побольше бы таких сайтов.
1 минуту назад



Гриша
Первый раз тут, скорость загрузки радует, наличие файлов тоже!
1 минуту назад



Марина
Всем советую, качает быстро.
1 минуту назад



Леша
не поверил глазам, есть все. спасибо!
1 минуту назад



Оксана
Глупости говорят, что незаменимых не бывает, без этого сайта я бы пропала.
1 минуту назад

Начитавшись различной медицинской терминологии и вооружившись градусником (ртутным, спиртовым или электронным), каждая женщина, которая готовится каждое утро на протяжении нескольких месяцев измерять свою базальную температуру, сталкивается с проблемой, в какой форме лучше собирать и хранить полученную информацию, дабы опосля ее можно было легко и без затруднений прочесть. Другими словами — стоит вопрос, как лучше построить график базальной температуры. Построить график базальной температуры можно после её регулярных измерений и записи результатов. На графике легко заметить, какие изменения происходили с базальной температурой на протяжении менструального цикла. Расшифровка графика позволяет определить момент овуляции, продолжительность и особенности менструального цикла, помогает поставить женщине правильный диагноз. Цель визита* Первичный прием гинеколога Повторный прием гинеколога Бесплодие Первичный прием маммолога Повторный прием маммолога Первичный прием детского гинеколога Повторный прием детского гинеколога Первичный прием гинеколога Первичный прием гомеопата Повторный прием гомеопата УЗИ плода УЗИ малого таза УЗИ молочных желез УЗИ щитовидной железы Эхогистеросальпингография (ЭхоГСГ)... Базальной температурой называется температура, измеренная утром с 7.00 до 7.30, после не менее 8-часового сна, в течение 10 минут, заранее приготовленным ртутным термометром (градусником), не вставая с постели, не открывая глаз, во влагалище или заднем проходе (прямой кишке). Базальная температура является важным показателем гормонального фона и основного обмена (обмена веществ в состоянии покоя). Сайт гинеколога-эндокринолога Доктора Сикириной, посвященный основным вопросам жизни и здоровья современной женщины. Дорогие, планирующие, дамы Специально для вас, я подготовила шаблон графика базальной температуры. Это обычный файл Excel, удобно настроенный для любого менструального цикла, вам нужно лишь заполнять его каждое утро. Распечатайте его или заполняйте прямо на своем компьютере, кому как удобно. Стрелочки и смайлики на нем легко копируются и передвигаются. Базальная температура тела (БТТ) помогает определить фертильную фазу менструального цикла женщины. Данный метод выявления наиболее благоприятных дней для зачатия был впервые разработан английским профессором Маршаллом в 1953 году. Базальную температуру следует измерять ежедневно сразу же после пробуждения, не вставая с постели. Существует следующие приемы измерения базальной (базовой) температуры: Результаты замеров заносят в специальную таблицу ... В графах “обильное, среднее, слабое” укажите степень вашего кровотечения (закрасьте столбик до нужной отметки). В графах “отметки” вы можете указать буквами или знаками дни половой связи, боли (головные, в низу живота, груди...).

Соединив последовательно точки температуры вы получите кривую вашего графика. Успехов!