

So funktioniert dein Zykluskalender:

Bitte trage die Monate in die oberste Zeile ein. Notiere in der linken Spalte jeweils die Stärke deiner Blutung.

Schwach 	1
Mittel 	2
Stark 	3

In der rechten Spalte kannst du Probleme und Besonderheiten notieren.

Unterleibsschmerzen	U
Kopfschmerzen	K
Übelkeit/Erbrechen	Ü
Medikamente (z.B. Schmerzmittel)	M
Durchfall	D
Brustspannen/-schmerzen	B
Stimmungsschwankungen/Depression	S
Zwischenblutung/Schmierblutung	Z
Pille Einnahmestart	P
Vergessene Pille	V
Notfallverhütung (z.B. Pille danach)	N
Weiteres:	W

Mädchen Sprechstunde

Dein erster Besuch – wir begleiten dich!

Stehst du vor deinem ersten Besuch in der gynäkologischen Praxis und hast ein mulmiges Gefühl?

Keine Sorge, wir helfen dir dabei! Auf unserer Seite findest du Gynpraxen in deiner Nähe und alle Infos, die du brauchst, um entspannt und gut vorbereitet zu sein.



www.mädchensprechstunde.de

MEIN ZYKLUS- KALENDER



Bitte bringe den Kalender zu jedem Besuch in der frauenärztlichen Praxis mit!

00000000 - 11/2024



GEDEON RICHTER

Gedeon Richter Pharma GmbH
Ettore-Bugatti-Straße 6–14, 51149 Köln
www.gedeonrichter.de

VON:

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		

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		

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		

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		

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		

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		

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		

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		

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		

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		

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		

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		