Mijn menstruatiekalender

Mijnanticonceptie.nl

MAAND:	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

Geef de ernst van de klachten aan met behulp van onderstaande symbolen:

☐ *= geen menstruatie* ○ *= spotting* ◺ *= lichte menstruatie* ◪ *= matige menstruatie* ■ *= hevige menstruatie*