

Règles-abondantes.FR

Utilisez votre calendrier pour suivre vos pertes de sang menstruelles




Utilisez ce calendrier menstruel pour aider votre gynécologue à évaluer l'abondance de vos règles. Votre médecin pourra ensuite vous orienter au mieux vers le traitement le plus adapté.

Comment utiliser ce calendrier

1. Renseignez le mois.
2. Précisez le nombre de serviettes et/ou tampons utilisés durant chaque journée.
3. Une fois le calendrier complété, reprenez rendez-vous avec votre gynécologue pour avoir son avis sur le traitement le plus adapté à votre cas.

Calendrier de saignements

MOIS _____ ANNÉE _____ DATE DE NAISSANCE _____

	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	
Serviettes																																

	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	
Tampons																																

Commentaires

.....

.....

.....

.....

.....