

Journal de bord de mon cycle en préconception

Remplissez les dates de votre cycle au jour le jour, sans anticipation.
Les estimations proposées sont bien sûr des moyennes et peuvent varier d'une femme à l'autre.

Jour 1 du cycle (J1) :

Jour du pic de glaire cervicale (JP) :

Jour de la 1ère température haute (JT) :

Estimation du timing pour faire les tests et observer les symptômes :

Possible test d'ovulation précoce positif :

JT - 5

Possible test d'ovulation positif :

JT - 2

Possible saignement de nidation :

JT + 6 à JT + 12

Possible test de grossesse avancé positif :

JT + 10

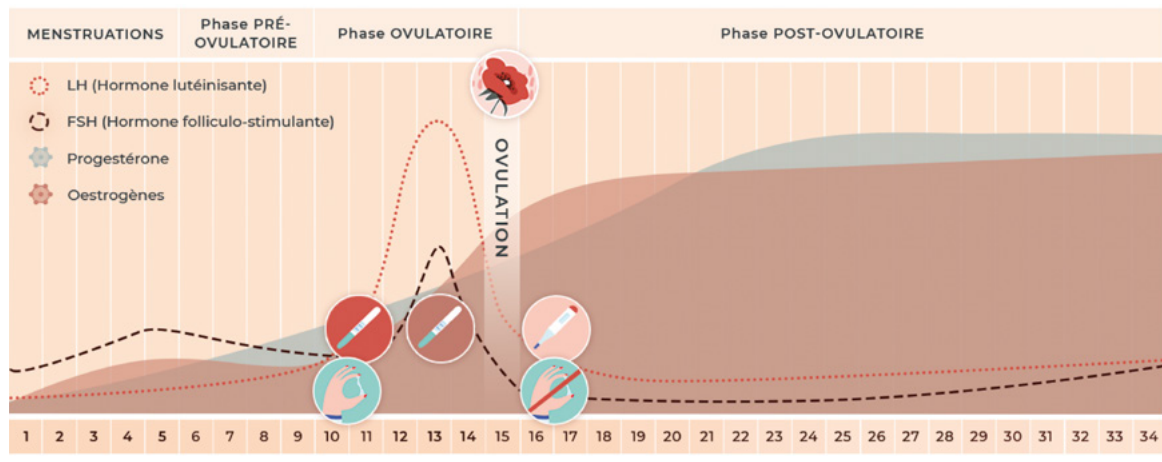
Possible test de grossesse classique positif :

JT + 14

Possible grossesse :

JT + 18
si pas de règles

Évolution des hormones



Apparition de la glaire fertile

Disparition de la glaire fertile

Test d'ovulation avancé (LH + oestrogènes)

Test d'ovulation classique (LH)

Hausse de la température

Ouverture de la fenêtre de fertilité

Fermeture de la fenêtre de fertilité

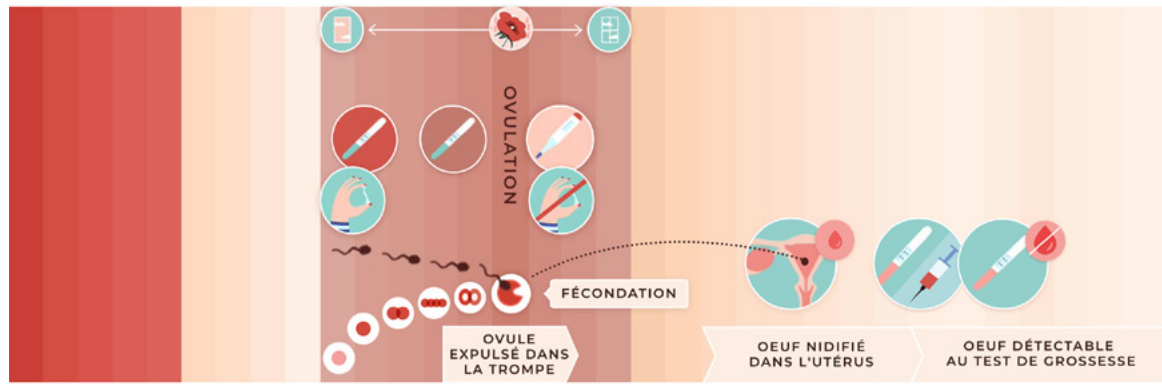
Possible saignement de nidation

Date presumée des règles

Test de grossesse précoce / prise de sang

Test de grossesse classique

Étapes de nidation



Évolution du col de l'utérus

