

# КАЛЕНДАРЬ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА

	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
ЯНВАРЬ																															
ФЕВРАЛЬ																															
МАРТ																															
АПРЕЛЬ																															
МАЙ																															
ИЮНЬ																															
ИЮЛЬ																															
АВГУСТ																															
СЕНТЯБРЬ																															
ОКТЯБРЬ																															
НОЯБРЬ																															
ДЕКАБРЬ																															

**РАСЧЕТ ДАТЫ ОВУЛЯЦИИ** = ДАТА НАЧАЛА ПОСЛЕДНЕЙ МЕНСТРУАЦИИ + (ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЦИКЛА – 14 ДНЕЙ)  
 Овуляция происходит за 14 суток до начала менструации.



## МЕНСТРУАЦИЯ

Дни выделений. Преобладание эстрогенов. Беременность маловероятна

## ФОЛЛИКУЛЯРНАЯ СТАДИЯ

Период созревания фолликулов

## ПЕРИОД ОВУЛЯЦИИ

Строго за 2 недели до следующей менструации. **Благоприятные дни для зачатия**

## НЕФЕРТИЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Преобладание прогестерона. Беременность невозможна