

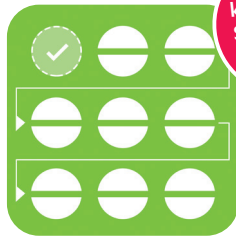
Mein nächster Arztbesuch

1	_____
2	_____
3	_____
4	_____
5	_____
6	_____

Arztstempel

┌	└
└	└

PILLEN-
ALARM



Ein
kostenloser
Service von
Jenapharm

Erinnern statt vergessen

Der Pillen-Alarm wider das Vergessen der Pille bietet viele Funktionen rund um das Thema Verhütung und Informationen zu Zyklus, Pille und Frauenarzt.



PP-MAX-DE-0014-1

Zykluskalender



Hier geht's zum kostenlosen
Pillen-Alarm von Jenapharm

www.jenapharm.de

Jenapharm

www.jenapharm.de

Jenapharm

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																									

Bitte machen Sie Ihre Eintragungen wie folgt:
In die oberen Felder tragen Sie den Monat ein: z. B. Januar 2021.

Tage, an denen Sie eine Blutung haben,
werden folgendermaßen gekennzeichnet:

schwach	29	✕		
normal	30	✕	✕	
stark	31	✕	✕	✕

In die unteren Felder tragen Sie jeweils die Zeitspanne (Tage) zwischen dem Beginn der einen und der darauf folgenden Blutung ein, z. B. 28.