

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.



LJPH.MKT.WH.08.2017.0704



Hier geht's zum kostenlosen
Pillen-Alarm von Jenapharm

Jenapharm

Jenapharm

Zykluskalender



1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28
29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

Bitte machen Sie Ihre Eintragungen wie folgt:
 In die oberen Felder tragen Sie den Monat ein: z. B. September 2017.

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

29	X		
30	X	X	
31	X	X	X

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