Dagen begin Menstruatie	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	32	33	34	35
klachten:																																			
Vermoeidheid																																			
Hoofdpijn																																			
Emotioneel instabiel																																			
Pijnlijke borsten																																			
Trek in zoet																																			
Opvliegers																																			

Dagen begin Menstruatie	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	32	33	34	35
klachten:																																			
Vermoeidheid																																			
Hoofdpijn																																			
Emotioneel instabiel																																			
Pijnlijke borsten																																			
Trek in zoet																																			
Opvliegers																																			

Dagen begin Menstruatie	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	32	33	34	35
klachten:																																			
Vermoeidheid																																			
Hoofdpijn																																			
Emotioneel instabiel																																			
Pijnlijke borsten																																			
Trek in zoet																																			
Opvliegers																																			

Dagen begin Menstruatie	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	32	33	34	35
klachten:																																			
Vermoeidheid																																			
Hoofdpijn																																			
Emotioneel instabiel																																			
Pijnlijke borsten																																			
Trek in zoet																																			
Opvliegers																																			

Dagen begin Menstruatie	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	32	33	34	35
klachten:																																			
Vermoeidheid																																			
Hoofdpijn																																			
Emotioneel instabiel																																			
Pijnlijke borsten																																			
Trek in zoet																																			
Opvliegers																																			