

基礎体温をつける意味

卵子の良し悪しは直前2周期の高温期により決まります。正常な高温期が正常な卵子を育むと言っても、過言ではありません。その高温期を知る唯一の方法が基礎体温なのです。

当院おすすめの

森下仁丹 基礎体温表



毎日の基礎体温の記録に情報をしっかり記入できるレイアウトで、672日（約24周期分）の記録ができます。

基礎体温表は、当院でも販売しております。購入希望の患者様は、受付でお買い求めください。（料金 300円+税）

当院おすすめの婦人科用体温計

テルモ WOMAN°C™



1回目の検温終了音（10～20秒）で予測検温が終了します。そのまま体温計をくえ続けると実測検温に切り替わり、2回目の検温終了音（5分）で実測検温が終了します。予測値では、正確性に欠けますので実測値で測定してください。

※当院ではお買い求めいただけません。

正しい基礎体温の測り方



正しい基礎体温の測り方を、NACホームページの治療情報内YouTube動画にてご視聴いただけます。