

1. Gemiddelde cyclus

De cyclus tellen

Geteld wordt vanaf de eerste dag van de menstruatie tot en met de laatste bloedingsvrije dag voor de daaropvolgende menstruatie.

Gemiddelde menstruatieduur

28 dagen, schommelingen van 25 tot 31 dagen zijn mogelijk. Aan het begin is de cyclus vaak onregelmatig. In de loop van 2-3 jaar stabiliseert het.

Duur van de menstruatie

3 tot 7 dagen

