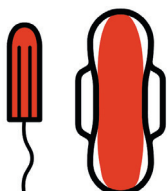
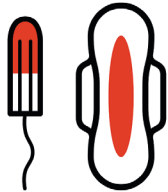
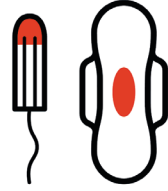


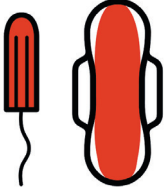
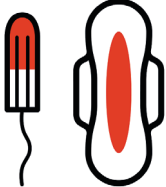
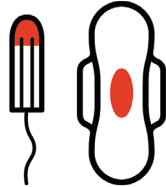


## Kuukautisvuodon määrän arviointi

Täytä taulukko kuukautisvuodon aikana. Merkitse vuotopäivän kohdalle käyttämiesi siteiden tai tamponien määrä niiden kostumisasteen mukaan (valitse parhaiten sopiva vaihtoehto).

Siteen tai tamponin kostumisaste	Siteiden tai tamponien määrä vuotopäivää kohti							Kerroin	Pisteet
	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.		
								20	
								5	
								1	
									Yhteensä

## Esimerkki täytetystä lomakkeesta ja pisteiden laskusta

Siteen tai tamponin kostumisaste	Siteiden tai tamponien määrä vuotopäivää kohti							Kerroin	Pisteet
	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.		
	///							20	3*20= 60
	//	////	////	///				5	13*5= 65
				/	//			1	3*1= 3
<b>ESIMERKKI</b>									Yhteensä <b>128</b>

### Esimerkki pisteiden laskusta

Kertoimella kerrotaan kunkin rivin siteiden ja tamponien määrä ja lopuksi pisteet lasketaan yhteen (katso oheinen esimerkki).

Jos yhteenlaskettu pistemäärä on vähintään 185 pistettä, runsaan vuodon todennäköisyys on 75 – 86 %.