

**Φύλλο Κατ Οίκον Εργασίας – Εμπέδωση 1**

**Δραστηριότητα Υπολογισμού Ημερών του Καταμήνιου Κύκλου:**

Η Νίκη έχει σταθερό καταμήνιο κύκλο 29 ημερών.

Στις 15 Σεπτεμβρίου είχε την πρώτη μέρα της έμμηνης ρύσης (1η μέρα καταμήνιου κύκλου). Φαίνεται στο ημερολόγιο πιο κάτω

| SEPTEMBER |    |    |    |    |    |    | OCTOBER |    |    |    |    |    |    |
|-----------|----|----|----|----|----|----|---------|----|----|----|----|----|----|
| S         | M  | T  | W  | T  | F  | S  | S       | M  | T  | W  | T  | F  | S  |
|           |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  |         |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 6         | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 4       | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 13        | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 11      | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 20        | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 18      | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 27        | 28 | 29 | 30 |    |    |    | 25      | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

**α.** Να υπολογίσετε την τελευταία ημέρα του συγκεκριμένου καταμήνιου κύκλου της Νίκης (ημερομηνία: dd/mm/22)

**β.** Να υπολογίσετε την ημέρα της ωοθυλακιορρηξίας του συγκεκριμένου κύκλου. (ημερομηνία: dd/mm/22)

Σημ.

1ος τρόπος: 29 ημέρες (διάρκεια καταμήνιου κύκλου) - 14 ημέρες = 15η ημέρα του κύκλου (ωοθυλακιορρηξία)

[μετράμε 15 ημέρες από την πρώτη ημέρα του κύκλου (15 Σεπτεμβρίου) συμπεριλαμβανομένης]

2ος τρόπος: Αφαιρούμε μία μία τις 14 ημέρες ξεκινώντας από το τέλος του κύκλου προς τα πίσω με τον τρόπο που φαίνεται πιο

κάτω:



μετράτε 14 μέρες από την τελευταία μέρα του κύκλου ή κάνετε 29μέρες -14= 15η μέρα και μετράτε 15 μέρες από την πρώτη μέρα του κύκλου πχ 15/09

**γ.** Να υπολογίσετε τις ημέρες της κρίσιμης περιόδου στον συγκεκριμένο κύκλο. Από (dd/mm/22) μέχρι (dd/mm/22)

**δ.** Πότε αναμένεται να έχει την επόμενη έμμηνη ρύση; (dd/mm/22)