

La courbe thermique

Par convention, le 1^{er} jour des règles correspond au 1^{er} jour du cycle.
En cas de variation de longueur des cycles, la variation concerne la 1^{ère} phase.
La 1^{ère} phase est appelée phase folliculaire, la 2^{nde} est appelée phase lutéale.

Principe

Il y a une petite **augmentation** de température en 2^{ème} partie de cycle, sous l'action de la progestérone.

Donc, il y a un décalage thermique au moment de l'ovulation.

La prise de température est rectale. Elle sera prise le matin au réveil et avant toute activité, avec le même thermomètre, à la même heure, et même pendant les règles.

Cette température sera notée, au dixième près, en face du jour du cycle correspondant.

Toute particularité concernant la santé sera mentionnée (maux de tête, douleurs abdominales, pertes blanches...)

Une courbe normale doit être **biphasique** avec un **décalage thermique** < à 3 jours.

L'**amplitude** du décalage n'a pas beaucoup d'importance, à partir de 0,2°.

Le **Nadir** est le dernier point bas de la courbe. Il correspond à l'ovulation.

La 2^{ème} phase doit être d'au moins 11 jours. Sinon, cela traduit une insuffisance en progestérone.

Une courbe plate signifie une absence d'ovulation.

La courbe permet, de savoir la durée de la phase folliculaire et de la phase lutéale. Elle permet le diagnostic précoce de début de grossesse, si le plateau dure plus de 14 jours avec un retard de règles.