Period	A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	
		· · · · SYMPTOMS/KEY · · · ·
		Cramps
	· ·   · · ·   · ·   · · ·   · ·	Spotting
	· · ·   · · ·   · · ·   · · ·   · [-	Fatigue
	-  -	· Headache · · · · · · · · ·
		. Acne
		. Low energy
		Medium energy
	<u> </u>	High energy
	· · ·   · · ·   · ·   · · ·   · <del> </del>	Lìght flow
		• Medium flow• • • • • • • •
		Heavy flow
		· · · · · · · · · · · · ·
	· · ·   · · ·   · · ·   · · ·   · _	
	· · · <b>· · · · · · · · · · · · ·</b> ·	
	· ·   · · ·   · · ·   · · ·   · -	· · · · · · · · · · · · · · ·
	· · ·   · · ·   · · ·   · · ·   ·	
	· · ·   · · ·   · ·   · · ·   · [	
		<u> </u>
	$ \cdot \cdot$	
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	NOTES
· ·   · · ·   · ·		
	· ·   · · ·   · · ·   ·	
	· · ·   · · ·   · ·   · · ·   ·	
· ·   · · ·   · ·	· · · [· · · ] · · [· · · ] ·	
<u> </u>		
	· · · <b>· · · · · · · · · · · ·</b> · · · ·	
	· · · · · · · · · · · · · · ·	· · · · · · · · · · · · · · ·
	· · · · · · · · · · · · · · · ·	· · · · · · · · · · · · · · ·
		·       ·
		.       .