

p = proactive stay (計画的ステイ), r = reactive stay (離脱症状や風邪などの理由でステイ), 戻し = tack back

日付	曜日	ジアゼパム(Diazepam)	備考(Remark)
2019/7/1	月	10.00	フルニトラゼパムのゴールが見えてきたのでジアゼパム減薬開始
2019/7/2	火	10.00	starting tapering diazepam as close the goal of flunitrazepam
2019/7/3	水	10.00	
2019/7/4	木	10.00	
2019/7/5	金	10.00	
2019/7/6	土	10.00	
2019/7/7	日	10.00	
2019/7/8	月	10.00	
2019/7/9	火	10.00	
2019/7/10	水	10.00	
2019/7/11	木	10.00	
2019/7/12	金	10.00	
2019/7/13	土	10.00	
2019/7/14	日	10.00	
2019/7/15	月	10.00	
2019/7/16	火	10.00	
2019/7/17	水	10.00	
2019/7/18	木	10.00	
2019/7/19	金	10.00	
2019/7/20	土	10.00	
2019/7/21	日	10.00	
2019/7/22	月	10.00	
2019/7/23	火	10.00	
2019/7/24	水	10.00	
2019/7/25	木	10.00	
2019/7/26	金	10.00	
2019/7/27	土	10.00	
2019/7/28	日	10.00	
2019/7/29	月	10.00	
2019/7/30	火	10.00	
2019/7/31	水	10.00	
2019/8/1	木	9.00	
2019/8/2	金	9.00	
2019/8/3	土	9.00	
2019/8/4	日	9.00	
2019/8/5	月	9.00	
2019/8/6	火	9.00	
2019/8/7	水	9.00	
2019/8/8	木	9.00	
2019/8/9	金	9.00	
2019/8/10	土	9.00	
2019/8/11	日	9.00	

2019/8/12 月	9.00
2019/8/13 火	9.00
2019/8/14 水	9.00
2019/8/15 木	9.00
2019/8/16 金	9.00
2019/8/17 土	9.00
2019/8/18 日	9.00
2019/8/19 月	9.00
2019/8/20 火	9.00
2019/8/21 水	9.00
2019/8/22 木	9.00
2019/8/23 金	9.00
2019/8/24 土	9.00
2019/8/25 日	9.00
2019/8/26 月	9.00
2019/8/27 火	9.00
2019/8/28 水	9.00
2019/8/29 木	9.00
2019/8/30 金	9.00
2019/8/31 土	9.00
2019/9/1 日	8.00
2019/9/2 月	8.00
2019/9/3 火	8.00
2019/9/4 水	8.00
2019/9/5 木	8.00
2019/9/6 金	8.00
2019/9/7 土	8.00
2019/9/8 日	8.00
2019/9/9 月	8.00
2019/9/10 火	8.00
2019/9/11 水	8.00
2019/9/12 木	8.00
2019/9/13 金	8.00
2019/9/14 土	8.00
2019/9/15 日	8.00
2019/9/16 月	8.00
2019/9/17 火	8.00
2019/9/18 水	8.00
2019/9/19 木	8.00
2019/9/20 金	8.00
2019/9/21 土	8.00
2019/9/22 日	8.00
2019/9/23 月	8.00
2019/9/24 火	8.00

2019/9/25	水	8.00
2019/9/26	木	8.00
2019/9/27	金	8.00
2019/9/28	土	8.00
2019/9/29	日	8.00
2019/9/30	月	8.00
2019/10/1	火	7.00
2019/10/2	水	7.00
2019/10/3	木	7.00
2019/10/4	金	7.00
2019/10/5	土	7.00
2019/10/6	日	7.00
2019/10/7	月	7.00
2019/10/8	火	7.00
2019/10/9	水	7.00
2019/10/10	木	7.00
2019/10/11	金	7.00
2019/10/12	土	7.00
2019/10/13	日	7.00
2019/10/14	月	7.00
2019/10/15	火	7.00
2019/10/16	水	7.00
2019/10/17	木	7.00
2019/10/18	金	7.00
2019/10/19	土	7.00
2019/10/20	日	7.00
2019/10/21	月	7.00
2019/10/22	火	7.00
2019/10/23	水	7.00
2019/10/24	木	7.00
2019/10/25	金	7.00
2019/10/26	土	7.00
2019/10/27	日	7.00
2019/10/28	月	7.00
2019/10/29	火	7.00
2019/10/30	水	7.00
2019/10/31	木	7.00
2019/11/1	金	6.00
2019/11/2	土	6.00
2019/11/3	日	6.00
2019/11/4	月	6.00
2019/11/5	火	6.00
2019/11/6	水	6.00
2019/11/7	木	6.00

2019/11/8	金	6.00
2019/11/9	土	6.00
2019/11/10	日	6.00
2019/11/11	月	6.00
2019/11/12	火	6.00
2019/11/13	水	6.00
2019/11/14	木	6.00
2019/11/15	金	6.00
2019/11/16	土	6.00
2019/11/17	日	6.00
2019/11/18	月	6.00
2019/11/19	火	6.00
2019/11/20	水	6.00
2019/11/21	木	6.00
2019/11/22	金	6.00
2019/11/23	土	6.00
2019/11/24	日	6.00
2019/11/25	月	6.00
2019/11/26	火	6.00
2019/11/27	水	6.00
2019/11/28	木	6.00
2019/11/29	金	6.00
2019/11/30	土	6.00
2019/12/1	日	5.00
2019/12/2	月	5.00
2019/12/3	火	5.00
2019/12/4	水	5.00
2019/12/5	木	5.00
2019/12/6	金	5.00
2019/12/7	土	5.00
2019/12/8	日	5.00
2019/12/9	月	5.00
2019/12/10	火	5.00
2019/12/11	水	5.00
2019/12/12	木	5.00
2019/12/13	金	5.00
2019/12/14	土	5.00
2019/12/15	日	5.00
2019/12/16	月	5.00
2019/12/17	火	5.00
2019/12/18	水	5.00
2019/12/19	木	5.00
2019/12/20	金	5.00
2019/12/21	土	5.00

2019/12/22	日	5.00	
2019/12/23	月	5.00	
2019/12/24	火	5.00	
2019/12/25	水	5.00	
2019/12/26	木	5.00	
2019/12/27	金	5.00	
2019/12/28	土	5.00	
2019/12/29	日	5.00	
2019/12/30	月	5.00	
2019/12/31	火	5.00	
2020/1/1	水	4.00	
2020/1/2	木	4.00	
2020/1/3	金	4.00	
2020/1/4	土	4.00	
2020/1/5	日	4.00	
2020/1/6	月	4.00	
2020/1/7	火	4.00	
2020/1/8	水	4.00	
2020/1/9	木	4.00	
2020/1/10	金	4.00	
2020/1/11	土	4.00	
2020/1/12	日	4.00	
2020/1/13	月	4.00	
2020/1/14	火	4.00	
2020/1/15	水	4.00	
2020/1/16	木	4.00	* フルニトラゼパム断薬 jumped flunitrazepam
2020/1/17	金	4.00	
2020/1/18	土	4.00	
2020/1/19	日	4.00	
2020/1/20	月	4.00	
2020/1/21	火	4.00	
2020/1/22	水	4.00	
2020/1/23	木	4.00	
2020/1/24	金	4.00	
2020/1/25	土	4.00	
2020/1/26	日	4.00	
2020/1/27	月	4.00	
2020/1/28	火	4.00	
2020/1/29	水	4.00	
2020/1/30	木	4.00	
2020/1/31	金	4.00	
2020/2/1	土	3.00	ジアゼパムの離脱発生. Withdraw of diazepam
2020/2/2	日	4.00	戻し. Take back
2020/2/3	月	4.00	

2020/2/4 火	4.00	
2020/2/5 水	3.90	ドライカットでのマイクロテーパリング開始. Start micro-tapering by dry-cut
2020/2/6 木	3.90	
2020/2/7 金	3.80	
2020/2/8 土	3.80	
2020/2/9 日	3.70	
2020/2/10 月	3.70	
2020/2/11 火	3.60	
2020/2/12 水	3.59	
2020/2/13 木	3.56	
2020/2/14 金	3.53	
2020/2/15 土	3.51	
2020/2/16 日	3.49	
2020/2/17 月	3.47	
2020/2/18 火	3.45	
2020/2/19 水	3.43	
2020/2/20 木	3.43	
2020/2/21 金	3.42	
2020/2/22 土	3.41	
2020/2/23 日	3.39	
2020/2/24 月	3.34	
2020/2/25 火	3.33	
2020/2/26 水	3.31	
2020/2/27 木	3.29	
2020/2/28 金	3.24	
2020/2/29 土	3.19	
2020/3/1 日	3.19	
2020/3/2 月	3.18	
2020/3/3 火	3.15	
2020/3/4 水	3.14	
2020/3/5 木	3.12	
2020/3/6 金	3.08	
2020/3/7 土	3.07	
2020/3/8 日	3.07	
2020/3/9 月	3.06	
2020/3/10 火	3.04	
2020/3/11 水	3.03	
2020/3/12 木	3.02	
2020/3/13 金	3.00	
2020/3/14 土	2.98	
2020/3/15 日	2.96	
2020/3/16 月	2.94	
2020/3/17 火	2.89	
2020/3/18 水	2.87	

2020/3/19 木	2.85	
2020/3/20 金	2.82	
2020/3/21 土	2.80	
2020/3/22 日	2.79	
2020/3/23 月	2.78	
2020/3/24 火	2.74	
2020/3/25 水	2.73	
2020/3/26 木	2.71	
2020/3/27 金	2.67	
2020/3/28 土	2.66	
2020/3/29 日	2.63	
2020/3/30 月	2.62	
2020/3/31 火	2.60	
2020/4/1 水	2.59	
2020/4/2 木	2.58	
2020/4/3 金	2.56	
2020/4/4 土	2.56	
2020/4/5 日	2.55	
2020/4/6 月	2.55	
2020/4/7 火	2.52	
2020/4/8 水	2.53	
2020/4/9 木	2.49	
2020/4/10 金	2.48	
2020/4/11 土	2.46	
2020/4/12 日	2.46	
2020/4/13 月	2.46	
2020/4/14 火	2.44	
2020/4/15 水	2.42	
2020/4/16 木	2.41	r. catch cold. 風邪
2020/4/17 金	2.41	
2020/4/18 土	2.41	
2020/4/19 日	2.41	
2020/4/20 月	2.38	
2020/4/21 火	2.37	
2020/4/22 水	2.36	
2020/4/23 木	2.33	
2020/4/24 金	2.31	r. catch cold again. 風邪ぶり返し
2020/4/25 土	2.31	
2020/4/26 日	2.31	
2020/4/27 月	2.31	
2020/4/28 火	2.31	
2020/4/29 水	2.31	
2020/4/30 木	2.31	

2020/5/1 金	2.36	tack back as not recover from cold. ちよい戻し(風邪が治らないので。もしかしたら離脱症状?)
2020/5/2 土	2.35	
2020/5/3 日	2.35	
2020/5/4 月	2.34	
2020/5/5 火	2.33	
2020/5/6 水	2.33	
2020/5/7 木	2.32	
2020/5/8 金	2.31	
2020/5/9 土	2.30	
2020/5/10 日	2.29	
2020/5/11 月	2.25	
2020/5/12 火	2.24	
2020/5/13 水	2.22	
2020/5/14 木	2.21	
2020/5/15 金	2.21	
2020/5/16 土	2.20	
2020/5/17 日	2.19	
2020/5/18 月	2.18	
2020/5/19 火	2.17	
2020/5/20 水	2.16	
2020/5/21 木	2.14	
2020/5/22 金	2.14	
2020/5/23 土	2.13	
2020/5/24 日	2.12	
2020/5/25 月	2.11	
2020/5/26 火	2.10	
2020/5/27 水	2.09	
2020/5/28 木	2.08	
2020/5/29 金	2.06	
2020/5/30 土	2.00	
2020/5/31 日	2.00	
2020/6/1 月	2.00	
2020/6/2 火	2.00	
2020/6/3 水	2.00	
2020/6/4 木	2.00	
2020/6/5 金	2.00	
2020/6/6 土	1.98	
2020/6/7 日	1.96	
2020/6/8 月	1.94	

2020/6/9	火	1.93
2020/6/10	水	1.93
2020/6/11	木	1.92
2020/6/12	金	1.90
2020/6/13	土	1.88
2020/6/14	日	1.87
2020/6/15	月	1.86
2020/6/16	火	1.85
2020/6/17	水	1.85
2020/6/18	木	1.84
2020/6/19	金	1.83
2020/6/20	土	1.82
2020/6/21	日	1.79
2020/6/22	月	1.78
2020/6/23	火	1.77
2020/6/24	水	1.76
2020/6/25	木	1.75
2020/6/26	金	1.74
2020/6/27	土	1.72
2020/6/28	日	1.68
2020/6/29	月	1.67
2020/6/30	火	1.66
2020/7/1	水	1.65
2020/7/2	木	1.64
2020/7/3	金	1.63
2020/7/4	土	1.62
2020/7/5	日	1.59
2020/7/6	月	1.58
2020/7/7	火	1.57
2020/7/8	水	1.55
2020/7/9	木	1.54
2020/7/10	金	1.53
2020/7/11	土	1.52
2020/7/12	日	1.50
2020/7/13	月	1.50
2020/7/14	火	1.50
2020/7/15	水	1.48
2020/7/16	木	1.47
2020/7/17	金	1.46

2020/7/18 土	1.43
2020/7/19 日	1.43
2020/7/20 月	1.42
2020/7/21 火	1.41
2020/7/22 水	1.40
2020/7/23 木	1.39
2020/7/24 金	1.35
2020/7/25 土	1.35
2020/7/26 日	1.34
2020/7/27 月	1.33
2020/7/28 火	1.32
2020/7/29 水	1.29
2020/7/30 木	1.29
2020/7/31 金	1.26
2020/8/1 土	1.25
2020/8/2 日	1.25
2020/8/3 月	1.24
2020/8/4 火	1.23
2020/8/5 水	1.24
2020/8/6 木	1.24
2020/8/7 金	1.23
2020/8/8 土	1.23
2020/8/9 日	1.22
2020/8/10 月	1.22
2020/8/11 火	1.21
2020/8/12 水	1.19
2020/8/13 木	1.18
2020/8/14 金	1.17
2020/8/15 土	1.16
2020/8/16 日	1.15
2020/8/17 月	1.14
2020/8/18 火	1.14
2020/8/19 水	1.13
2020/8/20 木	1.13
2020/8/21 金	1.12
2020/8/22 土	1.12
2020/8/23 日	1.11
2020/8/24 月	1.10
2020/8/25 火	1.09

2020/8/26 水	1.08
2020/8/27 木	1.08
2020/8/28 金	1.07
2020/8/29 土	1.06
2020/8/30 日	1.05
2020/8/31 月	1.04
2020/9/1 火	1.03
2020/9/2 水	1.02
2020/9/3 木	1.01
2020/9/4 金	1.00
2020/9/5 土	0.99 to be continued...