

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...
2020/9/6 日	0.98
2020/9/7 月	0.95
2020/9/8 火	0.94
2020/9/9 水	0.94
2020/9/10 木	0.91
2020/9/11 金	0.91
2020/9/12 土	0.91
2020/9/13 日	0.91
2020/9/14 月	0.89
2020/9/15 火	0.88
2020/9/16 水	0.87
2020/9/17 木	0.87
2020/9/18 金	0.86
2020/9/19 土	0.86
2020/9/20 日	0.85
2020/9/21 月	0.85
2020/9/22 火	0.84
2020/9/23 水	0.82
2020/9/24 木	0.81
2020/9/25 金	0.81
2020/9/26 土	0.79
2020/9/27 日	0.79
2020/9/28 月	0.78
2020/9/29 火	0.78
2020/9/30 水	0.76
2020/10/1 木	0.76
2020/10/2 金	0.75
2020/10/3 土	0.75

2020/10/4 日	0.73
2020/10/5 月	0.73
2020/10/6 火	0.72
2020/10/7 水	0.71
2020/10/8 木	0.71
2020/10/9 金	0.69
2020/10/10 土	0.68
2020/10/11 日	0.68
2020/10/12 月	0.67
2020/10/13 火	0.67
2020/10/14 水	0.67
2020/10/15 木	0.67
2020/10/16 金	0.66
2020/10/17 土	0.65
2020/10/18 日	0.65
2020/10/19 月	0.62
2020/10/20 火	0.62
2020/10/21 水	0.62
2020/10/22 木	0.61
2020/10/23 金	0.61
2020/10/24 土	0.60
2020/10/25 日	0.59
2020/10/26 月	0.59
2020/10/27 火	0.58
2020/10/28 水	0.58
2020/10/29 木	0.58
2020/10/30 金	0.56
2020/10/31 土	0.55
2020/11/1 日	0.55
2020/11/2 月	0.54
2020/11/3 火	0.54
2020/11/4 水	0.53
2020/11/5 木	0.53
2020/11/6 金	0.52
2020/11/7 土	0.52
2020/11/8 日	0.51
2020/11/9 月	0.51
2020/11/10 火	0.51
2020/11/11 水	0.49

2020/11/12	木	0.49	
2020/11/13	金	0.48	
2020/11/14	土	0.48	
2020/11/15	日	0.47	
2020/11/16	月	0.47	
2020/11/17	火	0.47	
2020/11/18	水	0.46	
2020/11/19	木	0.46	
2020/11/20	金	0.44	
2020/11/21	土	0.44	
2020/11/22	日	0.44	
2020/11/23	月	0.42	
2020/11/24	火	0.42	
2020/11/25	水	0.42	
2020/11/26	木	0.42	
2020/11/27	金	0.44	r. catch cold. 風邪
2020/11/28	土	0.44	
2020/11/29	日	0.44	
2020/11/30	月	0.47	
2020/12/1	火	0.47	
2020/12/2	水	0.47	
2020/12/3	木	0.47	
2020/12/4	金	0.47	
2020/12/5	土	0.47	
2020/12/6	日	0.47	
2020/12/7	月	0.50	
2020/12/8	火	0.50	
2020/12/9	水	0.50	
2020/12/10	木	0.50	
2020/12/11	金	0.50	
2020/12/12	土	0.50	
2020/12/13	日	0.50	
2020/12/14	月	0.50	
2020/12/15	火	0.50	
2020/12/16	水	0.50	
2020/12/17	木	0.50	
2020/12/18	金	0.50	
2020/12/19	土	0.50	
2020/12/20	日	0.50	

2020/12/21	月	0.50	
2020/12/22	火	0.47	
2020/12/23	水	0.46	
2020/12/24	木	0.45	
2020/12/25	金	0.45	
2020/12/26	土	0.44	
2020/12/27	日	0.43	
2020/12/28	月	0.42	
2020/12/29	火	0.41	
2020/12/30	水	0.41	
2020/12/31	木	0.40	
2021/1/1	金	0.40	
2021/1/2	土	0.50	r. catch cold again. 風邪ぶり返し
2021/1/3	日	0.50	
2021/1/4	月	0.48	
2021/1/5	火	0.48	
2021/1/6	水	0.48	
2021/1/7	木	0.47	
2021/1/8	金	0.47	
2021/1/9	土	0.46	
2021/1/10	日	0.46	
2021/1/11	月	0.45	
2021/1/12	火	0.45	
2021/1/13	水	0.45	
2021/1/14	木	0.44	
2021/1/15	金	0.44	
2021/1/16	土	0.44	
2021/1/17	日	0.44	
2021/1/18	月	0.43	
2021/1/19	火	0.43	
2021/1/20	水	0.43	
2021/1/21	木	0.45	switch to liquid. 水溶液に切り替え
2021/1/22	金	0.45	
2021/1/23	土	0.45	