

Za STABILIZACIJO ugotovi katera je tvoja najmanjša doza s katero lahko shajaš in jo jemlji ob istih časovnih intervalih.
Za ZMANJŠEVANJE nižaj postopoma, za 0,1 ml. NE UPORABLJAJ ALKOHOLA!

Ura	1. dan	2. dan	3. dan	4. dan	5. dan	6. dan	7. dan
00:00							
1:00							
2:00							
3:00							
4:00							
5:00							
6:00							
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							
23:00							
24:00							

Za STABILIZACIJO ugotovi katera je tvoja najmanjša doza s katero lahko shajaš in jo jemlji ob istih časovnih intervalih.
Za ZMANJŠEVANJE nižaj postopoma, za 0,1 ml. NE UPORABLJAJ ALKOHOLA!