

Yakusou Kossho

Już długi czas noszę się z zamiarem stworzenia małego opracowania na temat ziół rokugańskich. Dla prawie każdej gry fabularnej osadzonej w realiach Zachodu znaleźć można wiele zasobów prezentujących zioła. Najlepszym przykładem jest tutaj **The Guide to Herbs for RPGs**. Niestety jednak nie dotyczy to światów dalekowschodnich. Mała tabelka, którą umieściłem kiedyś na łamach **Inkluz** (<http://www.inkluz.pl/archiwum/inkluz44/main/wisnia3.html>), jest niezbyt wyczerpująca, a obecne w niej nazwy roślin – trochę śmieszne. Tutaj prezentuję wybór ziół japońskich, które istnieją w naszym świecie i mają prawdziwe zastosowanie w zielarstwie.

Przygotowanie i użycie przedstawionych ziół przedstawiłem dość ogólnie. Opracowanie opiera się w pewnym stopniu na systemach **MERS/P** oraz **RoleMaster**, które przedstawiają wiele ziół w podobny, ale bardziej tabelaryczny sposób. Oczywiście, każdy MG może dodać własne modyfikatory lub rzuty do danych leków i modyfikować efekty leczenia.

Zainteresowani pozycją **The Guide to Herbs for RPGs** mogą sięgnąć tutaj:
http://gnba.netdemon.com/books/olik/Files/Herbs5_W60.zip.

Uwaga, rośliny przedstawione w Yakusou Kossho istnieją naprawdę i są używane w leczeniu. Niniejsze opracowanie nie jest jednak żadnym przepisem na leki. „Yakusou Kossho” to dodatek do gier fabularnych, który jest czymś całkiem innym niż rzeczywiste życie! Przed spożywaniem jakichkolwiek roślin z tego opracowania proszę się skonsultować z profesjonalnym lekarzem.

Wszystkie zdjęcia pochodzą z projektu Wikipedia.
Ich autorzy są wymienieni na końcu opisów roślin wraz z obowiązującymi prawami.
Używane skróty:

PD	Public Domain http://en.wikipedia.org/wiki/Public_domain
GNU	General Public License http://en.wikipedia.org/wiki/GNU_General_Public_License
CC	Creative Commons License http://en.wikipedia.org/wiki/Creative_commons

Kabuki Joe

Thanks to all the friendly users and supporters of the Wikipedia project.



Nazwa zioła:	Akamatsu
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień, zbiera się nowe igły
Region występowania:	Wszędzie, miejsca słoneczne
Przygotowanie:	Igły przyciąć i przypiec nad ogniem, pić w herbacie lub sake
Użycie:	Rozcieńcza krew, podnosi temperaturę, wspomaga wątrobę, przeciwdziała kaszłowi

CC 2.5 Geographer



Nazwa zioła:	Akayajiou
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Góry, tereny przydrożne
Przygotowanie:	Większe korzenie trzeć i jeść, dobre do wyrobu cukierków
Użycie:	przyspiesza leczenie złamań

CC 2.5 Shizhao



Nazwa zioła:	Akebi
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Wąsy rośliny wysuszyć, przed zjedzeniem pokroić
Użycie:	Pobudza pracę nerek i pęcherza
CC 1.0 Jeffdelonge	



Nazwa zioła:	Amacha (słodka herbata)
Okres zbiorów:	Sierpień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Liście ususzyć, nakropić krótko wodą, wykręcić i po ususzeniu spożywać
Użycie:	Słodycz nie tylko dla diabetyków
GNU Topjabot	



Nazwa zioła:	Amachazuru
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Całą roślinę uciąć i suszyć, serwować jak herbatę
Użycie:	Czerń dla kobiecych włosów, zwalcza stres, zatwardzenia, dobry medykament przeciwko bólom
CC 2.0 Bauty	



Nazwa zioła:	Amigasa-yuri
Okres zbiorów:	Maj-czerwiec
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Cebulę obrać i zmieszać z odrobiną wapna, pić z wodą
Użycie:	Wspomaga pracę piersi matek, zapobiega kaszlowi, cebula zmieszana z octem jest skuteczna przeciw wszawicy łonowej
CC 2.5 Epibase	



Nazwa zioła:	Aroe (Alohe Vera)
Okres zbiorów:	Zawsze
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Wyciąć żelatynową zawartość liści
Użycie:	Leczy oparzenia, zapobiega astmie i kaszlowi (lek mocny)
PD Andrew massyn	



Nazwa zioła:	Asagao (poranna twarz)
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Równiny, sucha ziemia
Przygotowanie:	Nasiona wysuszyć i zbić na proszek
Użycie:	Przeciwko zatwardzeniom – lek bardzo mocny; dobre na ukąszenia pszczoł

CC 3.0 DmacIver



Nazwa zioła:	Asatsuki
Okres zbiorów:	Liście: kwiecień-maj, łodyga: lipiec
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Do bezpośredniego spożycia (też po wysuszeniu)
Użycie:	Syci, podnosi temperaturę ciała, zwalcza kaszel, wspomaga sen
GNU Aomorikuma	



Nazwa zioła:	Awa
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Równiny, sucha gleba
Przygotowanie:	Nasiona ugotować w wodzie
Użycie:	Przeciwko zapaleniom i bólow żołądkowym, wzmacnia jelita
GNU Topjabot	



Nazwa zioła:	Azuki
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Wszędzie oprócz gór, fasola
Przygotowanie:	Nasiona ugotować
Użycie:	Przeciwko paraliżowi nerwów i hemoroidom, zwalcza mdłości i kaca
GNU Tane m(_ _)m	



Nazwa zioła:	Bajilikasou (Basilikum)
Okres zbiorów:	Czerwiec-wrzesień
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Liście i nasiona
Użycie:	Zwalcza gorączkę i bóle głowy
GNU Wolpertinger	



Nazwa zioła:	Benibana
Okres zbiorów:	Lipiec
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Kwiaty zalewać gorącą wodą i pić jak herbatę; nasiona piec i zażywać bezpośrednio
Użycie:	Kwiaty regulują miesiączkę, nasiona zwalczają zwapnianie arterii

no copyright Paulatz



Nazwa zioła:	Botan
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Skóra korzeni, suszyć
Użycie:	Pomaga przy zapaleniach, bólach oraz gorączce

PD Shin



Nazwa zioła:	Bukuryou
Okres zbiorów:	Zawsze
Region występowania:	Góry, grzyb rośnie przy martwych drzewach
Przygotowanie:	Obierać i suszyć
Użycie:	Działa moczopędnie i uspokajająco, pomaga przy trawieniu
PD Shin	



Nazwa zioła:	Chigaya
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Równiny, wybrzeże
Przygotowanie:	Korzenie dobrze umyć i suszyć, spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Pomaga przy opuchnięciach, szczególnie podczas ciąży, zwalcza zapalenia nerek i leczy przeziębienia
GNU Keisotyo	



Nazwa zioła:	Chorei
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Grzyb zbierany i suszony
Użycie:	Grzyb obniża gorączkę i działa moczopędnie
CC 2.5 NI74	



Nazwa zioła:	Daiou
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Korzenie suszyć i czekać kilka lat
Użycie:	Reguluje trawienie i pomaga w stanach gorączkowych
GNU Topjabot	



Nazwa zioła:	Daizu (soja)
Okres zbiorów:	Sierpień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Fasolę gotować lub fermentować
Użycie:	Woda gotowanej fasoli zwalcza zatrucia, a z dodatkiem pinii – zapalenia gardła; sfermentowana fasola wspiera trawienie

GNU Tane



Nazwa zioła:	Dokudami
Okres zbiorów:	Czerwiec
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Cała roślina bez korzenia suszona i pita jak herbata
Użycie:	Zwalcza zatwardzenia, zapobiega zwapnieniu arterii

GNU Koba-chan



Nazwa zioła:	Fuki
Okres zbiorów:	Marzec
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Korzenie, łodyga oraz liście
Użycie:	Lek pomaga przy chorobach śluzowych, liście zwalczają skutki ukąszeń i jady zwierząt

CC3 Kropsoq



Nazwa zioła:	Gekkeiju
Okres zbiorów:	Liście: sierpień-wrzesień, owoce zbierane jesienią
Region występowania:	Góry, lasy
Przygotowanie:	Owoce pić z gorącą herbatą, liście dodawać do kąpieli
Użycie:	Owoce wspomagają pracę żołądka, liście – ukrwienie skóry

GNU Maksim



Nazwa zioła: Gennoshouko
 Okres zbiorów: Czerwiec-lipiec
 Region występowania: Lasy, równiny
 Przygotowanie: Całą roślinę bez korzeni zalać gorącą wodą i pić jak herbatę
 Użycie: Roślina skutecznie reguluje trawienie, zwalcza bóle zębów i zapalenie dwunastnicy

GNU Σ64



Nazwa zioła: Gobou
 Okres zbiorów: Korzenie: lipiec-sierpień, nasiona: wrzesień
 Region występowania: Lasy, tereny podmokłe
 Przygotowanie: Nasiona zetrzeć na proszek i pić jak herbatę, korzenie gotować w wodzie
 Użycie: Nasiona zwalczają zapalenia oraz gorączkę i działają moczopędnie, wywar z korzeni pomaga przy zatwardzeniach i chorobach śluzowych

GNU Kameraad Pjotr



Nazwa zioła:	Goma (sezam)
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Równiny i tropy
Przygotowanie:	Nasiona podpiec na ogniu i spożywać bezpośrednio
Użycie:	Wspiera pracę jelit, wstrzymuje siwienie włosów, olej sezamkowy gładzi skórę
GNU WeFt	



Nazwa zioła:	Gomishi
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Owoce suszyć na słońcu, spożywać bezpośrednio lub moczyć w sake
Użycie:	Suszone owoce zwalczają kaszel, zmieszane w sake przepędzają stany depresyjne; owoce są niebezpieczne przy zapaleniach dróg oddechowych

CC 2.5 Doronenko



Nazwa zioła:	Goshuyu
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Młode owoce suszyć i pić z herbatą i ingwarem
Użycie:	Zwalcza bóle głowy oraz mdłości



Nazwa zioła:	Hakka (Pfefferminz)
Okres zbiorów:	Czerwiec-sierpień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Liście suszyć i pić jak herbatę
Użycie:	Wspomaga działanie żołądka, pomaga przy przeziębieniach; sok liści pomocny przy mniejszych skaleczeniach skóry

CC3 Aomorikuma



Nazwa zioła:	Hakobe
Okres zbiorów:	Start lata
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Cała roślina spożywana bezpośrednio lub w zupach
Użycie:	Pobudza produkcję mleka, żółte liście pomagają przy bólach zębów

CC3 Σ64



Nazwa zioła:	Hamaboufuu
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Korzenie suszyć w cieniu
Użycie:	Zwalcza gościec

PD Pieria



Nazwa zioła:	Hamagou
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Owoce suszyć i spożywać
Użycie:	Pomaga przy stanach zapalnych i bólach głowy
CC3 Gondahara	



Nazwa zioła:	Hamasuge
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Korzenie suszyć, owoce suszyć i trzeć na proszek
Użycie:	Korzenie normalizują miesiączkę kobiety, proszek owoców (mieszany z solą i wmasowywany w dziąsła) działa przeciwko bólom zębów
CC 2.5 Rickjpelleg	



Nazwa zioła:	Hatomugi
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Nasiona rafinować
Użycie:	Lek zwalcza choroby skóry i usuwa piegi
CC3 Jed	



Nazwa zioła:	Hoonoki
Okres zbiorów:	Lipiec-wrzesień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Korę drzewa suszyć i pić z herbatą
Użycie:	Kora pomaga przy bólach żołądka i skurczach mięśni oraz działa uspokajająco
CC3 Sphl	



Nazwa zioła:	Ichijiku (figa)
Okres zbiorów:	Czerwiec
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Owoc i liście spożywać bezpośrednio lub w stanie suszonym, liście suszyć w cieniu
Użycie:	Pomaga przy zatwardzeniu i hemoroidach, ciecze łodygi przydatna w zwalczaniu brodawek
GNU Fur0002	



Nazwa zioła:	Ikarisou
Okres zbiorów:	Czerwiec-sierpień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Łodygę i liście pokroić i suszyć, pić jak herbatę
Użycie:	Wzmacnia nerwy, podnosi prawdopodobieństwo ciąży, podwyższa ciśnienie krwi
CC 2.5 Sphl	



Nazwa zioła:	Inokozuchi
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Korzenie ususzyć i moczyć w wodzie
Użycie:	Reguluje miesiączkę, pobudza nerki i pęcherz, liście używane do leczenia ukąszeń żmij

GNU Tane



Nazwa zioła:	Itohimehagi
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Równiny, sucha ziemia
Przygotowanie:	Korzeń ususzyć i zażywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Przeciwko depresji i kaszlowi

PD Topjabot



Nazwa zioła:	Iwatabako
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Tereny podmokłe, dżungla
Przygotowanie:	Młode liście jeść bez przygotowań lub upiec w oleju
Użycie:	Zwalcza zapalenia żołądka
GNU Bananapatrol	

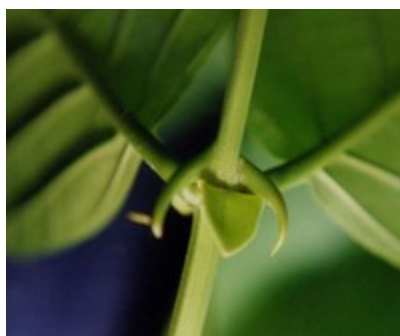


Nazwa zioła:	Janohige
Okres zbiorów:	Maj
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Roślinę bez łodygi suszyć i spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Pomaga przy chorobach śluzowych i zapobiega kaszłowi, używana do leczenia strun głosowych
CC 2.1 KENPEI	



Nazwa zioła:	Kabocha (dynia)
Okres zbiorów:	Lato i jesień
Region występowania:	Równiny, miejsca bardzo słoneczne,
Przygotowanie:	Kwiaty, liście wyprasować na olej; nasiona i dzwon piec aż do koloru prawie czarnego i wtedy spożywać
Użycie:	Kwiaty i liście pomagają przy ukąszeniach owadów; nasiona i dzwon, spożywane z słodyczami, zwalczają krztusiec; same nasiona pobudzają pracę nerek

CC 2.5 CurtisClark



Nazwa zioła:	Kagikazura
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Łodygę z odrostami suszyć i spożywać bez innych przygotowań
Użycie:	Zwalcza zawroty głowy i obniża ciśnienie krwi

CC 2.5 Eltigre



Nazwa zioła:	Kaki
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień, nasadka owocu jesienią
Region występowania:	Równiny, także uprawy górskie
Przygotowanie:	Nasadki owocu są suszone i pite z wodą, liście dodawane do herbaty, sok jest przerabiany na pastę
Użycie:	Nasadki owocu zwalczają czkawkę, liście usuwają zwapnienie żył, gorzki sok kaki leczy zmróżenia
GNU ConstantinSander	



Nazwa zioła:	Kakidooshi
Okres zbiorów:	Maj
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Całą roślinę suszyć i spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Zapobiega cukrzycy i wspomaga pracę nerek
GNU Fabelfroh	



Nazwa zioła:	Kamitsure (rumianek)
Okres zbiorów:	Maj-czerwiec
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Kwiaty zebrać i suszyć na słońcu, spożywać jako herbatę
Użycie:	Herbata jest bardzo dobra przeciwko stanom zapalnym, pomaga też przy zapaleniach gardła i reumatyzmie

GNU Fir0002



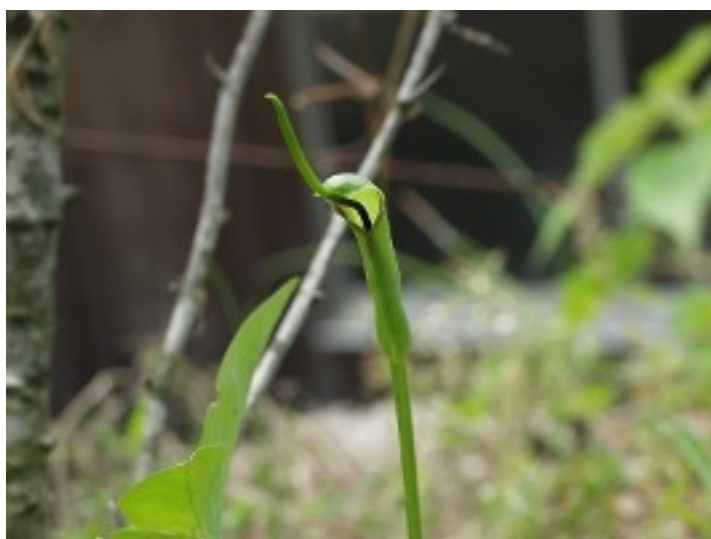
Nazwa zioła:	Kanokosou
Okres zbiorów:	Lato
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Łodygę i korzenie suszyć i trzeć na proszek, rozpuszczać w alkoholu
Użycie:	Zwalcza histerię i gwarantuje dobry sen

GNU Raulbot



Nazwa zioła:	Kanzou (lukrecja)
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Korzenie suszyć i spożywać z wodą
Użycie:	Korzenie zwalczają bóle i leczą struny głosowe, kanzou jest też używane jako dodatek do tytoniu i sosu sojowego

CC 2.5 Jeansef



Nazwa zioła:	Karasubishaku
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Góry i gleba kultywowana
Przygotowanie:	Cebulki moczyć w słonej wodzie i suszyć na słońcu
Użycie:	Cebulki z ingwarem zwalczają mdłości i leczą zapalenia żołądka i jelit

GNU Kenpei



Nazwa zioła:	Karin
Okres zbiorów:	Lato
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Owoce są zbierane i moczone dwa miesiące w alkoholu
Użycie:	Alkohol z karin obniża ciśnienie krwi i pomaga przy zapaleniach jelit, owoce wspomagają produkcję krwi

PD Tusbra



Nazwa zioła:	Kawaraketsumei
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Łodygę i listki dobrze umyć i suszyć w ciemniejszym miejscu, spożywać jako herbatę
Użycie:	Lekarstwo dobre na choroby nerek, uaktywnia pęcherz

GNU StanShebs



Nazwa zioła:	Kawaratake
Okres zbiorów:	Jesień i wiosna
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Grzyby pokroić i pić z wodą
Użycie:	Leczą zapalenia, zwalczają zwapnienie arterii
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Kawarayomogi
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Równiny, żyzna gleba
Przygotowanie:	Kwiaty i kłosa rośliny suszyć i zetrzeć na proszek, spożywać z herbatą
Użycie:	Zwalcza zapalenia i gorączkę, poza tym jest używane w terapii żółtaczki
GNU Sphl	



Nazwa zioła:	Kihada
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Wnętrze drzewa suszyć i zetrzeć na proszek, żywicę przerabiać na pastę
Użycie:	Przydatne w zapaleniu żołądka, żywica pomaga przy reumatyzmie
GNU Topjabot	



Nazwa zioła:	Kiichigo
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Młode owoce suszyć i spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Wspomaga nerki i wątrobę, dużo witaminy C
GNU Dcoetzee	



Nazwa zioła:	Kikarasuuri
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Równiny, pagórki
Przygotowanie:	Korzenie suszyć na słońcu i spożywać bez dodatkowych przygotowań, nasiona piec na słabym ogniu i przerabiać na pastę z olejem sezamkowym
Użycie:	Pobudza nerki i pęcherz, wspomaga produkcję mleka u karmiących matek; pasta z nasion goi odmrożenia
CC3 Sphl	



Nazwa zioła:	Kikyou
Okres zbiorów:	Czerwiec i Jesień
Region występowania:	Góry, lasy
Przygotowanie:	Korzenie spożywać bezpośrednio
Użycie:	Zwalcza zapalenia oskrzeli i choroby gardła
CC 2.1 Cory	



Nazwa zioła:	Kinmizuhiki
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Całą roślinę suszyć i kroić na małe kawałki, spożywać bezpośrednio
Użycie:	Roślina zwalcza skutecznie biegunkę i bóle brzucha
GNU Keisotyo	



Nazwa zioła:	Kisasage
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Owoce bez nasion pokroić i spożywać z herbatą
Użycie:	Zwalcza zapalenia nerek, pomaga w chorobie beri-beri, w większych dawkach jest trujące
CC 1.0 Fanghong	



Nazwa zioła:	Kobushi
Okres zbiorów:	Marzec
Region występowania:	Góry i lasy
Przygotowanie:	Pączki rośliny suszyć i pić z herbatą; brane często z rośliną kuzu
Użycie:	Zwalcza katar, inne choroby nosa i bóle głowy



Nazwa zioła:	Koganeyanagi
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Dwuletnie korzenie wymyć, kroić i spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Pomaga przy stanach zapalnych i gorączce, zwalcza asmtmę u dzieci

CC 2.5 AKA



Nazwa zioła:	Kuchinashi
Okres zbiorów:	Listopad
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Owoce suszyć i kroić, zażywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Lek pomaga przy żółtaczce i krwawych wymiotach, ponadto zwalcza zatwardzenia
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Kuko
Okres zbiorów:	Wiosna-jesień
Region występowania:	Wszędzie, kamienie i skały
Przygotowanie:	Skórę korzeni zażywać bez dodatkowych przygotowań, liście i owoce spożywać jako herbatę
Użycie:	Herbata pobudza nerki i podnosi ciśnienie krwi, skóra korzeni zwalcza zapalenia i gorączkę
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Kuromoji
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień, owoce jesienią
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Części rośliny suszyć i bezpośrednio spożywać
Użycie:	Zwalcza zapalenia jelit i żołądka, dobre na reumatyzm
PD MPF	



Nazwa zioła:	Kusasugikazura
Okres zbiorów:	Lato-jesień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Korzenie suszyć i zażywać bez dodatkowych przygotowań lub spożywać z miodem
Użycie:	Pobudza pracę nerek i pęcherza
CC 2.5 DenisBarthel	



Nazwa zioła:	Kuwa (Morwa)
Okres zbiorów:	Czerwiec-lipiec
Region występowania:	Równiny i góry
Przygotowanie:	Skórę korzeni i owoce suszyć i pić jak herbatę
Użycie:	Zwalcza wysokie ciśnienie krwi, pomaga przy stanach zapalnych

CC 2.1 L.F. Garcia



Nazwa zioła:	Kuzu
Okres zbiorów:	Korzenie: listopad, Kwiaty: sierpień
Region występowania:	W pobliżu wiosek, na murach, skałach
Przygotowanie:	Korzenie moczyć w wodzie i zażywać jako kompot
Użycie:	Korzenie zwalczają bóle ramion, kwiaty pomagają przy prawie wszystkich przeziębieniach

GNU Miya



Nazwa zioła:	Maou
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Równiny, tereny suche
Przygotowanie:	Łodygę suszyć
Użycie:	Pomaga przy astmie, zapaleniach oskrzeli i płuc
CC3 Zeimusu	



Nazwa zioła:	Matatabi
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Owoce krótko gotować i suszyć na słońcu; łodyga dodawana do kąpieli
Użycie:	Proszek pomaga przy bólach pleców i nerwów, łodyga ogrzewa ciało
GNU Qwert1234	



Nazwa zioła:	Mikan (mandarynka)
Okres zbiorów:	Jesień-zima
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Owoce i ich skóra
Użycie:	Owoce pomagają przy przeziębieniach, sok zwalcza choroby skóry

CC3 Guety



Nazwa zioła:	Mishimasaiko
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Korzeń myć i suszyć na słońcu
Użycie:	Zwalcza bóle klatki piersiowej, malarię i żółtaczkę Liście można spożywać jako herbatę – dobre na wątrobę

CC3 Fornax



Nazwa zioła:	Murasaki
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Piec korzeń
Użycie:	Dobre antidotum przeciwko truciznom, przydatne w gorączce, starte na proszek z sezamem pomaga przy oparzeniach i odmrożeniach

CC3 Doroneko



Nazwa zioła:	Nadeshiko
Okres zbiorów:	Wrzesień
Region występowania:	Równiny, ogrody
Przygotowanie:	Łodyga, liście i nasiona spożywane bezpośrednio
Użycie:	Działa moczopędnie, zabija pasożyty w jelitach

GNU Stan Shebs



Nazwa zioła:	Nanten
Okres zbiorów:	Listopad-grudzień
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Owoce spożywać bezpośrednio, liście z wodą
Użycie:	Lekarstwo pomaga przy astmie i krztuścu, okłady z liści zapobiegają bólom. Płukanie wodą z liśćmi korzystne przy bólach zębów

GNU Miya



Nazwa zioła:	Natsume (Daktyl)
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Równiny, góry
Przygotowanie:	Owoce gotować na parze i suszyć
Użycie:	Zwalcza gorączkę i grypę

CC 2.5 Tantzul



Nazwa zioła:	Nemagaritake
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Liście spożywać bezpośrednio
Użycie:	Lek pomaga przy gorączce i kaszlu
CC2 Henryart	



Nazwa zioła:	Nigaki
Okres zbiorów:	Czerwiec-lipiec
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Drzewo ścierać na proszek i suszyć na słońcu
Użycie:	Środek bardzo gorzki, pity z wodą pomaga przy zapaleniach żołądka i wspiera trawienie
PD Pieria	



Nazwa zioła:	Nikkei (cynamon)
Okres zbiorów:	cały rok
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Wiele odmian, najczęściej skóra z łodygi lub korzenia, pić jak herbatę
Użycie:	Wspomaga cyrkulację krwi
PD Jeffdelonge	



Nazwa zioła:	Ninniku (czosnek)
Okres zbiorów:	Lipiec
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Ząbki czosnku jeść bezpośrednio lub stosować w potrawach
Użycie:	Pomaga przy niskim ciśnieniu krwi i przy zaburzeniach snu; sok zwalcza grzyby
GNU Geocachernemesis	



Nazwa zioła:	Nira
Okres zbiorów:	Liście: czerwiec-lipiec, nasiona: październik-listopad
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Liście wyciskać na syrop, nasiona zgniatać na masę
Użycie:	Syrop pomaga przy bólach, szczególnie bólach zębów; nasiona – przy bieguncie

GNU Topjabot



Nazwa zioła:	Niwatoko
Okres zbiorów:	Sierpień-listopad
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Łodygi i liście, pić jak herbatę lub robić okłady
Użycie:	Lek pomaga przy zapaleniach skóry, młode liście rozpuszczone w wodzie solnej pomagają przy zatwardzeniach

CC1 Ueberraschungsbilder



Nazwa zioła:	Niwayanagi
Okres zbiorów:	Czerwiec-lipiec
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Cała roślina bez korzenia suszona na słońcu
Użycie:	Proszek pomaga przy żółtaczce i zwalcza pasożyty
GNU Tigerente	



Nazwa zioła:	Noibara
Okres zbiorów:	Listopad-styczeń
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Owoce kroić i suszyć na słońcu
Użycie:	Zwalcza mdłości i działa moczopędnie
CC3 Sten	



Nazwa zioła:	Okera
Okres zbiorów:	Listopad
Region występowania:	Góry, doliny
Przygotowanie:	Korzenie suszyć i spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Pobudza nerki i pęcherz, dobre na reumatyzm
GNU qwert1234	



Nazwa zioła:	Ominaeshi
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Korzeń umyć i spożywać bez dodatkowych przygotowań
Użycie:	Bardzo szeroko stosowany lek przeciwko stanom zapalnym, zwalcza opuchlizny i ropę oraz krwawienia
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Omodaka
Okres zbiorów:	Listopad
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Bulwy suszyć na słońcu, kroić i spożywać
Użycie:	Pobudza pęcherz i nerki
GNU BotMulitchill	



Nazwa zioła:	Onamomi
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Liście wyciskać, łodygę i owoc parzyć
Użycie:	Owoce i łodyga powstrzymują zwapnienie żył, liście pomagają przy ukąszeniach owadów
CC 2.0 Folini	



Nazwa zioła:	Oobako
Okres zbiorów:	Lato i jesień
Region występowania:	Lasy, równiny, słaba ziemia
Przygotowanie:	Całą roślinę oraz jej nasienie jedzone w zupie miso
Użycie:	Nasiona powstrzymują biegunkę i przeganiają kaszel, cała roślina wzmacnia żołądek

GNU Tane



Nazwa zioła:	Otaneninjin
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Góry i lasy
Przygotowanie:	Korzenie podobne do marchewki spożywać bez przygotowań
Użycie:	Dobry lek na kaszel, przegania zmęczenie

CC 3.0 Lohrie



Nazwa zioła:	Otogirisou (Brat koszący trawę)
Okres zbiorów:	Lato i jesień
Region występowania:	Góry i pagórki, lekkie lasy
Przygotowanie:	Cała roślina rozpuszczana w alkoholu, liście są suszone
Użycie:	Dobry lek na rany cięte i ukąszenia owadów
GNU PLANT	



Nazwa zioła:	Ouren
Okres zbiorów:	Wrzesień-listopad
Region występowania:	Góry i lasy
Przygotowanie:	Grube korzenie parzyć jak herbatę
Użycie:	Zwalcza zapalenia oka i żołądka, a także kaca
PD Topjabot	



Nazwa zioła:	Rengyou
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Owoce suszyć i spożywać bezpośrednio
Użycie:	Zwalcza zatrucia i jest pomocne przeciwko ropie
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Rindou
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Korzenie i łodygę czyścić i suszyć na słońcu
Użycie:	Bardzo gorzka, wspomaga pracę żołądka oraz produkcję śliny i soków żołądkowych (żółć)
GNU Anonymous Powered	



Nazwa zioła:	Safuran
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Kwiaty gotować w wodzie
Użycie:	Wywar uspokaja i zapobiega skurczom i kolkom; Safuran może być używany do zwalczania bólów

GNU HeiWu



Nazwa zioła:	Sanshou
Okres zbiorów:	Liście w maju, owoce we wrześniu
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Liście są dobrą przyprawą do jedzenia, skóra z owoców jest spożywana bezpośrednio
Użycie:	Skóra pomaga przy pasożytach jelit

CC 2.5 Miya



Nazwa zioła:	Sanshuyu (dzika wiśnia)
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Owoce obrać i pozbyć pestek, spożywać bezpośrednio; Sanshuyu-zake jest też znane w wielu aptekach
Użycie:	Reguluje oddawanie moczu, pomaga zasnąć
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Sanzashi
Okres zbiorów:	Wrzesień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Dojrzałe owoce suszyć na słońcu, spożywać bezpośrednio; owoce wyciskać na sok
Użycie:	Pomaga przy chorobach żołądka i jelit, często używane przy zatruciach po jedzeniu ryb; sok zabija kaca
CC 2.5 KENPEI	



Nazwa zioła:	Senburi
Okres zbiorów:	Październik - Listopad
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Cała roślina moczona w wodzie, woda jest pita, alternatywnie roślina jest moczona w alkoholu bezpośrednio
Użycie:	Woda z rośliny zwalcza brak apetytu i zapalenia spojówki, alkohol jest smarowany na skórę głowy i zapobiega wylatującym włosom

GNU Qwert1234



Nazwa zioła:	Shakuyaku
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Cebulkę obierać i suszyć, pić jak herbatę
Użycie:	Reguluje miesiączkę kobiet, pomaga przy bólach żołądka i skurczach mięśni, wywołuje uczucie ciepła

CC 2.5 Epibase



Nazwa zioła:	Shiran
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Dwuletnią cebulkę gotować na parze i suszyć, spożywać z wodą
Użycie:	Wspomaga naczynia krwionośne w szyi i jamie brzusznej; starta cebula pożyteczna przy hemoroidach
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Shiso
Okres zbiorów:	Liście: czerwiec
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Liście spożywać bezpośrednio
Użycie:	Pomaga przy zatruciach rybą
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Shouga-Ingwar
Okres zbiorów:	Wrzesień-listopad
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Korzenie zbierać, suszyć i spożywać bez dodatkowego przygotowania lub prasować na sok
Użycie:	Korzeń zwalcza brak apetytu, sok pomaga przy mdłościach
PD Albert Cahalan	



Nazwa zioła:	Suikazura
Okres zbiorów:	Lato-jesień
Region występowania:	Lasy, domy
Przygotowanie:	Łodygę, liście oraz kwiaty suszyć i pić jako herbatę
Użycie:	Kwiaty pomagają przy przeziębieniach oraz przy rozwodnieniu; inne części rośliny działają moczopędnie; płukanie gardła nawarem z kwiatów zapobiega tarczycy
PD William Rafti	



Nazwa zioła:	Sutebia
Okres zbiorów:	Lato-jesień
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Suszyć młode łodygi oraz liście
Użycie:	Po ususzeniu roślina staje się bardzo słodka, jest mieszana z innymi lekami lub jako dodatek do potraw

CC 2.5 Sten



Nazwa zioła:	Taimu
Okres zbiorów:	Równiny
Region występowania:	Sierpień-wrzesień
Przygotowanie:	Młoda łodyga i liście spożywane bezpośrednio
Użycie:	Leczy choroby żołądka i chroni przed kaszlem

GNU Topjabot



Nazwa zioła:	Tampopo
Okres zbiorów:	Marzec i Maj
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Korzenie i liście suszyć, same korzenie trzeć na proszek
Użycie:	Korzenie dają napój podobny do kawy, pomagający trawieniu i produkujący żółć; liście są używane do okładów przy opuchnięciach

GNU Vulkan



Nazwa zioła:	Taranoki
Okres zbiorów:	Korzenie: czerwiec-sierpień, kolce zimą
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Korzenie obrać, skórkę spożywać bezpośrednio, kolce suszyć, trzeć na proszek i mieszać z jedzeniem
Użycie:	Skóra korzeni zwalcza wrzody żołądka i cukrzycę oraz aktywuje żołądek, kolce obniżają ciśnienie krwi

GNU Pixeltoo



Nazwa zioła:	Tochuu
Okres zbiorów:	Sierpień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Kora drzewa tarta na proszek, pita jak herbata
Użycie:	Mocny lek zwalczający ból i pobudzający organizm
CC 2.5 Kenpei	



Nazwa zioła:	Touga
Okres zbiorów:	Wrzesień-październik
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Nasiona i owoce pokroić na bardzo cienkie plastry, suszyć w cieniu, spożywać z suszonymi wodorosłami
Użycie:	Pomaga przy zatwardzeniach, nasiona działają moczopędnie
PD Pekinensis	



Nazwa zioła:	Tougarashi (Chili)
Okres zbiorów:	Lato i jesień
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Owoce suszyć lub trzeć na proszek
Użycie:	Pomaga przy zapaleniu żołądka, proszek z mąką i wodą zwalcza reumatyzm

GNU Shyam



Nazwa zioła:	Touki
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Korzeń gotować w zupach lub innych potrawach
Użycie:	Zagrzewa ciało i pobudza pracę serca, zwalcza anemię, reguluje miesiączkę kobiet i zapobiega bólom głowy

PD Pieria



Nazwa zioła:	Toumorokoshi
Okres zbiorów:	Październik
Region występowania:	Równiny
Przygotowanie:	Włosy rośliny suszyć na słońcu, zażywać bez dodatkowego przygotowania
Użycie:	Pomaga przy zapaleniach nerek i pęcherza
PD Yelm	



Nazwa zioła:	Tsurigane ninjin (marchewka dzwonna)
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Korzenie myć i suszyć
Użycie:	Pomaga przy chorobach śluzowych, zapaleniu oskrzeli i napadom kaszlu; roślina śmierdzi
GNU Qwert1234	



Nazwa zioła:	Tsurudokudami
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Bulwa, myta i suszona
Użycie:	Zwalcza choroby jelit, pobudza życie seksualne i pomaga przy przeziębieniach

CC 1.5 Fanghong



Nazwa zioła:	Tswabuki
Okres zbiorów:	Lato
Region występowania:	Tereny podmokłe, góry
Przygotowanie:	Łodyga i liście suszyć na słońcu i pić z herbatą
Użycie:	Działa doskonale przeciwko zatruciom rybami oraz bieguncce, opatrunek z liści łagodzi zapalenia

GNU Miya



Nazwa zioła:	Uikyou
Okres zbiorów:	Wrzesień
Region występowania:	Równiny i tereny podmokłe
Przygotowanie:	Kwiaty suszyć i spożywać
Użycie:	Wzmacnia żołądek, wspiera produkcję mleka u karmiących matek
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Ukon
Okres zbiorów:	Jesień
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Korzenie obrać, suszyć i trzeć na proszek, zażywać bez dodatkowego przygotowania
Użycie:	Przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby (hepatitis) i kamieniom żółciowym
PD Rajaramraok	



Nazwa zioła:	Urajirogashi
Okres zbiorów:	Sierpień-październik
Region występowania:	Rejony zalesione
Przygotowanie:	Liście suszyć i gotować dłużej czas
Użycie:	Zwalcza kamienie na nerkach

CC 2.5 KENPEI



Nazwa zioła:	Usubasaishin
Okres zbiorów:	Sierpień-wrzesień
Region występowania:	Mieszane i liściaste lasy
Przygotowanie:	Korzenie dobrze umyć i suszyć na słońcu
Użycie:	Zmieszane z wodą zwalcza zapalenia jamy ustnej i zły zapach

GNU qwert1234



Nazwa zioła:	Utsubogusa
Okres zbiorów:	Czerwiec
Region występowania:	Równiny i lasy
Przygotowanie:	Kwiaty suszyć w cieniu, liście gotować w wodzie
Użycie:	Wywar pomaga przy zapaleniu pęcherza
GNU	qwert1234



Nazwa zioła:	Wasabi
Okres zbiorów:	Sierpień-październik
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Korzeń trzeć i spożywać lub robić okłady
Użycie:	Napój zwalcza trucizny ryb, okłady pomagają przy reumatyzmie i neuralgii
GNU	Tane



Nazwa zioła:	Yamanoimo
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Góry
Przygotowanie:	Korzeń spożywać bezpośrednio lub trzeć na proszek
Użycie:	Pomaga przeciwko chorobom śluzowym i kaszłowi
GNU Tane	



Nazwa zioła:	Yomogi
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień
Region występowania:	Lasy
Przygotowanie:	Liście suszyć i trzeć na proszek, spożywać lub brać kąpiel z proszkiem
Użycie:	Kąpiel pomaga przy zapaleniach, proszek przy bólach żołądka, bieguncie i mdłościach
GNU Sphl	



Nazwa zioła:	Yoroigusa
Okres zbiorów:	Listopad
Region występowania:	Tereny podmokłe
Przygotowanie:	Korzenie suszyć i spożywać z wodą
Użycie:	Pomaga przy bólach i wspomaga czyszczenie krwi; jako kąpiel korzystna przy hemoroidach i chorobach skóry

GNU Teun Spaans



Nazwa zioła:	Yukinoshita
Okres zbiorów:	Lipiec-sierpień
Region występowania:	Góry i lasy
Przygotowanie:	Liście trzeć i mieszać z solą lub prasować na sok
Użycie:	Mocny środek przeciwko kaszłom; sok pomaga przy zatruciach chemikaliami

CC3 Stan Shebs



Nazwa zioła:	Yuri (lilia)
Okres zbiorów:	Październik-listopad
Region występowania:	Wszędzie
Przygotowanie:	Cebulka rośliny gotowana i suszona
Użycie:	Kaszel i śluz
CC3 Epibase	

Indeks

Akamatsu.....	2
Akayajiou.....	2
Akebi.....	3
Amacha.....	3
Amachazuru.....	4
Amigasa-yuri.....	4
Aroe.....	5
Asagao.....	5
Asatsuki.....	6
Awa.....	6
Azuki.....	7
Bajilikasou.....	7
Benibana.....	8
Botan.....	8
Bukuryou.....	9
Chigaya.....	9
Chorei.....	10
Daiou.....	10
Daizu.....	11
Dokudami.....	11
Fuki.....	12
Gekkeiju.....	12
Gennoshouko.....	13
Gobou.....	13
Goma.....	14
Gomishi.....	14
Goshuyu.....	15
Hakka.....	15
Hakobe.....	16
Hamaboufuu.....	16
Hamagou.....	17
Hamasuge.....	17
Hatomugi.....	18
Hoonoki.....	18
Ichijiku.....	19
Ikarisou.....	19
Inokozuchi.....	20
Itohimehagi.....	20
Iwatabako.....	21
Janohige.....	21
Kabocha.....	22
Kagikazura.....	22
Kaki.....	23
Kakidooshi.....	23
Kamitsure.....	24
Kanokosou.....	24
Kanzou.....	25

Karasubishaku.....	25
Karin.....	26
Kawaraketsumei.....	26
Kawaratake.....	27
Kawarayomogi.....	27
Kihada.....	28
Kiichigo.....	28
Kikarasuuri.....	29
Kikyou.....	29
Kinmizuhiki.....	30
Kisasage.....	30
Kobushi.....	31
Koganeyanagi.....	31
Kuchinashi.....	32
Kuko.....	32
Kuromoji.....	33
Kusasugikazura.....	33
Kuwa.....	34
Kuzu.....	34
Maou.....	35
Matatabi.....	35
Mikan.....	36
Mishimasaiko.....	36
Murasaki.....	37
Nadeshiko.....	37
Nanten.....	38
Natsume.....	38
Nemagaritake.....	39
Nigaki.....	39
Nikkei.....	40
Ninniku.....	40
Nira.....	41
Niwatoko.....	41
Niwayanagi.....	42
Noibara.....	42
Okera.....	43
Ominaeshi.....	43
Omodaka.....	44
Onamomi.....	44
Oobako.....	45
Otaneninjin.....	45
Otogirisou.....	46
Ouren.....	46
Rengyou.....	47
Rindou.....	47
Safuran.....	48
Sanshou.....	48
Sanshuyu.....	49
Sanzashi.....	49
Senburi.....	50

Shakuyaku.....	50
Shiran.....	51
Shiso.....	51
Shouga.....	52
Suikazura.....	52
Sutebia.....	53
Taimu.....	53
Tampopo.....	54
Taranoki.....	54
Tochuu.....	55
Touga.....	55
Tougarashi.....	56
Touki.....	56
Toumorokoshi.....	57
Tsurigane ninjin.....	57
Tsurudokudami.....	58
Tsuwabuki.....	58
Uikyou.....	59
Ukon.....	59
Urajirogashi.....	60
Usubasaishin.....	60
Utsubogusa.....	61
Wasabi.....	61
Yamanoimo.....	62
Yomogi.....	62
Yoroigusa.....	63
Yukinoshita.....	63
Yuri.....	64