

Søvn og Helbredelse

Indledning

Spillere har, som alle andre mennesker, brug for at sove ind imellem. Udover at blive udhvilet, vil en god nats søvn hjælpe ens sår til at hele, og evt. gengive én den mana, man måtte have brugt. Men der er stor forskel på, om man sover i en konges seng eller på en kold klippe i regnvejr.

Søvnkvalitet

Hvor længe man sover, og hvor stor en effekt søvnen har, afhænger af flere ting. Det væsentligste er selvfølgelig, hvor behageligt det er at sove, det sted man er. Derudover vil det også afhænge af, om man vækkes før tiden, om man bliver forstyrret under søvnen, og hvorvidt man er blevet forbundet dagen forinden.

På denne liste ser man hvor længe man har mulighed for at sove forskellige steder. Hvis man vågner helt op (dvs. laver væsentlig aktivitet som f.eks kamp, flugt, jagt eller lign.), vil der gå lige så lang tid som man fik sovet, før man kan få noget udbytte af at sove igen. Vagttjeneste vil ikke regnes for væsentlig aktivitet, men til gengæld kan Spillemesteren forlange, at man klarer et Udholdenhedsslag for at undgå at falde i søvn.

Sted	Sovetid
Meget godt (kongelig seng eller hospital)	9 + d4
Godt (normal seng)	7 + d4
Middel (dårlig seng eller god bivuak)	5 + d4
Dårligt (bivuak, fængsel eller siddende)	3 + d4
Meget dårligt (dårlig bivuak, ubehageligt fængsel eller stående)	1 + d4

Hvis der går lang tid uden søvn, skal man slå Udholdenhed for at undgå at falde i søvn. Man skal slå første gang, efter man har været vågen i 24 timer i træk, og derefter hver 12. time eller hver gang man ikke laver noget, der kan holde en vågen, hvilket enten kan være fysisk aktivitet, eller bare at man har noget interessant at tage sig til. Hvad der er interessant nok til at holde en vågen, må Spillemesteren afgøre ud fra spillerens personlighed.

Hvis man får under 6 timers søvn på en nat, skal man slå Udholdenhed. Klarer man det ikke, vil alle handlinger kræve svære slag, indtil man får en god nats søvn. Sker det flere nætter i træk, bliver Udholdenhedsslaget en grad sværere for hver nat. Bemærk, at hvis man kommer til at blive omtåget på denne vis, vil også Udholdenhedsslag for at holde sig vågen være svære. Spillemesteren må afgøre fra situation til situation, om spillerne f.eks. kan hvile sig, når de ikke kan sove. Dette ville fjerne træthedsproblemerne, men ikke helbrede noget. Til gengæld vil Opmærksomhedsslag være svære, mens man hviler sig.

Helbredelse

For nemheds skyld regner vi med, at ens sår kun heles ved, at man sover. Når man har sovet så meget, som omstændighederne tillader, slår man på sit maksimale Helbred, og hvis man klarer det, går man 1 op i helbred, for hver time man har sovet. Hvis man har haft en forstyrret søvn, f.eks. fordi det har stormet, eller man er blevet vækket flere gange, kan Spillemesteren bestemme, at det bliver et svært slag.

Hvis man har sår, der ikke er forbundet, vil man gå 1 *ned* i helbred for hver time, hvis man ikke klarer sit Helbredsslag. Klarer man slaget, går man ikke noget op.

Førstehjælp

Førstehjælp bruges til at vække spillere af coma, eller hvis de er besvimet. Desuden bruges det til at behandle sår, så der ikke går betændelse i dem. Det tager 3d10 sekunder at slå førstehjælp, og det

kræver et sæt bandager eller lign. Hvis spilleren ikke har noget hjælpeudstyr, vil slaget blive et svært slag, men Spillemesteren bør normalt godtage, at spillere kan rive deres tøj i stykker og finde grene til at støtte forstuvninger etc.

En spiller, der lægger sig til at sove uden, at der er slået førstehjælp på ham, vil ikke gå op i Helbred. Se ovenfor under helbredelse.

Spillere, der er besvimet eller i coma, kan der også slåes førstehjælp på. Se afsnittene om besvimelse og coma side 49 for yderlige information. Husk også, at man med fordel kan kontrollere, om førstehjælpen er udført ordentligt, men at fumle kan have ret alvorlige konsekvenser.

Mana

Når man sover, vil man også få noget af det mana, man måtte have brugt til magi, tilbage. Dette går efter samme princip som helbred, blot skal man klare et Psykisk Styrke slag for at stige, og man kan ikke miste mana af uforbundne sår.

Man kan have andre måder at få mana igen, f.eks. kunne man meditere eller bede, men det er op til Spillemesteren, om det virker i hans verden. Typisk ville meditation give 2 mana igen pr. time, men det vil være begrænset, hvor længe man kan gøre det. Specielle steder, såsom templer eller hellige lunde, kan påvirke, hvor meget mana man får igen. I ens eget tempel vil det gå hurtigere, f.eks. 1 mere pr. time, mens i en fjendtlig guds tempel vil man miste mana. (Nok ligesom uforbundne sår...)

