

Efnisyfirlit

Undirskriftir.....	i
Staðfesting.....	ii
Útdráttur.....	iii
Abstract.....	iv
Efnisyfirlit.....	v
Pakkarorð.....	ix
Kafli 1 – Innangur.....	1
<i>Bakgrunnur.....</i>	1
<i>Tilgangur.....</i>	2
<i>Rannsóknarspurningar.....</i>	2
<i>Skilgreining hugtaka</i>	3
<i>Hálshnykksáverki</i>	3
<i>Stuðningur.....</i>	3
<i>Likamleg líðan.....</i>	3
<i>Andleg líðan.....</i>	3
<i>Félagsleg líðan.....</i>	3
<i>Gildismat rannsakanda.....</i>	4
<i>Hugmyndafræðilegur rammi.....</i>	5
Kafli 2 – Fræðileg umfjöllun viðfangsefnis.....	6
<i>Hálshnykksáverki.....</i>	6
<i>Orsök.....</i>	6
<i>Ný uppgvötun.....</i>	7
<i>Fyrirbygging hálshnykksáverka.....</i>	8
<i>Langvinnir verkir.....</i>	9

<i>Einkenni</i>	10
<i>Sársaukaþröskuldur</i>	12
<i>Álagspróf</i>	12
<i>Fyrstu viðbrögð og meðferðir</i>	13
<i>Sjúkrapbjalfun</i>	14
<i>Meðferð</i>	15
<i>Skurðaðgerð</i>	16
<i>Einstaklingsbundin meðferð</i>	18
<i>Stuðningur</i>	19
<i>Samantekt</i>	20
Kafli 3 – Aðferðarfræði	21
<i>Rannsóknaraðferð</i>	21
<i>Tilgangur</i>	23
<i>Kostir og gallar</i>	24
<i>Skilyrði fyrir þátttöku</i>	25
<i>Val meðrannsakanda</i>	25
<i>Einkenni meðrannsakanda</i>	26
<i>Gagnasöfnun</i>	26
<i>Greining gagna</i>	27
<i>Umræða um réttmæti, ávinning og áhættu</i>	28
<i>Siðfræðilegir þættir</i>	29
<i>Siðaregla</i>	30
<i>Skaðræðisregla</i>	31
<i>Hjálpræðisregla</i>	31

Réttlætisregla.....	31
<i>Samantekt.....</i>	32
Kafli 4 – Niðurstöður.....	33
<i>Greiningalíkan.....</i>	33
<i>Að sætta sig við verkinn.....</i>	34
<i>Ónóg fræðsla.....</i>	34
<i>Breyting á daglegu lífi og líðan.....</i>	35
<i>Tilfinninga- og félagsleg áhrif.....</i>	36
<i>Aðlögun að breyttum lífsstíl.....</i>	37
<i>Samantekt.....</i>	38
Kafli 5 – Umfjöllun um niðurstöður rannsóknarinnar.....	39
<i>Að sætta sig við verkinn sem félaga.....</i>	39
<i>Ónóg fræðsla.....</i>	40
<i>Breyting á daglegu lífi og líðan.....</i>	41
<i>Tilfinninga- og félagsleg áhrif.....</i>	43
<i>Aðlögun að breyttum lífsstíl.....</i>	44
<i>Samantekt.....</i>	46
Kafli 6 – Notagildi rannsóknarinnar og tillögur að framtíðar rannsóknum.....	47
<i>Notagildi rannsóknarinnar.....</i>	47
<i>Notagildi fyrir hjúkrunarmenntun.....</i>	48
<i>Notagildi fyrir hjúkrun.....</i>	48
<i>Notagildi fyrir hjúkrunarstjórnun.....</i>	48
<i>Notagildi fyrir hjúkrunarrannsóknir.....</i>	49
<i>Annað notagildi rannsóknarinnar.....</i>	49

<i>Tillögur að framtíðarrannsóknum á Íslandi.....</i>	50
<i>Samantekt.....</i>	50
Heimildir.....	52
Fylgiskjal 1 – Kynningarbréf.....	56
Fylgiskjal 2 – Upplýst samþykki.....	58
Fylgiskjal 3 – Leyfisbréf.....	59
Fylgiskjal 4 – Samþykkt leyfi	60
Fylgiskjal 5 - Viðtalsrammi.....	61
Fylgiskjal 6 – Vísindasiðanefnd.....	62
Fylgiskjal 7 – Persónuvernd.....	73