
Efnisyfirlit

Undirskriftir.	i
Staðfesting.	ii
Útdráttur	iii
Abstract	iv
Efnisyfirlit	v
Pakkarorð	viii
Gullkorn	ix
Kafli 1 Inngangur	1
1.1 Bakgrunnur.....	1
1.2 Tilgangur.....	1
1.3 Aðferðafræði rannsóknar	2
1.4 Rannsóknarspurning	2
1.5 Skilgreining á hugtökum.....	3
1.6 Gildismat rannsakenda	4
1.7 Uppbygging verkefnis.....	4
1.8 Helstu leitarorð	4
Kafli 2 Fræðileg umfjöllun	5
2.1 Beinþynning.....	5
2.2 Skilgreining WHO	7
2.3 Áhættupættir.....	8
2.3.1 Óbreytanlegir þættir.....	8
2.3.2 Breytanlegir þættir / þættir sem hægt er að hafa áhrif á.....	9
2.3.3 Lyf sem geta haft áhrif.....	10
2.4 Einkenni.....	10
2.5. Greining	11
2.6 Meðferð	12
2.6.1 Lyf.....	12
2.6.2 Hreyfing.....	15
2.7 Lífsgæði	16
2.7.1 Verkir.....	16
2.7.2 Athafnir daglegs lífs / Félagsleg virkni.	17

2.7.3 <i>Hreyfisærni</i>	18
2.7.4 <i>Andleg heilsa</i>	19
2.8 <i>Pekking á beinþynningu</i>	19
2.9 <i>Samantekt</i>	20
Kafli 3 Aðferðafræði	21
3.1 <i>Rannsóknaraðferð</i>	21
3.2. <i>Val á þátttakendum og einkenni þeirra</i>	24
3.3 <i>Gagnasöfnun og greining gagna</i>	25
3.4 <i>Siðferðilegar vangaveltur</i>	26
3.5 <i>Samantekt</i>	28
Kafli 4 Niðurstöður	29
4.1 <i>Pekking á eigin sjúkdómi er takmörkuð</i>	30
4.2 <i>Mismikil óþægindi eftir brot</i>	31
4.3 <i>Daglegt líf breytist</i>	32
4.4 <i>Að meðhöndla verkina</i>	33
4.5 <i>Að meðhöndla beinþynninguna</i>	34
4.6 <i>Samantekt</i>	35
Kafli 5 Umræða	37
5.1 <i>Pekking á eigin sjúkdómi er takmörkuð</i>	37
5.2 <i>Mismikil óþægindi eftir brot</i>	38
5.3 <i>Daglegt líf breytist</i>	38
5.4 <i>Að meðhöndla verkina</i>	39
5.5 <i>Að meðhöndla beinþynninguna</i>	40
5.6 <i>Samantekt</i>	41
Kafli 6 Samantekt / notagildi rannsóknar og framtíðarrannsóknir	43
6.1 <i>Takmörkun rannsóknarinnar</i>	43
6.2 <i>Notagildi fyrir hjúkrun</i>	43
6.3 <i>Notagildi fyrir hjúkrunarstjórnun</i>	44
6.4 <i>Notagildi fyrir hjúkrunarmenntun</i>	44
6.5 <i>Notagildi fyrir hjúkrunarrannsóknir</i>	45
6.6 <i>Tillögur að framtíðar rannsóknum</i>	45
6.7 <i>Samantekt</i>	46

Heimildaskrá.....	48
Fylgiskjal 1 – Leyfi Vísindasiðanefndar	53
Fylgiskjal 2 – Samþykki Persónuverndar	54
Fylgiskjal 3 - Kynningarbréf.....	57
Fylgiskjal 4 - Samþykkisyfirlýsing.....	60
Fylgiskjal 5 - Spurningar.....	61