

## Efnisyfirlit

Verkefnið.....	i
Staðfesting .....	ii
Útdráttur .....	iii
Abstract .....	iv
Efnisyfirlit.....	v
Þakkarorð .....	viii
<b>1. kafli - Inngangur.....</b>	<b>1</b>
1.1 Bakgrunnsupplysingar .....	1
1.2 Tilgangur rannsóknar .....	2
1.3 Rannsóknarspurningar.....	2
1.4 Rannsóknaraðferð.....	3
1.5 Forsendur rannsóknar.....	3
1.6 Gildismat rannsakenda .....	4
1.7 Skilgreiningar meginhugtaka .....	4
1.8 Gildi fyrir hjúkrunar- og ljósmóðurfræði .....	4
1.9 Samantekt .....	5
1.10 Leitarorð .....	5
<b>2. kafli - Fræðileg samantekt.....</b>	<b>6</b>
2.1 Almennt um sársauka kvenna .....	6
2.2 Lífeðlisfræði sársauka .....	7
2.3 Þættir sem hafa áhrif á sársauka í fæðingu.....	10
2.3.1 Pekking.....	10
2.3.2 Menning .....	11
2.3.3 Kvíði.....	11

2.4 Reynsla kvenna af sársauka í fæðingu .....	13
2.4.1 Undirbúningur kvenna fyrir komandi fæðingu. ....	13
2.4.2 Væntingar. ....	14
2.4.3 Orð sem konur nota til að lýsa reynslu sinni af sársauka í fæðingu. ....	15
2.4.4 Stuðningur. ....	16
2.5 Hvaða áhrif hefur upplifun fæðingar á líðan kvenna í framtíðinni? .....	17
2.5.1 Margþætt áhrif sársauka í fæðingu á framtíð. ....	18
2.6 Samantekt .....	20
<b>3. kafli - Aðferðafræði rannsóknar .....</b>	<b>21</b>
3.1 Rannsóknaraðferð.....	21
3.1.1 Tilfellarannsókn. ....	21
3.1.2 Viðtöl í tilfellarannsókn. ....	23
3.1.3 Helstu styrkleikar og veikleikar tilfellarannsóknar. ....	24
3.2 Val á þátttakanda og einkenni hans .....	25
3.3 Gagnasöfnun og úrvinnsla gagna .....	26
3.4 Siðfræðilegar vangaveltur .....	27
3.5 Samantekt .....	28
<b>4. kafli – Niðurstöður .....</b>	<b>30</b>
4.1 Greiningarlíkan.....	30
4.2 Undirbúningur .....	32
4.2.1 Fræðsla og þekking. ....	32
4.2.2 Væntingar og viðhorf. ....	33
4.3 Kvíði og fyrri reynsla .....	34
4.4 Reynsla kvenna af sársauka í fæðingu .....	35
4.4.1 Að takast á við sársauka í fæðingu.....	36

4.4.2 Orð sem lýsa sársauka.....	37
4.4.3 Samskipti við maka og ljósmóður.....	38
4.5 Framtíðaráhrif.....	39
4.6 Samantekt .....	40
<b>5. kafli - Umfjöllun um niðurstöður .....</b>	<b>41</b>
5.1 Um undirbúning kvenna fyrir fæðingu.....	41
5.2 Um kvíða og fyrri reynslu kvenna.....	45
5.3. Um upplifun kvenna af sársauka í fæðingu.....	46
5.4 Um framtíðaráhrif .....	50
5.5 Samantekt .....	51
<b>6. kafli – Notagildi rannsóknar og framtíðarrannsóknir.....</b>	<b>53</b>
6.1 Notagildi rannsóknar .....	53
6.1.1 Notagildi fyrir hjúkrunar- og ljósmóðurfræði. ....	53
6.1.2 Notagildi fyrir hjúkrunar- og ljósmóðurstjórnun. ....	54
6.1.3 Notagildi fyrir hjúkrunar- og ljósmóðurmenntun.....	54
6.1.4 Notagildi fyrir hjúkrunar- og ljósmaðrarannsóknir. ....	54
6.2 Takmarkanir rannsóknar .....	55
6.3 Tillögur að framtíðarrannsóknum .....	55
6.4 Samantekt .....	56
Heimildaskrá .....	58
Fylgiskjal A .....	64