

# Følgebrev og spørgeskema

---

## Følgebrev

Hej, har du lyst til at hjælpe os?

Vi er to jordemoderstuderende, som er i gang med vores afsluttende bachelorprojekt. Vi ønsker at undersøge hvordan danske kvinder oplever det at være gravid på godt og ondt.

Når man bliver gravid, sker der flere fysiologiske forandringer i kroppen, hvilket kan medføre kvalme, opkastning, ændrede spisevaner, forstoppelse, træthed, ømme og større bryster, vægtøgning, tyngdefornemmelse, hyppig vandladningstrang, bækkensmerter osv.

Det er vores erfaring, at der er stor forskel på, hvordan gravide oplever og håndterer disse fysiologiske forandringer. Nogle bliver overraskede over, hvordan en graviditet føles, og måske er det at være gravid ikke altid, som man havde forestillet sig.

Vi har ikke kunnet finde undersøgelser, der er direkte sammenlignelige med Danmark, og vi har derfor brug for din hjælp. Hvordan oplever du at være gravid?  
Vi håber, at du vil besvare vores spørgsmål fyldestgørende, så din besvarelse kan bidrage til en forståelse af, hvordan det er at være gravid anno 2014.

Din besvarelse vil blive behandlet anonymt og destrueres efter projektets afleveringsdato.

Har du spørgsmål i forhold til forståelse og uddybning af vores spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os på e-mail: [hellec91@gmail.com](mailto:hellec91@gmail.com) eller [majken\\_hb@hotmail.com](mailto:majken_hb@hotmail.com).

Ønsker du at læse vores færdige projekt, kan du ligeledes sende en e-mail til ovenstående e-mailadresser.

På forhånd tak for hjælpen.

Med venlig hilsen  
Helle Christensen og  
Majken Hjerrild Bertelsen

## Spørgeskema

1. **Hvor gammel er du?**
2. **Hvilken dato har du termin?**
3. **Hvor mange gange har du født, og venter du et eller flere børn i denne graviditet?**

(sæt 2 krydser)

	Ingen børn	1 barn	2 børn	3 børn	4 børn
Jeg har født					
<b>Jeg er gravid med</b>					

Kommentar:

4. **Fortæl hvilke fysiologiske forandringer du har oplevet i din graviditet?**  
*(Det kan eksempelvis være: kvalme, opkastning, ændrede spisevaner, forstoppelse, træthed, ømme og større bryster, vægtøgning, tyngdefornemmelse, hyppig vandladningstrang, bækkensmerter, humørsvingninger, grådlibilitet, sure opstød, halsbrand, væske i benene, åreknuder, åndedrætsbesvær, karpaltunnelsyndrom (føleforstyrrelser i fingrene), hæmorider osv.)*
5. **Påvirker de fysiologiske forandringer dig i din dagligdag? Hvis ja, hvordan oplever du det?**
6. **Har dit syn på din krop ændret sig efter, at du er blevet gravid? Hvis ja, hvordan oplever du det?**
7. **Påvirker de fysiologiske forandringer dig psykisk? I så fald hvordan?**
8. **Reagerer din omgangskreds på, at din krop/dit udseende har forandret sig? Hvis ja, hvordan og hvordan oplever du det?**

**Tusind tak for din besvarelse, hvis du har mere at tilføje, kan du gøre det i kommentarboksen herunder.**

**Din besvarelse vil blive behandlet anonymt og destrueres efter projektets afleveringsdato.**

**Har du nogle spørgsmål til os og/eller ønsker du at læse vores færdige projekt, kan du sende en e-mail til: [hellec91@gmail.com](mailto:hellec91@gmail.com) eller [majken\\_hb@hotmail.com](mailto:majken_hb@hotmail.com).**

**Med venlig hilsen**

**Helle Christensen og Majken H. Bertelsen**

Kommentar: