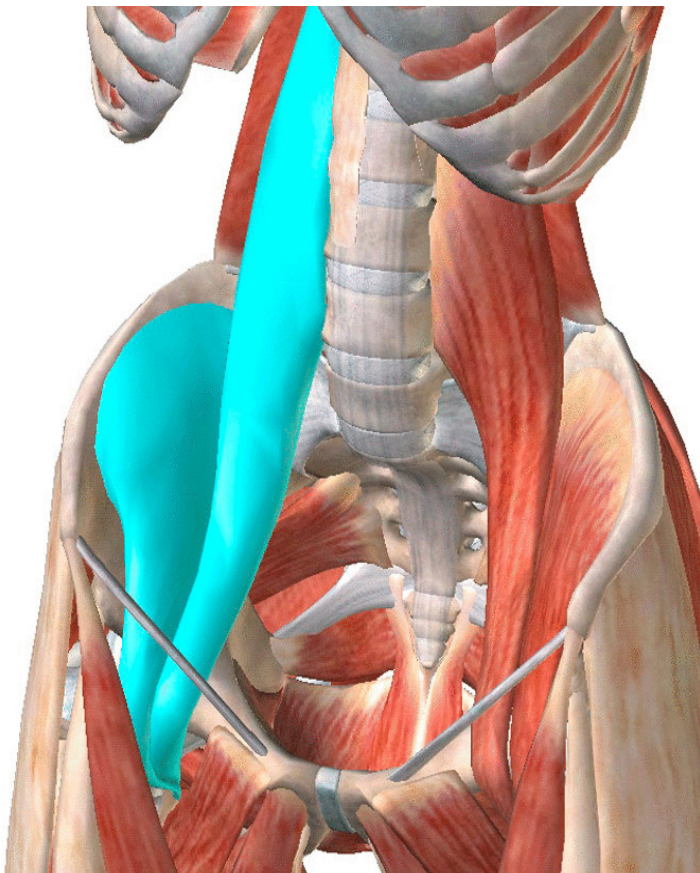


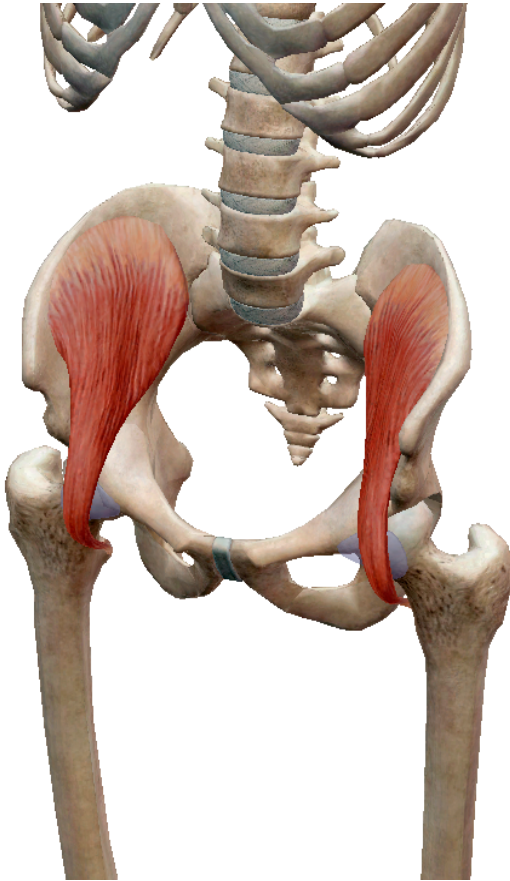
Анатомия мышечной системы

Поясничная мышца



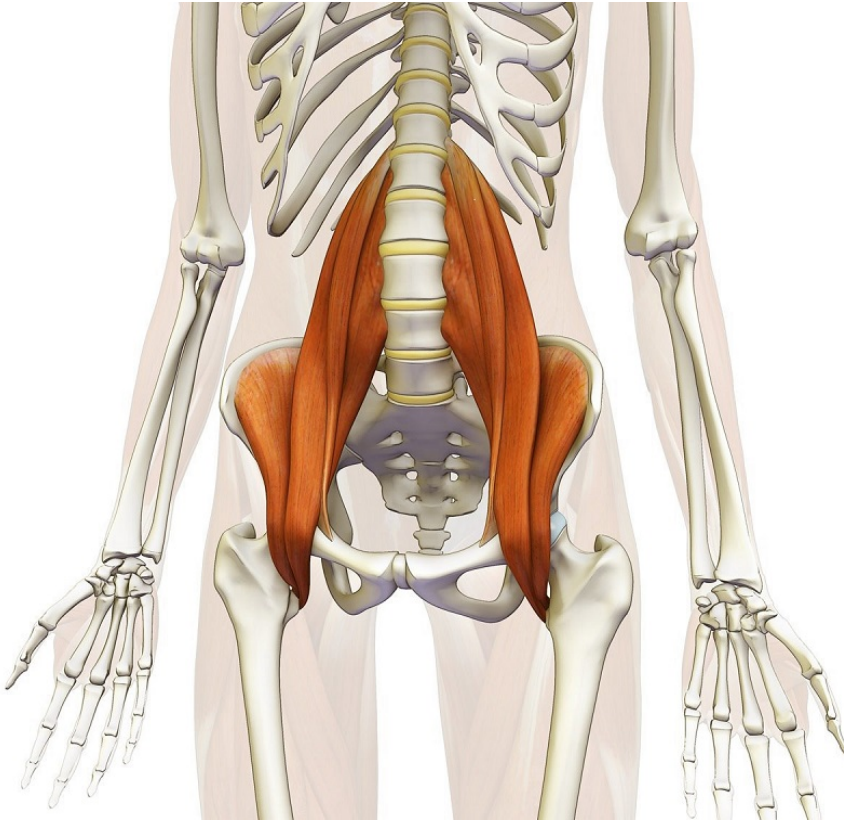
- боковые поверхности тел позвонков T12-L5, соответствующие мпд и поперечные отростки позвонков L1-L5
- Малый вертел бедренной кости
- Функции: сгибание и наружная ротация бедра; наклон корпуса в свою сторону (латерофлексия)

Подвздошная мышца



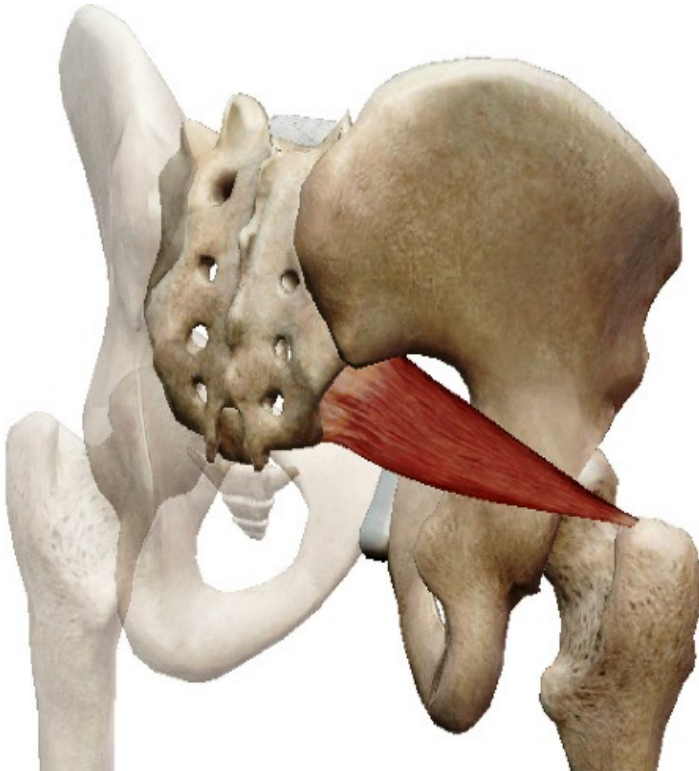
- Подвздошная ямка
- Малый вертел бедренной кости
- Функции: сгибание и наружная ротация бедра

Подвздошно-поясничная мышца



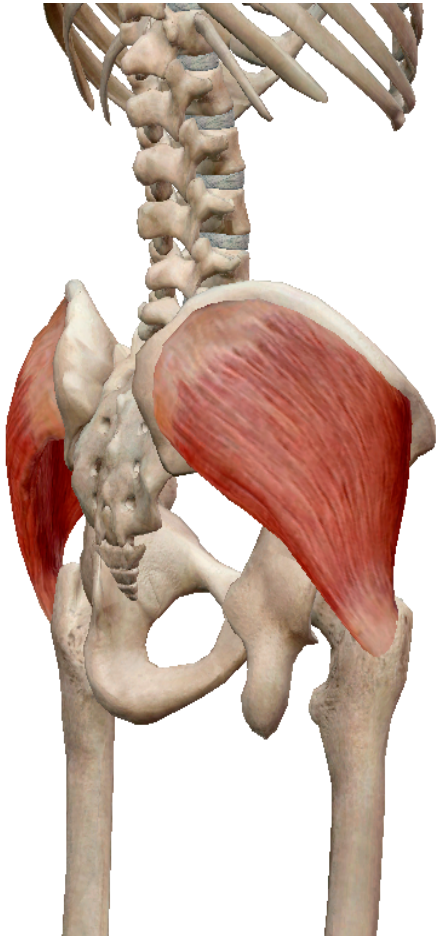
- боковые поверхности тел позвонков T12-L5, соответствующие мпд и поперечные отростки позвонков L1-L5
- Подвздошная ямка
- Малый вертел бедренной кости
- Функции: сгибание, наружная ротация бедра, антеверсия таза

Грушевидная мышца



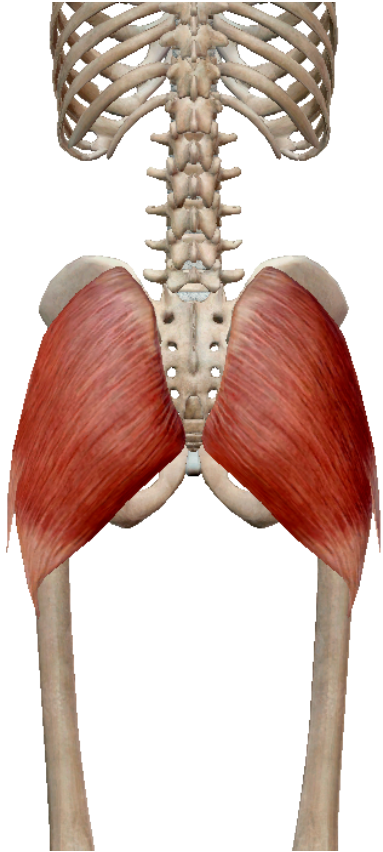
- Передняя поверхность крестца
- Вершина большого вертела бедренной кости
- Функции: наружная ротация бедра

Средняя ягодичная мышца



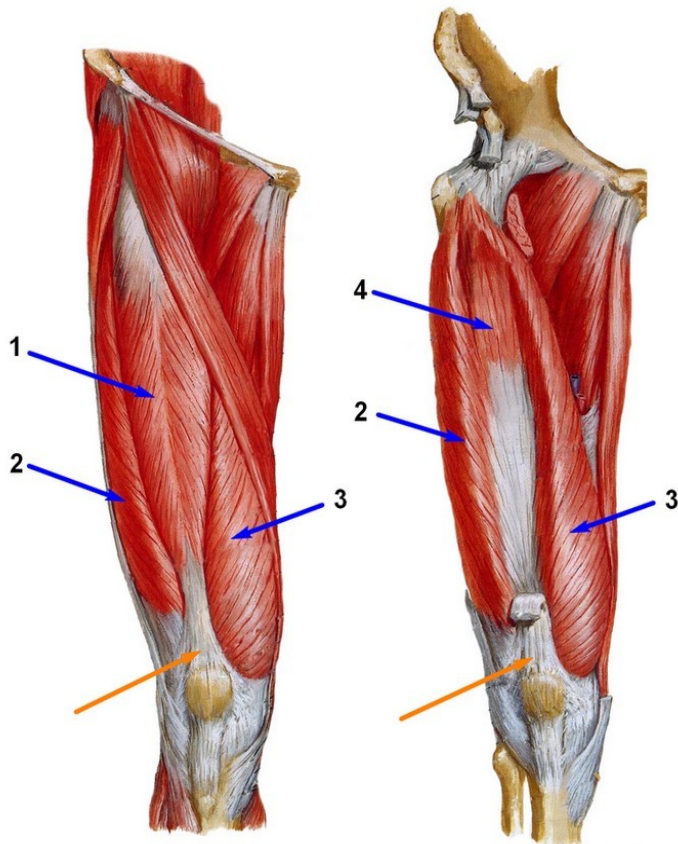
- Наружная поверхность крыла и гребня подвздошной кости
- большой вертел бедренной кости
- Функции: отведение бедра, наклоняет таз в свою сторону.

Большая ягодичная мышца



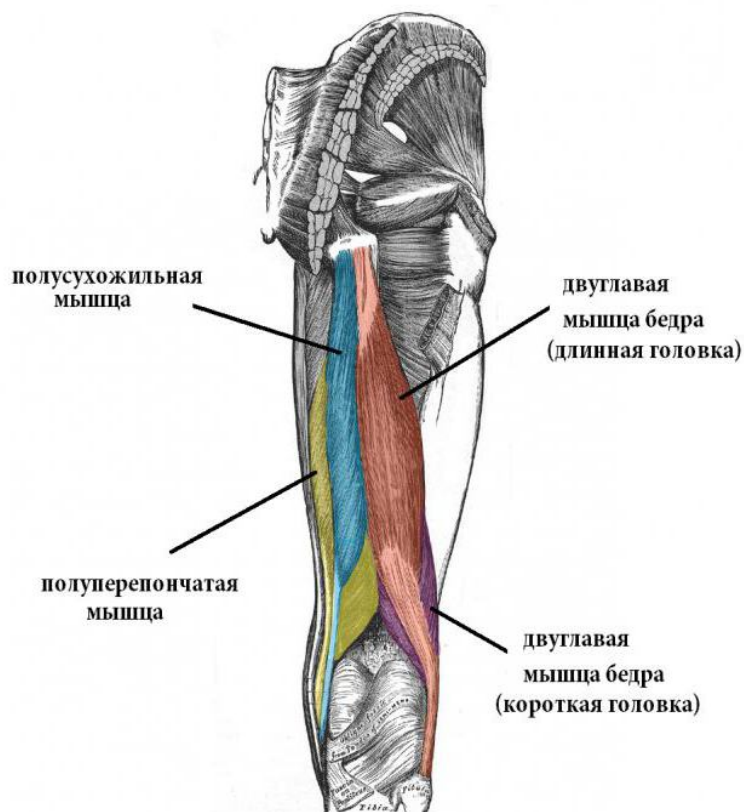
- Гребень подвздошной кости сзади, дорсальная (задняя) поверхность крестца и копчика
- Ягодичная бугристость бедренной кости; большая часть волокон заканчивается в подвздошно-большеберцовом тракте.
- Функции: мощный экстензор (разгибатель) бедра и поворачивает бедро кнаружи, выпрямляет и фиксирует туловище, участвует в ретроверсии таза.

Четырехглавая мышца бедра



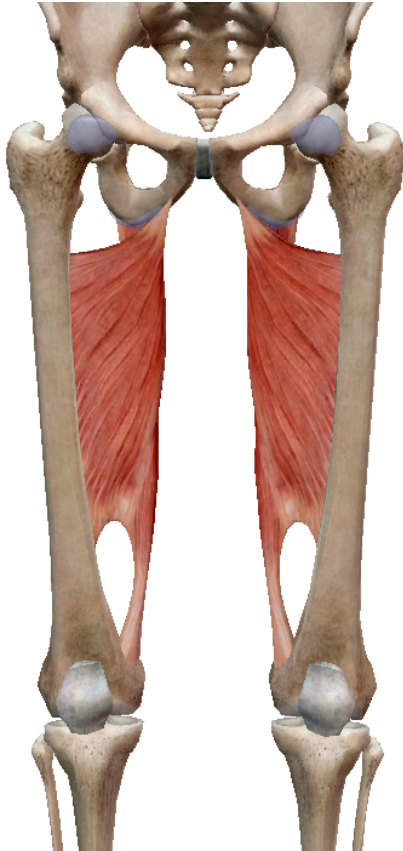
- Прямая головка: нижняя передняя ость подвздошной кости и надвертлужная борозда
- Медиальная головка: межвертельная линия и медиальная губа шероховатой линии - (медиальный край надколенника)
- Латеральная головка: большой вертел и латеральная губа шероховатой линии бедра
- Промежуточная головка: передняя и латеральная поверхность тела бедренной кости
- Большеберцовая бугристость
- Функции: мощный разгибатель колена, слабый сгибатель бедра (за счет прямой головки)

Двуглавая мышца бедра



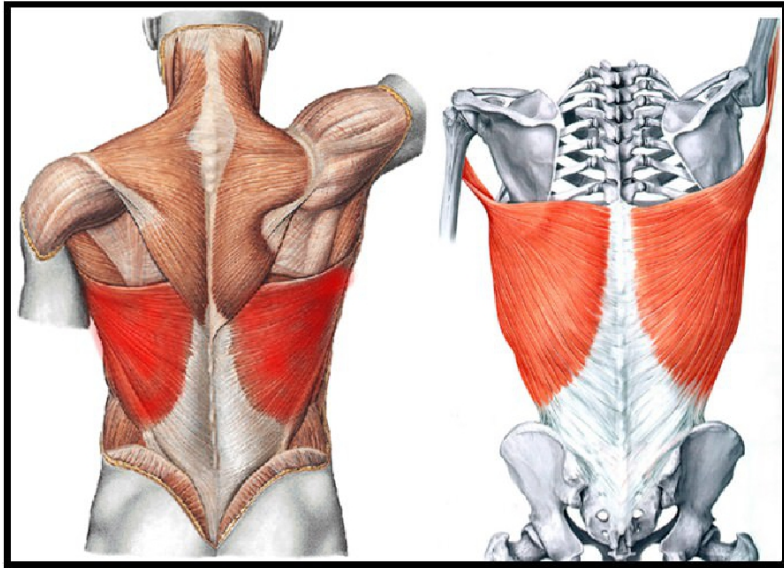
- Длинная головка: седалищный бугор
- Короткая головка: латеральная губа шероховатой линии
- Головка малоберцовой кости и латеральный мыщелок большой берцовой кости
- Функции: сгибание в коленном суставе и наружная ротация; разгибание бедра в тазобедренном суставе (за счет длинной головки)

Большая приводящая мышца



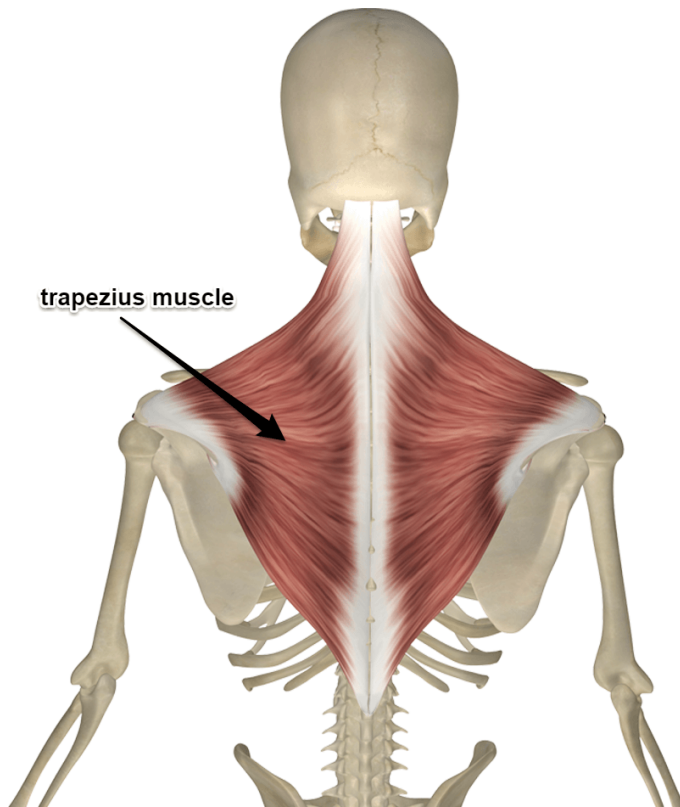
- Нижняя ветвь лобковой кости и седалищный бугор
- Латеральная губа шероховатой линии и приводящий бугорок бедренной кости
- Приведение бедра

Широчайшая мышца



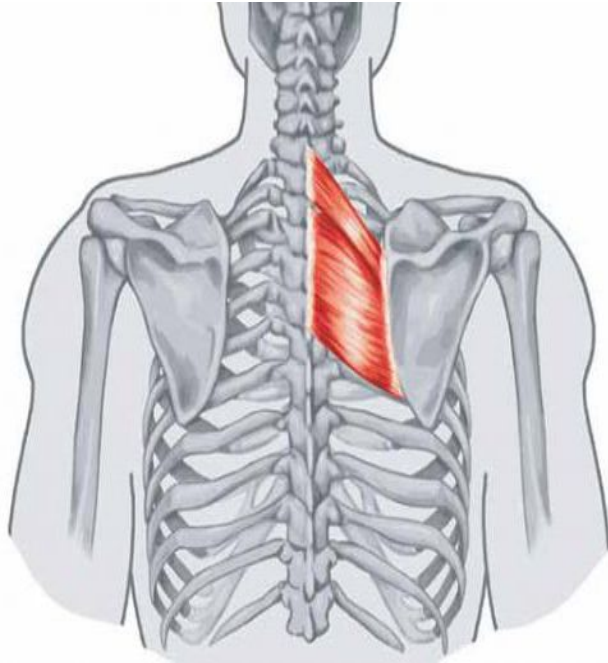
- Грудопоясничная фасция и задняя треть подвздошного гребня, остистые отростки грудных позвонков T7-T12
- Малый бугорок плечевой кости
- Внутренняя ротация плеча, приведение и разгибание плеча

Трапециевидная мышца



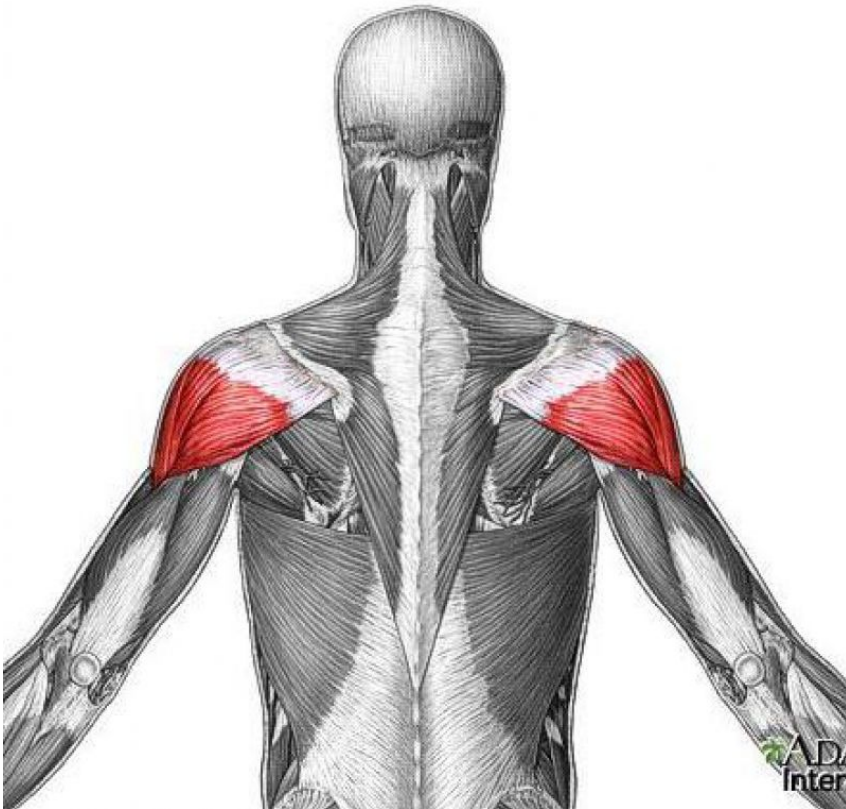
- Выйная линия затылочной кости, остистые отростки всех шейных и грудных позвонков
- Латеральная треть ключицы, акромион и ость лопатки

Ромбовидная мышца



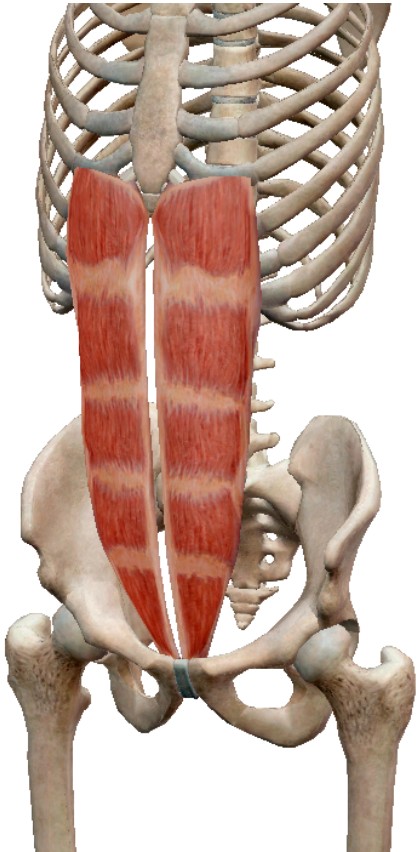
- Малая: остистые отростки C7-T1
- Большая: остистые отростки T2-T5 грудных позвонка
- Медиальный край лопатки
- Ретракция лопатки и элевацию

Дельтовидная мышца



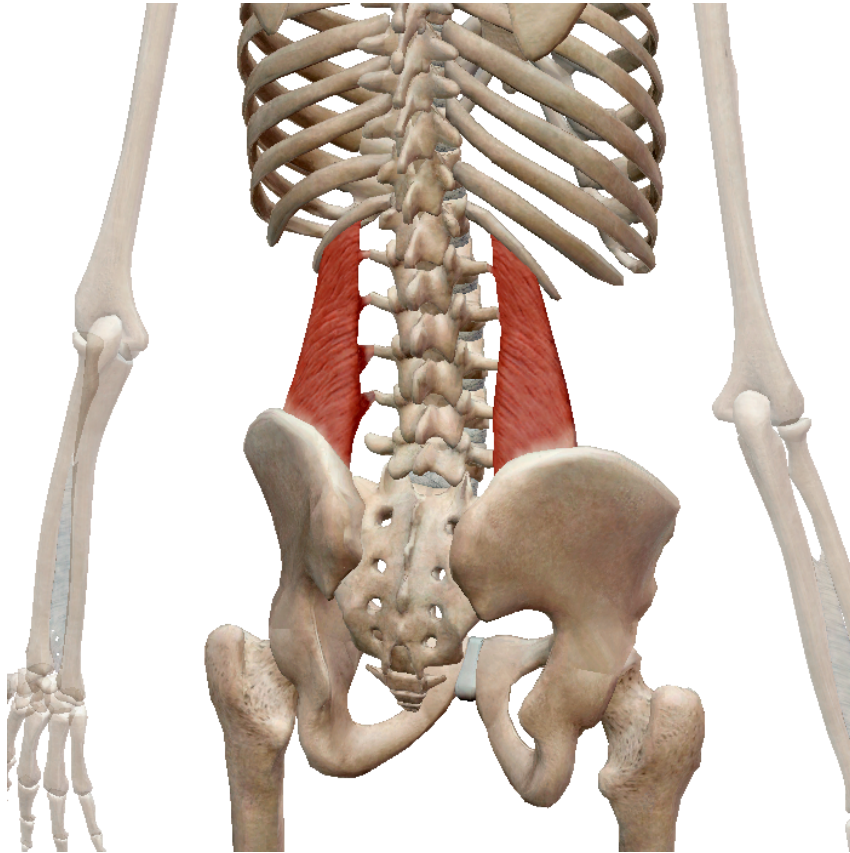
- Передняя группа: латеральная треть ключицы.
- Латеральная группа: акромион лопатки.
- Задняя группа: ость лопатки на всем её протяжении до медиального края.
- Дельтовидная бугристость

Прямая мышца живота



- Лобковый гребень между лобковым симфизом и лобковым бугорком
- Три зубца от наружной поверхности реберных хрящей V-VII ребер. Мечевидный отросток грудины
- Сгибание позвоночника

Квадратная мышца поясницы



- задняя часть подвздошного гребня
- XII ребро и поперечные отростки I—IV поясничных позвонков
- Боковой наклон (одностороннее сокращение), разгибание поясничного отдела позвоночника (двустороннее сокращение)