

# **Мышцы конечностей.**

Лекция № 14

**Мышцы  
Верхней  
конечности**

**Мышцы  
плечевого  
пояса**

**Мышцы  
свободной  
верхней  
конечности**

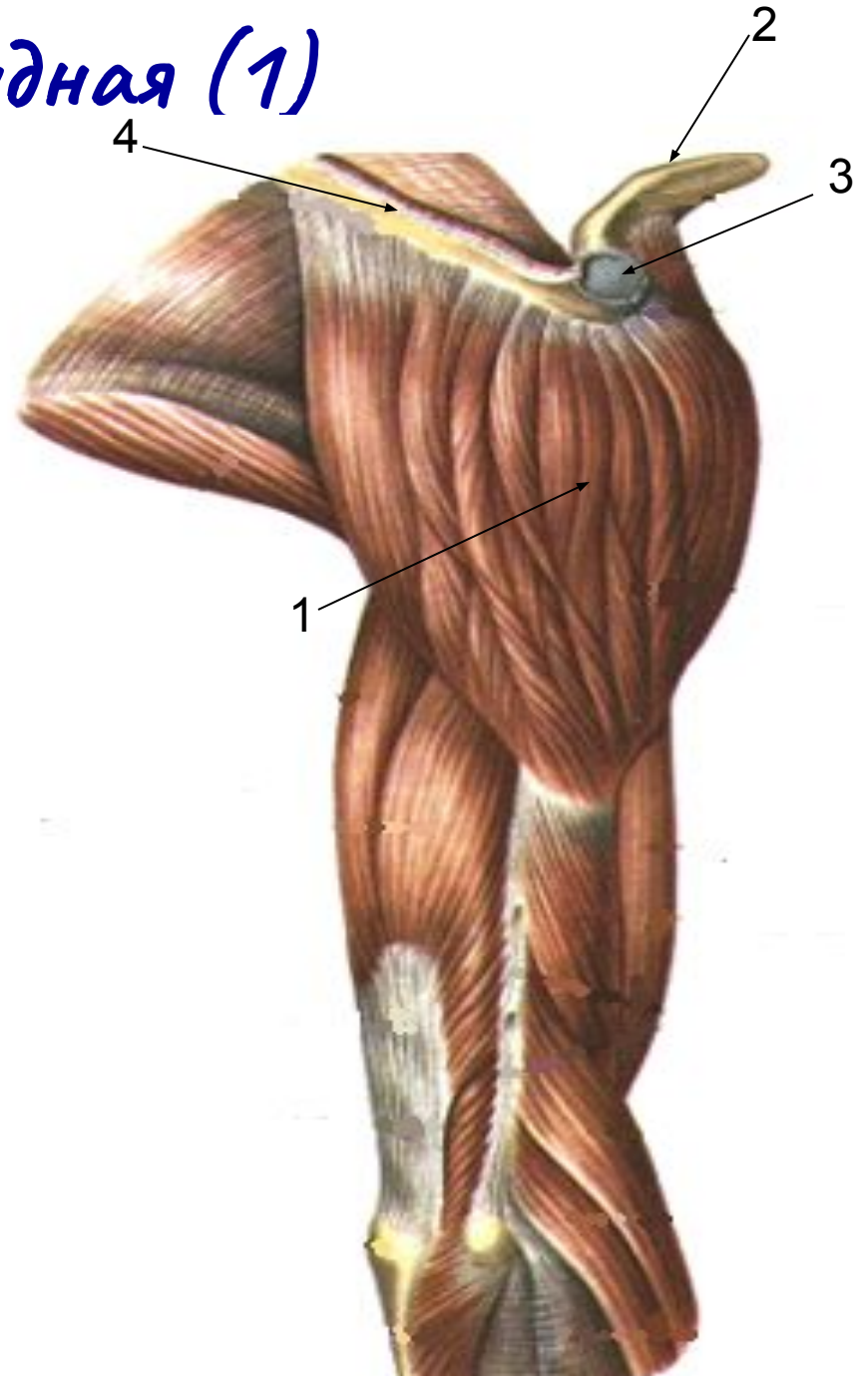
**Мышцы плеча**

**Мышцы  
предплечья**

**Мышцы кисти**

# ***Мышцы плечевого пояса***

## Дельтовидная (1)



- Начинается от латеральной трети ключицы (2), акромиона (3), ости лопатки (4), прикрепляется к дельтовидной бугристости плечевой кости
- Передняя часть сгибает плечо, средняя – отводит, задняя - разгибает

## *Надостная мышца (1)*

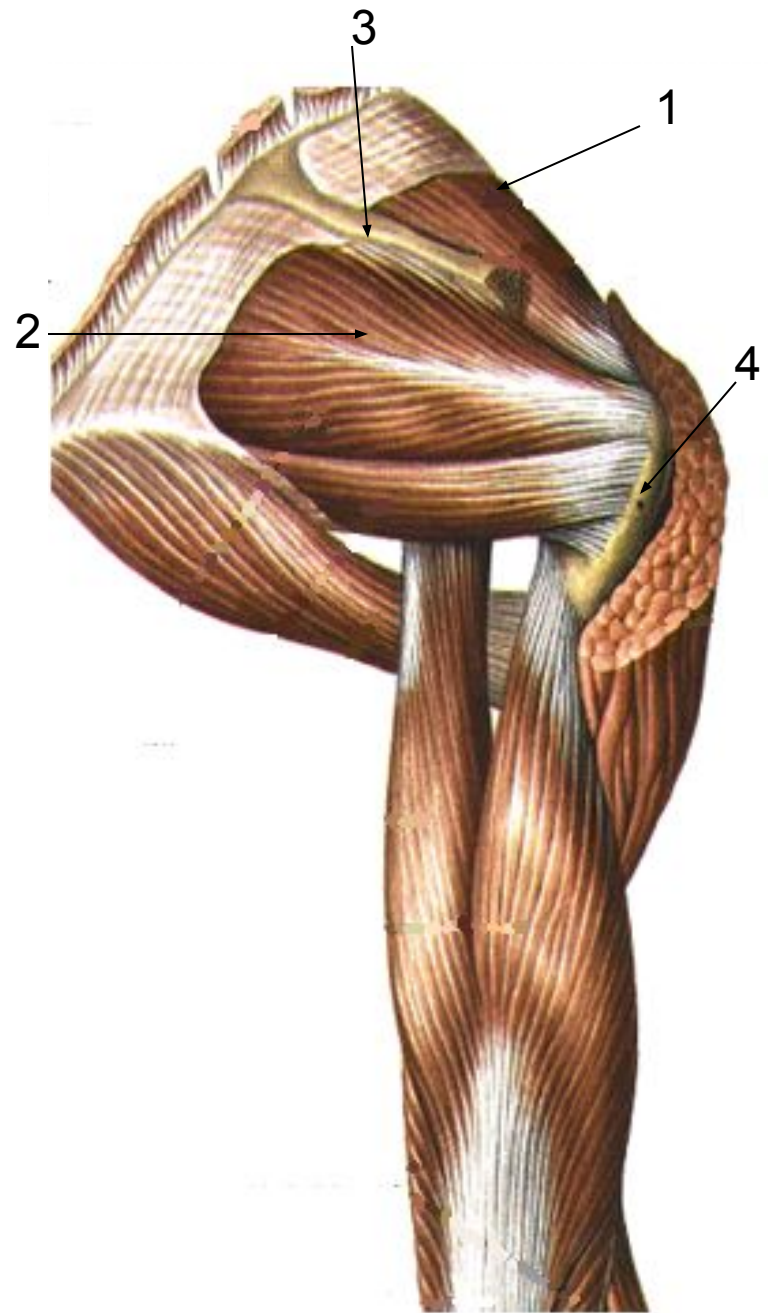
**Начинается от надостной  
ямки лопатки,  
прикрепляется к большому  
бугорку  
плечевой кости, отводит  
плечо**

## *Подостная (2)*

**Начинается от подостной  
ямки лопатки  
Вращает плечо кнаружи**

3 – лопаточная ость

4 – плечевая кость

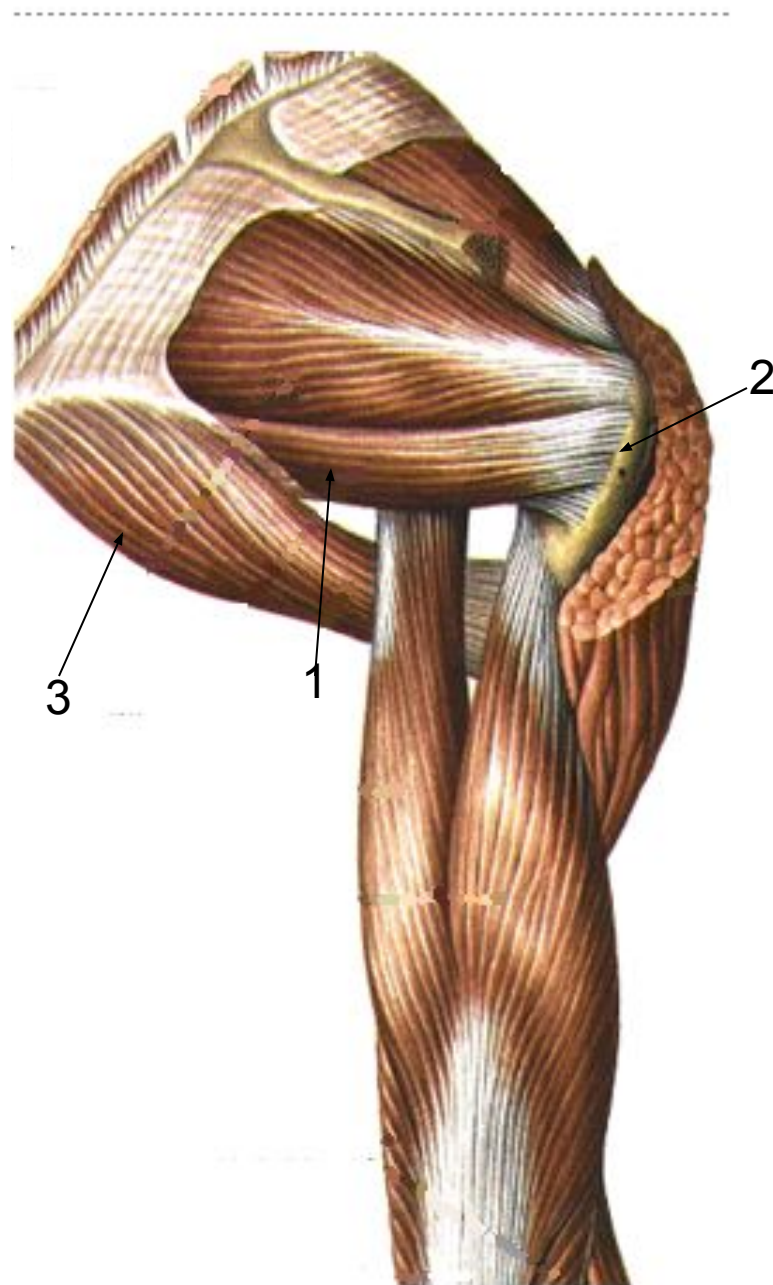


## *Малая круглая (1)*

Начинается от  
латерального края  
лопатки,  
прикрепляется к большому  
бугорку плечевой кости  
(2),  
отводит плечо

## *Большая круглая (3)*

От латерального края и  
нижнего угла лопатки,  
прикрепляется к малому  
бугорку плечевой кости.  
Тянет плечо книзу,  
кпереди, вращает внутрь

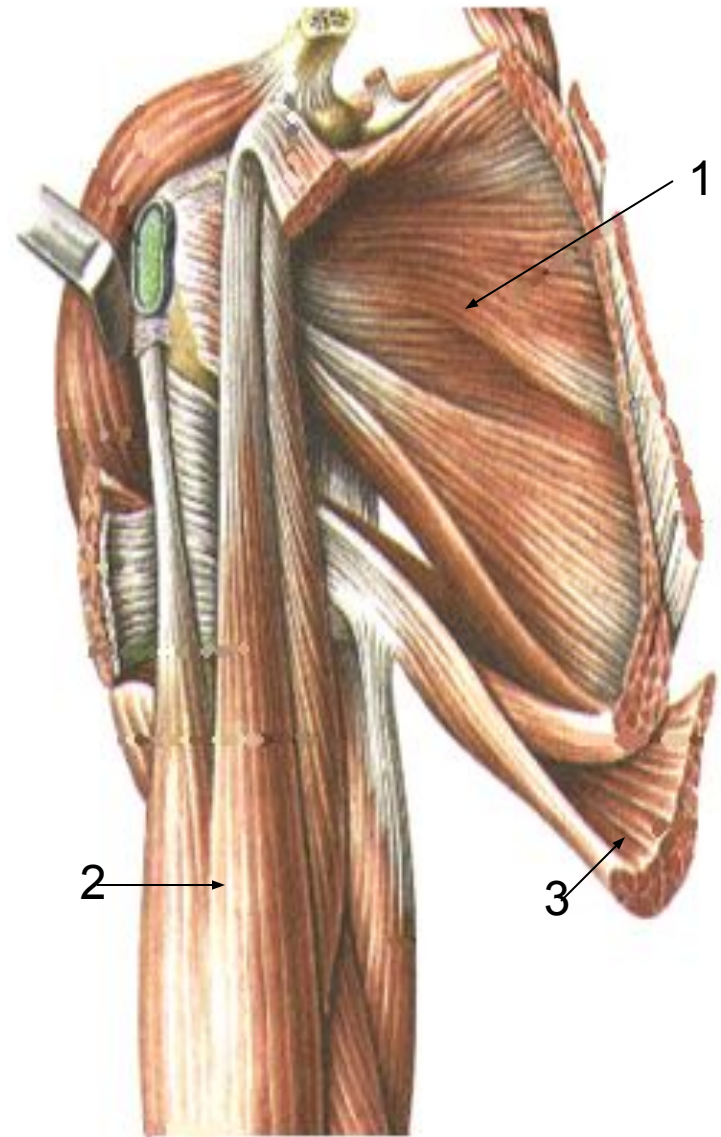


## *Подлопаточная (1)*

**Начинается от  
внутренней  
поверхности лопатки**

**Прикрепляется к малому  
бугорку плечевой  
кости**

**Опускает руку, тянет  
внутри**



**2 – бицепс**

**3 – большая круглая м.**

```
graph TD; A[Мышцы плеча] --- B[Передняя группа]; A --- C[Задняя группа];
```

# Мышцы плеча

Передняя  
группа

Задняя группа



## **Передняя группа мышц плеча (сгибатели)**

# *Двуглавая мышца плеча (1)*

**Состоит из двух головок:**

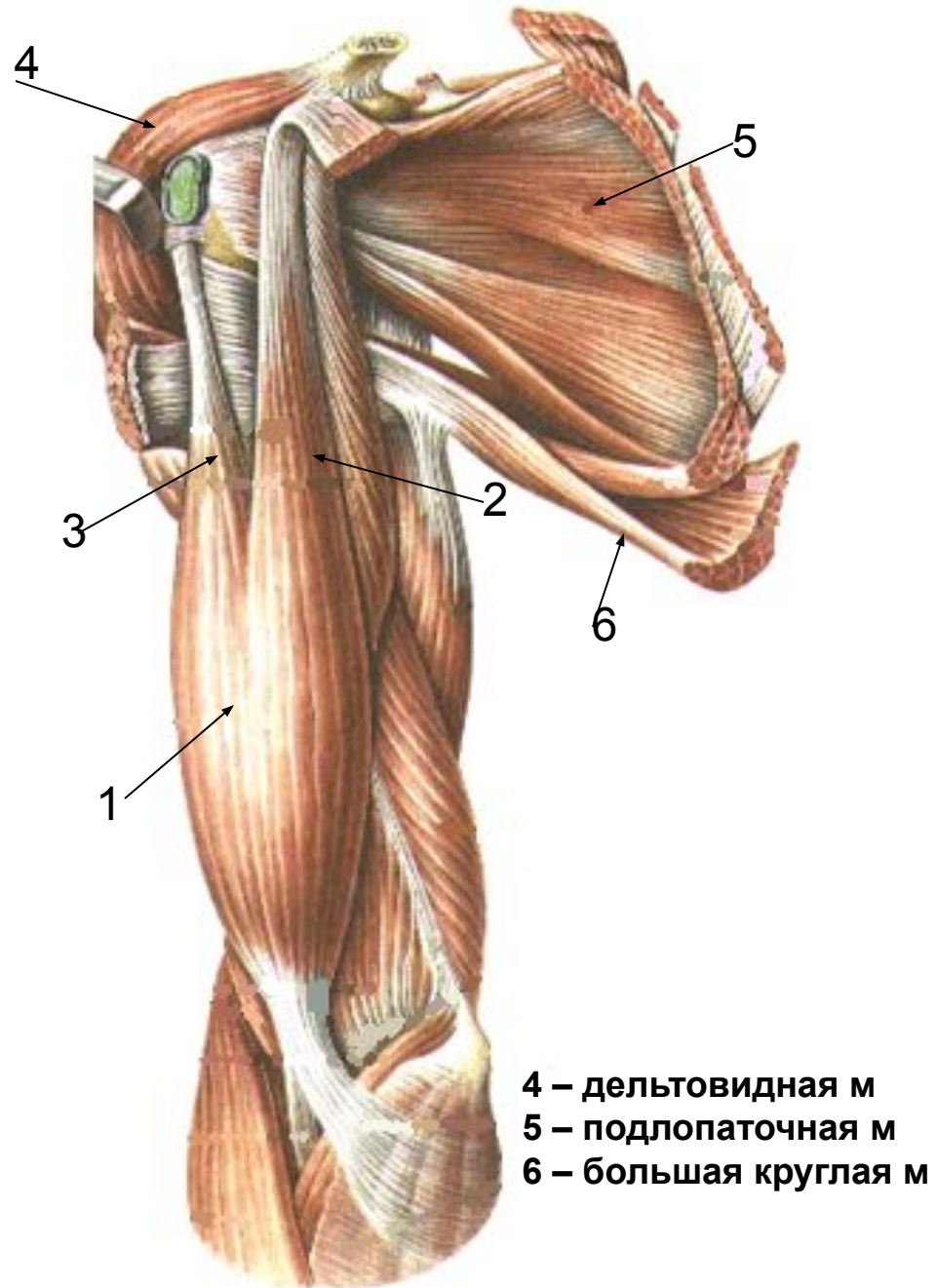
**- длинная головка (2)**

**- короткая головка (3)**

**Начинается от лопатки**

**Прикрепляется к  
бугристости лучевой  
кости**

**Сгибает плечо,  
предплечье, супинирует  
предплечье**



## *Клювовидно-плечевая (1)*

**Начинается от клювовидного отростка лопатки (2).**

**Прикрепляется к середине плечевой кости (3).**

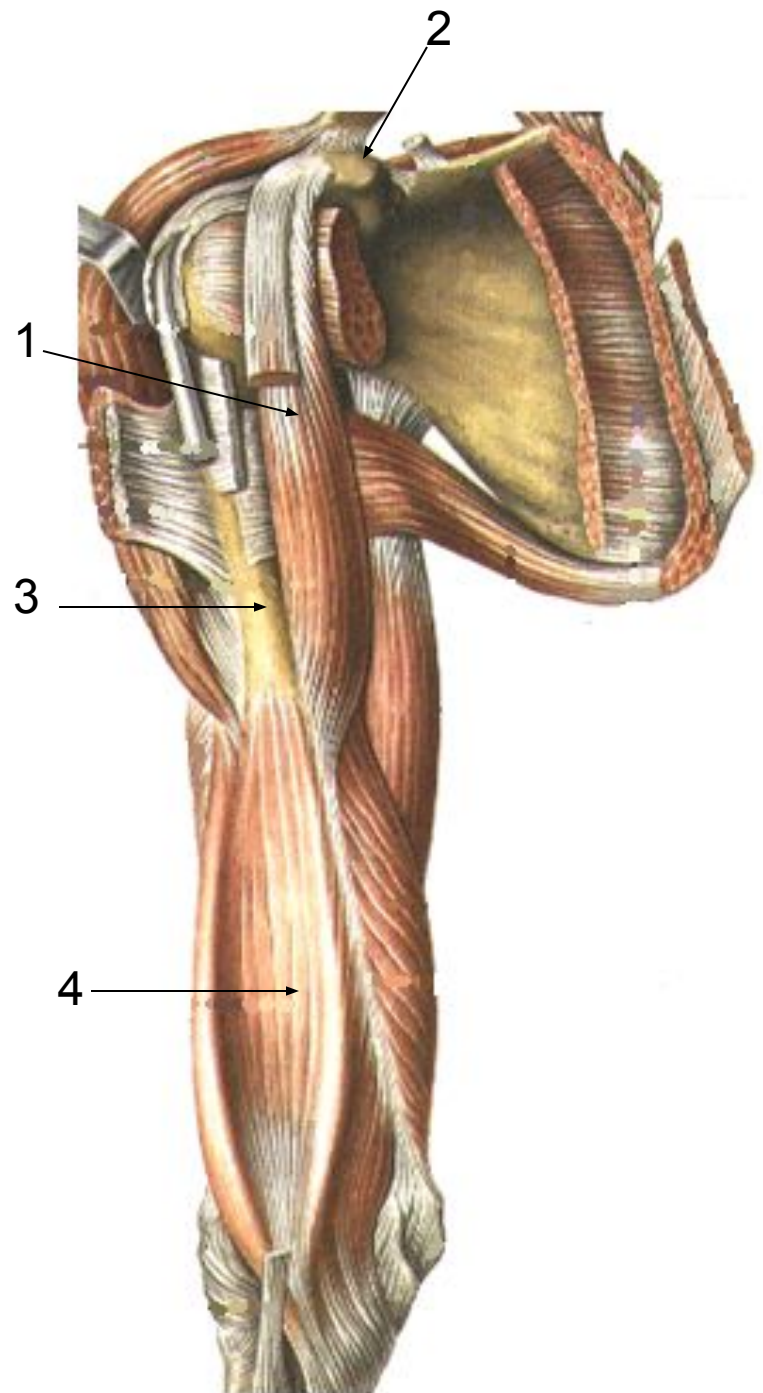
**Сгибает плечо, приводит к туловищу.**

## *Плечевая (4)*

**Начинается от середины плечевой кости.**

**Прикрепляется к бугристости лучевой кости.**

**Сгибает предплечье в локтевом суставе**

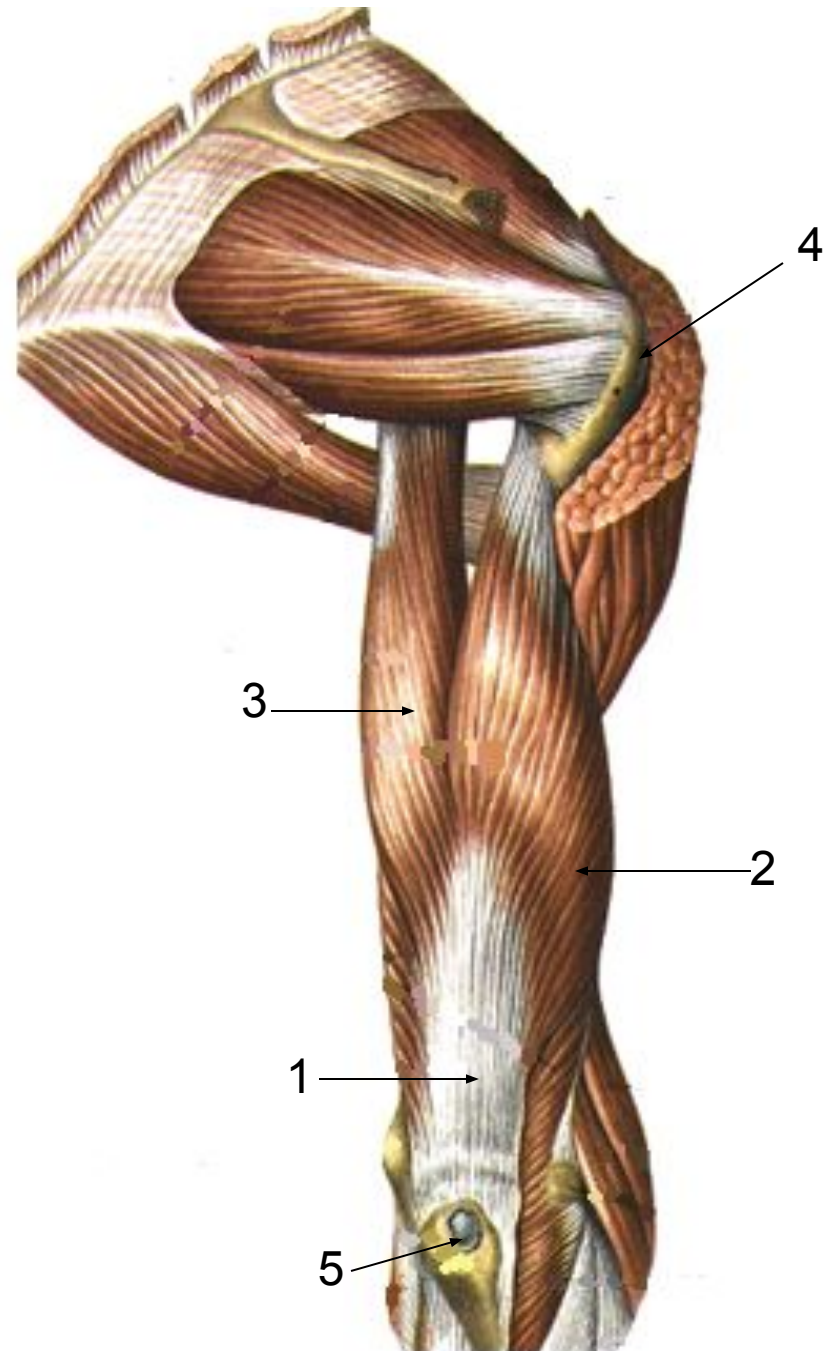


## **Задняя группа мышц плеча (разгибатели)**

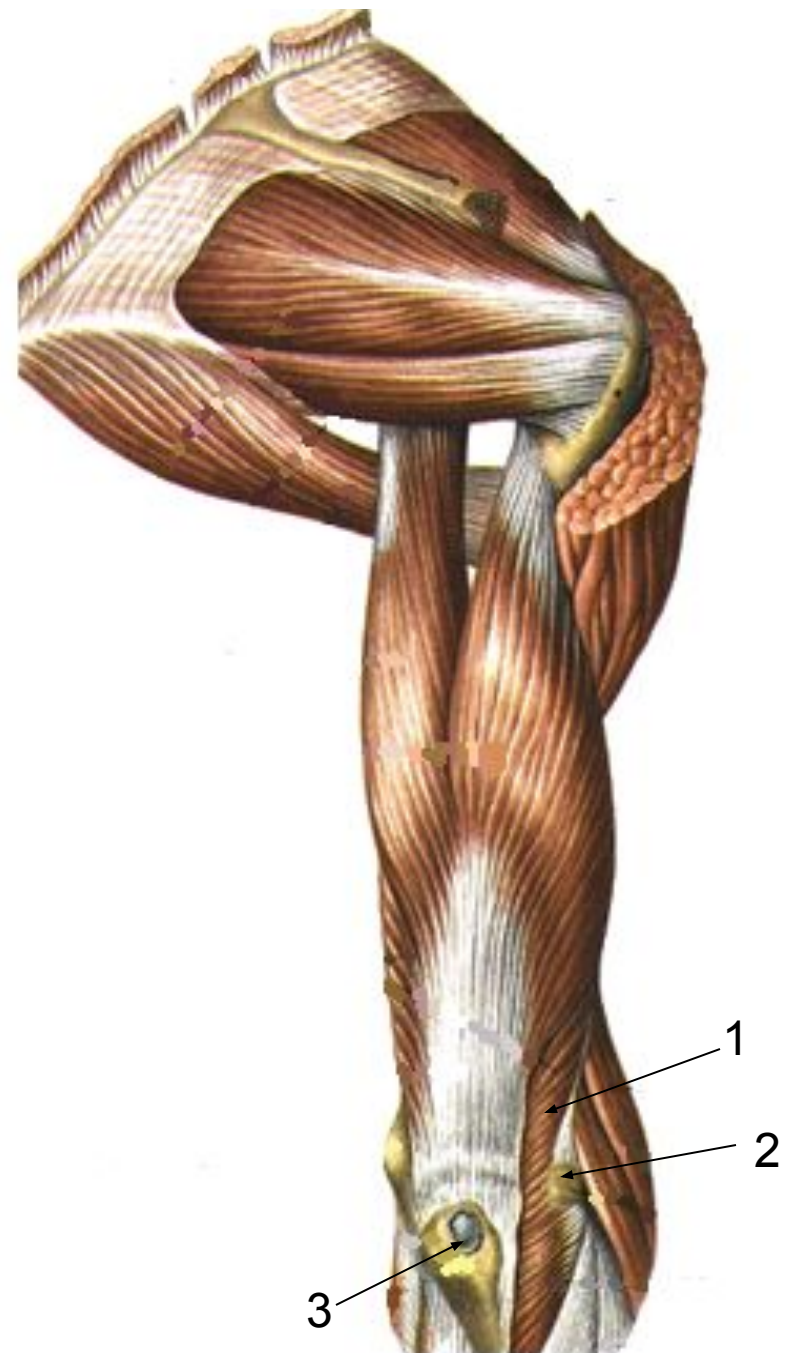
## *Трёхглавая мышца плеча (1)*

(латеральная головка (2),  
медиальная, длинная (3),

- **Начинается на плечевой кости (4), на подсуставном бугорке лопатки**
- **Прикрепляется к локтевому отростку (5)**
- **Разгибает предплечье**



- *Локтевая (1)*
- **Начинается от латерального надмыщелка плечевой кости (2)**
- **Прикрепляется к локтевому отростку (3) и верхнему концу локтевой кости**
- **Разгибает предплечье.**



**Мышцы  
предплечья**

**Передняя  
группа**

**Задняя группа**

**поверхностны  
е**

**глубокие**

**поверхностны  
е**

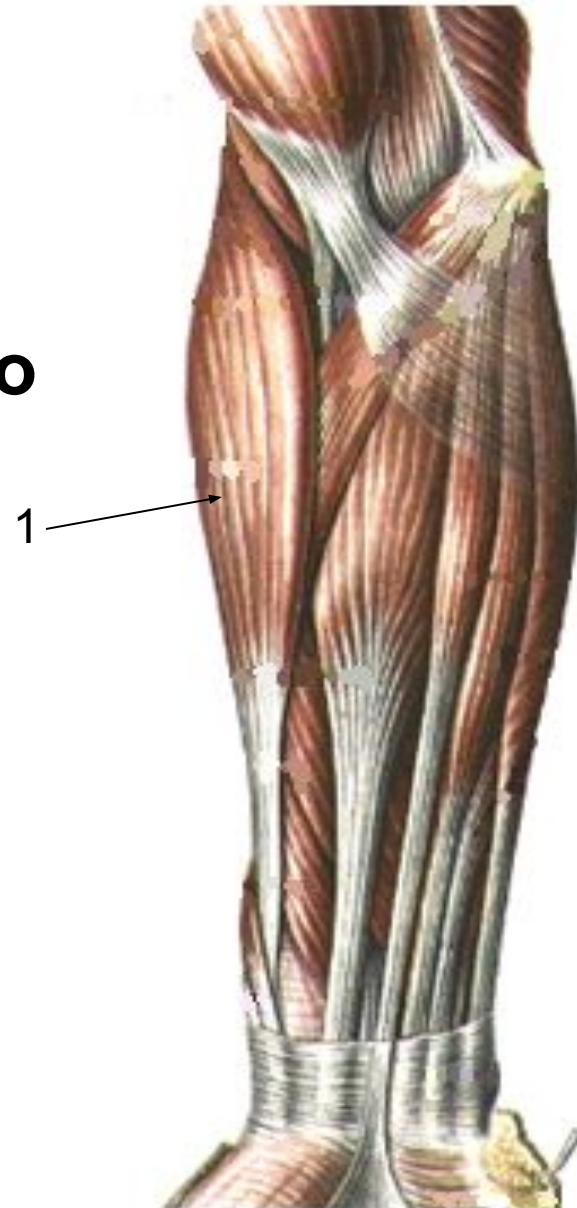
**глубокие**

# **Поверхностный слой передней группы мышц предплечья**

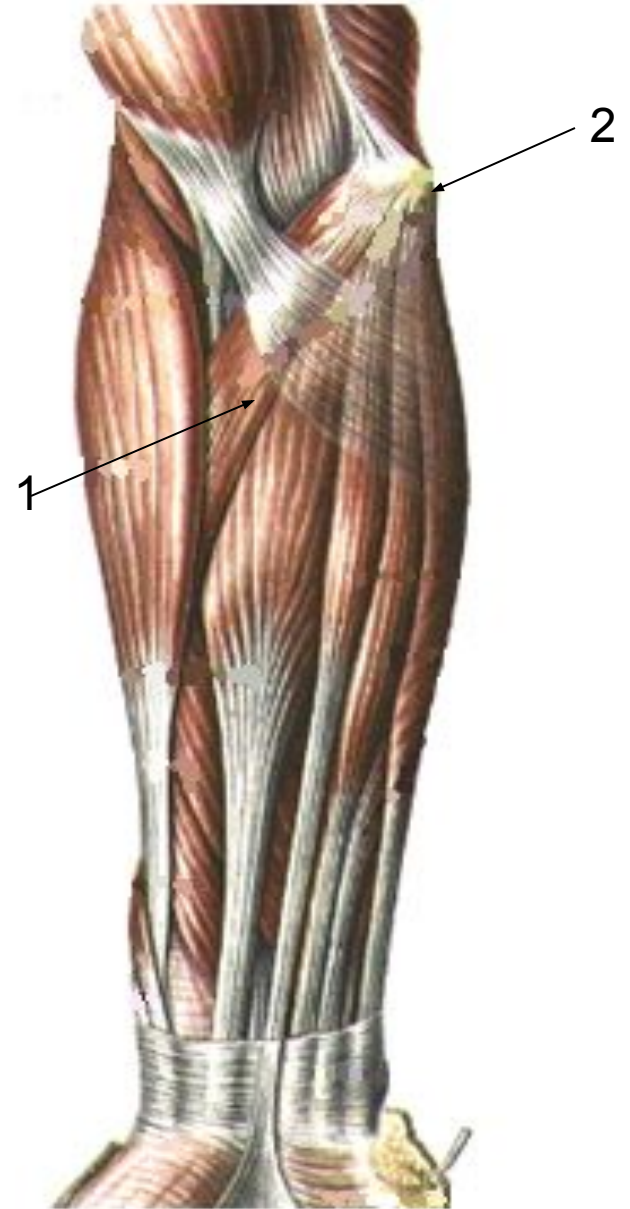


- *Плечелучевая (1)*

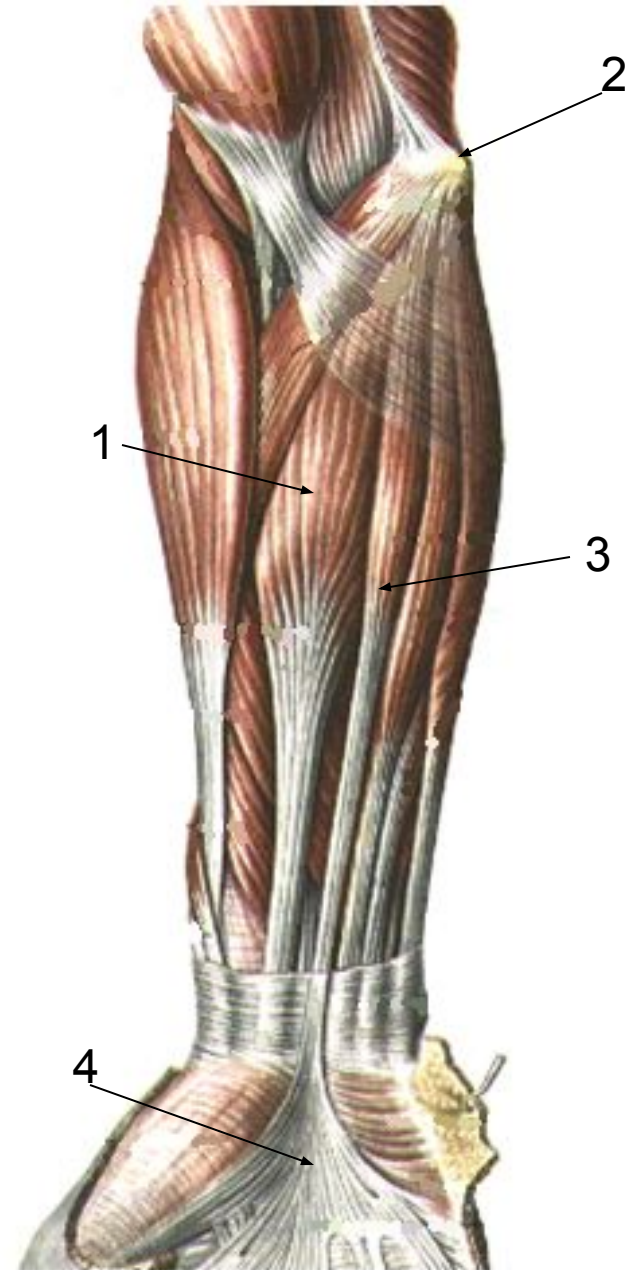
- **Начинается от плечевой кости выше латерального надмыщелка**
- **Прикрепляется к дистальному концу лучевой кости**
- **Сгибает предплечье**



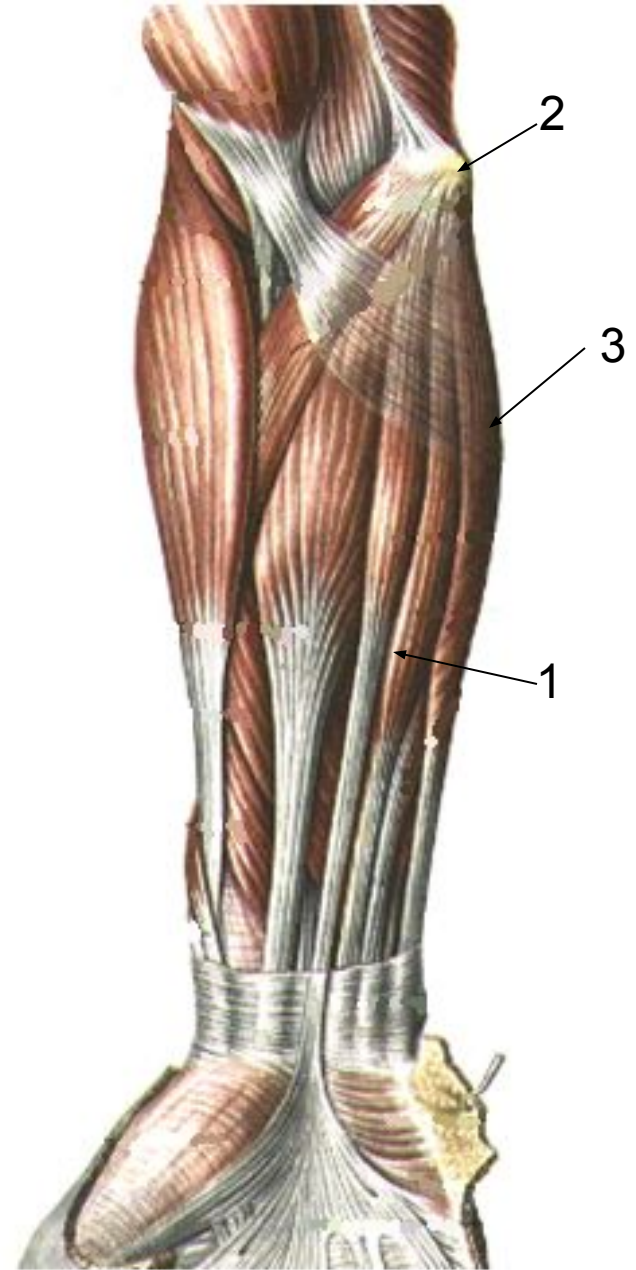
- *Круглый пронатор (1)*
- **Начинается от медиального надмыщелка плечевой кости (2)**
- **Прикрепляется к средней трети лучевой кости**
- **Пронирует и сгибает предплечье в локтевом суставе**



- *Лучевой сгибатель запястья (1)*
- Начинается от медиального надмыщелка плечевой кости (2)
- Прикрепляется к основанию 2 пястной кости
- Сгибает, пронирует кисть
- *Длинная ладонная (3)*
- Начинается от медиального надмыщелка плечевой кости
- Прикрепляется к ладонному апоневрозу (4)
- Сгибает кисть

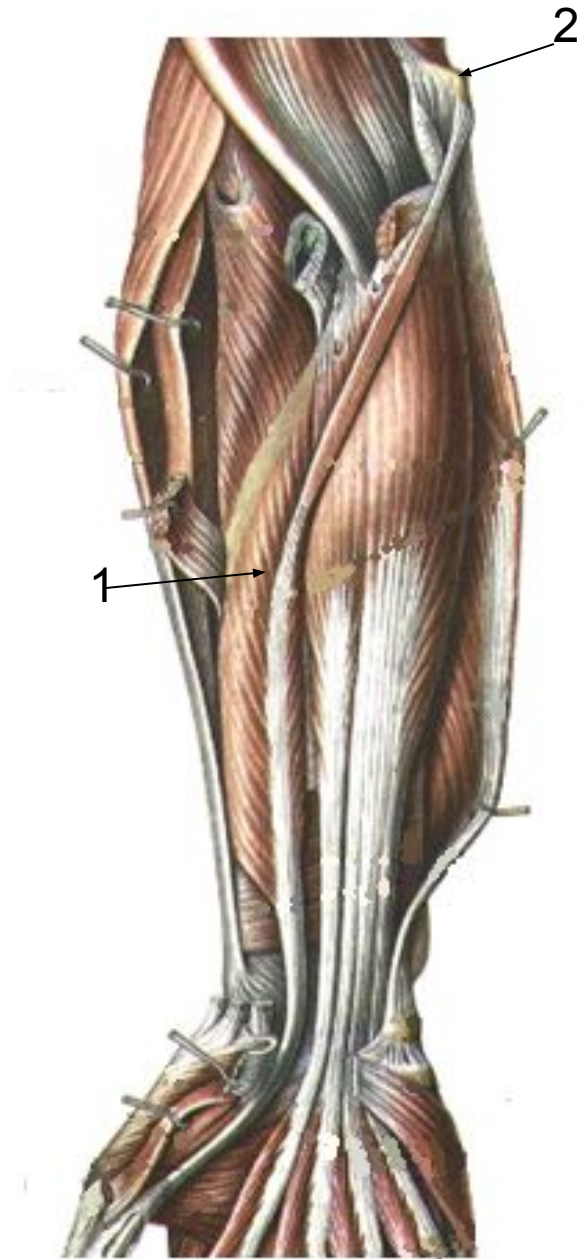


- *Поверхностный сгибатель пальцев (1)*
- Начинается от медиального надмыщелка плечевой кости (2), проксимальной части лучевой кости
- Прикрепляется 4-мя сухожилиями к основаниям средних фаланг 2 – 5 пальцев
- Сгибает средние фаланги пальцев и кисть
- *Локтевой сгибатель запястья (3)*
- Начинается от медиального надмыщелка плечевой кости, локтевого отростка
- Прикрепляется к гороховидной кости
- Сгибает кисть, приводит

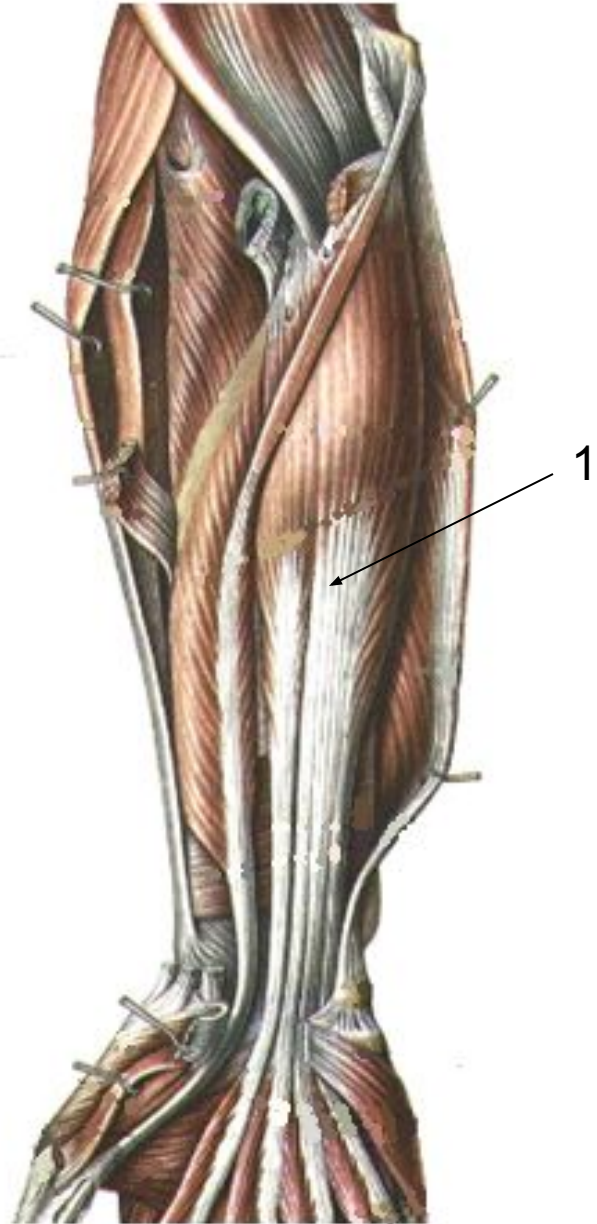


**Глубокий слой передней группы  
мышц предплечья.**

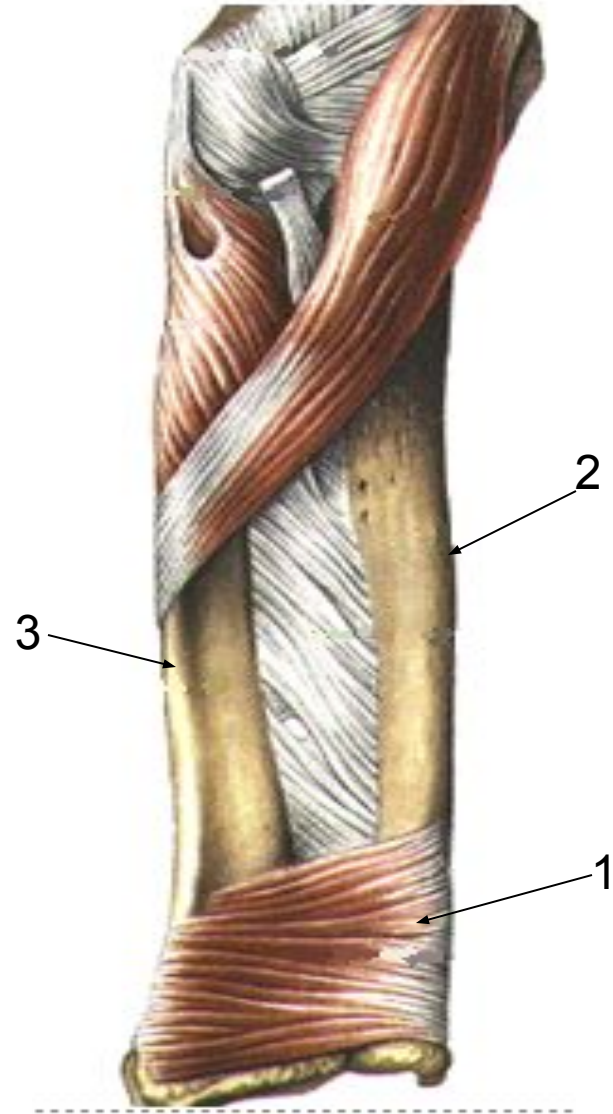
- *Длинный сгибатель большого пальца кисти (1)*
- **Начинается от медиальной надмыщелка плечевой кости (2), лучевой кости**
- **Прикрепляется к дистальной фаланге большого пальца**
- **Сгибает дистальную фалангу большого пальца**



- *Глубокий сгибатель пальцев (1)*
- **Начинается от локтевой кости**
- **Прикрепляется к основанию дистальных фаланг 2 – 5 пальцев**
- **Сгибает кисть, фаланги 2 – 5 пальцев**



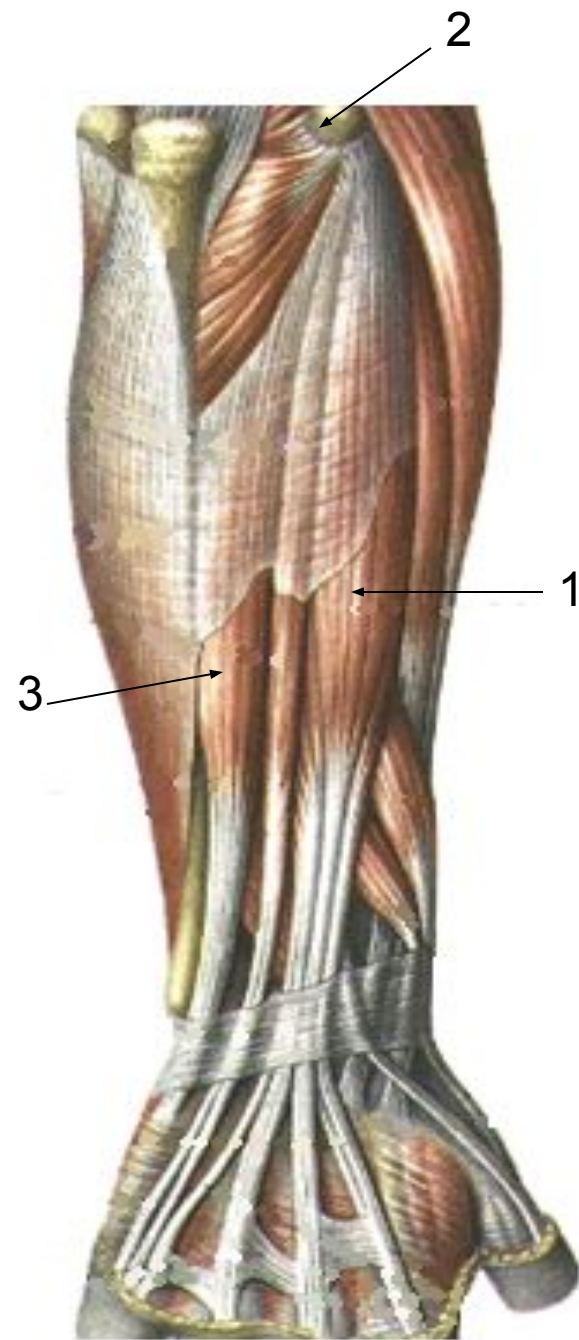
- *Квадратный пронатор*  
**(1)** - от медиального края тела локтевой кости (2), к латеральному краю и передней поверхности лучевой кости (3), вращает предплечье внутрь



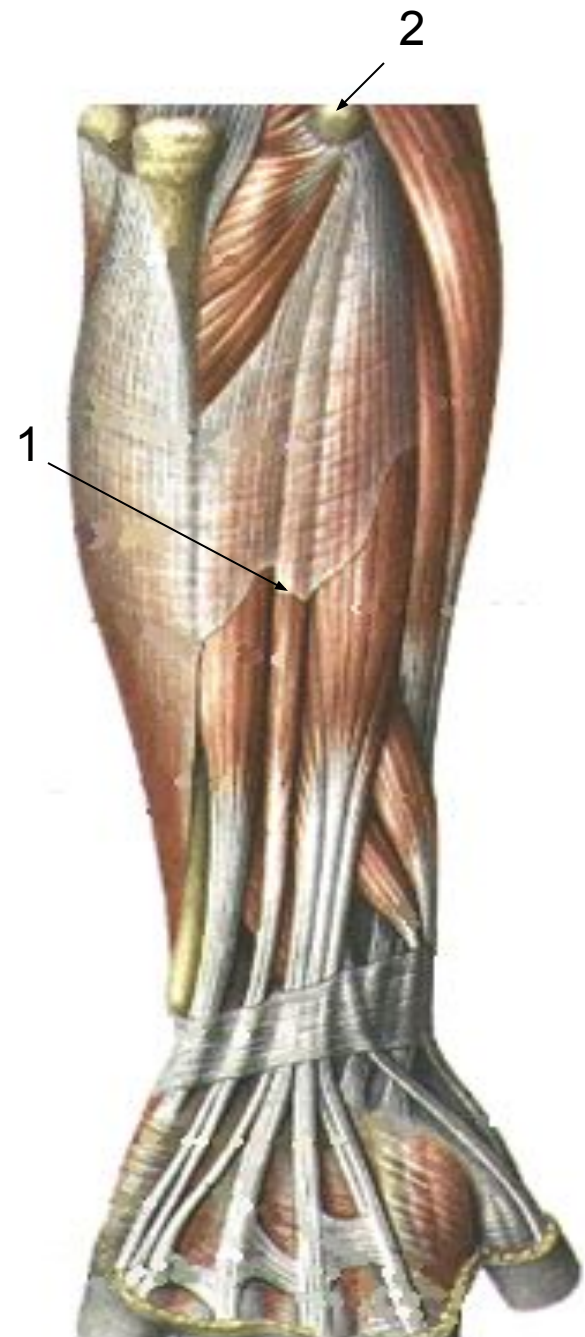


**Поверхностный слой задней группы  
мышц предплечья.**

- *Разгибатель пальцев (1)*
- Начинается от латерального надмыщелка плечевой кости (2)
- Прикрепляется к фалангам 2 – 5 пальцев
- Разгибает пальцы
- *Локтевой разгибатель кисти (3)*
- Начинается от латерального надмыщелка плечевой кости
- Прикрепляется к основанию 5 пястной кости
- Разгибает кисть

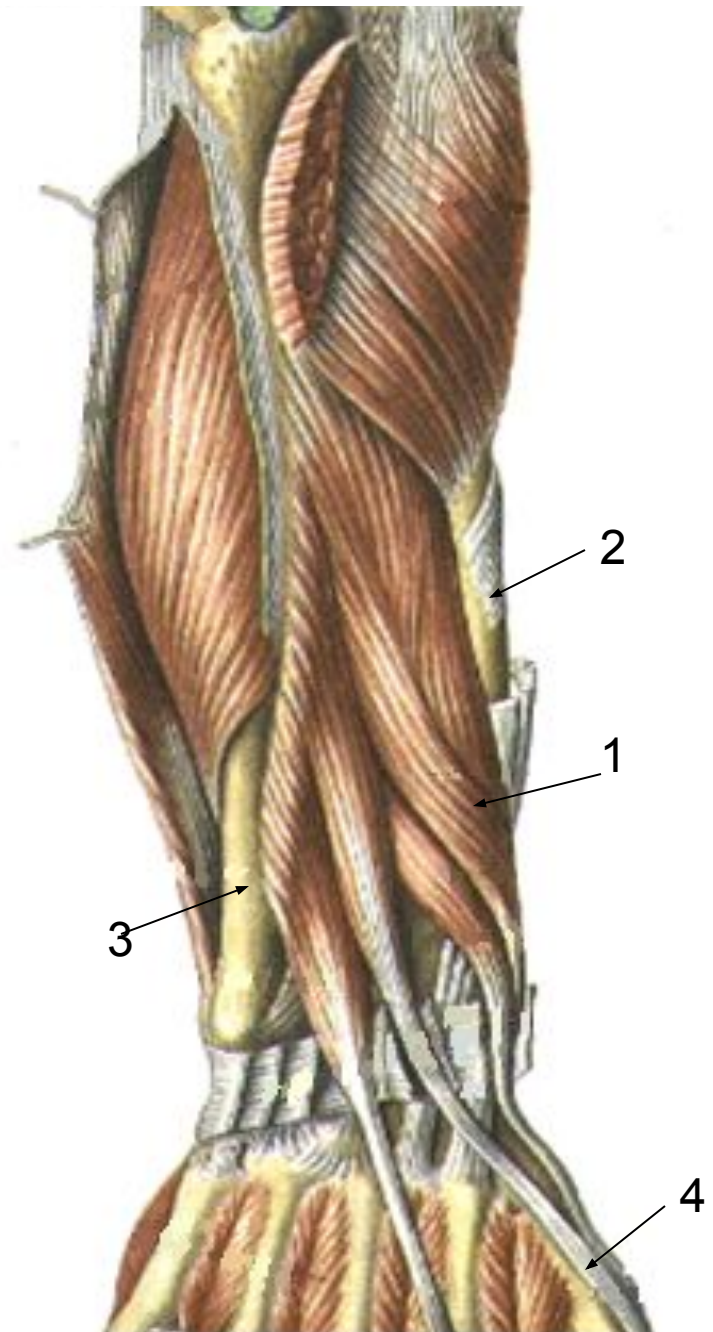


- *Разгибатель мизинца (1)*
- **Начинается от латерального надмыщелка плечевой кости (2)**
- **Прикрепляется к фаланге 5 пальца, разгибает мизинец**



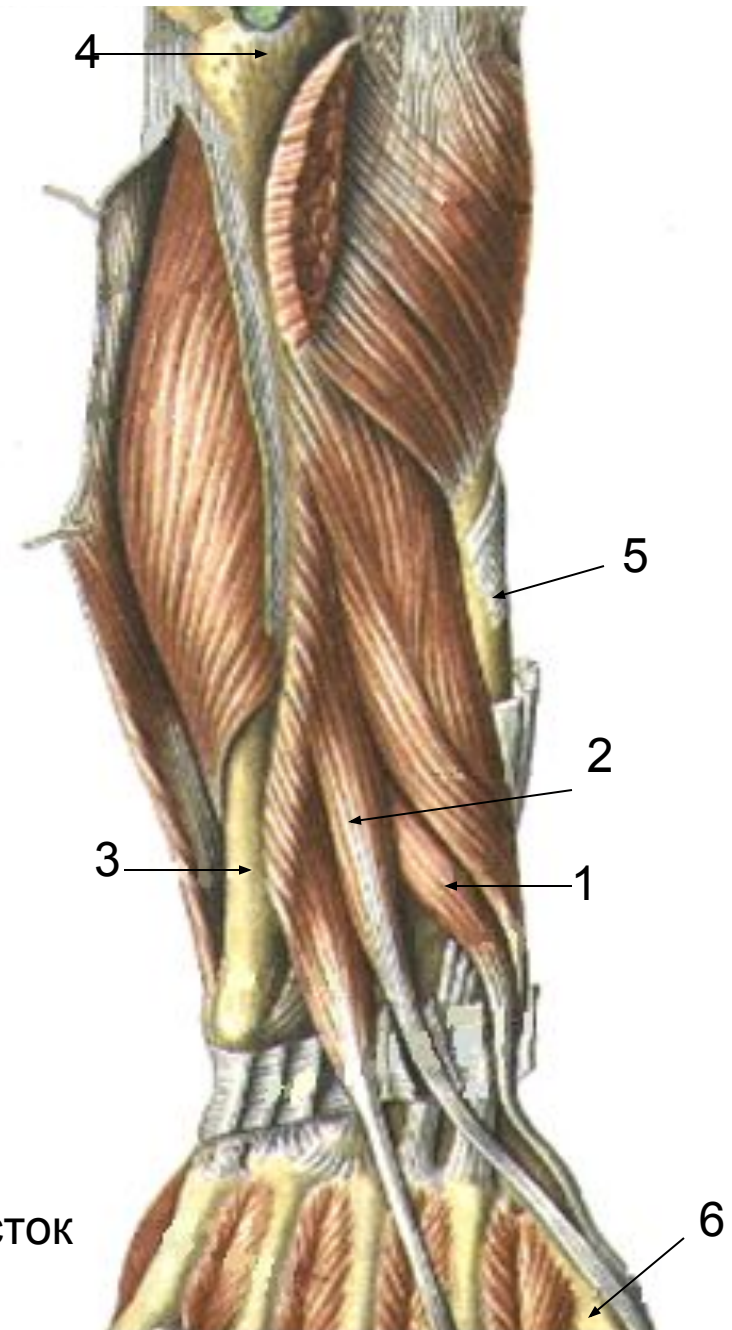
**Глубокий слой задней группы  
мышц предплечья.**

- **Длинная мышца, отводящая большой палец кисти (1)**
- **Начинается от задней поверхности лучевой (2) и локтевой (3) костей**
- **Прикрепляется к основанию 1 пястной кости (4)**
- **Отводит большой палец кисти**



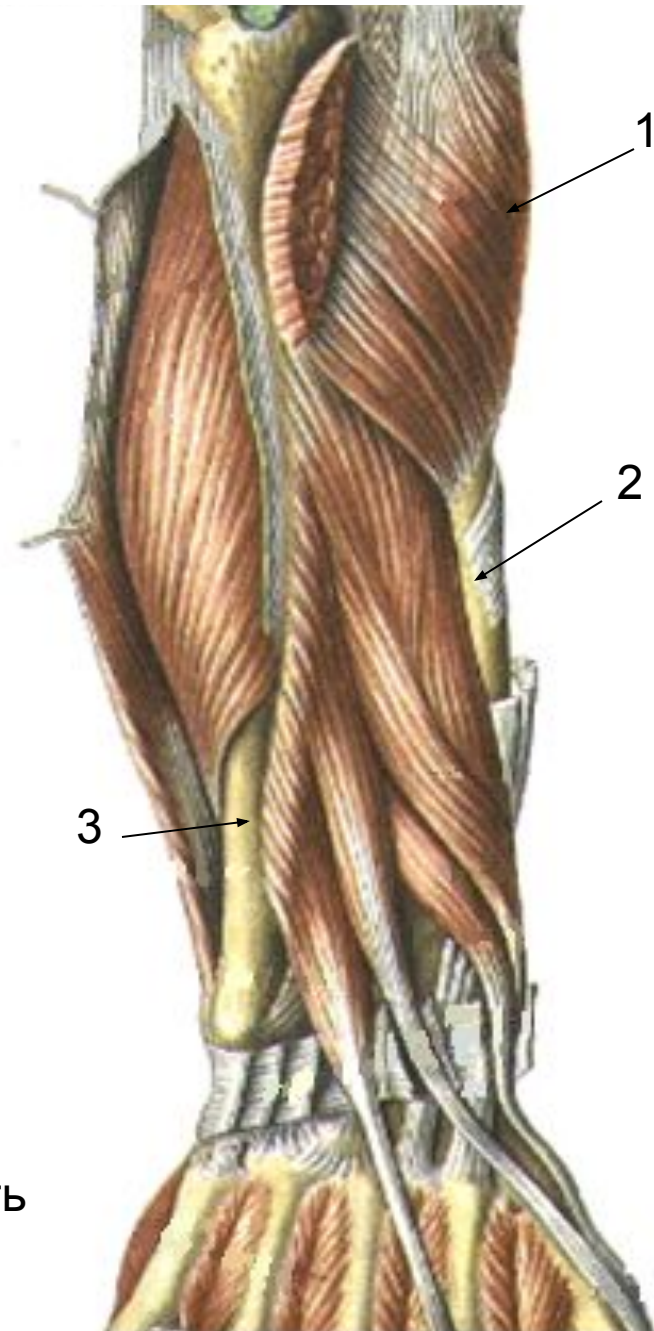
- **Короткий (1) и длинный (2) разгибатели большого пальца**
- **Начинается от межкостной мембраны**
- **Прикрепляется к фалангам большого пальца**
- **Разгибает большой палец**

3 – локтевая кость  
 4 – локтевой отросток  
 5 – лучевая кость  
 6 – 1-ая пястная кость



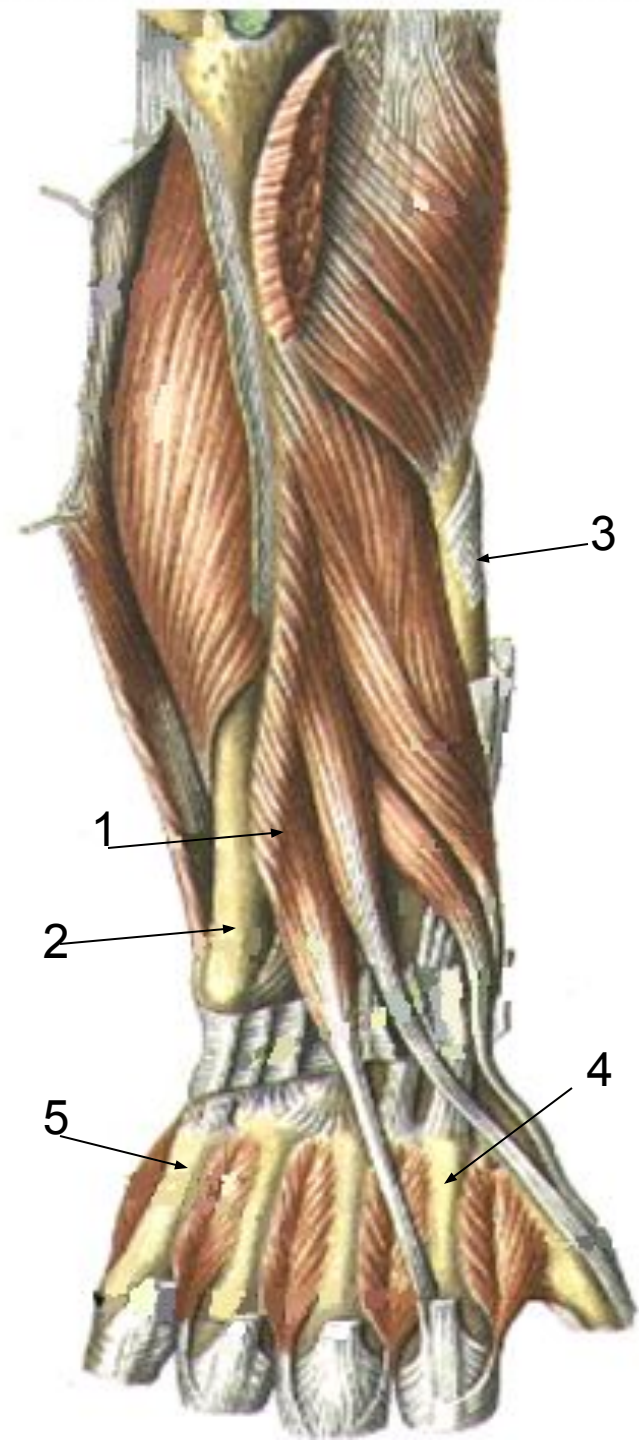
- **Супинатор предплечья (1)**
- **Начинается от латеральной надмыщелки плечевой кости**
- **Прикрепляется к лучевой кости (2)**
- **Вращает плечо наружу**

3 – локтевая кость



- **Разгибатель указательного пальца (1)**
- **Начинается от нижней трети локтевой кости (2)**
- **Прикрепляется к ногтевой фаланге указательного пальца**
- **Разгибает указательный палец**

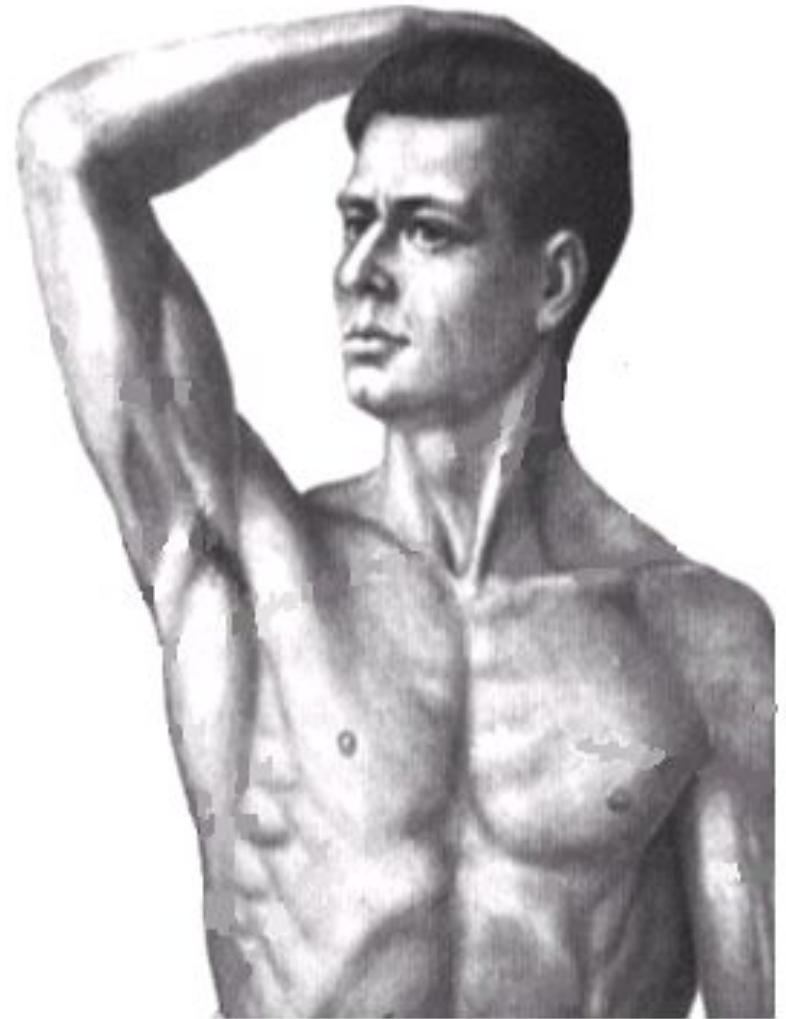
3 – лучевая кость  
4 – 2-ая пястная кость  
5 – 5-ая пястная кость



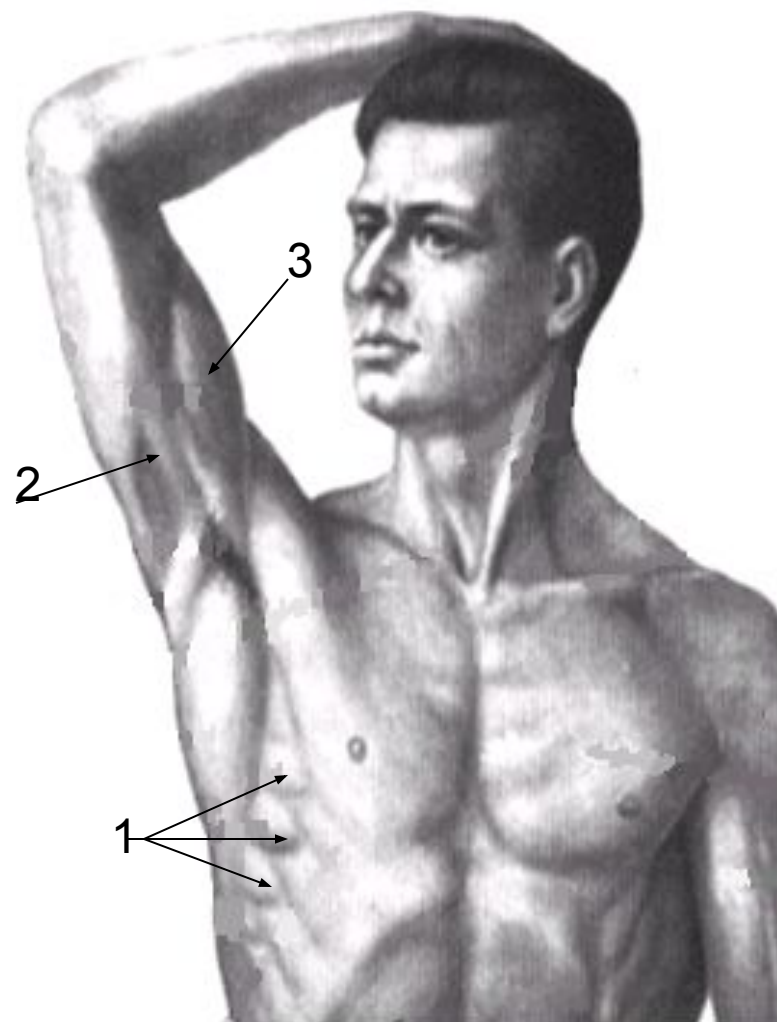


# Подмышечная ямка

- Пирамидальной формы пространство, расположено между верхней конечностью и стенкой грудной клетки.
- Имеет 4 стенки: медиальную, латеральную, переднюю, заднюю.

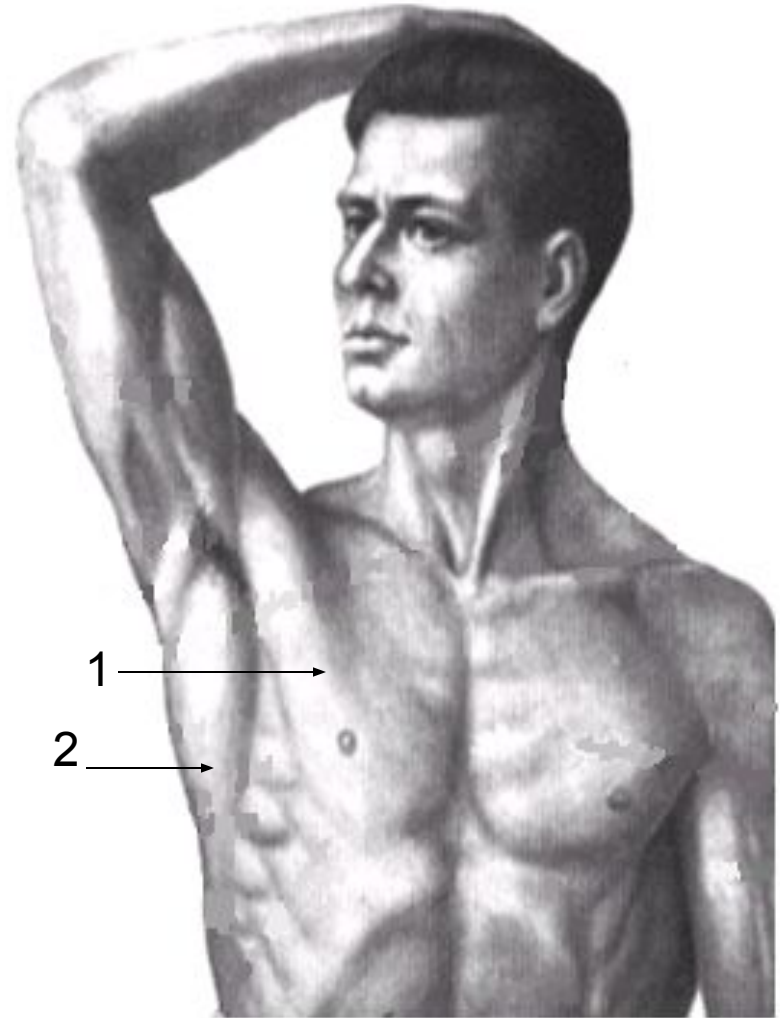


- **Медиальная стенка** образована передней зубчатой мышцей (1).
- **Латеральная стенка** – клювовидно-плечевой (2), короткой головкой бицепса (3).



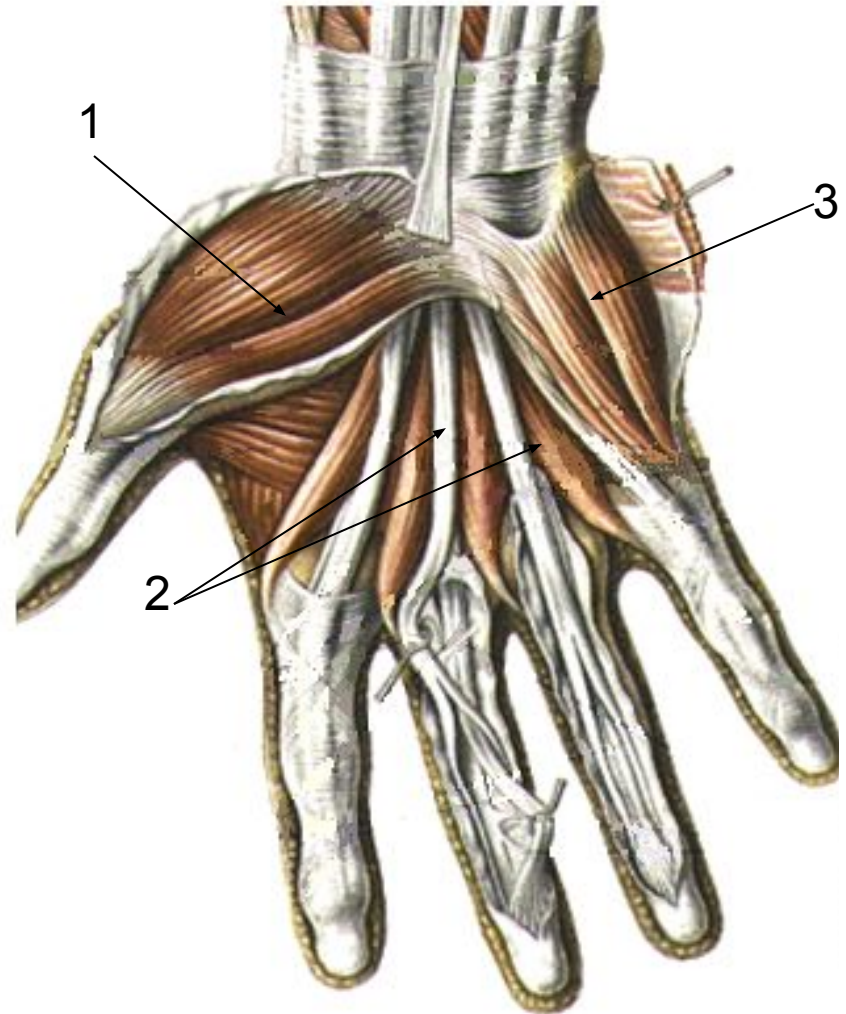
# Подмышечная ямка

- **Передняя стенка** – большой грудной (1) и малой грудной мышцами.
- **Задняя стенка** – подлопаточной, широчайшей мышцами (2).
- Подмышечная ямка содержит подмышечную артерию и вену, плечевое сплетение, многочисленные лимфатические сосуды и узлы.



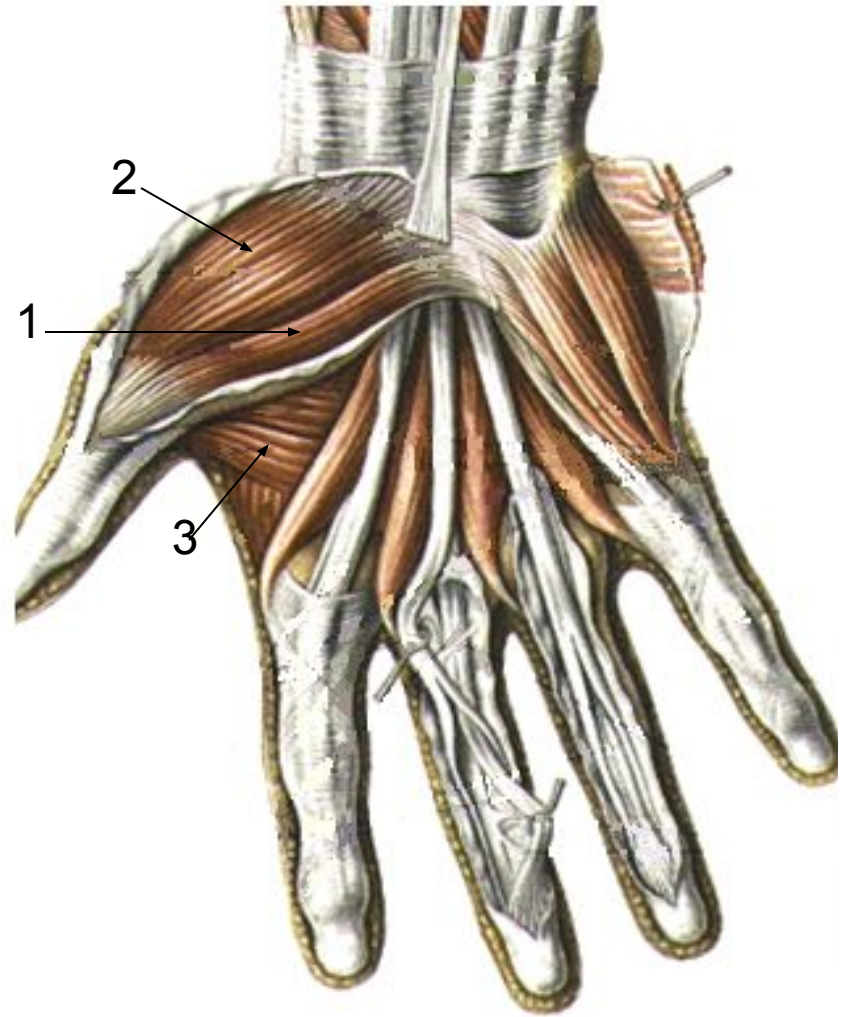
# Мышцы кисти.

- Расположены только на ладонной её поверхности, делятся на 3 группы:
- группа возвышения большого пальца (1)
- группа мышц ладонной впадины (2)
- группа возвышения мизинца (3)



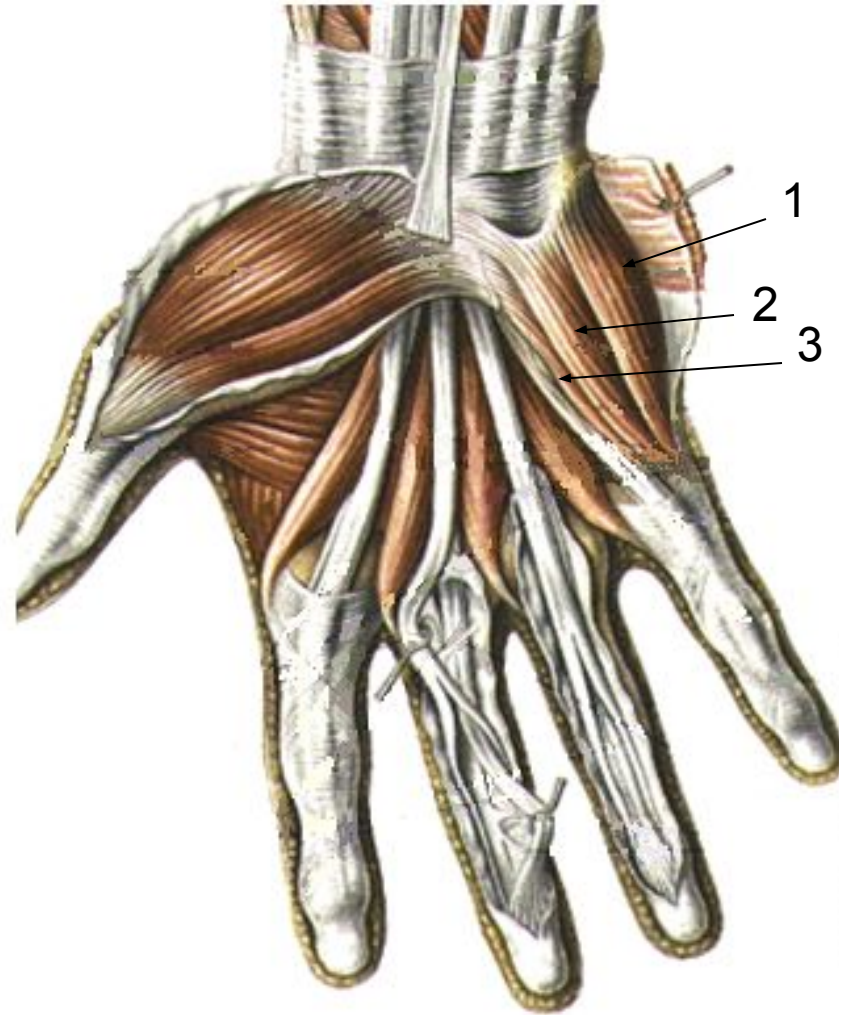
## Группа возвышения большого пальца

- Короткий сгибатель большого пальца (1)
- Короткая мышца, отводящая большой палец кисти (2)
- Мышца, приводящая большой палец кисти (3)
- Мышца, противопоставляющая большой палец кисти



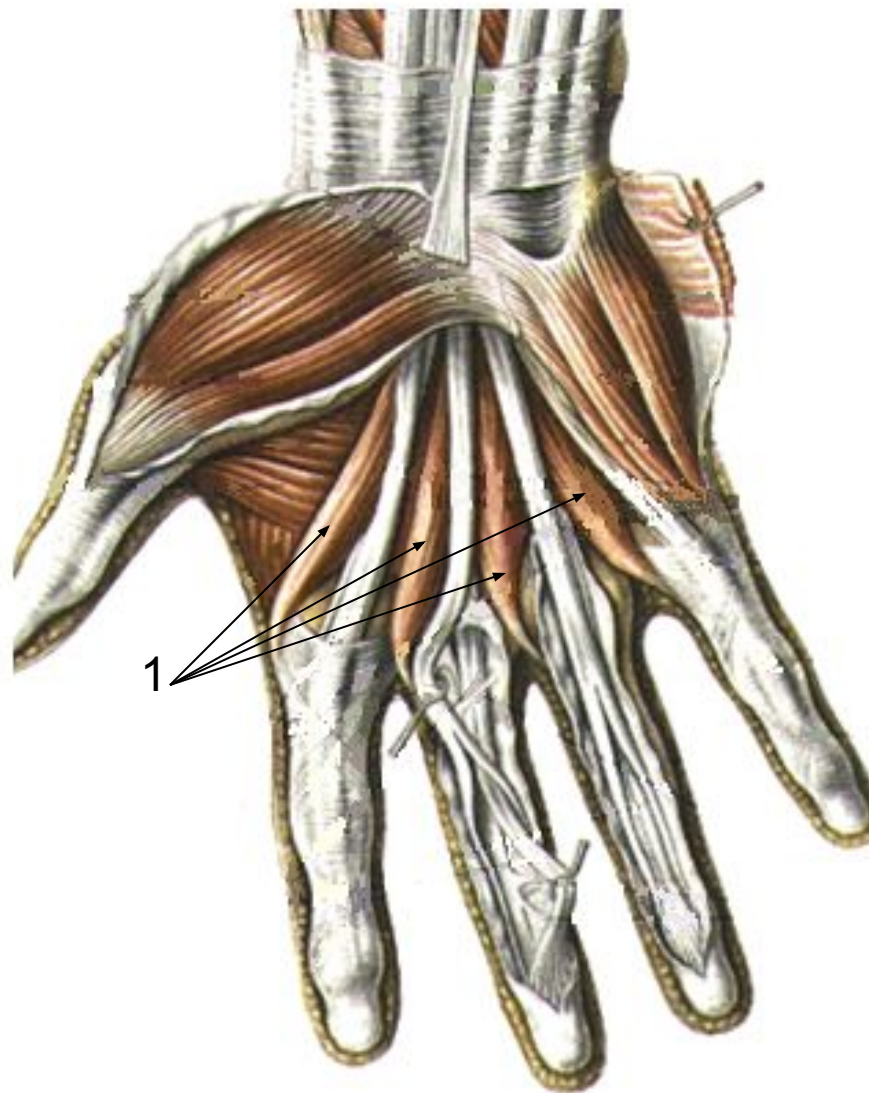
## Группа возвышения мизинца.

- Мышца, отводящая мизинец (1)
- Мышца, противопоставляющая мизинец (3)
- Короткий сгибатель мизинца (2)

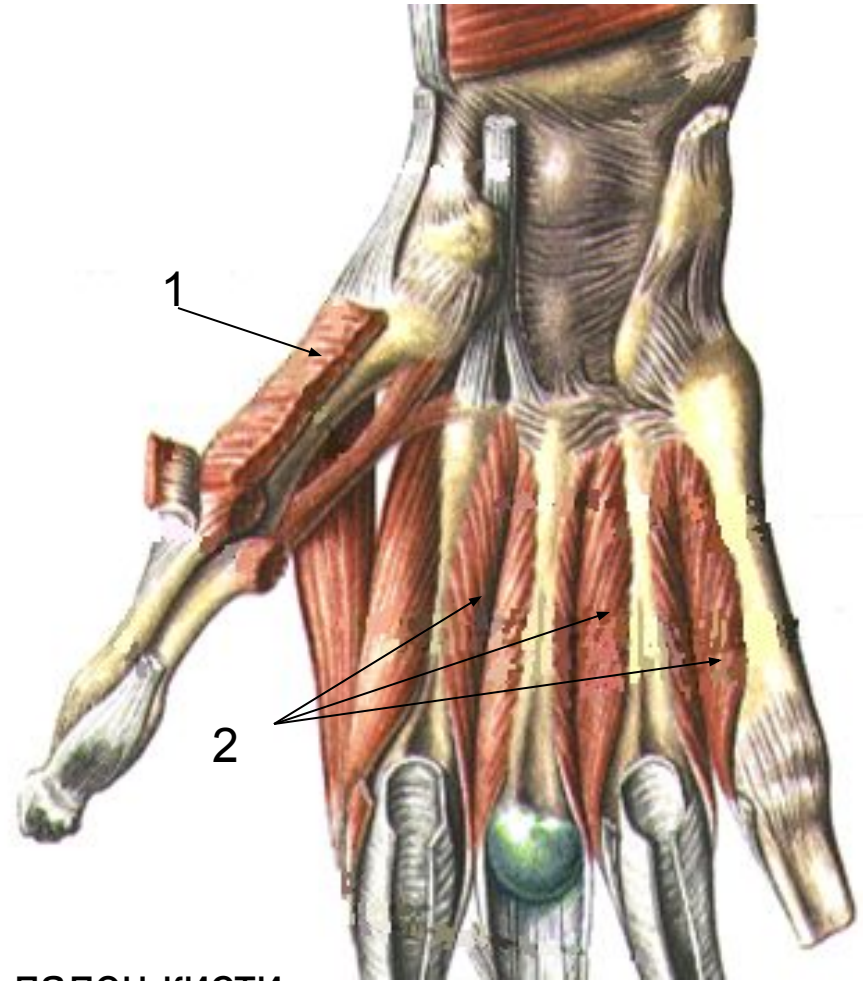


## Группа мышц ладонной впадины.

- 4 червеобразные мышцы (1) сгибают основные фаланги



- **Межкостные мышцы (2) заполняют межкостные промежутки и делятся на:**
- **Ладонные, их 3, они сближают пальцы между собой**
- **Тыльные, их 4, разводят пальцы.**



1 – м, противопоставляющая большой палец кисти



**Мышцы  
нижней  
конечности**

**Мышцы  
конечности**

**Мышцы таза**

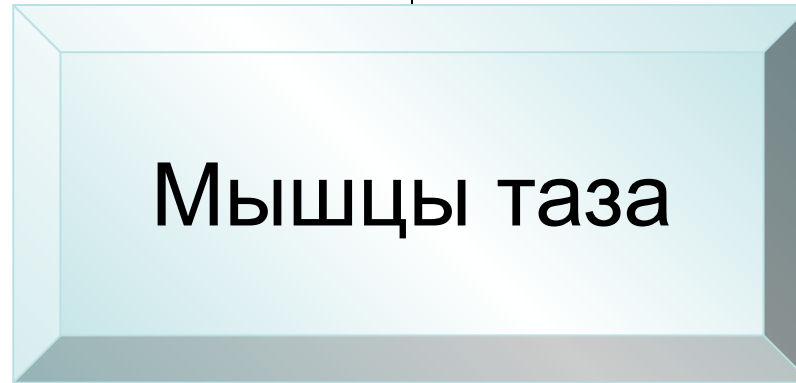
**Мышцы  
свободной  
нижней  
конечности**

**Мышцы бедра**

**Мышцы голени**

**Мышцы стопы**

Мышцы таза



Наружные

Внутренние

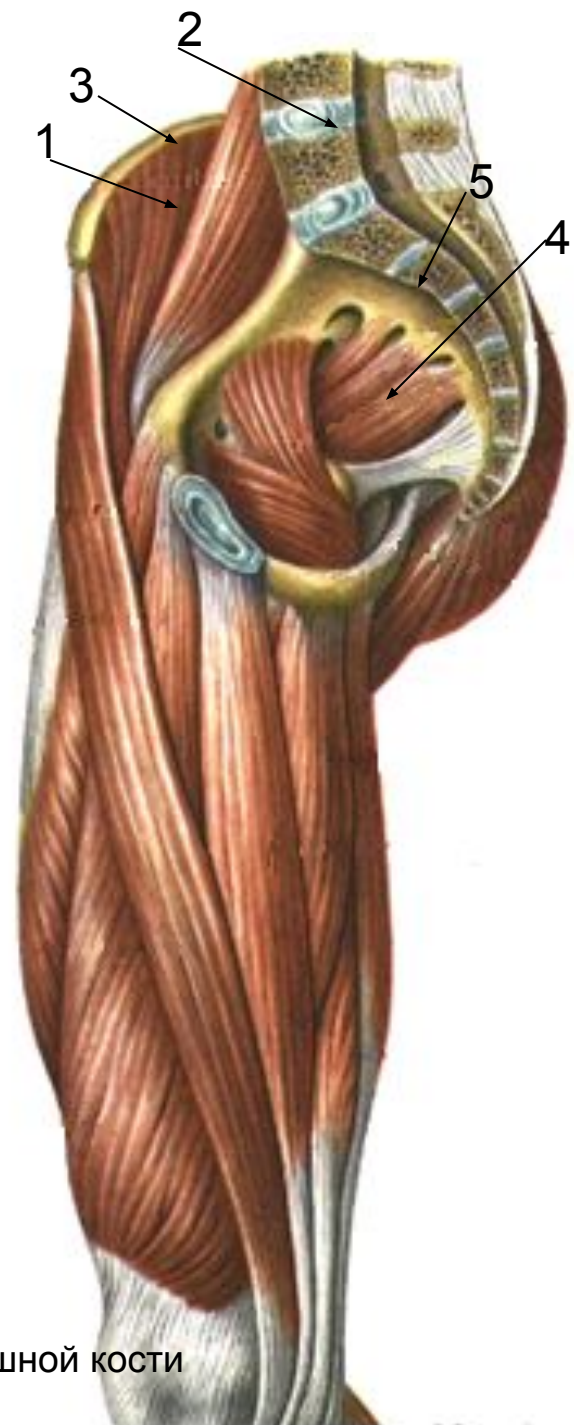
# **Внутренняя группа мышц таза**

- **Подвздошно-поясничная (1)**

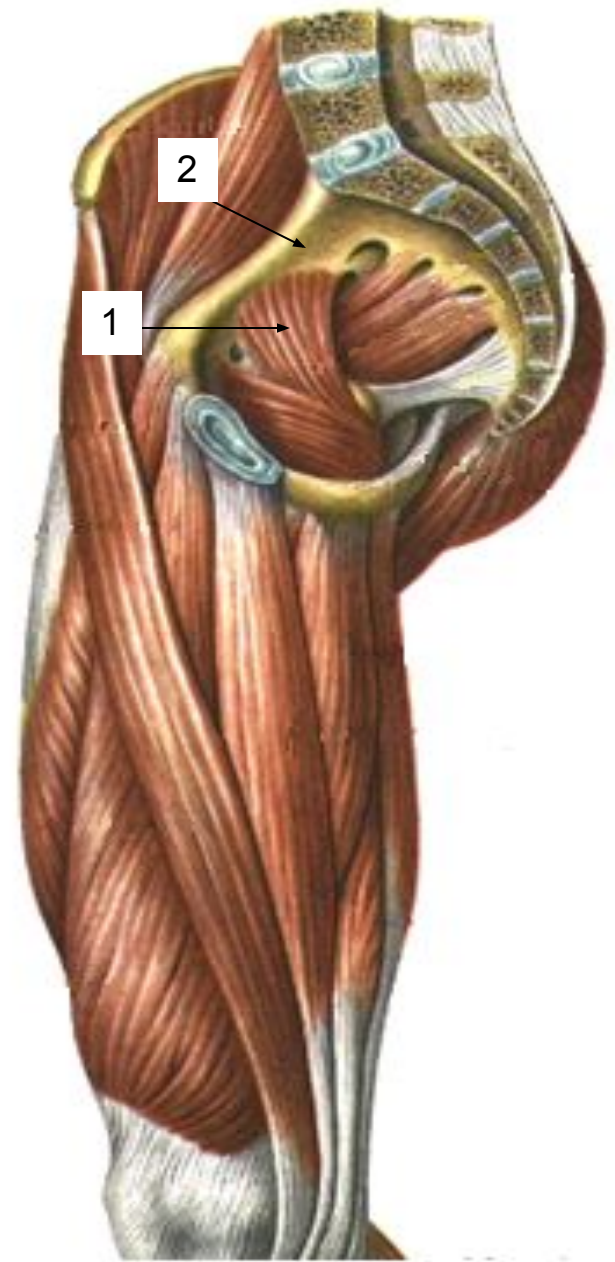
- от 12 грудного, всех поясничных позвонков (2), от подвздошной ямки,
- к малому вертелу бедренной кости,
- сгибает бедро, поворачивает кнаружи

- **Грушевидная (4)**

- от тазовой поверхности крестца (5),
- к большому вертелу бедренной кости,
- **вращает бедро наружу**



- **Внутренняя запирающая (1) –**
- **от внутренней поверхности тазовой кости (2), запирающей мембраны,**
- **к вертельной ямке бедренной кости**
- **вращает бедро наружу**



- **Наружная запирательная (1) –**
- **от запирательной мембраны,**
- **к вертельной ямке бедренной кости,**
- **вращает бедро кнаружи**

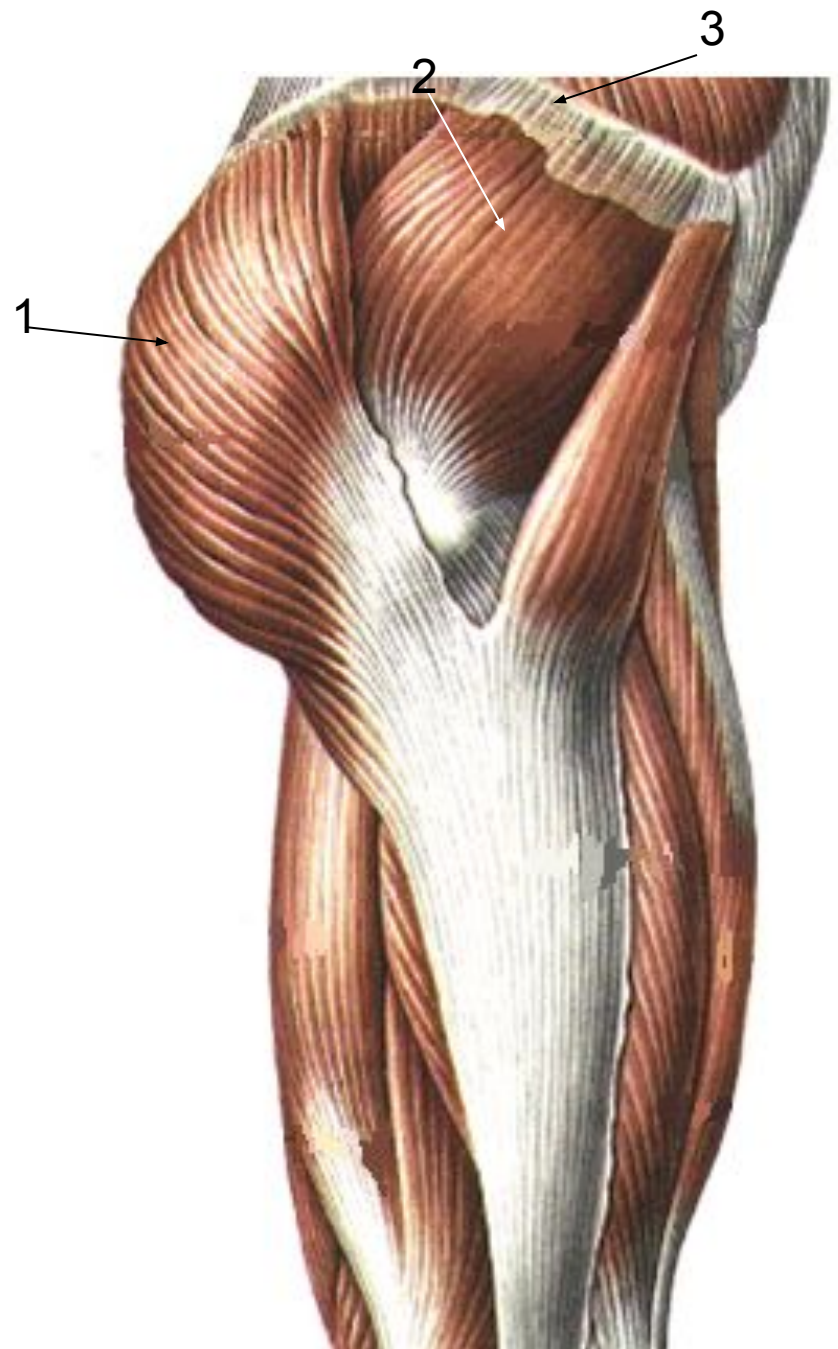
**Бедро, вид сзади**

- 2 – бедренная кость
- 3 – большой вертел бедренной кости
- 4 – близнецовые мышцы
- 5 – внутренняя запирательная мышца
- 6 – грушевидная мышца
- 7 – седалишный бугор
- 8 – седалищное отверстие



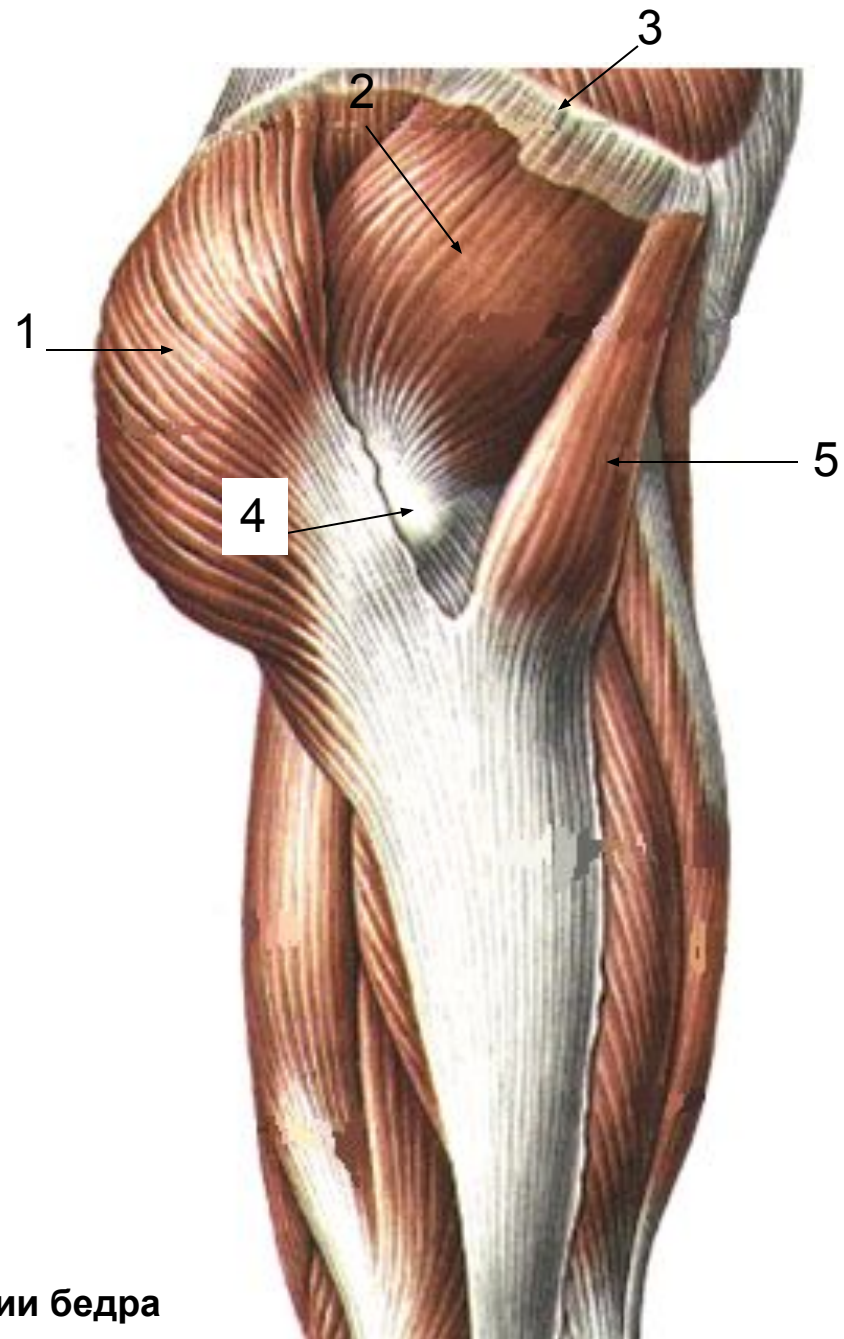
# **Наружная группа мышц таза**

- **Большая ягодичная (1)**  
- от наружной поверхности крыла подвздошной кости (3), крестца, кобчика, к ягодичной бугристости бедренной кости, разгибает бедро, вращает наружу, выполняет роль «подушки»





- **Средняя ягодичная мышца (2)** -от наружной поверхности подвздошной кости (3), находится под большой ягодичной (1), к большому вертелу бедренной кости (4), отводит бедро, передние пучки вращают бедро внутрь, задние – наружу

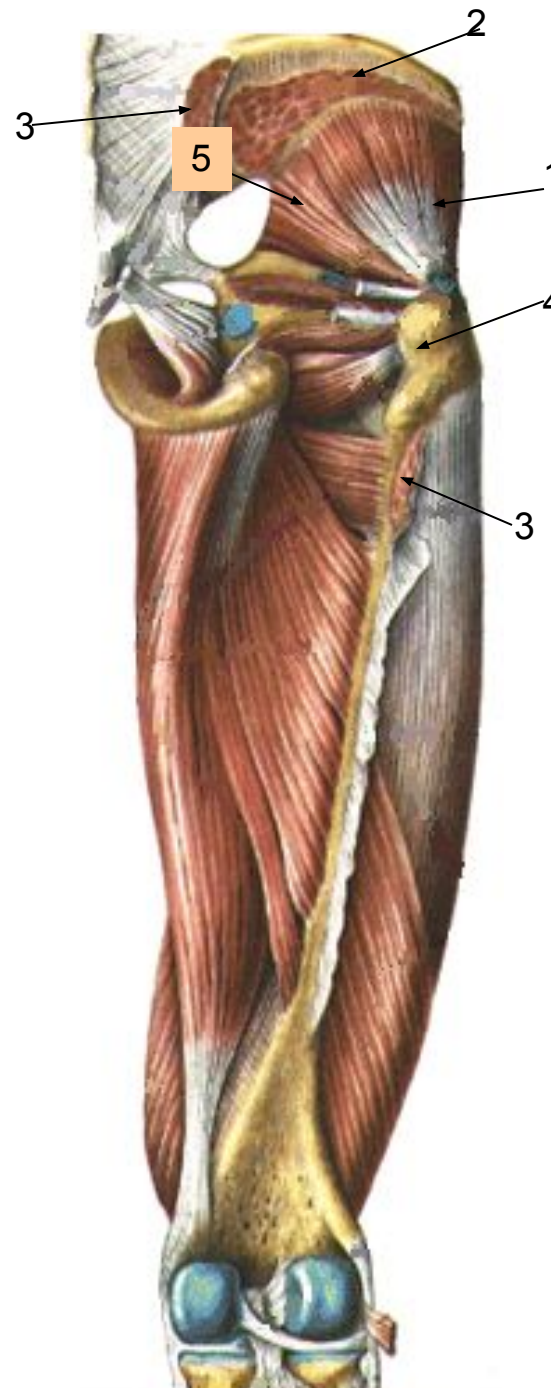


5 – напрягатель широкой фасции бедра

- **Малая ягодичная мышца (1) -под средней (2)**

Бедро, вид сзади

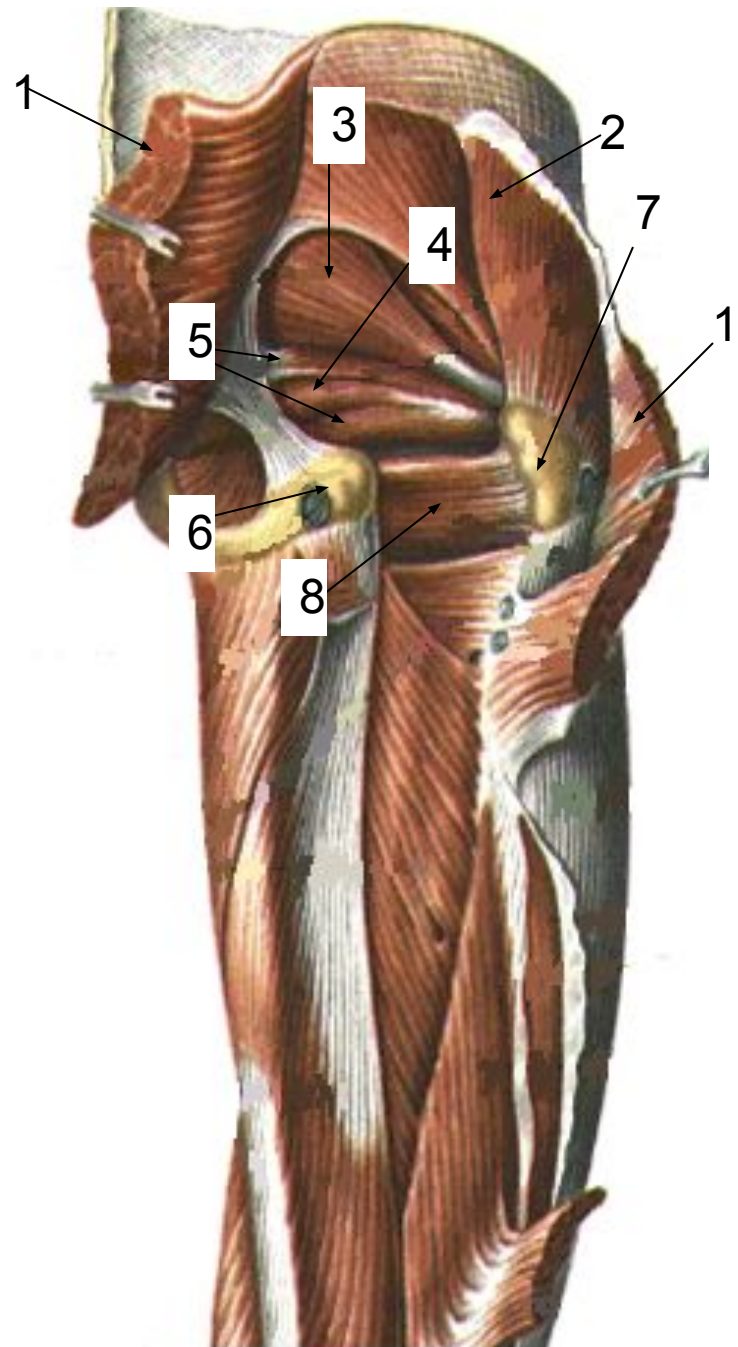
- 3 – большая ягодичная мышца
- 4 – большой вертел бедренной кости
- 5 – грушевидная мышца



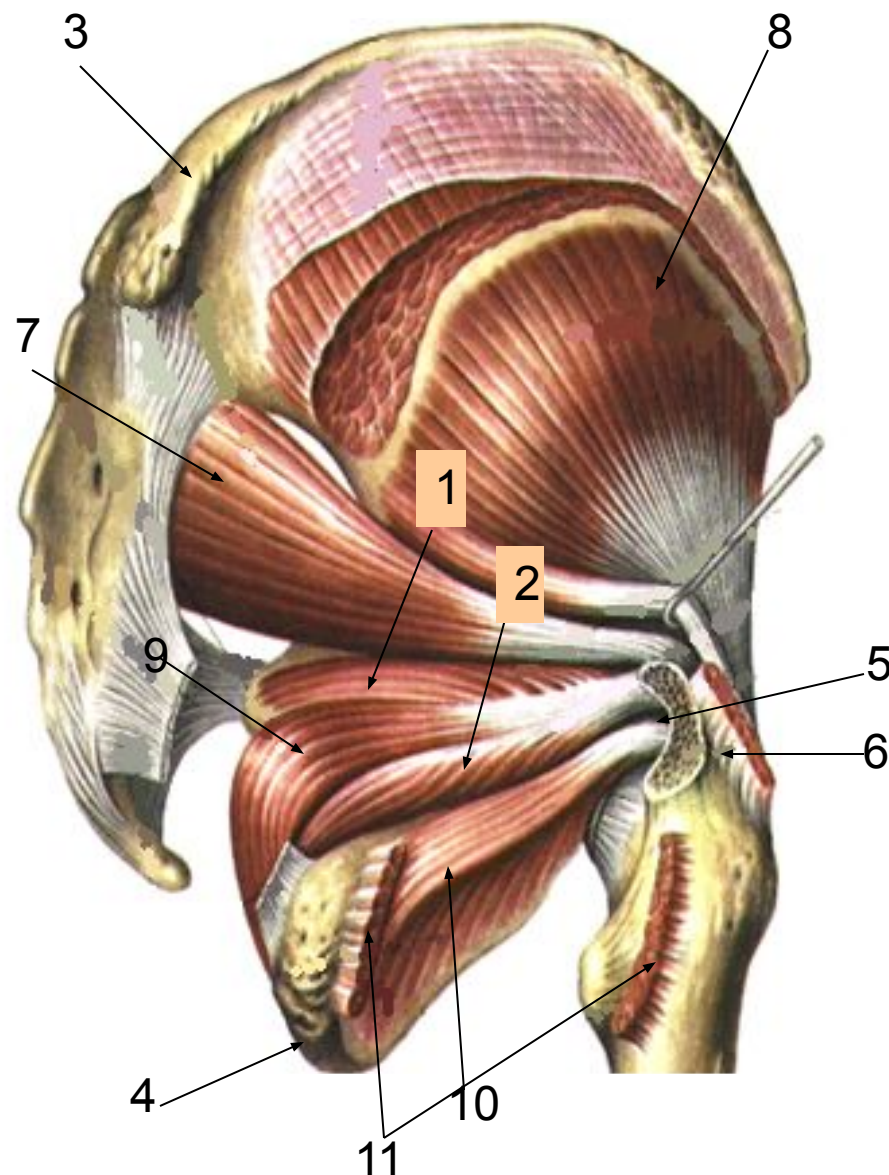
- **Квадратная мышца бедра (8)** -от **седалищного бугра (6)**, к **большому вертелу бедренной кости (7)**, **вращает бедро наружу**

Бедро. Вид сзади

- 1 – большая ягодичная м
- 2 – средняя ягодичная м
- 3 – грушевидная м
- 4 – внутренняя запирающая м
- 5 – близнецовые м

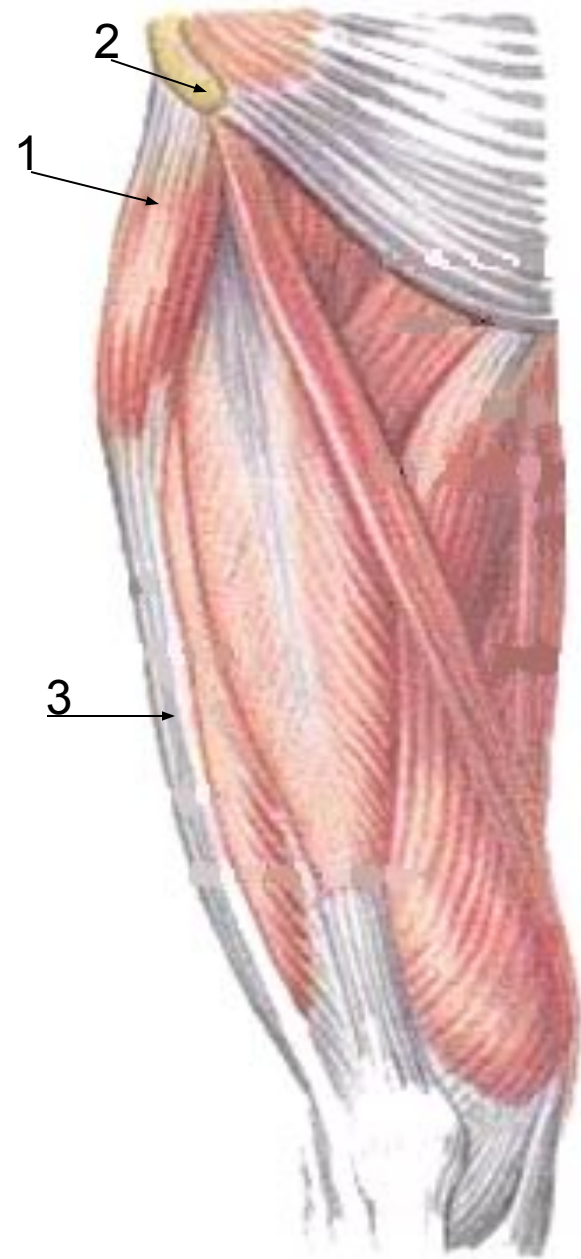


- **Верхняя (1), нижняя (2) близнецовые мышцы**
- от седалищной ости, от седалищного бугра,
- к вертельной ямке
- **вращает бедро наружу**



- 3 – крыло подвздошной кости
- 4 – седалищный бугор
- 5 – вертельная ямка
- 6 – большой вертел бедренной кости
- 7 – грушевидная м
- 8 – средняя ягодичная м
- 9 – внутренняя запирающая м
- 10 – наружная запирающая м
- 11 – квадратная м бедра

- **Напрягатель широкой фасции бедра (1) -от верхней передней подвздошной ости (2), вплетается в широкую фасцию бедра (3), сгибает бедро, натягивает широкую фасцию бедра**



**Мышцы  
бедра**

**Передняя  
группа**

**Задняя  
группа**

**Медиальная  
группа**

# Передняя группа мышц бедра

- **Четырёхглавая мышца бедра:**

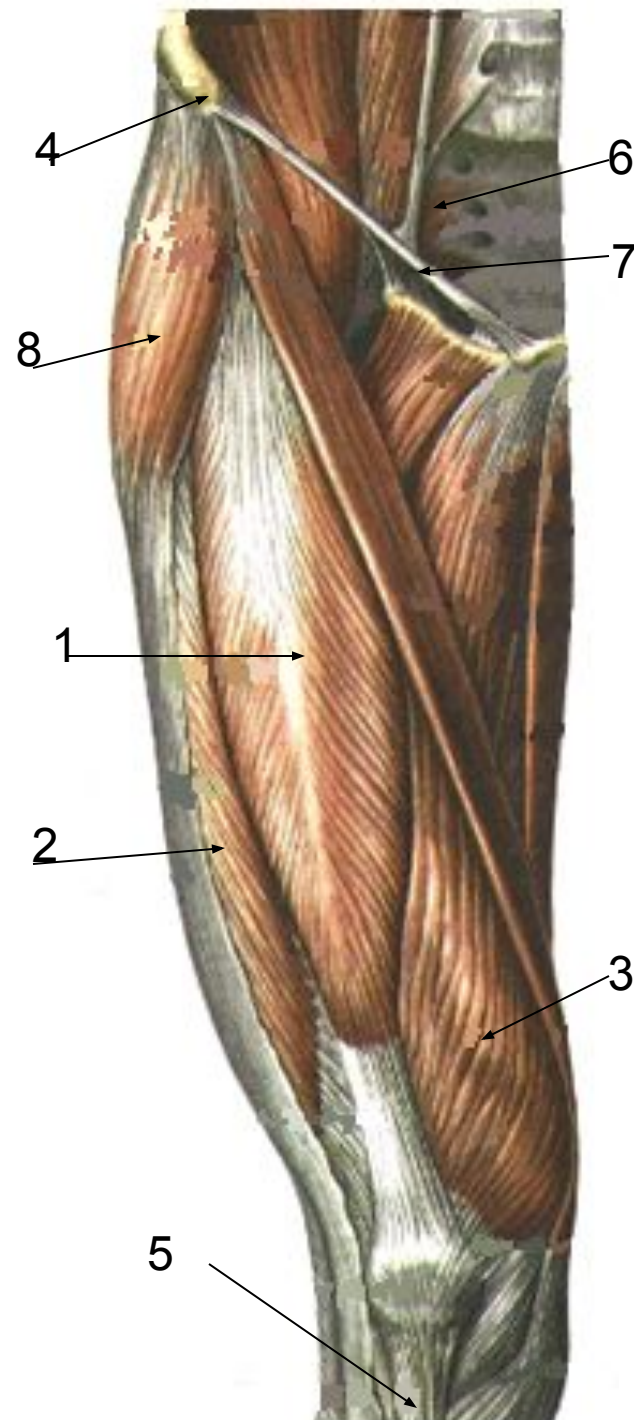
- прямая мышца бедра (1)
- внутренняя (3)
- латеральная (2)
- промежуточная

От передней нижней ости подвздошной кости (4), от шероховатой линии бедренной кости, от большого вертела, от передней поверхности бедренной кости, прикрепляется единым сухожилием (5) к бугристости большеберцовой кости, разгибает голень; прямая – сгибает бедро

6 – грушевидная м

7 – паховая связка

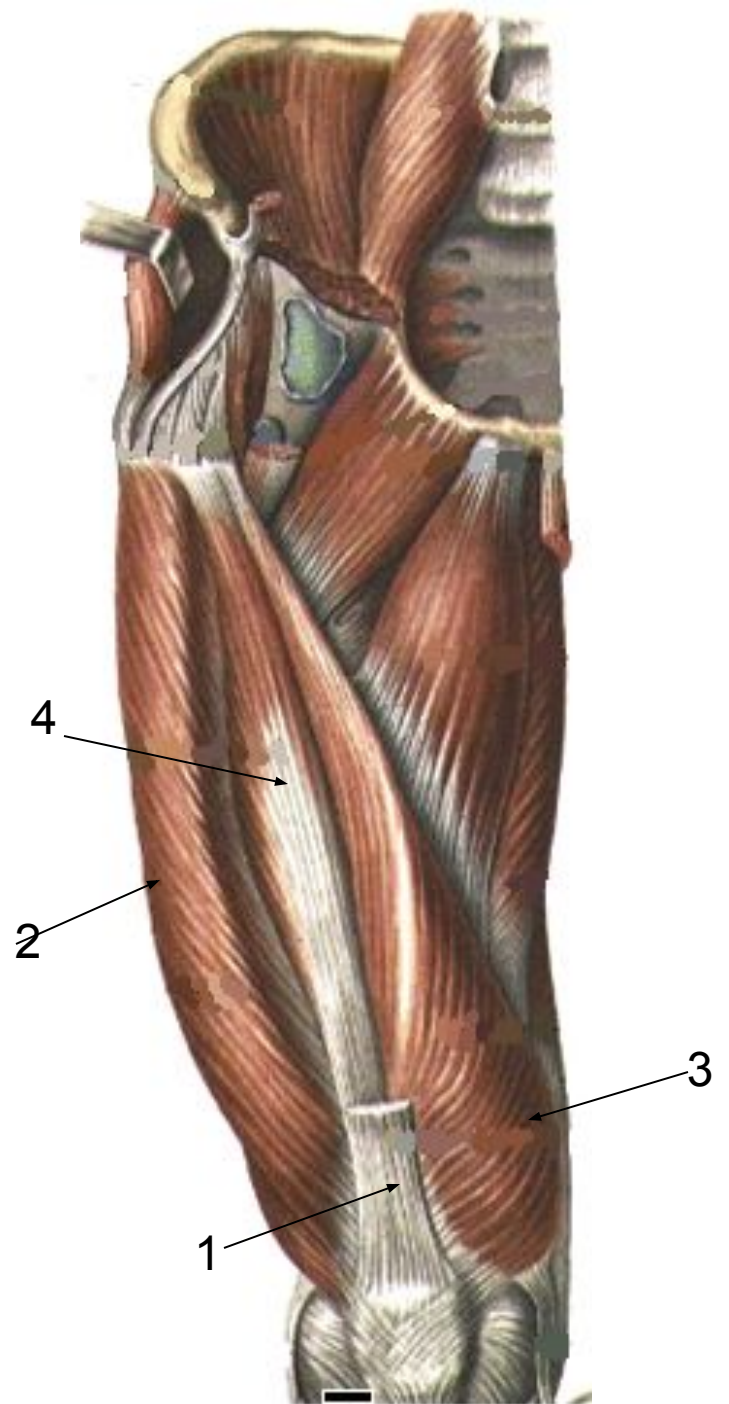
8 – напрягатель широкой фасции бедра



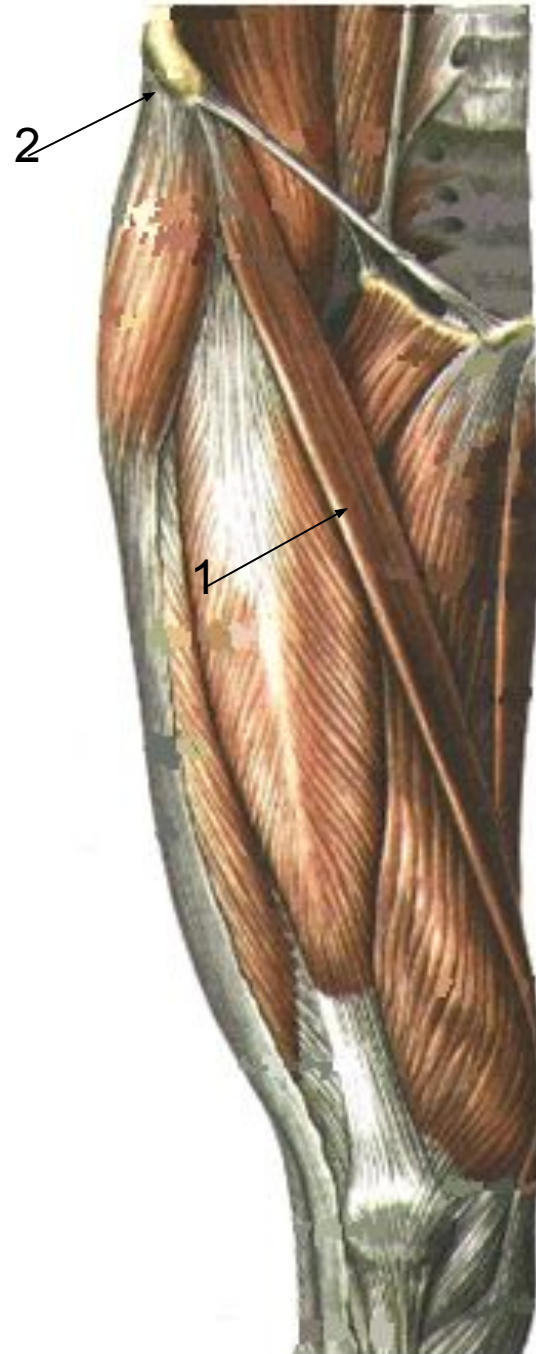


## Промежуточная головка четырёхглавой мышцы бедра(4)

- 1 – сухожилие прямой м
- 2 – латеральная м
- 3 – медиальная м



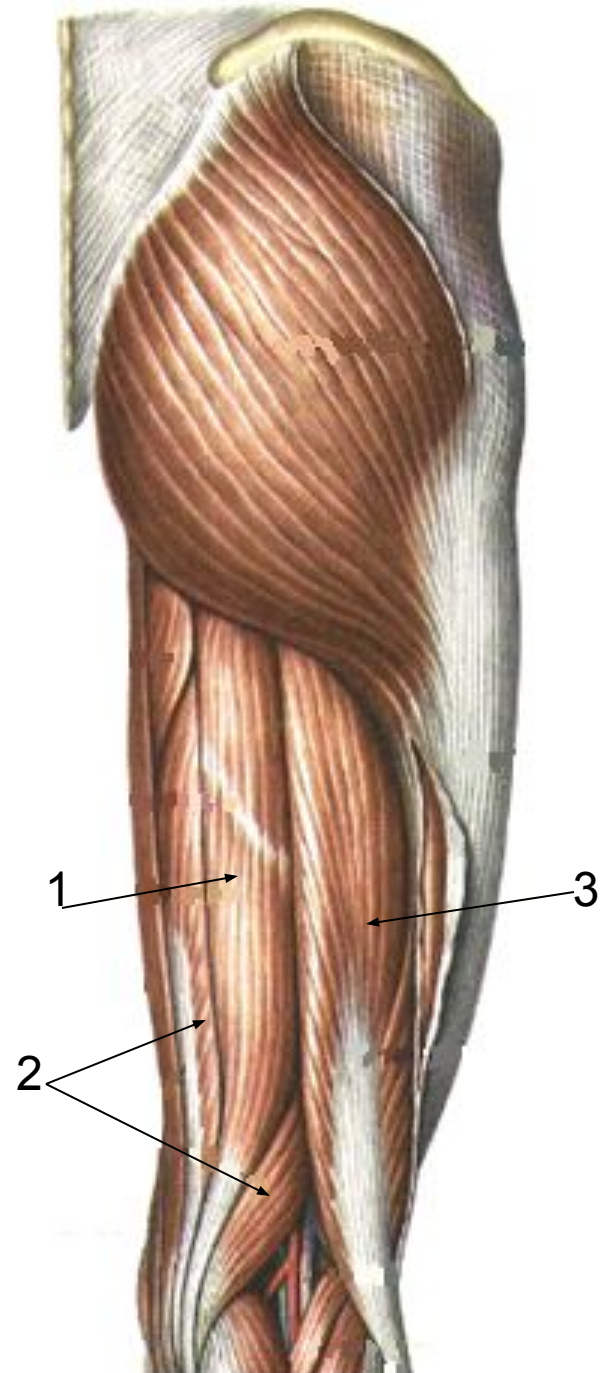
- **Портняжная мышца(1)**
- от передней верхней ости подвздошной кости (2),
- прикрепляется единым сухожилием к бугристости большеберцовой кости,
- сгибает бедро и голень принимает участие в забрасывании ноги за ногу



# **Задняя группа мышц бедра**

- **Полусухожильная (1)**
- от седалищного бугра,
- к большеберцовой кости,
- сгибает голень, слегка вращая её внутрь, разгибает бедро

2 – полумембранозная м  
3 – двуглавая мышца бедра

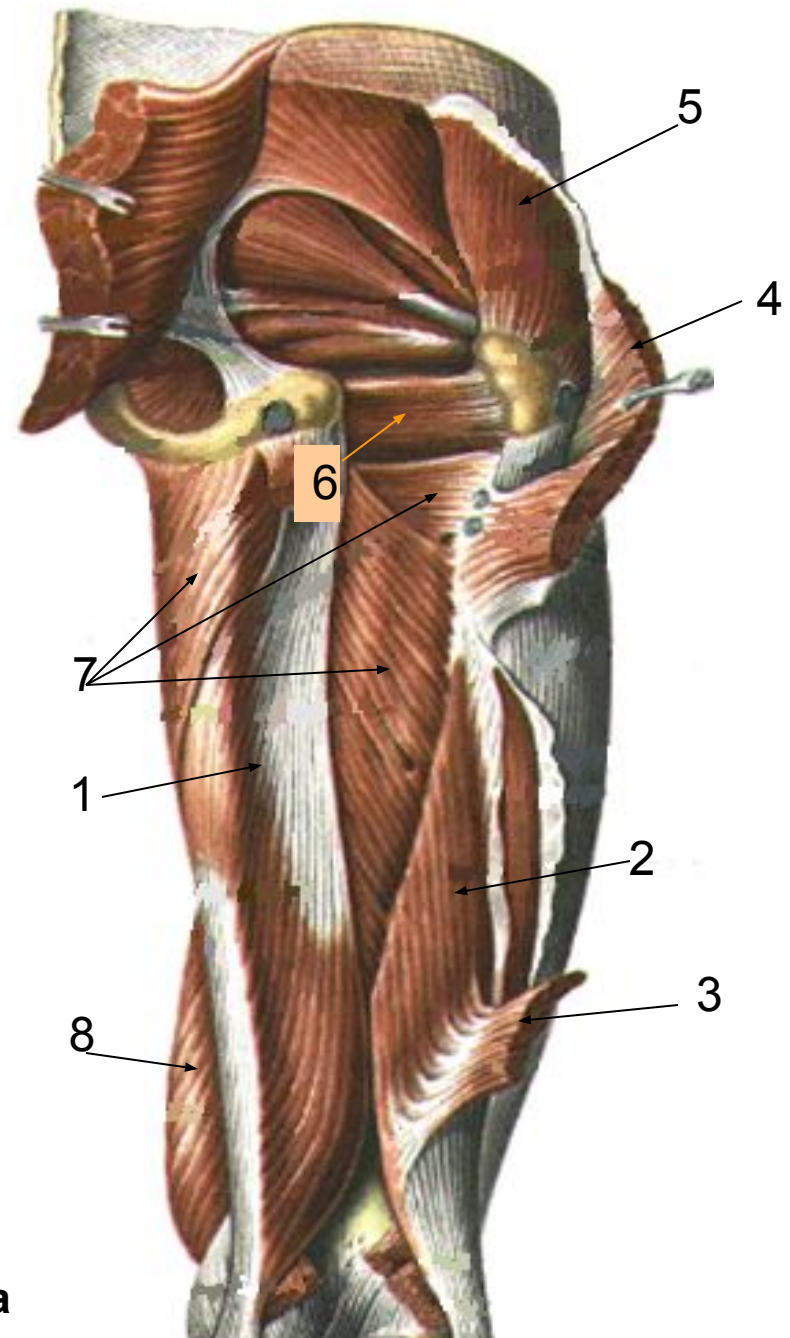


- **Полуперепончатая  
(1)**

- **от седалищного бугра,**
- **к большеберцовой кости,**
- **сгибает голень, слегка вращая её внутрь, разгибает бедро**

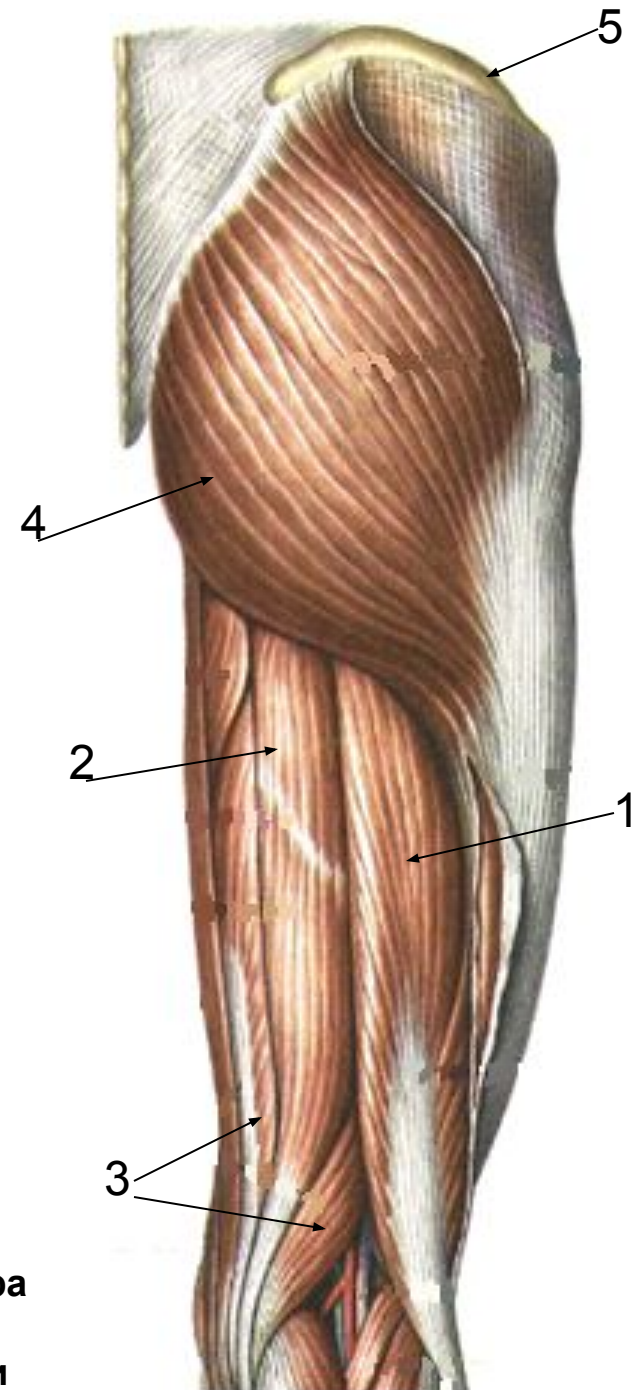
Бедро, вид сзади

- 2 – короткая головка двуглавой м бедра
- 3 – длинная головка двуглавой м бедра
- 4 – большая ягодичная м
- 5 – средняя ягодичная м
- 6 – квадратная м бедра
- 7 – большая приводящая м бедра
- 8 – медиальная головка четырёхглавой м бедра



- **Двуглавая мышца бедра (1):** длинная головка, короткая головка -от седалищного бугра, от латеральной губы шероховатой линии бедра, к головке малоберцовой кости, вращает голень кнаружи

2 – полусухожильная м  
3 – полумембранозная м бедра  
4 – большая ягодичная м  
5 – крыло подвздошной кости

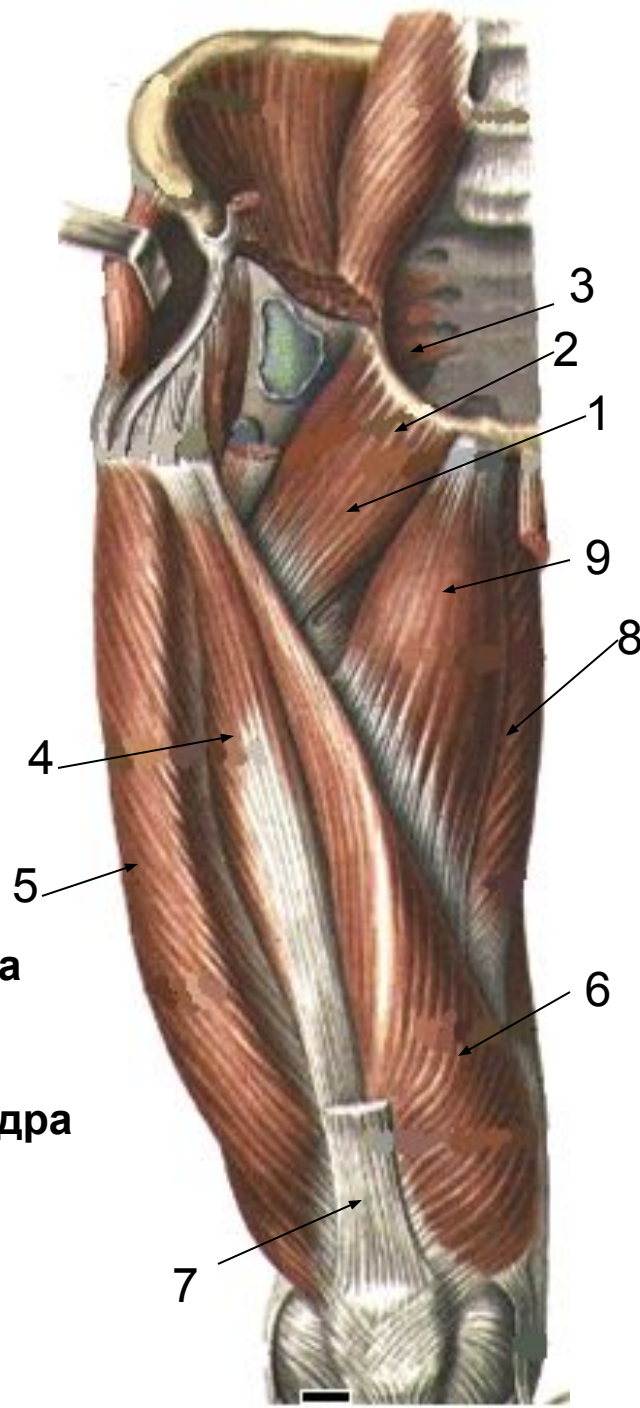


# Медиальная группа мышц бедра

- **Гребешковая мышца(1)** - от лонной (2), седалищной костей, к бедренной кости, приводит бедро

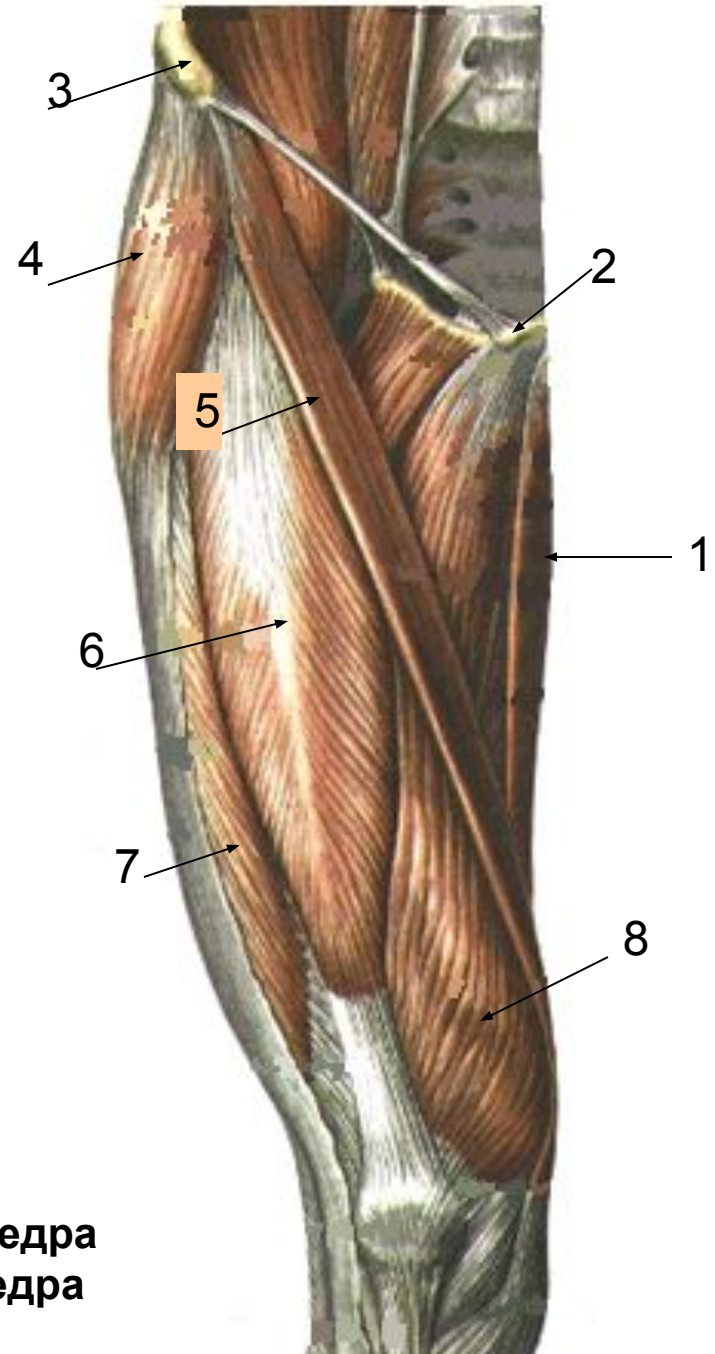
Бедро, вид спереди

- 3 – грушевидная м
- 4 – промежуточная головка четырёхглавой м бедра
- 5 – латеральная головка четырёхглавой м бедра
- 6 – медиальная головка четырёхглавой м бедра
- 7- сухожилие прямой головки четырёхглавой м бедра
- 8 – большая приводящая м бедра
- 9 – длинная приводящая м бедра





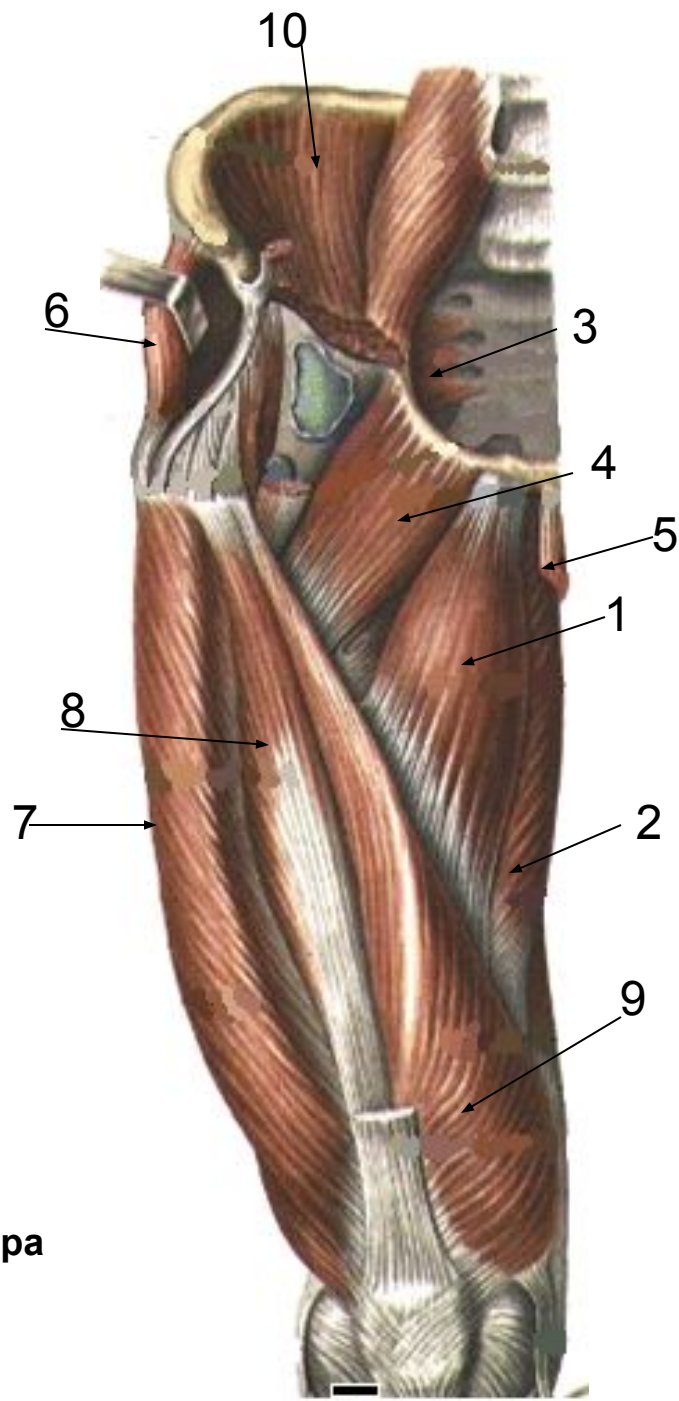
- **Тонкая мышца(1)**
- **от лонной (2),  
седалищной  
костей,**
- **к бедренной кости,**
- **сгибает голень в  
коленном суставе с  
поворотом кнутри**



- 3 – гребень подвздошной кости
- 4 – напрягатель широкой фасции бедра
- 5 – портняжная м бедра
- 6 – прямая головка четырёхглавой м бедра
- 7 – латеральная головка четырёхглавой м бедра
- 8 – медиальная головка четырёхглавой м бедра

## Приводящие мышцы:

- длинная (1), короткая, большая (2)
- от лонной, седалищной костей,
- к бедренной кости,
- приводят бедро



3 – грушевидная м

4 – гребешковая м

5 – тонкая м

6 – средняя ягодичная м

7 – латеральная головка четырёхглавой м бедра

8 – промежуточная головка четырёхглавой м бедра

9 – медиальная головка четырёхглавой м бедра

10 – подвздошно-поясничная м

**Мышцы  
голени**

**Передняя  
группа**

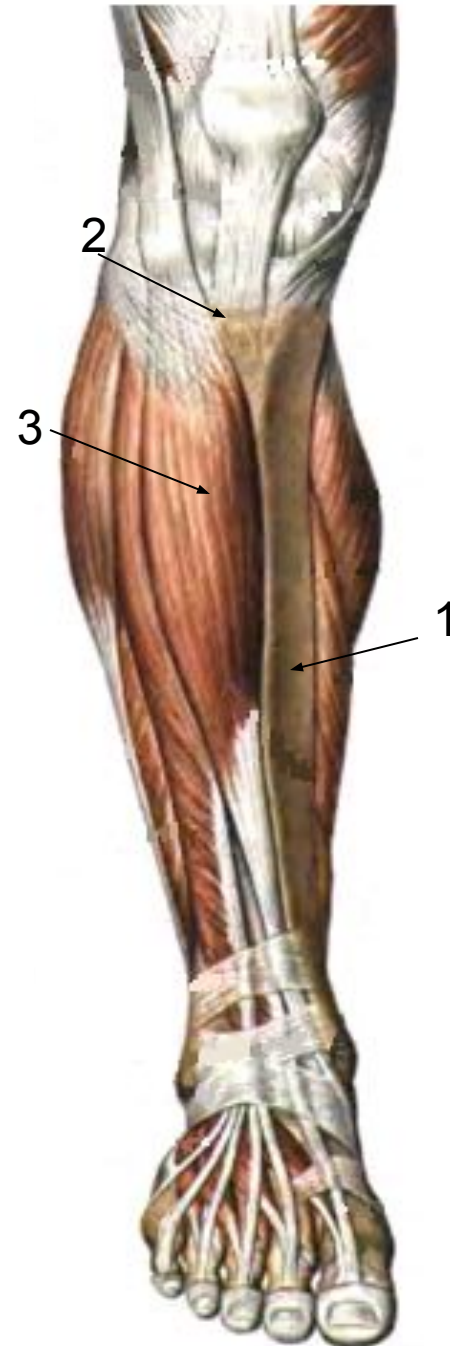
**Задняя  
группа**

**Латеральная  
группа**

**Передняя группа мышц голени.**

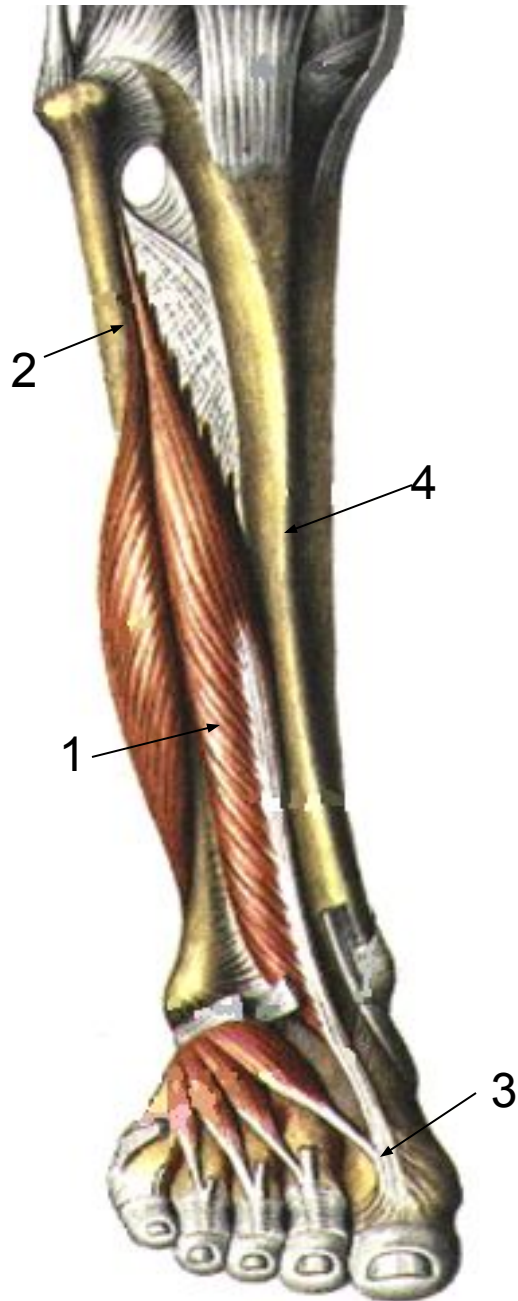
- **Передняя большеберцовая (3)**
- **от латерального мыщелка большеберцовой кости (2),**
- **к 1 плюсневой кости, к медиальной клиновидной кости,**
- **разгибает, супинирует стопу**

1 – большеберцовая кость



- **Длинный разгибатель пальцев (1) -от большеберцовой кости, головки малоберцовой кости (2), к фалангам пальцев (3), тыльное сгибание стопы, разгибание пальцев**





- **Длинный разгибатель большого пальца (1) - от малоберцовой кости (2) к средней фаланге большого пальца стопы (3)**
- **Разгибает большой палец стопы.**

4 – большеберцовая кость

# **Задняя группа мышц голени**



- **Трёхглавая мышца голени:**

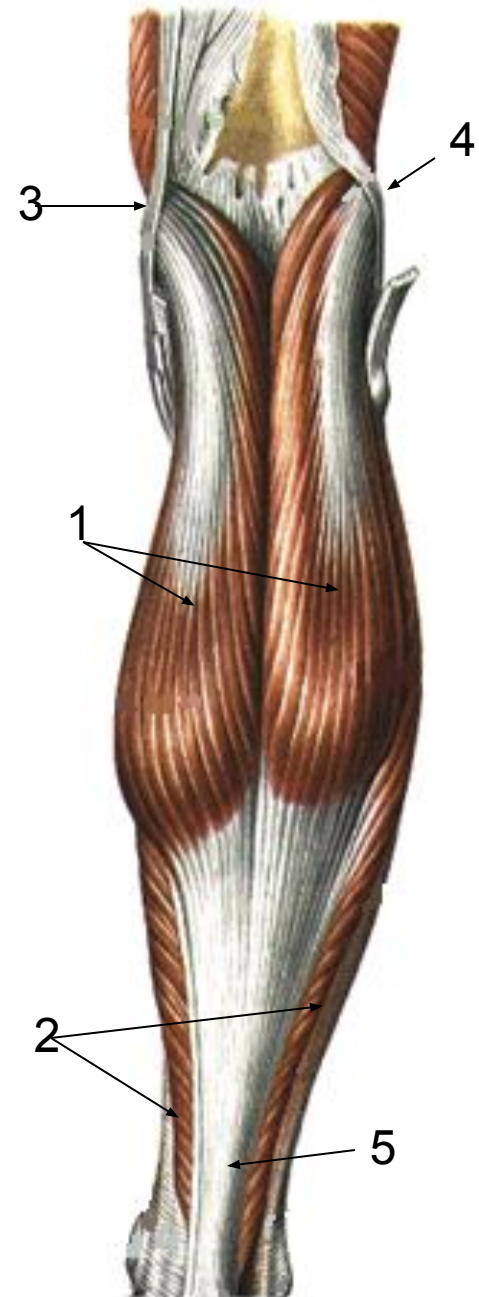
- икроножная мышца (1)

- камбаловидная (2)

**Начинается от**

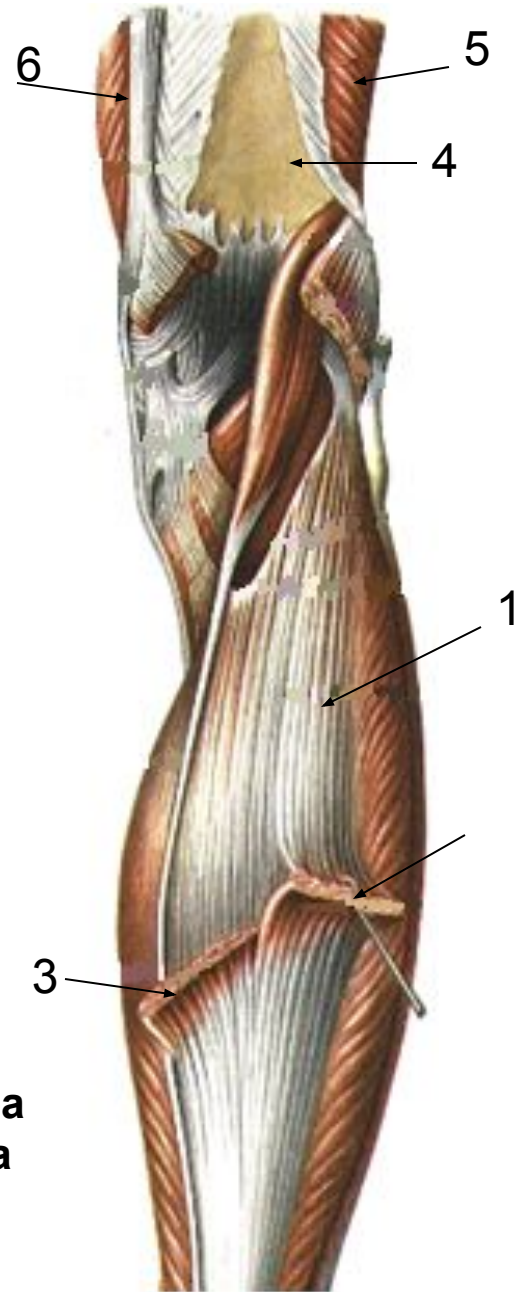
**медиального мыщелка бедра (3), от головки малоберцовой кости (4), ахилловым сухожилием (5) прикрепляется к пяточному бугру.**

**Осуществляет подошвенное сгибание в голеностопном суставе**

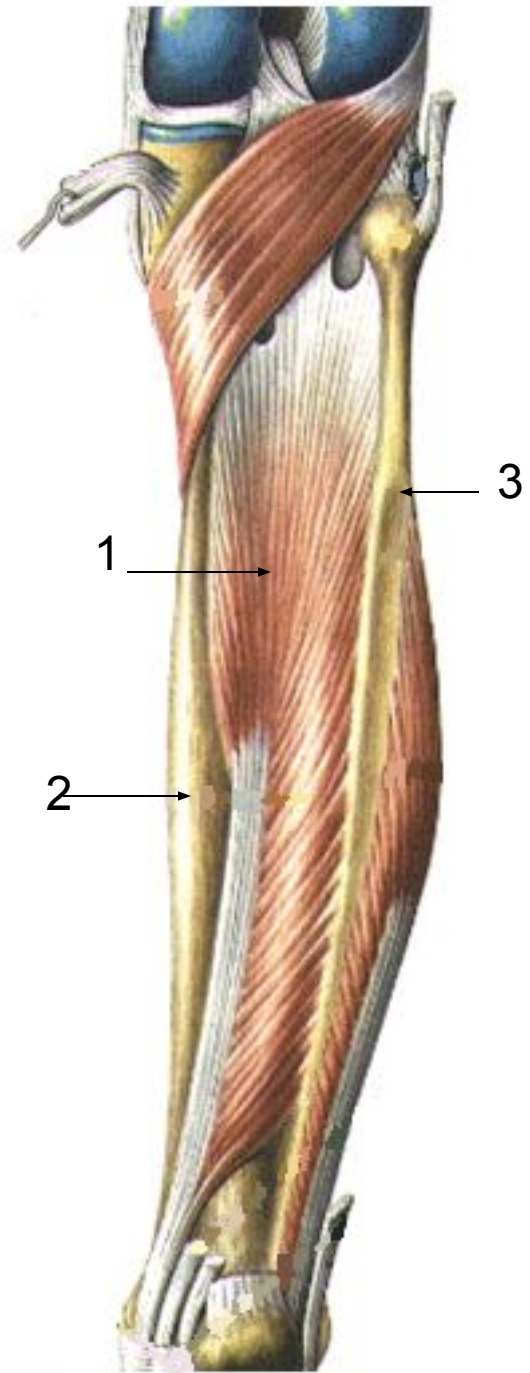


- **камбаловидная (1)**

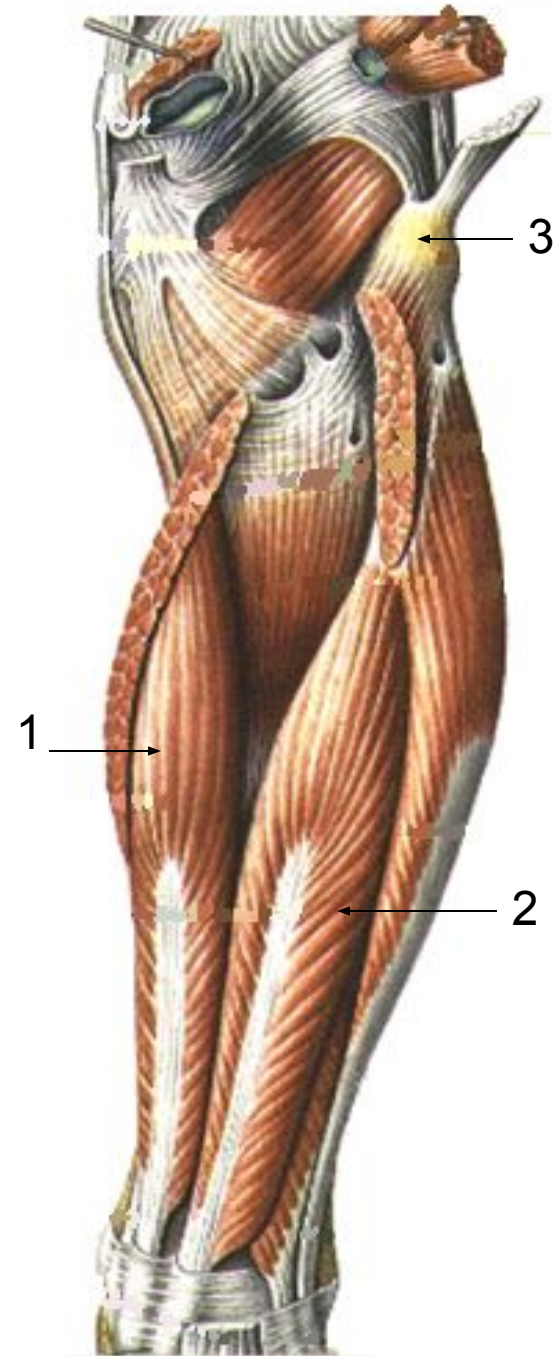
- 2 – икроножная м, латеральное брюшко
- 3 - икроножная м, медиальное брюшко
- 4 – бедренная кость
- 5 – латеральное брюшко четырёхглавой м бедра
- 6 – медиальное брюшко четырёхглавой м бедра



- **Задняя большеберцовая (1) -от большеберцовой (2) и малоберцовой (3) костей, к ладьевидной и трём клиновидным костям, сгибает, супинирует стопу**



- **Длинный сгибатель пальцев (1)** - от большеберцовой кости, четырьмя сухожилиями к фалангам 2 – 5 пальцев, сгибает 2 – 5 пальцы
- **Длинный сгибатель большого пальца стопы (2)** -от малоберцовой кости (3), к ногтевой фаланге большого пальца, сгибает большой палец



3 – головка малоберцовой кости

**Латеральная группа мышц голени.**

- **Длинная малоберцовая (1)** - от головки малоберцовой (2), латерального мыщелка большеберцовой костей, к 1, 2 плюсневым костям, 1-ой клиновидной костям, сгибает стопу

- **Короткая малоберцовая (3)** - от малоберцовой кости, к 5 плюсневой кости (4), сгибает стопу, отводит

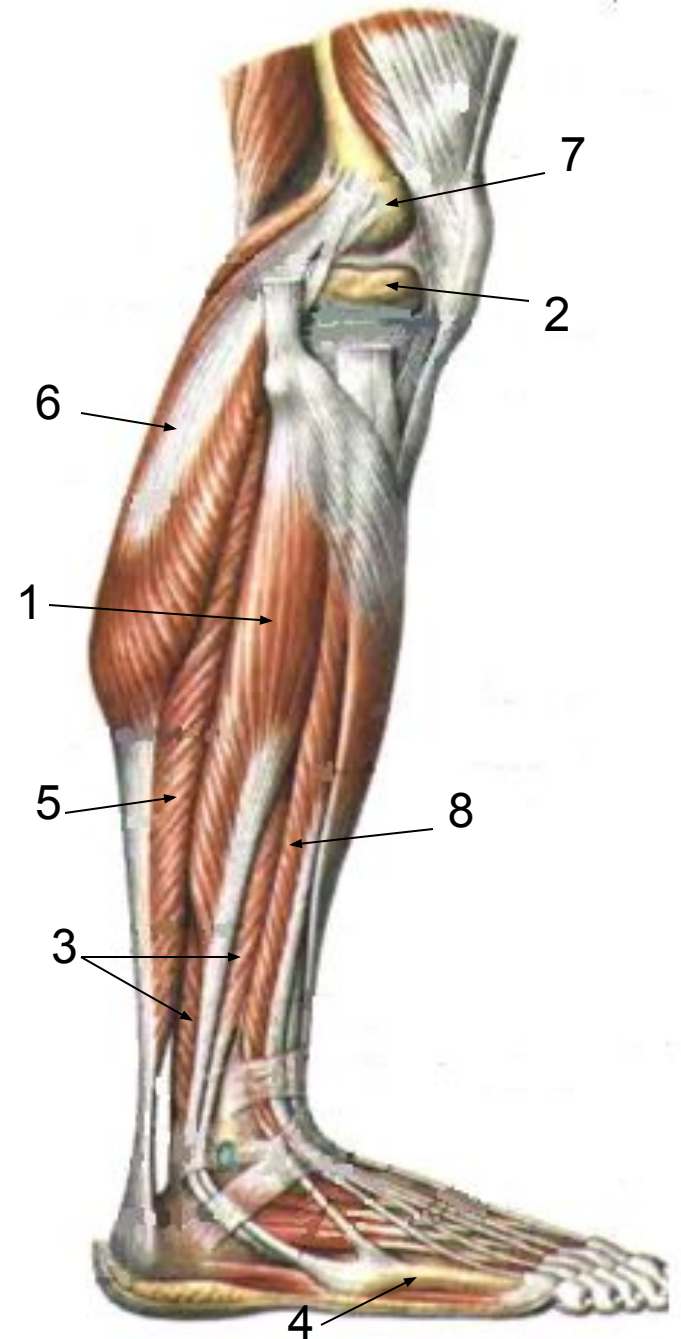
Мышцы голени

5 – камбаловидная м

6 – икроножная м

7 – бедренная кость

8 – разгибатель пальцев



```
graph TD; A[Мышцы стопы] --- B[Тыльные]; A --- C[Подожвенные]
```

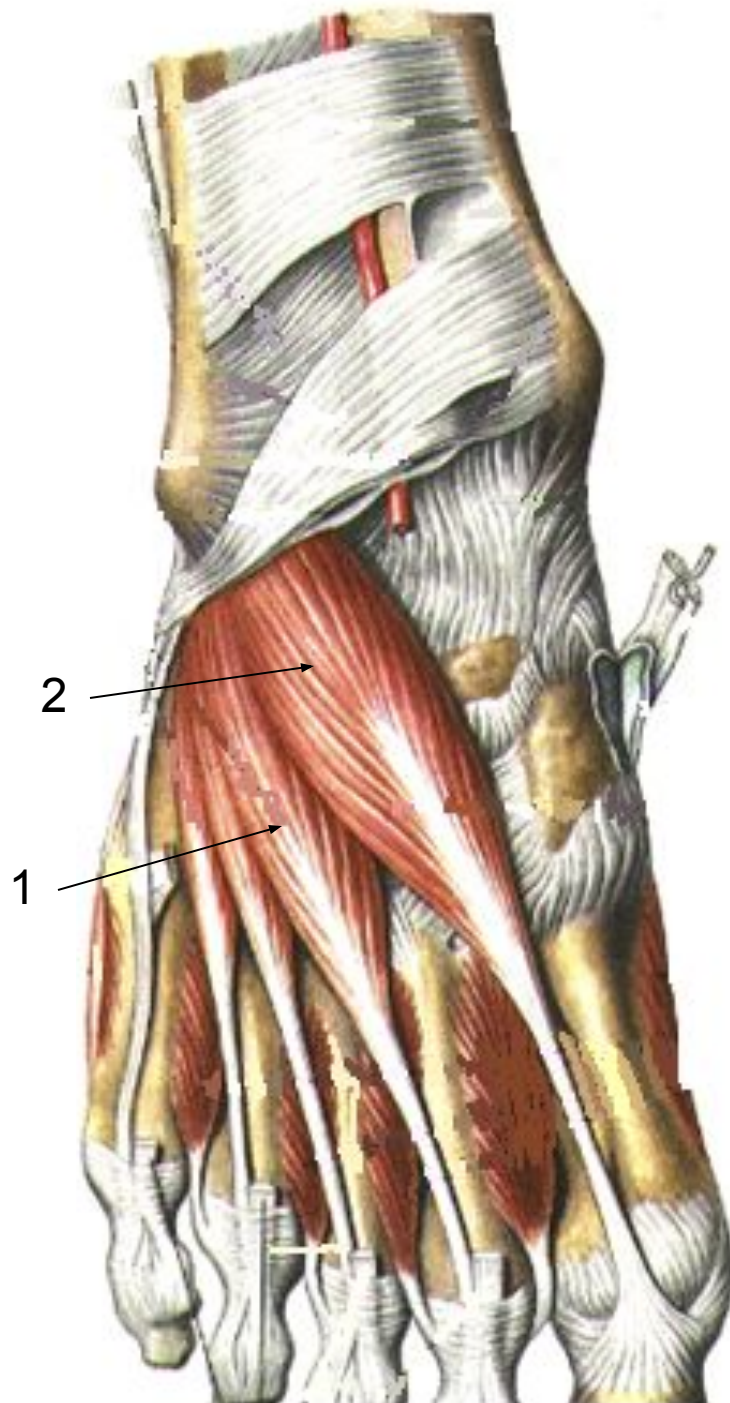
Мышцы стопы

Тыльные

Подожвенные

## Тыльные мышцы стопы:

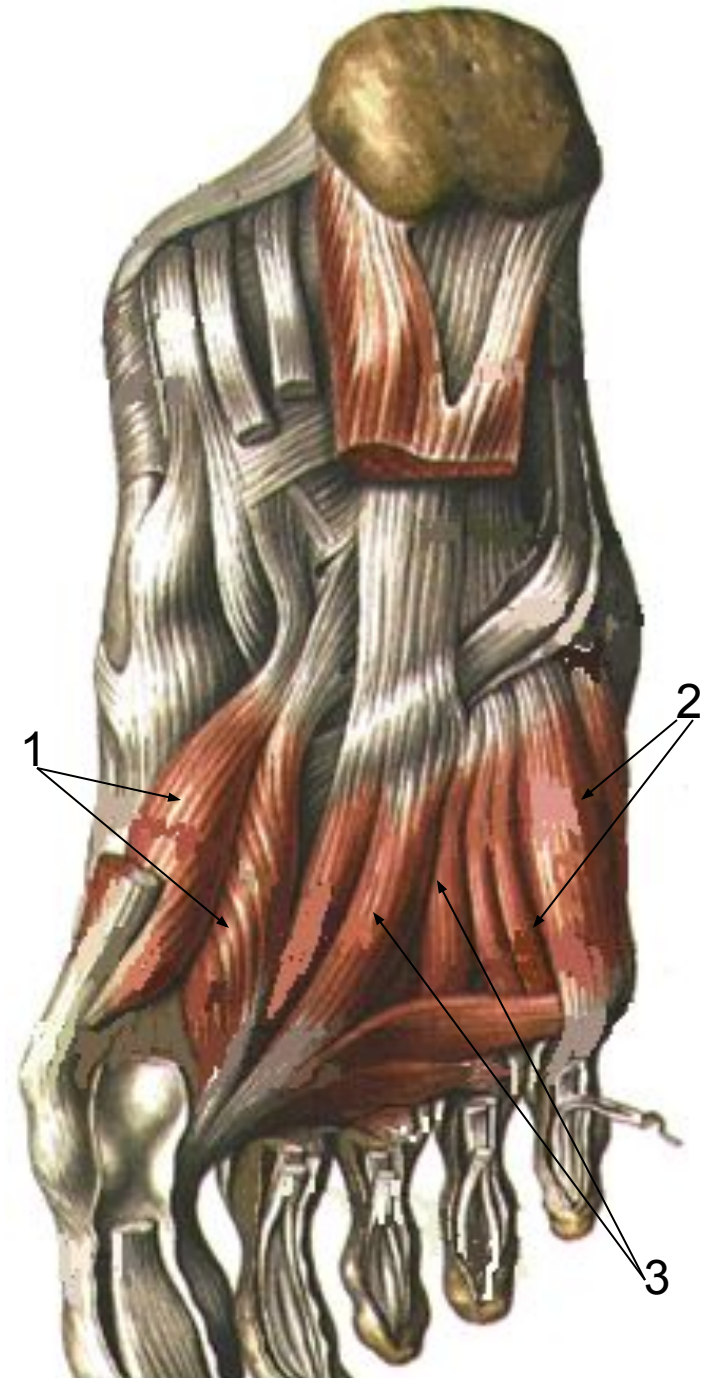
- **Короткий разгибатель пальцев(1)**
- **Короткий разгибатель большого пальца стопы(2)**





# Подошвенные мышцы стопы.

- **мышцы большого пальца(1)**
- **мышцы мизинца(2)**
- **средняя группа мышц, лежащих в углублении подошвы(3).**

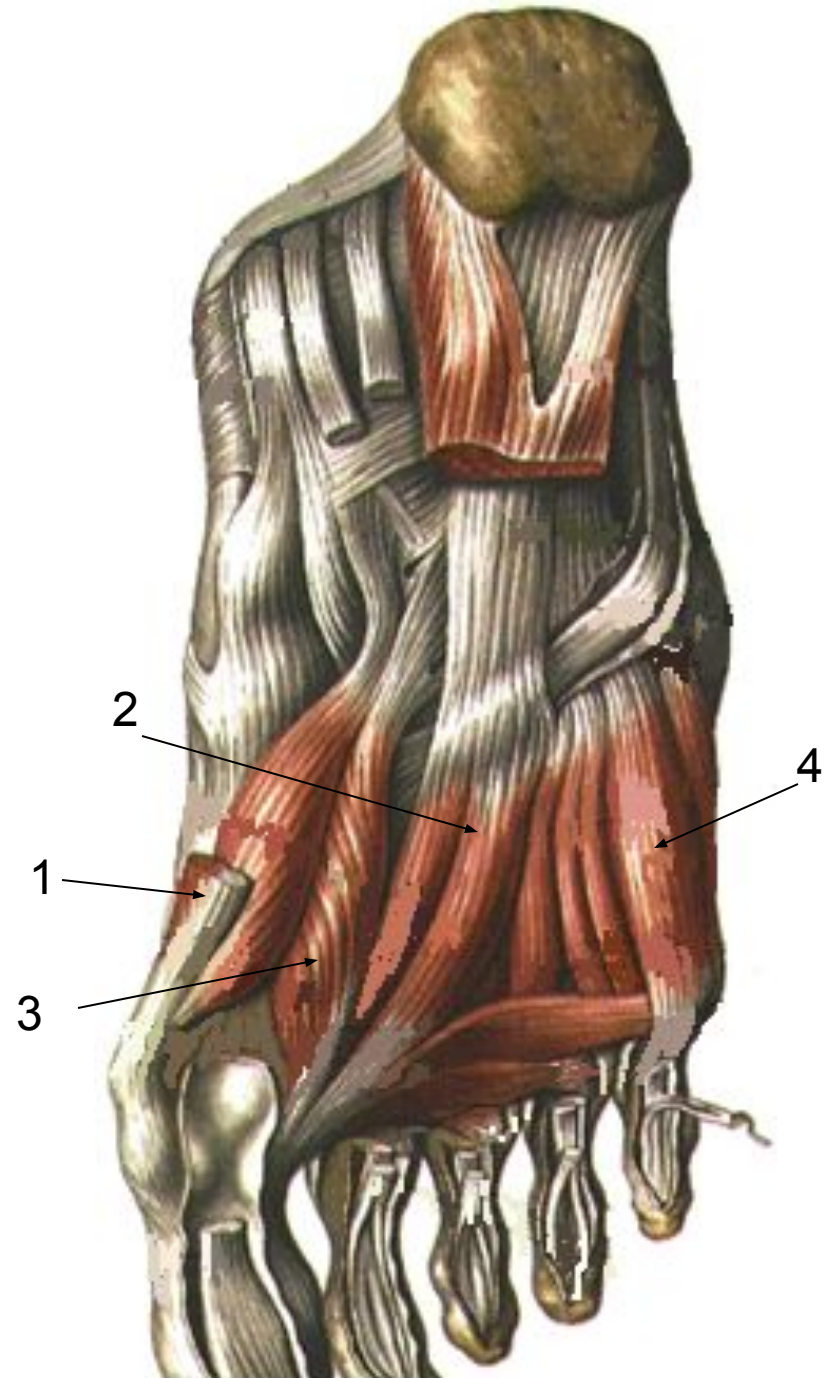


## Мышцы большого пальца.

- Мышца, отводящая(1), приводящая большой палец стопы(2), короткий сгибатель большого пальца стопы(3)

## Мышцы мизинца.

- Мышца, отводящая мизинец, короткий сгибатель мизинца(4) , противопоставляющая мизинец



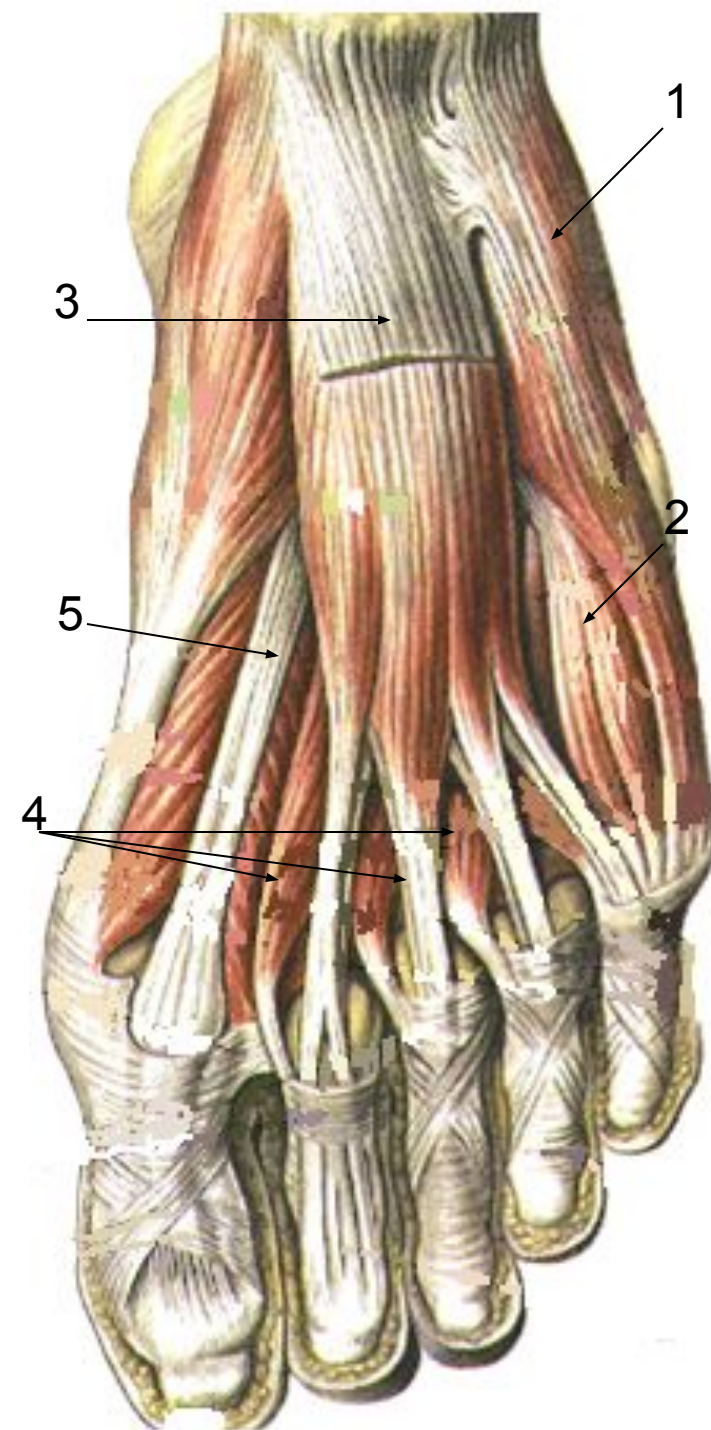
## **Средняя группа мышц, лежащих в углублении подошвы.**

- **Короткий сгибатель  
пальцев стопы(3),  
квадратная мышца  
подошвы, четыре  
червеобразные  
мышцы(4)**
- **Все мышцы участвуют  
в сгибании пальцев.**

1 – м, отводящая мизинец

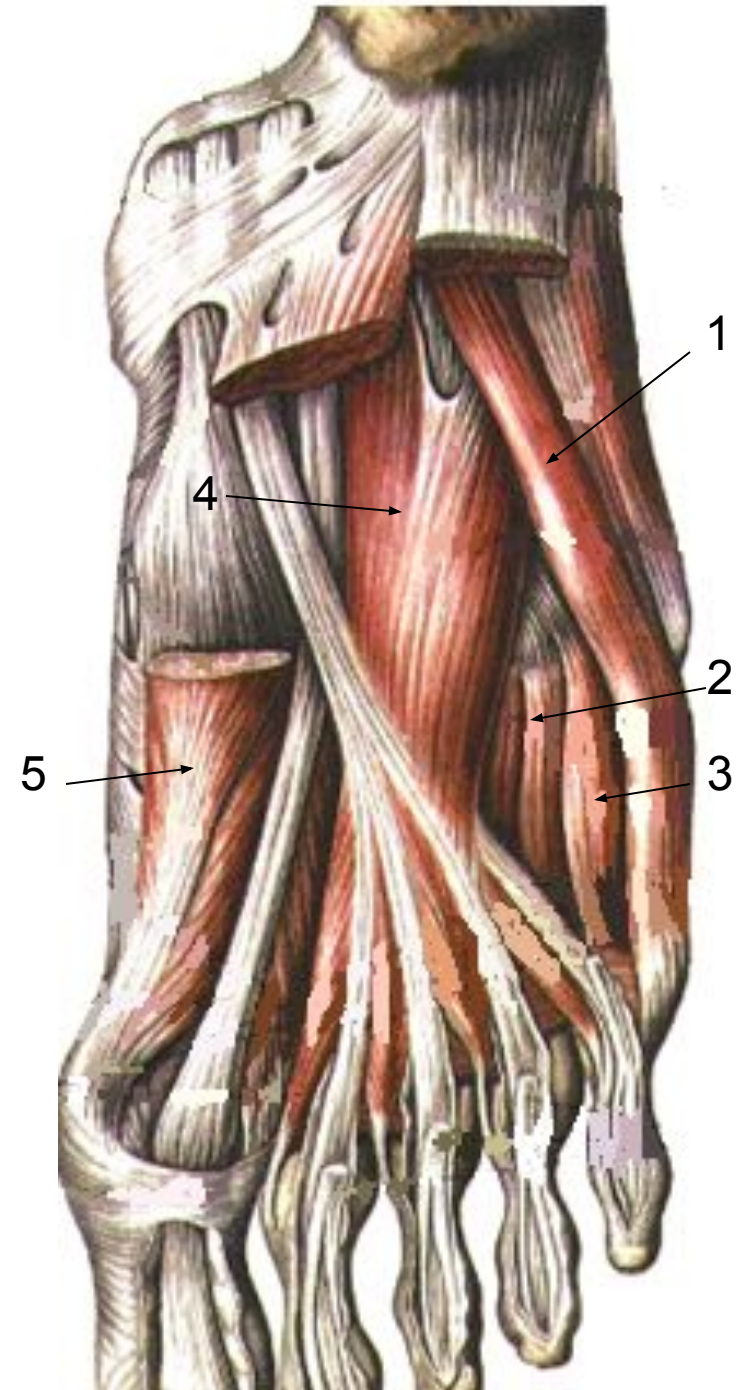
2 – сгибатель мизинца

5 – сухожилие м, сгибателя большого пальца



- **квадратная мышца подошвы(4)**

- 1 – м, отводящая мизинец
- 2 – межкостные мышцы
- 3 – сгибатель мизинца
- 5 – м. отводящая большой палец стопы



- **Межкостные  
мышцы стопы(2)  
(три подошвенные  
– сближают  
пальцы, три  
тыльные –  
разводят пальцы)**

1 – м. противопоставляющая мизинец

