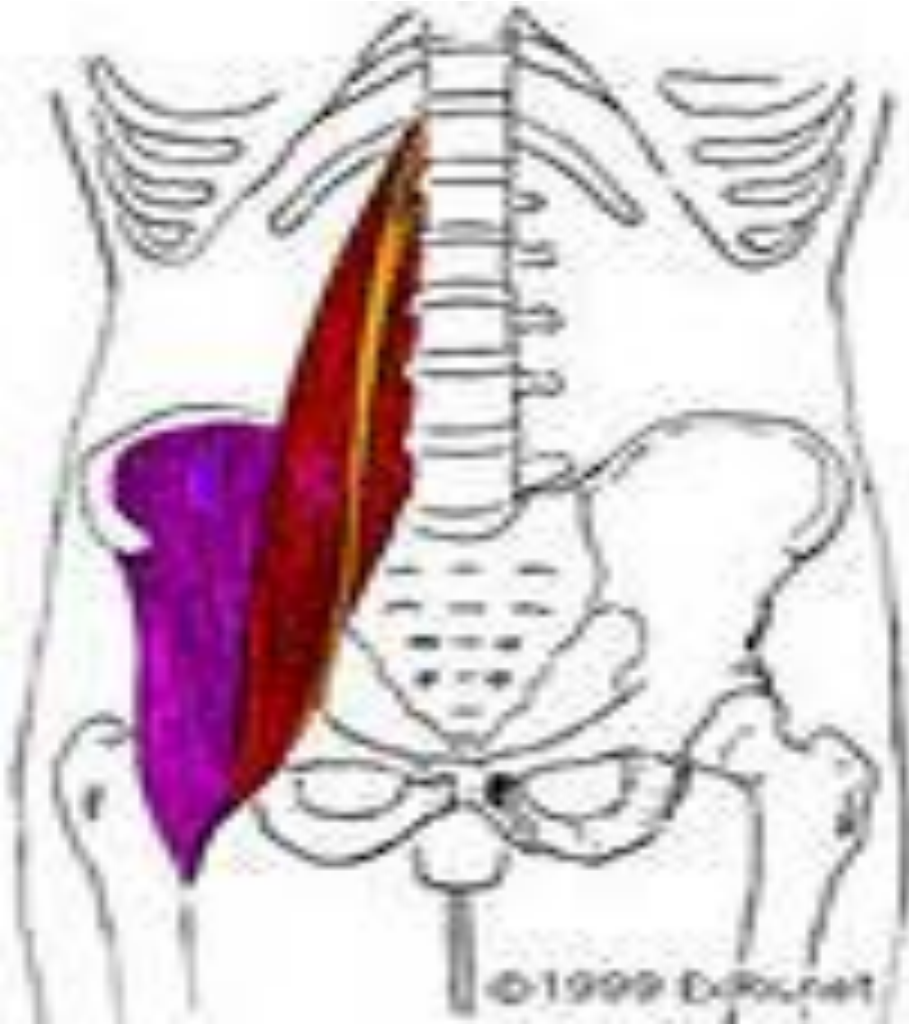


# Мышцы, фасции и топография нижней конечности

# Мышцы таза. Внутренние мышцы таза



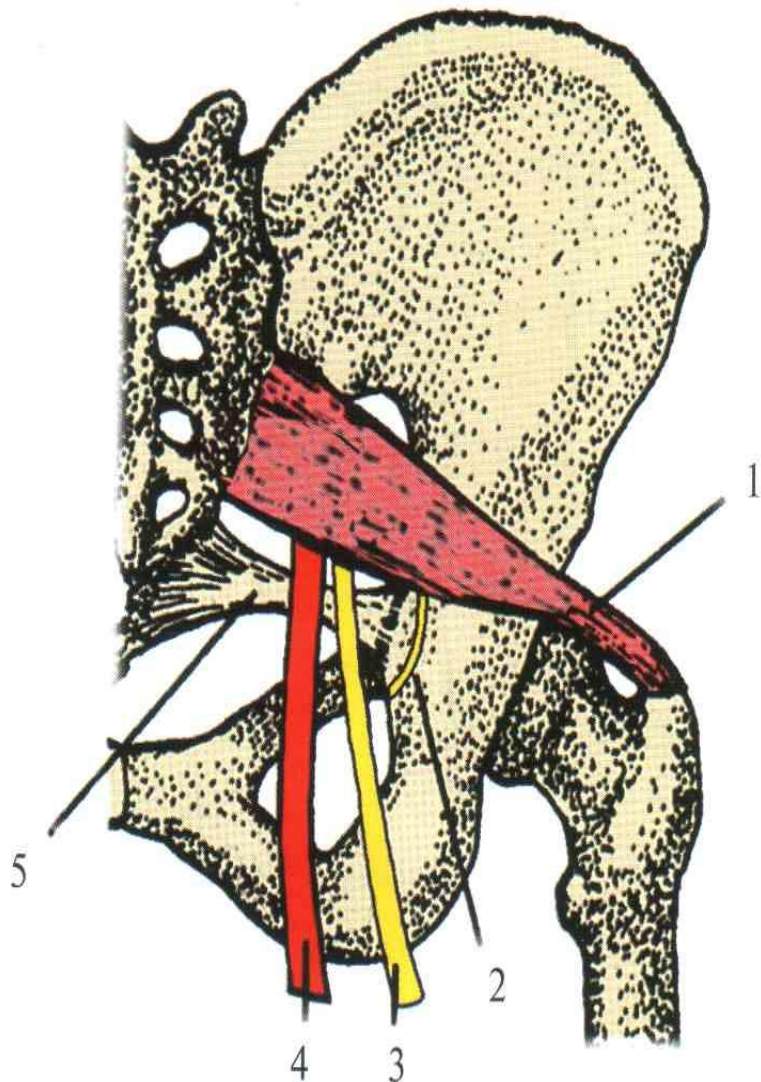
**Подвздошно-поясничная мышца, *m. iliopsoas***, состоит из двух мышц, соединяющихся только у места прикрепления: большой поясничной и подвздошной. К данной мышце можно отнести и непостоянную малую поясничную мышцу.

**Большая поясничная мышца, *m. psoas major***, начинается от XII грудного и всех поясничных позвонков. На уровне крестцово-подвздошного сустава она присоединяется к пучкам подвздошной мышцы.

**Подвздошная мышца, *m. iliacus***, начинается от подвздошной ямки, соединяется с большой поясничной мышцей, образуя подвздошно-поясничную мышцу, которая проходит под паховой связкой и прикрепляется к малому вертелу бедренной кости.

**Функция:** подвздошно-поясничная мышца обеспечивает сгибание в тазобедренном суставе, вращает бедро наружу.

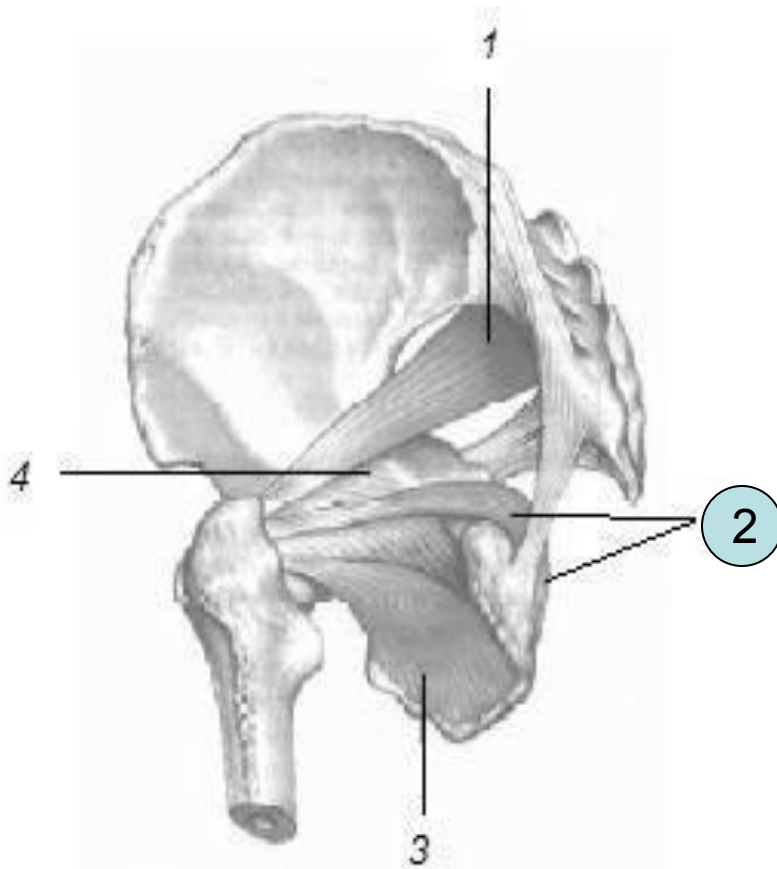
# Мышцы таза. Внутренние мышцы таза



Грушевидная мышца, *m. piriformis*, начинается от передней поверхности крестца, проходит через большое седалищное отверстие и прикрепляется к вершине большого вертела.

Функция: вращает бедро наружу

# Мышцы таза. Внутренние мышцы таза



Внутренняя запирающая мышца, *m. obturatorius internus*, начинается от внутренней поверхности запирающей мембраны и краев одноименного отверстия, выходит из полости малого таза через малое седалищное отверстие и, изменив направление почти под прямым углом, прикрепляется к большому вертелу. К сухожилию мышцы после выхода из полости малого таза присоединяются верхняя и нижняя близнецовые мышцы. Функция: вращает бедро наружу.

# Мышцы таза. Наружные мышцы таза



**Большая ягодичная мышца, m. Gluteus maximus**, начинается от крестца и копчика, от подвздошной кости кзади от задней ягодичной линии; прикрепляется к ягодичной бугристости бедренной кости.

Функция: разгибает бедро, одновременно поворачивая его наружу; отводит бедро.

# Мышцы таза. Наружные мышцы таза



Средняя ягодичная мышца, *m. gluteus medius*, лежит под предыдущей; начинается от подвздошной кости; прикрепляется к большому вертелу.

Функция: отводит бедро, передние пучки вращают его внутрь, задние — наружу.

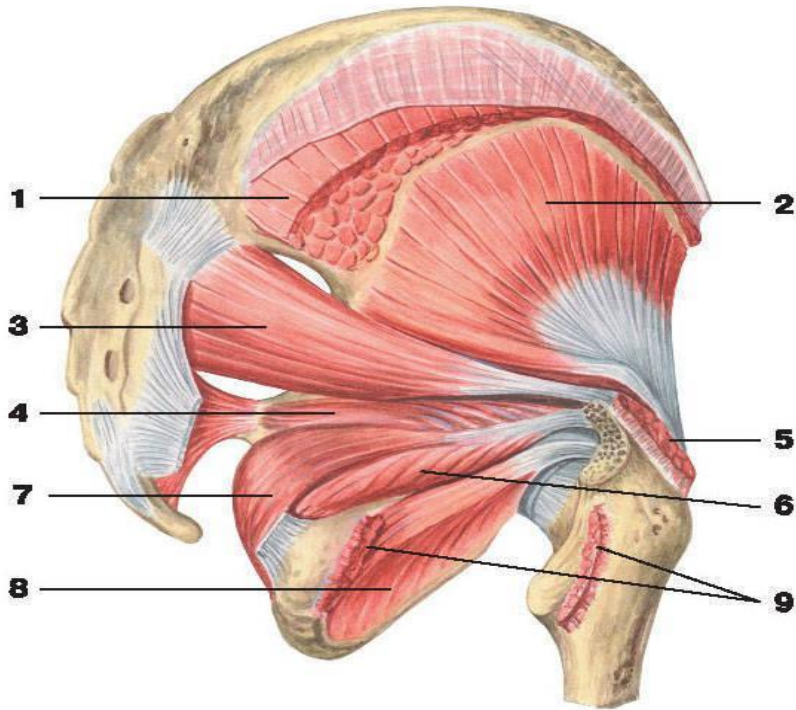
# Мышцы таза. Наружные мышцы таза



Малая ягодичная мышца, *m. gluteus minimus*, прикрыта средней ягодичной мышцей. Она начинается от подвздошной кости; прикрепляется к большому вертелу бедренной кости.

Функция: отводит бедро, передние пучки мышцы вращают его внутрь, задние — наружу.

# Мышцы таза. Наружные мышцы таза



вид сзади

- 1 — [большая ягодичная мышца](#);
- 2 — [малая ягодичная мышца](#);
- 3 — [грушевидная мышца](#);
- 4 — [верхняя близнецовая мышца](#);
- 5 — [средняя ягодичная мышца](#);
- 6 — [нижняя близнецовая мышца](#);
- 7 — внутренняя запирающая мышца;
- 8 — наружная запирающая мышца;
- 9 — [квадратная мышца бедра](#)

Квадратная мышца бедра, *m. quadratus femoris*, (9) начинается от седалищного бугра, проходит латерально и прикрепляется к межвертельному гребню бедренной кости.

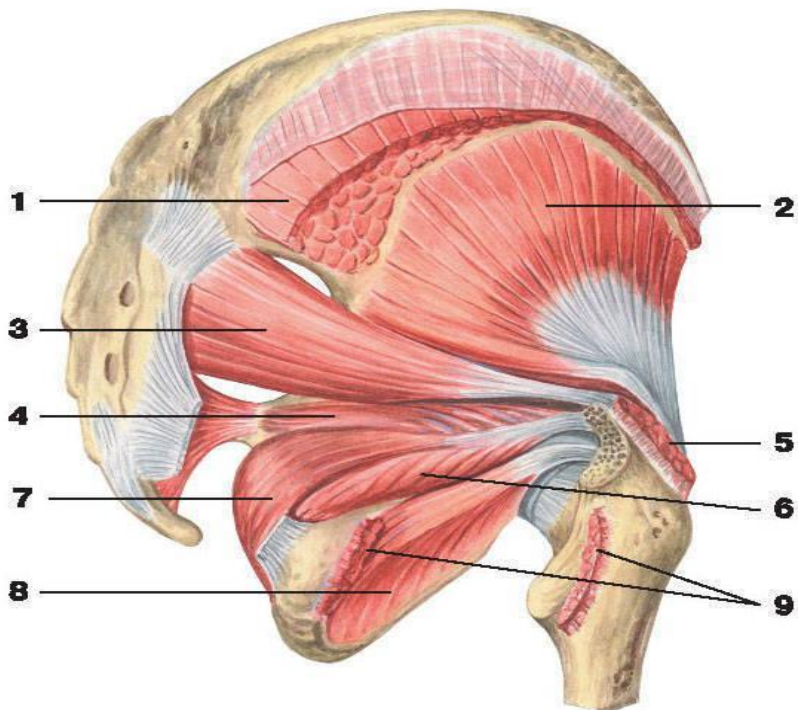
Функция: вращает бедро наружу.

Верхняя близнецовая мышца, *m. gemellus superior*, (4) начинается от седалищной ости, нижняя близнецовая мышца, *m. gemellus inferior*, от седалищного бугра. Эти мышцы прикрепляются вместе с внутренней запирающей мышцей к большому вертелу.

Функция: вращают бедро наружу



# Мышцы таза. Наружные мышцы таза



вид сзади

- 1 — [большая ягодичная мышца](#);
- 2 — [малая ягодичная мышца](#);
- 3 — [грушевидная мышца](#);
- 4 — [верхняя близнецовая мышца](#);
- 5 — [средняя ягодичная мышца](#);
- 6 — [нижняя близнецовая мышца](#);
- 7 — [внутренняя запирающая мышца](#);
- 8 — [наружная запирающая мышца](#);
- 9 — [квадратная мышца бедра](#)

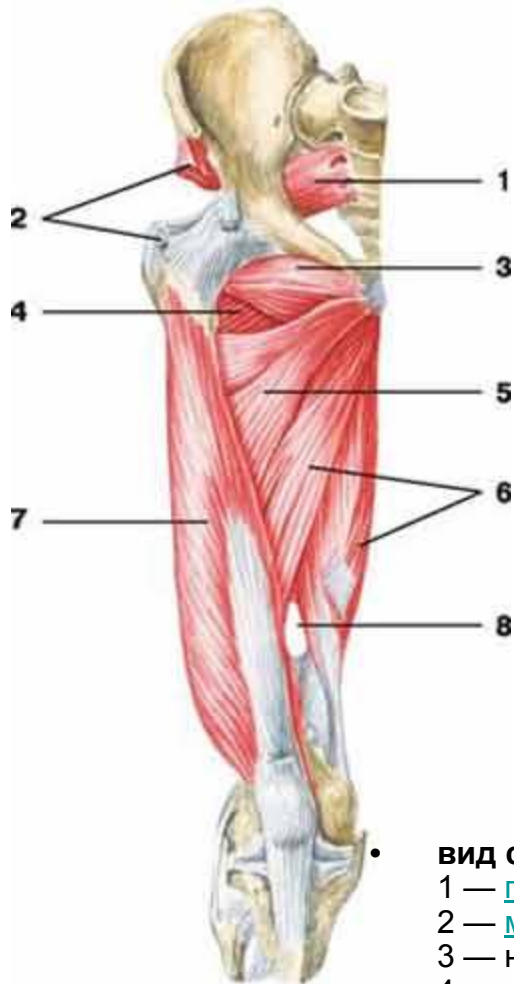
Наружная запирающая мышца, *m. obturatorius externus*, (8) начинается от наружной поверхности запирающей мембраны и краев одноименного отверстия, проходит под квадратной мышцей бедра; прикрепляется к большому вертелу.

Функция: вращает бедро наружу.

Напрягатель широкой фасции, *m. tensor fasciae latae*, начинается от передней верхней ости и гребня подвздошной кости, переходит в подвздошно-большеберцовый тракт, который прикрепляется к латеральному мыщелку большеберцовой кости.

Функция: напрягает подвздошно-большеберцовый тракт, сгибает бедро.

# Передняя группа мышц бедра



Четырехглавая мышца бедра, *m. quadriceps femoris*, (4) состоит из четырех головок: прямой мышцы бедра, латеральной, промежуточной и медиальной широкой мышц. В дистальной трети бедра все четыре головки образуют общее сухожилие, которое охватывает надколенник, продолжается в виде связки надколенника и прикрепляется к бугристости большеберцовой кости.

• **вид спереди**

- 1 — [грушевидная мышца](#);
- 2 — [малая ягодичная мышца](#);
- 3 — наружная запирающая мышца;
- 4 — [четырёхглавая мышца](#) бедра;
- 5 — [короткая приводящая мышца](#);
- 6 — [большая приводящая мышца](#);
- 7 — [латеральная широкая мышца бедра](#);
- 8 — приводящий канал

# Передняя группа мышц бедра

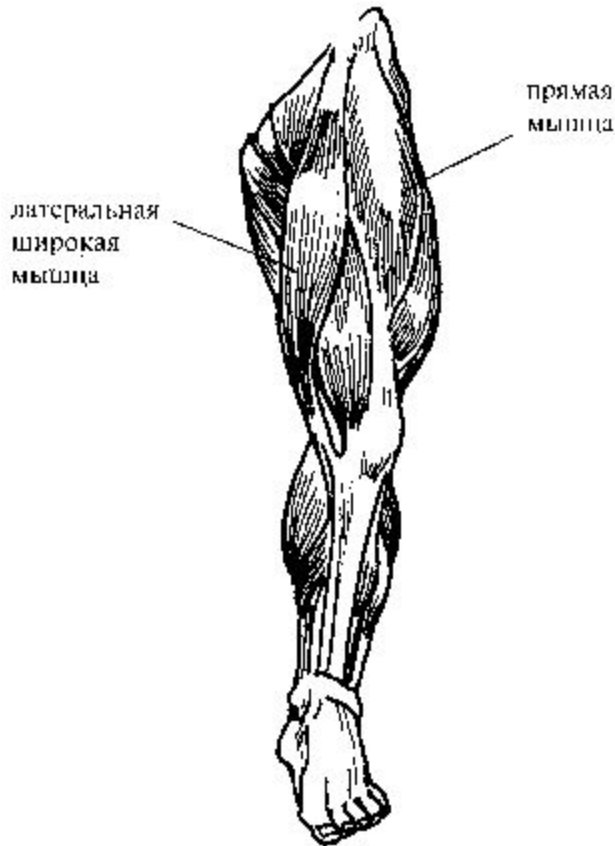
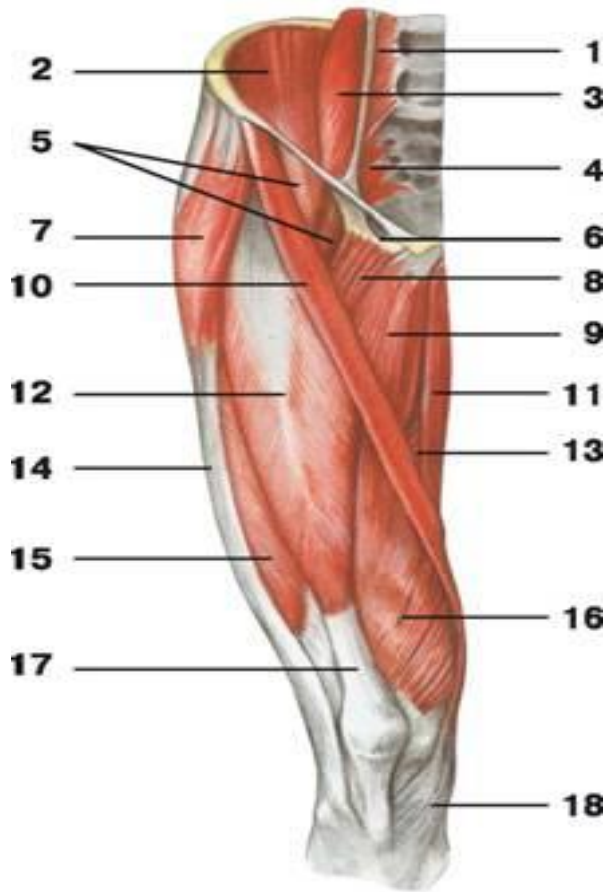


Рис. 37

Прямая мышца бедра, *m. rectus femoris*, лежит поверхностно, начинается от передней нижней ости подвздошной кости. Латеральная широкая мышца бедра, *m. vastus lateralis*, начинается от латеральной губы шероховатой линии. Промежуточная широкая мышца бедра, *m. vastus intermedius*, начинается от передней поверхности бедренной кости. Медиальная широкая мышца бедра, *m. vastus medialis*, начинается от медиальной губы шероховатой линии.

Ф у н к ц и я: четырехглавая мышца бедра разгибает голень; прямая мышца бедра, кроме того, сгибает бедро.

# Медиальная группа мышц бедра



Тонкая мышца, *m. gracilis*, (11) лежит поверхностно. Начинается от нижней ветви лобковой кости; прикрепляется к бугристости большеберцовой кости.

Функция: приводит бедро, сгибает голень.

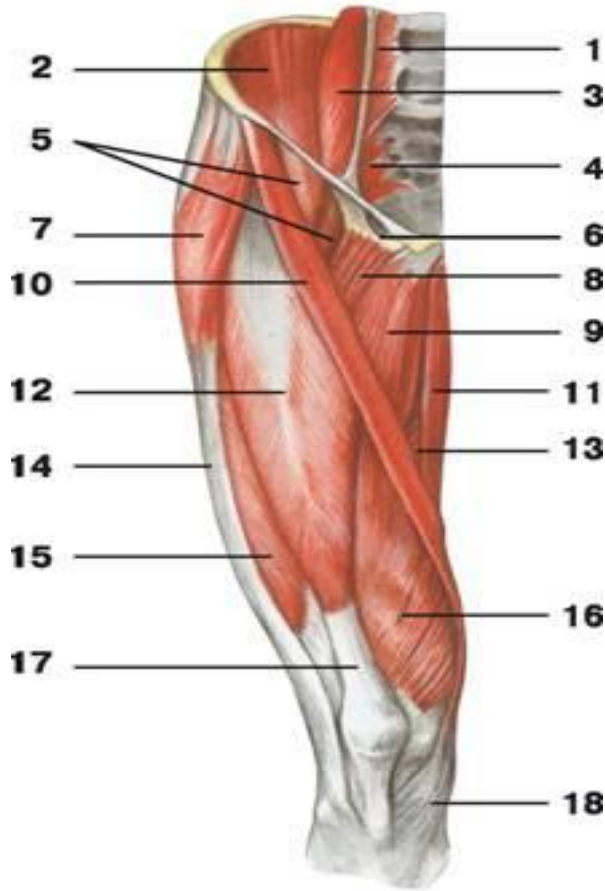
Гребенчатая мышца, *m. pectineus*, начинается от верхней ветви лобковой кости; прикрепляется к верхней части медиальной губы шероховатой линии.

Функция: сгибает и приводит бедро.

Длинная приводящая мышца, *m. adductor longus*, (9) начинается от верхней ветви лобковой кости; прикрепляется к средней трети медиальной губы шероховатой линии.

Функция: приводит бедро.

# Медиальная группа мышц бедра



Короткая приводящая мышца, *m. adductor brevis*, лежит под предыдущей; начинается от нижней ветви лобковой кости и прикрепляется к верхней трети медиальной губы шероховатой линии.

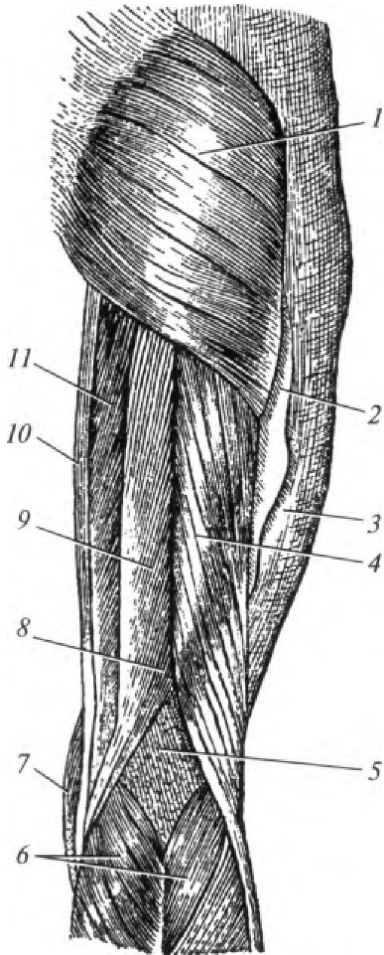
Функция: приводит бедро.

Большая приводящая мышца, *m. adductor magnus*, (13) — самая сильная из этой группы; начинается от седалищного бугра и ветви седалищной кости, прикрепляется к медиальной губе шероховатой линии по всей ее длине и к медиальному надмыщелку бедренной кости, образуя сухожильную дугу, под которой проходят подколенная артерия и вена.

Функция: приводит бедро.

## Задняя группа мышц бедра.

Эти мышцы имеют общее начало — седалищный бугор.



**Двуглавая мышца бедра, *m. biceps femoris*, (4)** имеет две головки: короткую, которая начинается от латеральной губы шероховатой линии, и длинную, которая начинается от седалищного бугра. Общее сухожилие мышцы прикрепляется к головке малоберцовой кости.

Функция: разгибает бедро, сгибает голень в коленном суставе.

**Полусухожильная мышца, *m. semitendinosus*, (9)** начинается от седалищного бугра; прикрепляется с медиальной стороны бугристости большеберцовой кости.

Функция: разгибает бедро, сгибает голень.

**Полуперепончатая мышца, *m. semimembranosus*, (8)** начинается от седалищного бугра широким сухожилием; мышечное брюшко вновь переходит в сухожилие, которое делится на три пучка, образуя глубокую «гусиную лапку», прикрепляясь к большеберцовой кости и к капсуле коленного сустава.

Функция: разгибает бедро, сгибает и поворачивает голень внутрь.

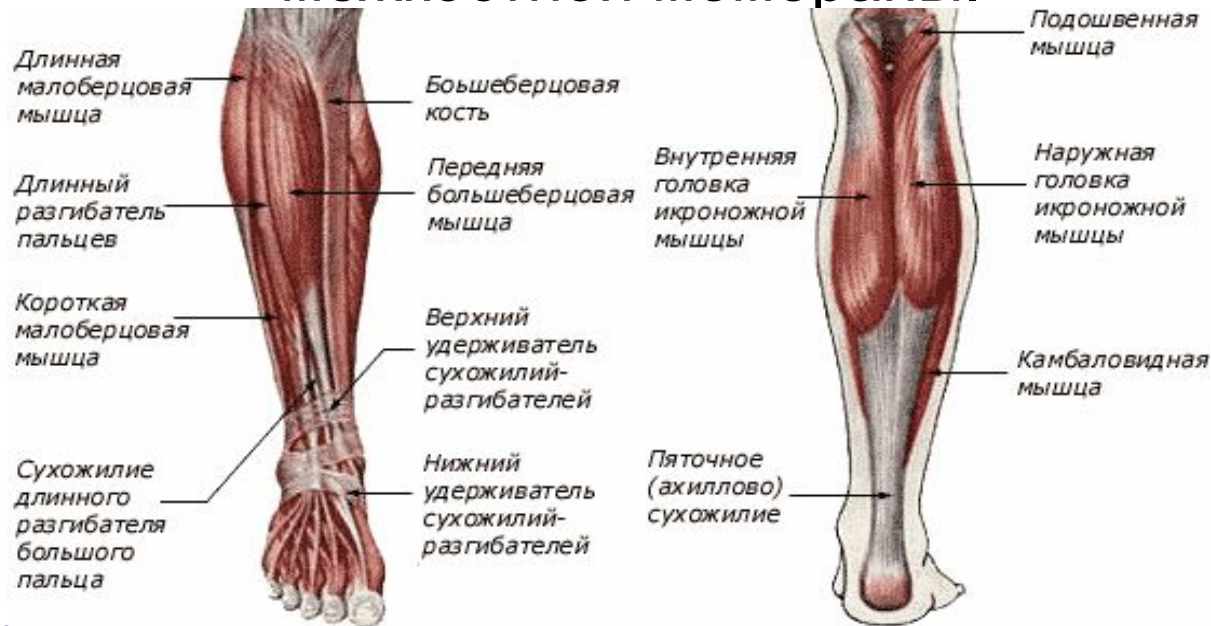
# Мышцы голени. Передняя группа мышц голени. Мышцы этой группы расположены спереди от межкостной мембраны.



Передняя большеберцовая мышца, *m. tibialis anterior*, начинается от большеберцовой кости и межкостной мембраны голени; ее сухожилие прикрепляется с подошвенной поверхности к медиальной клиновидной и основанию I плюсневой костей.

Функция: разгибает стопу, поднимает ее медиальный край (супинирует), приводит стопу, участвует в образовании стремени стопы, которое затягивает поперечные своды.

# Мышцы голени. Передняя группа мышц голени. Мышцы этой группы расположены спереди от межкостной мембраны.



**Длинный разгибатель пальцев, m. extensor digitorum longus**, начинается от латерального мыщелка большеберцовой и головки малоберцовой костей, от межкостной мембраны голени. Сухожилия прикрепляются к дистальным фалангам II—V пальцев.

Функция: разгибает четыре последних пальца, разгибает (поднимает) стопу в голеностопном суставе.

**Длинный разгибатель большого пальца стопы, m. extensor hallucis longus**, расположен между двумя предыдущими; начинается от двух нижних третей медиальной поверхности малоберцовой кости, а также от межкостной мембраны голени. Его сухожилие прикрепляется к основанию дистальной фаланги.

Функция: участвует в разгибании стопы; разгибает большой палец стопы.



# Мышцы голени. Латеральная группа мышц голени.



**Длинная малоберцовая мышца, *m. peroneus longus***, двуперистая, начинается от головки и двух верхних третей малоберцовой кости. Длинное сухожилие мышцы огибает сзади латеральную лодыжку, ложится на подошву и прикрепляется к I—II плюсневым костям и к медиальной клиновидной кости. Вместе с передней большеберцовой мышцей образует стремя стопы.

**Функция:** сгибает стопу в голеностопном суставе, вращает внутрь (пронирует) и отводит стопу, укрепляет поперечные своды стопы.

# Мышцы голени. Латеральная группа мышц голени.



Короткая малоберцовая мышца, *m. peroneus brevis*, лежит на малоберцовой кости, начинается от ее нижней половины. Сухожилие огибает латеральную лодыжку и прикрепляется к бугристости V плюсневой кости.

Функция: сгибает стопу, поднимает ее латеральный край и отводит стопу.

# Мышцы голени. Задняя группа мышц голени.



Трехглавая мышца голени, *m. triceps surae*, состоит из икроножной и камбаловидной мышц.

Икроножная мышца, *m. gastrocnemius*, имеет две головки: медиальную и латеральную, начинающиеся от соответствующих надмыщелков бедренной кости; обе головки соединяются на середине голени и переходят в сухожилие, которое сливается с сухожилием камбаловидной мышцы. При этом образуется пяточное (Ахиллово) сухожилие, прикрепляющееся к пяточному бугру.

Камбаловидная мышца, *m. soleus*, почти вся покрыта икроножной мышцей. Начинается от верхней трети малоберцовой и большеберцовой костей, образуя сухожильную дугу, под которой проходят сосуды и нервы.

Функция: трехглавая мышца голени сгибает голень и стопу (подошвенное сгибание); вращает голень внутрь (латеральная головка) или наружу (медиальная головка).

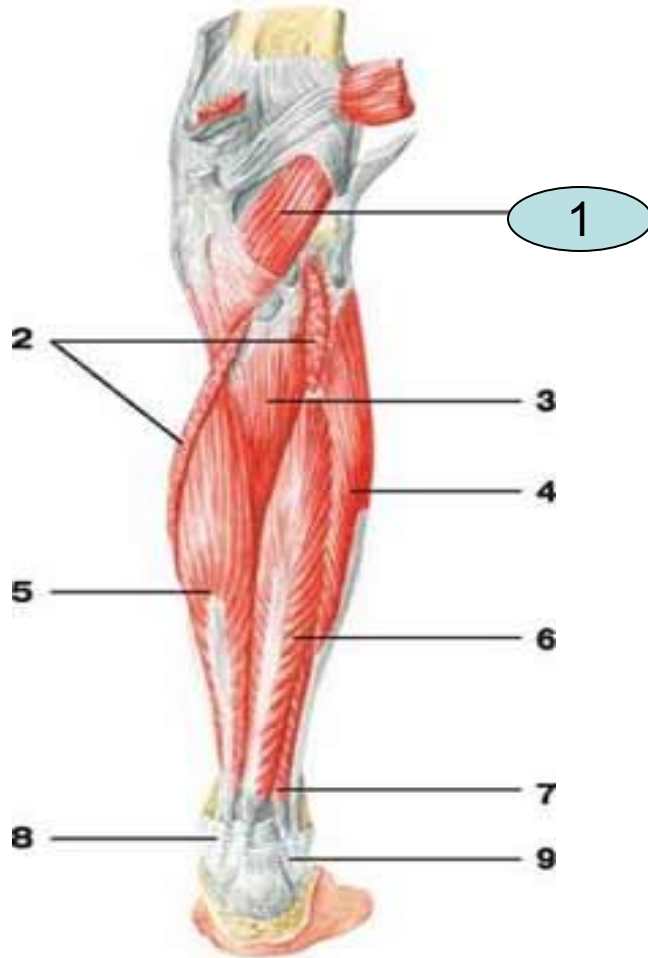
# Мышцы голени. Задняя группа мышц голени.



Подошвенная мышца, *m. plantaris*, рудиментарная, небольшое брюшко начинается от латерального надмыщелка бедренной кости, переходит в длинное тонкое сухожилие, которое вплетается в Ахиллово сухожилие.

Функция: сгибает голень и стопу.

# Мышцы голени. Глубокий слой. Представлен четырьмя мышцами, которые почти на всем протяжении покрыты трехглавой мышцей голени.



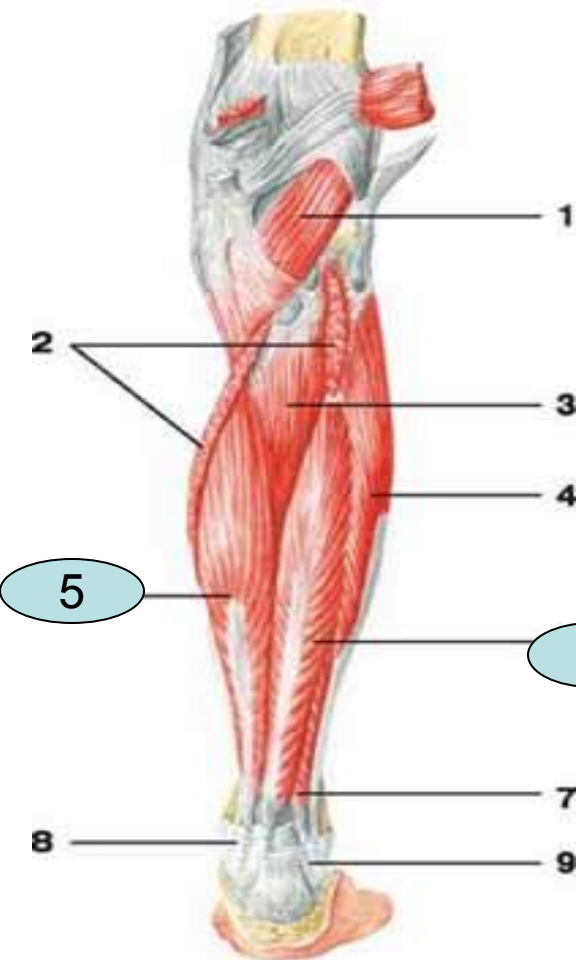
Подколенная мышца, *m. popliteus*, лежит в области коленного сустава, начинается от латерального надмыщелка бедренной кости, прикрепляется к задней поверхности проксимального эпифиза большеберцовой кости.

Функция: сгибает голень, вращает ее внутрь.

## вид сзади

- 1 — [подколенная мышца](#);
- 2 — камбаловидная мышца;
- 3 — [задняя большеберцовая мышца](#);
- 4 — [длинная малоберцовая мышца](#);
- 5 — [длинный сгибатель пальцев](#);
- 6 — [длинный сгибатель большого пальца](#);
- 7 — [короткая малоберцовая мышца](#);
- 8 — удерживатель сгибателей;
- 9 — верхний удерживатель длинной и короткой малоберцовых мышц

# Мышцы голени. Глубокий слой. Представлен четырьмя мышцами, которые почти на всем протяжении покрыты трехглавой мышцей голени.



**Длинный сгибатель пальцев, *m. flexor digitorum longus***, занимает наиболее медиальное положение из этой группы мышц. Она начинается от средней трети задней поверхности большеберцовой кости, переходит в сухожилие, которое проходит позади медиальной лодыжки на подошву. Затем оно разделяется на четыре отдельных сухожилия, которые прикрепляются к дистальным фалангам II—V пальцев, предварительно пронизывая сухожилия короткого сгибателя пальцев (подобно сухожилиям глубокого сгибателя пальцев на кисти).

Функция: сгибает стопу, поднимая ее медиальный край, сгибает ногтевые фаланги II—V пальцев.

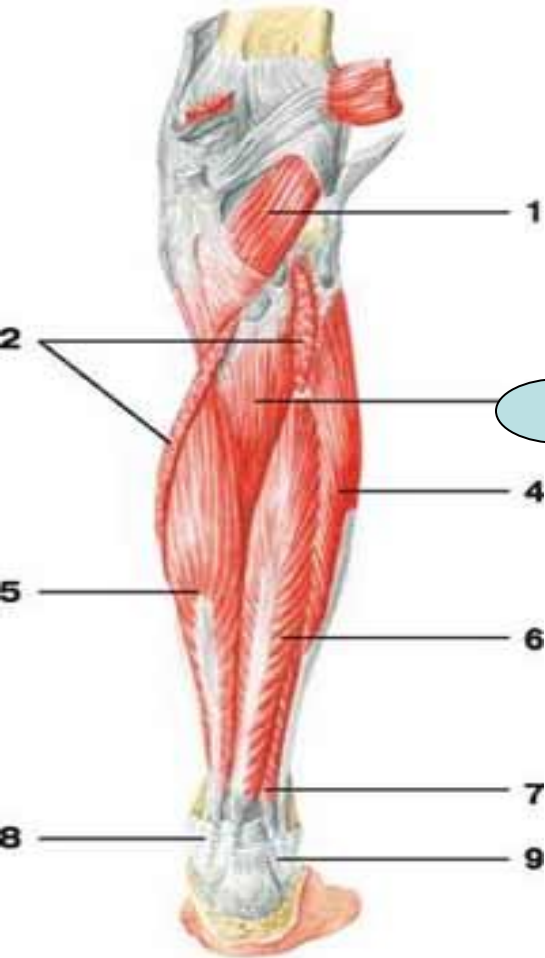
**Длинный сгибатель большого пальца стопы, *m. flexor hallucis longus***, расположен наиболее латерально. Мышца начинается от двух нижних третей малоберцовой кости. Ее сухожилие выходит на подошву и прикрепляется к дистальной фаланге большого пальца.

Функция: сгибает большой палец стопы, участвует в сгибании стопы.

## вид сзади

- 1 — [подколенная мышца](#);
- 2 — камбаловидная мышца;
- 3 — [задняя большеберцовая мышца](#);
- 4 — [длинная малоберцовая мышца](#);
- 5 — [длинный сгибатель пальцев](#);
- 6 — [длинный сгибатель большого пальца](#);
- 7 — [короткая малоберцовая мышца](#);
- 8 — удерживатель сгибателей;
- 9 — верхний удерживатель длинной и короткой малоберцовых мышц

# Мышцы голени. Глубокий слой. Представлен четырьмя мышцами, которые почти на всем протяжении покрыты трехглавой мышцей голени.



**Задняя большеберцовая мышца, *m. tibialis posterior*,** прикрыта другими мышцами этой группы. Начинается от межкостной мембраны голени и обращенных друг к другу костей голени; переходит в сухожилие, которое проходит позади медиальной лодыжки и прикрепляется к ладьевидной и клиновидным костям.

Функция: обеспечивает подошвенное сгибание стопы, приподнимает ее медиальный край.

## вид сзади

- 1 — [подколенная мышца](#);
- 2 — камбаловидная мышца;
- 3 — [задняя большеберцовая мышца](#);
- 4 — [длинная малоберцовая мышца](#);
- 5 — [длинный сгибатель пальцев](#);
- 6 — длинный сгибатель большого пальца;
- 7 — [короткая малоберцовая мышца](#);
- 8 — удерживатель сгибателей;
- 9 — верхний удерживатель длинной и короткой малоберцовых мышц

# Мышцы стопы

**Мышцы тыла стопы.** Короткие разгибатели пальцев и большого пальца стопы, *m. extensor digitorum brevis et m. extensor hallucis brevis*, начинаются от пяточной кости; прикрепляются двумя пучками к боковым поверхностям средних фаланг пальцев и к проксимальной фаланге большого пальца соответственно.

Функция: разгибают пальцы.

**Мышцы подошвы.** На подошве различают три группы мышц: медиальную (мышцы большого пальца); латеральную (мышцы мизинца); среднюю. В отличие от кисти на стопе латеральная и медиальная группы представлены меньшим количеством мышц (отсутствуют мышцы, противопоставляющие большой палец и мизинец), а средняя группа мышц усилена двумя мышцами: коротким сгибателем пальцев и квадратной мышцей подошвы (начинаются от пяточного бугра и прикрепляются к фалангам II—V пальцев и сухожилию длинного сгибателя пальцев соответственно).

Функции: подошвенные межкостные мышцы приводят III —IV и V пальцы ко II пальцу, а тыльные межкостные мышцы фиксируют II палец и отводят III и IV пальцы от него.