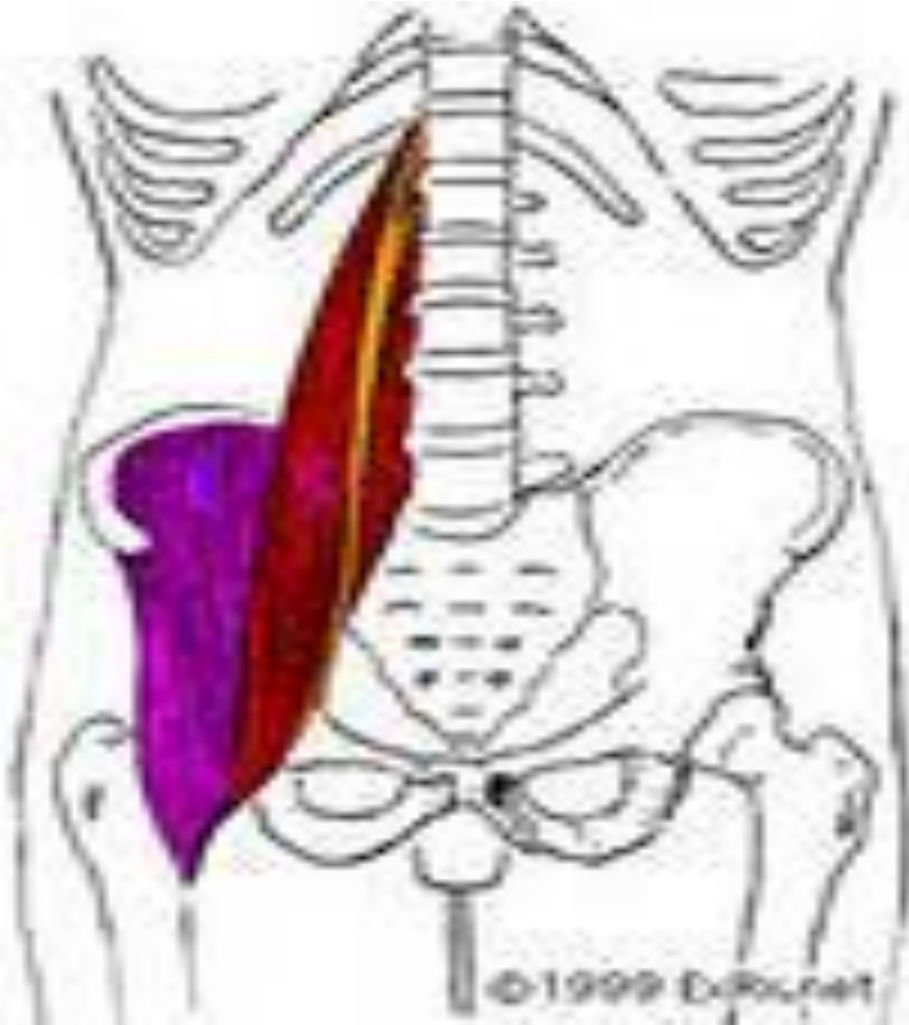


Мышцы, фасции и топография нижней конечности

Мышцы таза. Внутренние мышцы таза



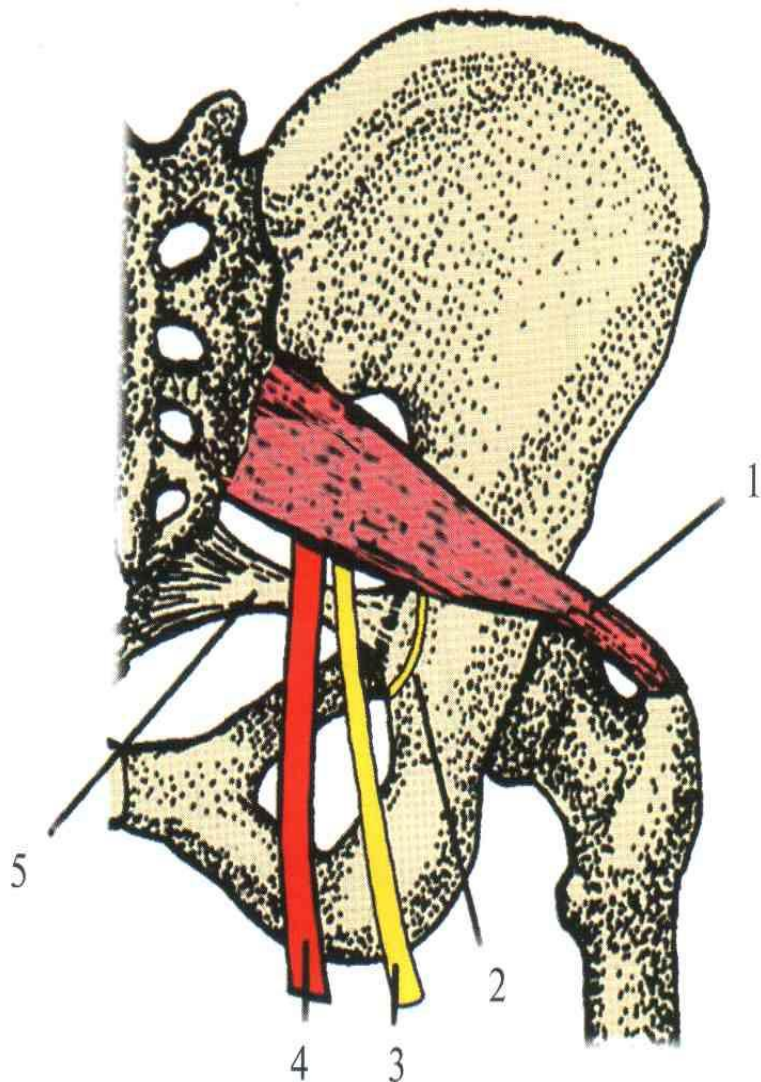
Подвздошно-поясничная мышца, m. iliopsoas, состоит из двух мышц, соединяющихся только у места прикрепления: большой поясничной и подвздошной. К данной мышце можно отнести и непостоянную малую поясничную мышцу.

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.

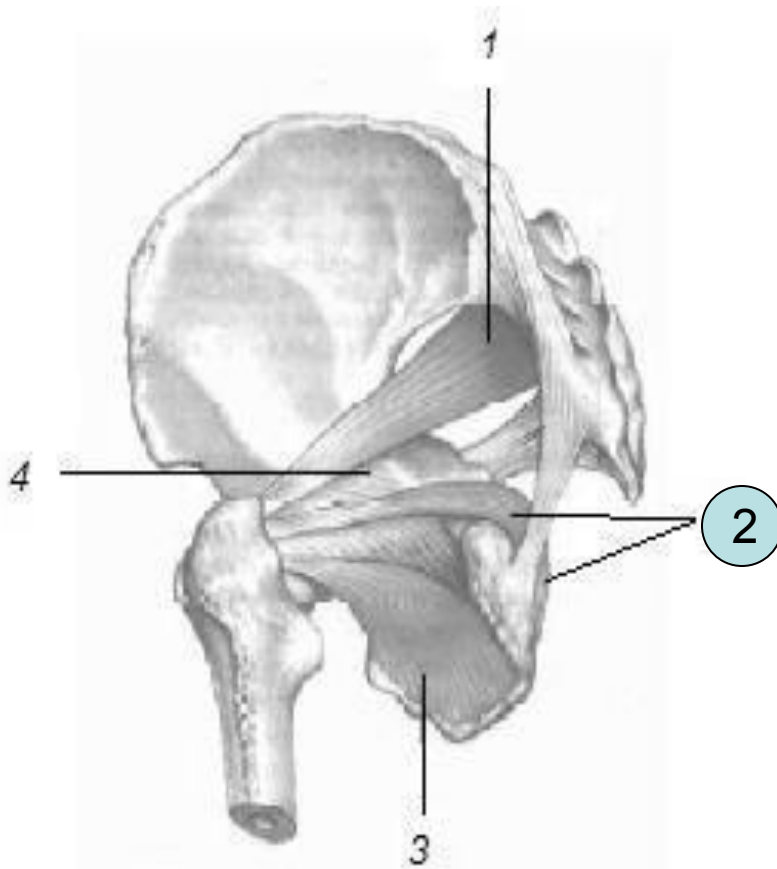
Мышцы таза. Внутренние мышцы таза



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.

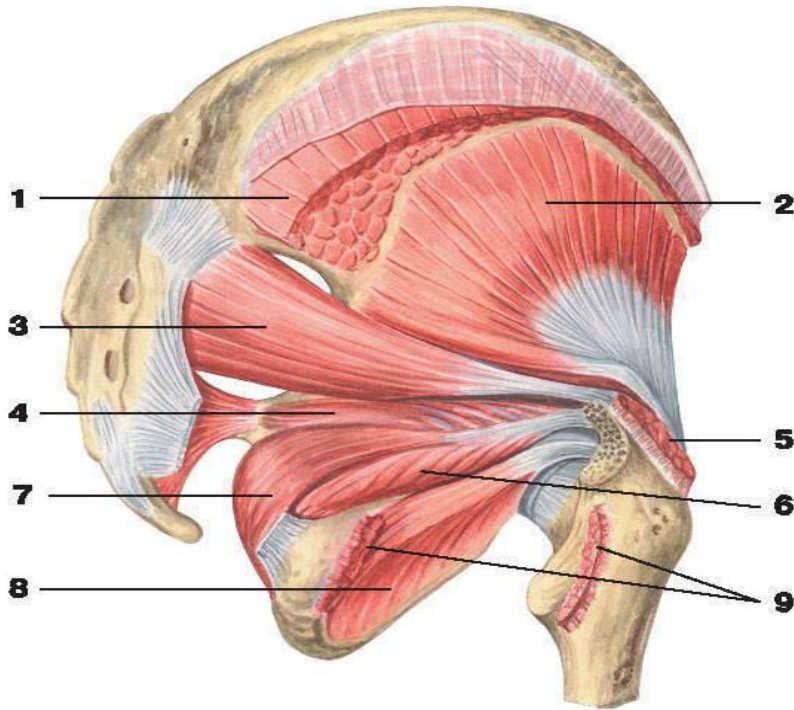
Мышцы таза. Наружные мышцы таза



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](#)

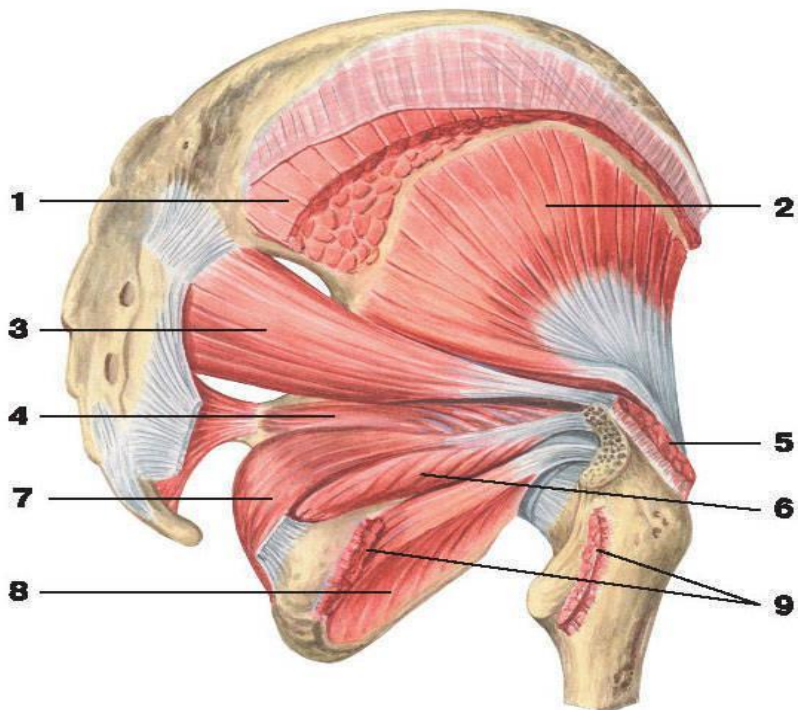
Квадратная мышца бедра, *m. quadratus femoris*, (9) начинается от седалищного бугра, проходит латерально и прикрепляется к межвертельному гребню бедренной кости.

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](#)

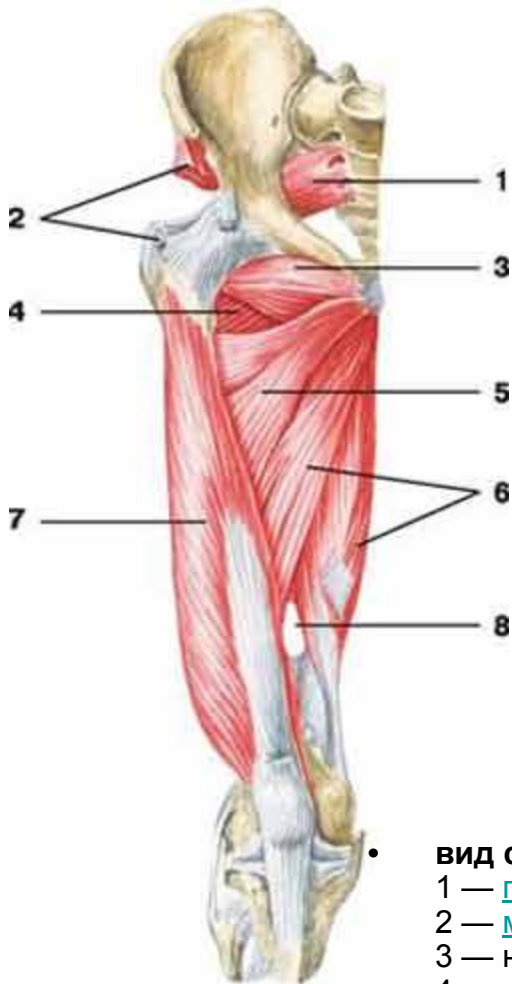
Наружная запирающая мышца, *m. obturatorius externus*, (8) начинается от наружной поверхности запирающей мембраны и краев одноименного отверстия, проходит под квадратной мышцей бедра; прикрепляется к большому вертелу.

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

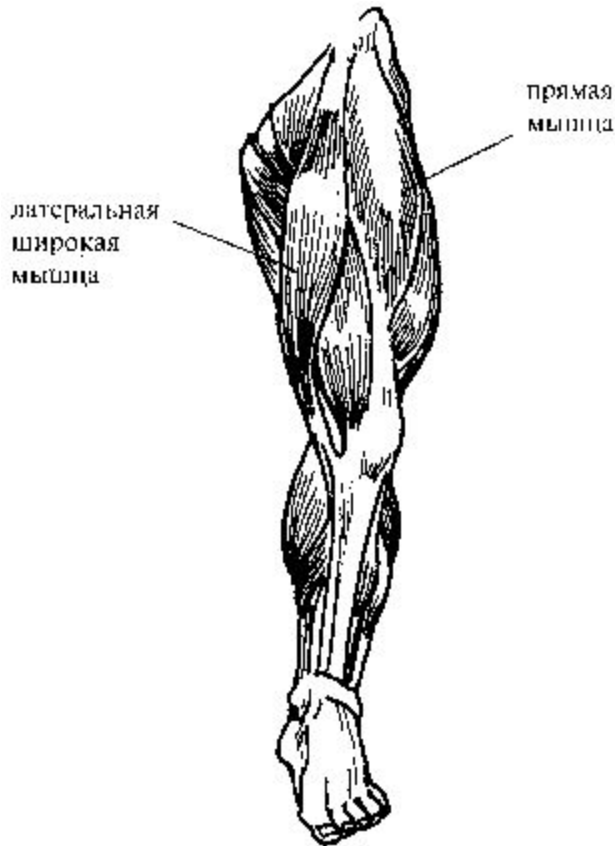
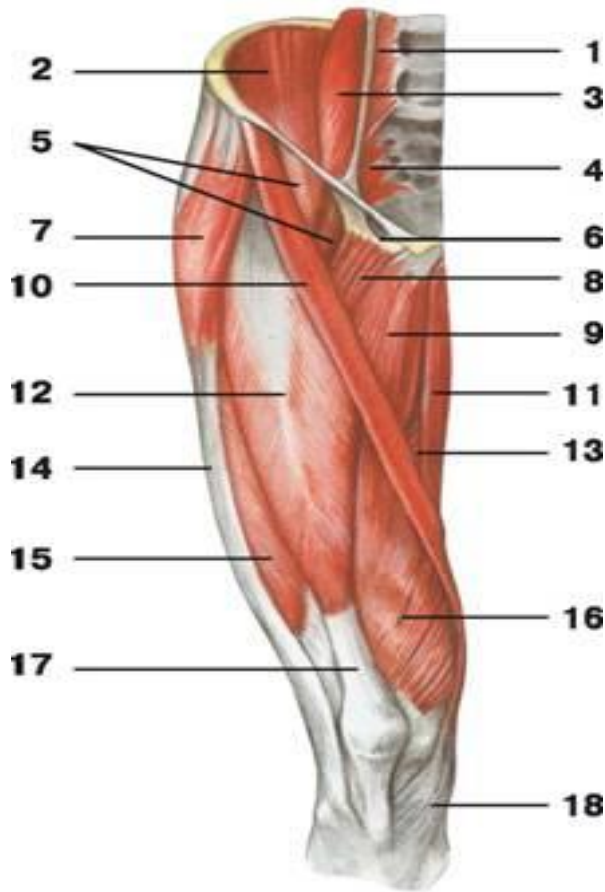


Рис. 37

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.

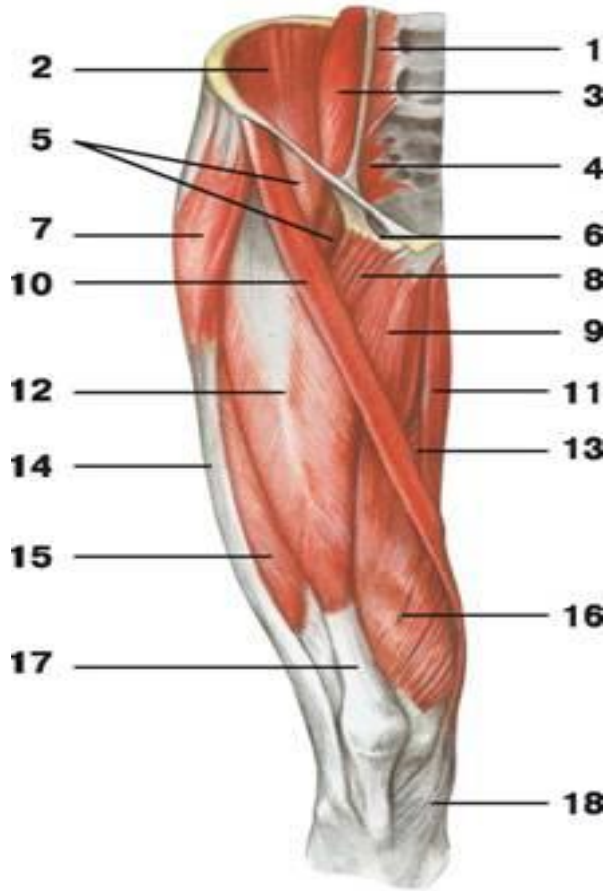
Гребенчатая мышца, *m. pectineus*, начинается от верхней ветви лобковой кости; прикрепляется к верхней части медиальной губы шероховатой линии.

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.

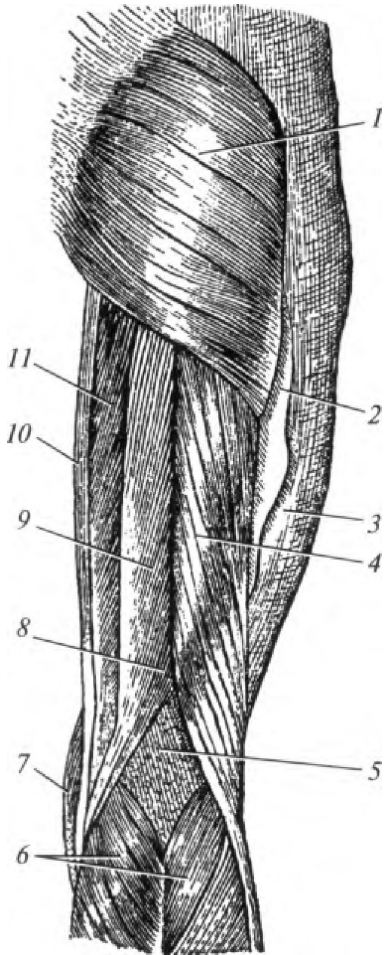
Функция: приводит бедро.

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.

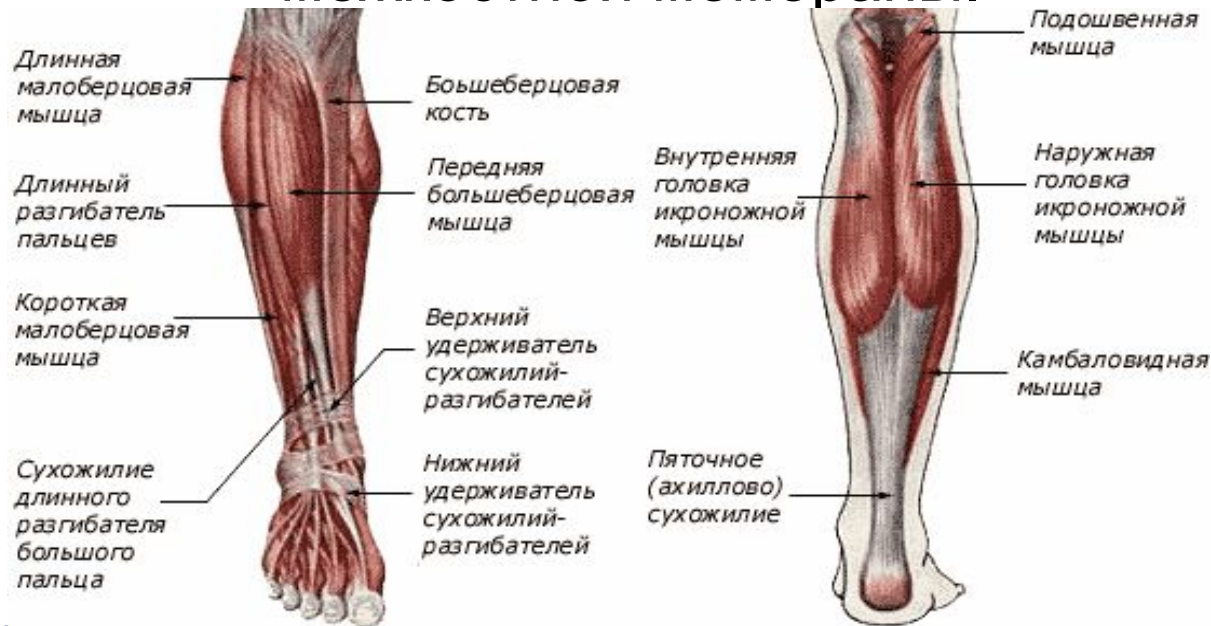
Мышцы голени. Передняя группа мышц голени. Мышцы этой группы расположены спереди от межкостной мембраны.



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).

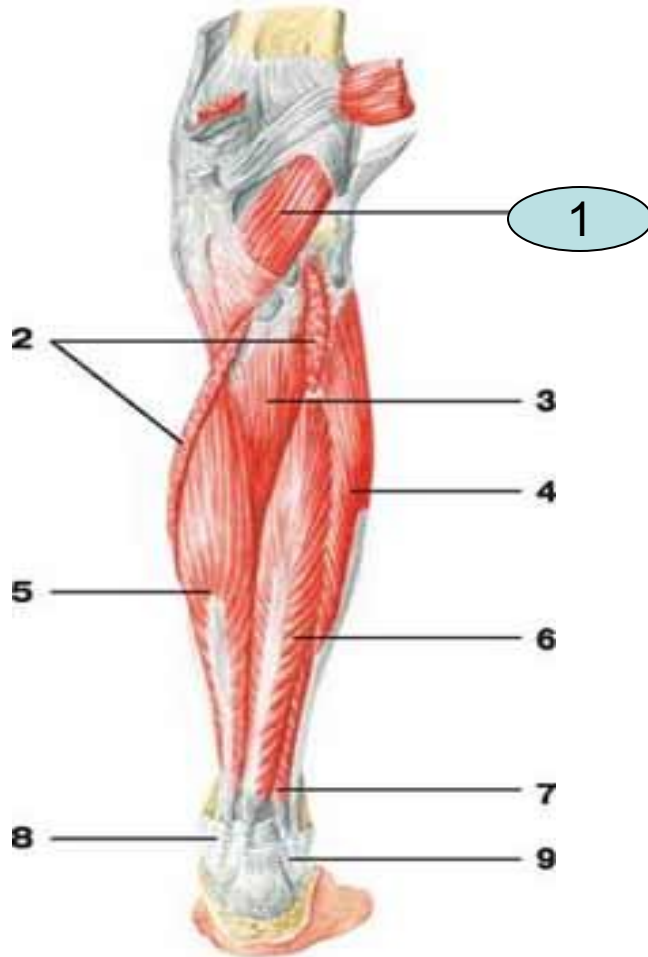
Мышцы голени. Задняя группа мышц голени.



Подшвенная 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.



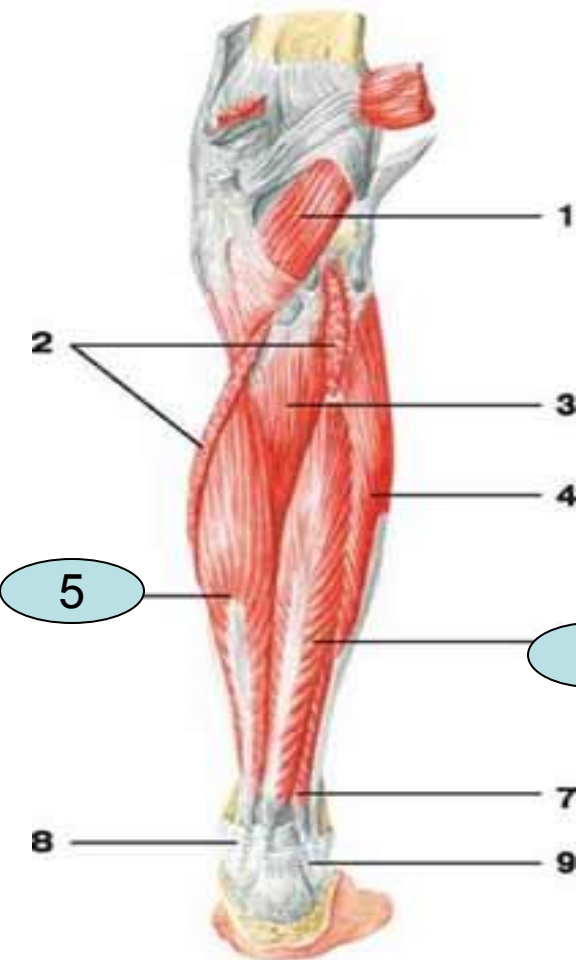
Подколенная мышца, *m. popliteus*, лежит в области коленного сустава, начинается от латерального надмыщелка бедренной кости, прикрепляется к задней поверхности проксимального эпифиза большеберцовой кости.

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.

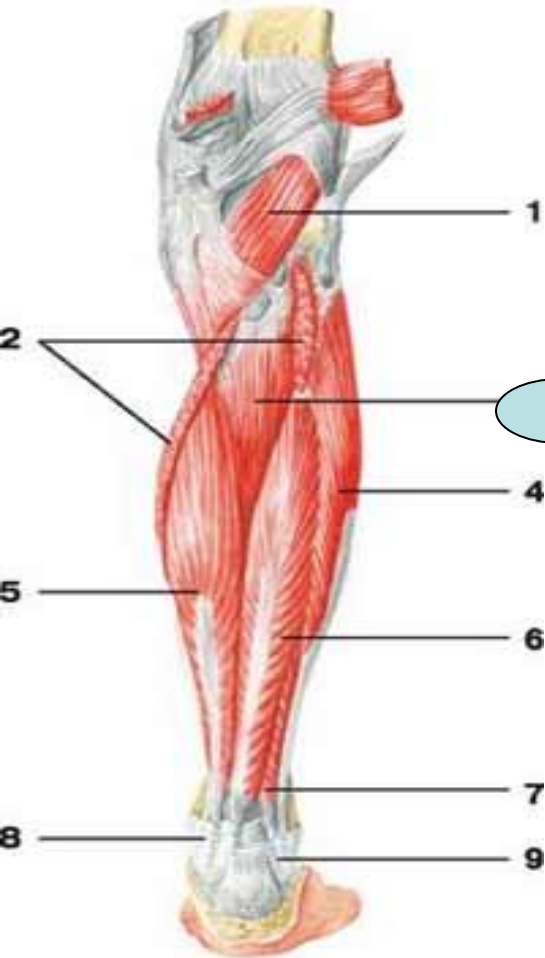
Длинный сгибатель большого пальца стопы, *m. flexor hallucis longus*, расположен наиболее латерально. Мышца начинается от двух нижних третей малоберцовой кости. Ее сухожилие выходит на подошву и прикрепляется к дистальной фаланге большого пальца.

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.