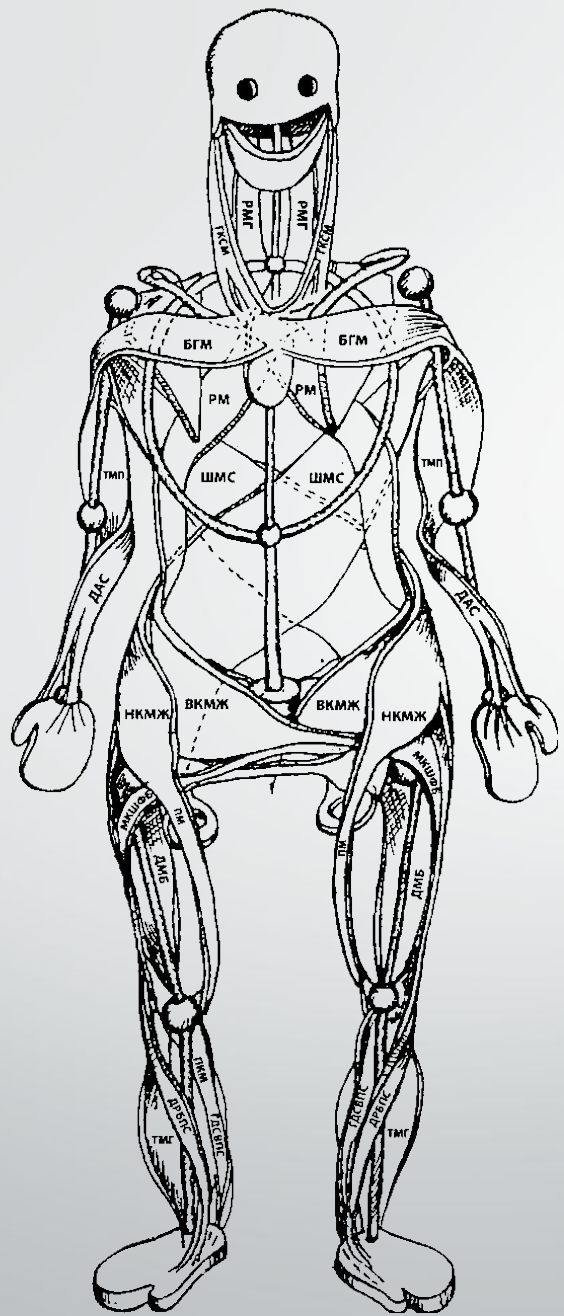


Анатомические и функциональные цепи

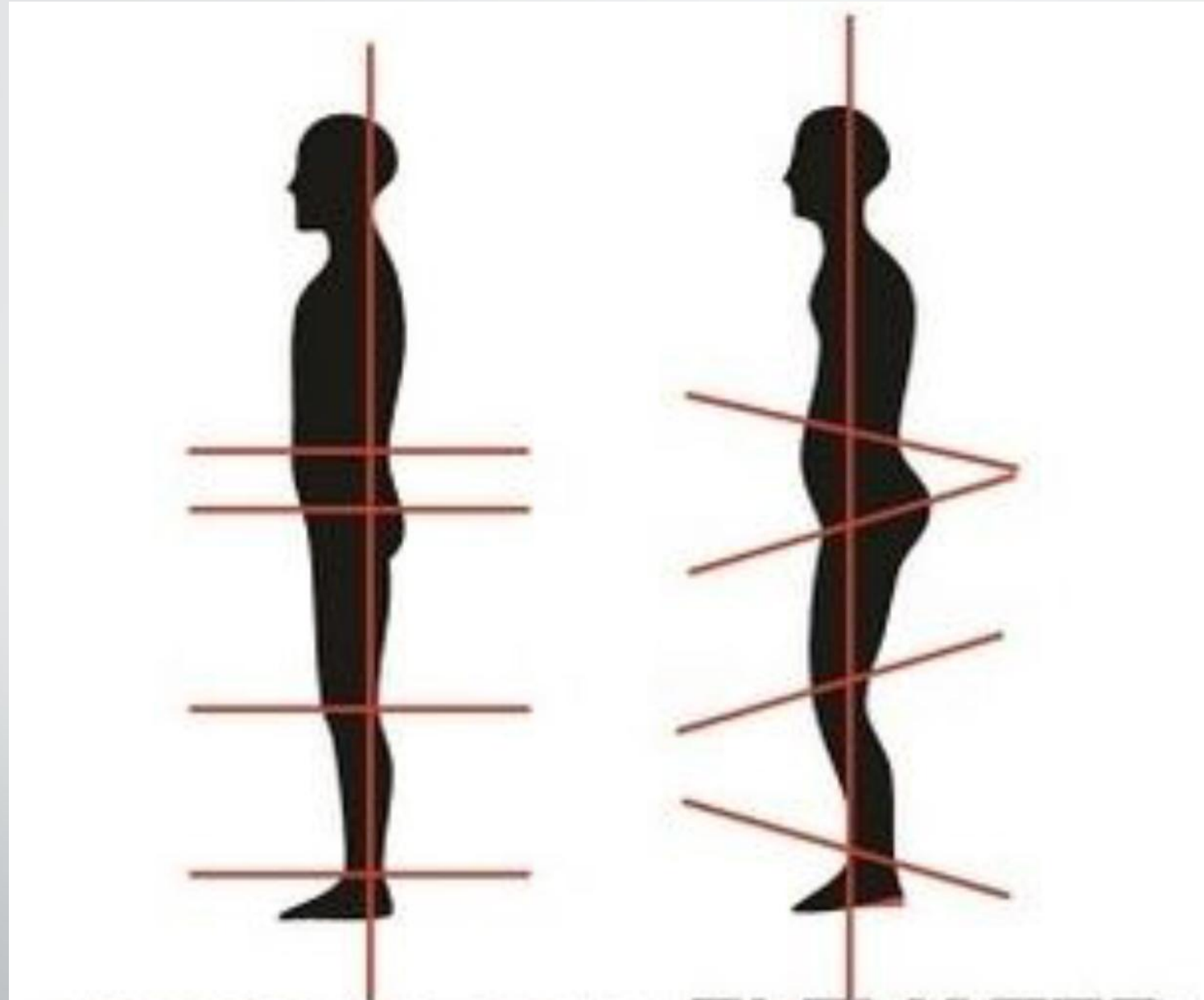
Смирнов К А



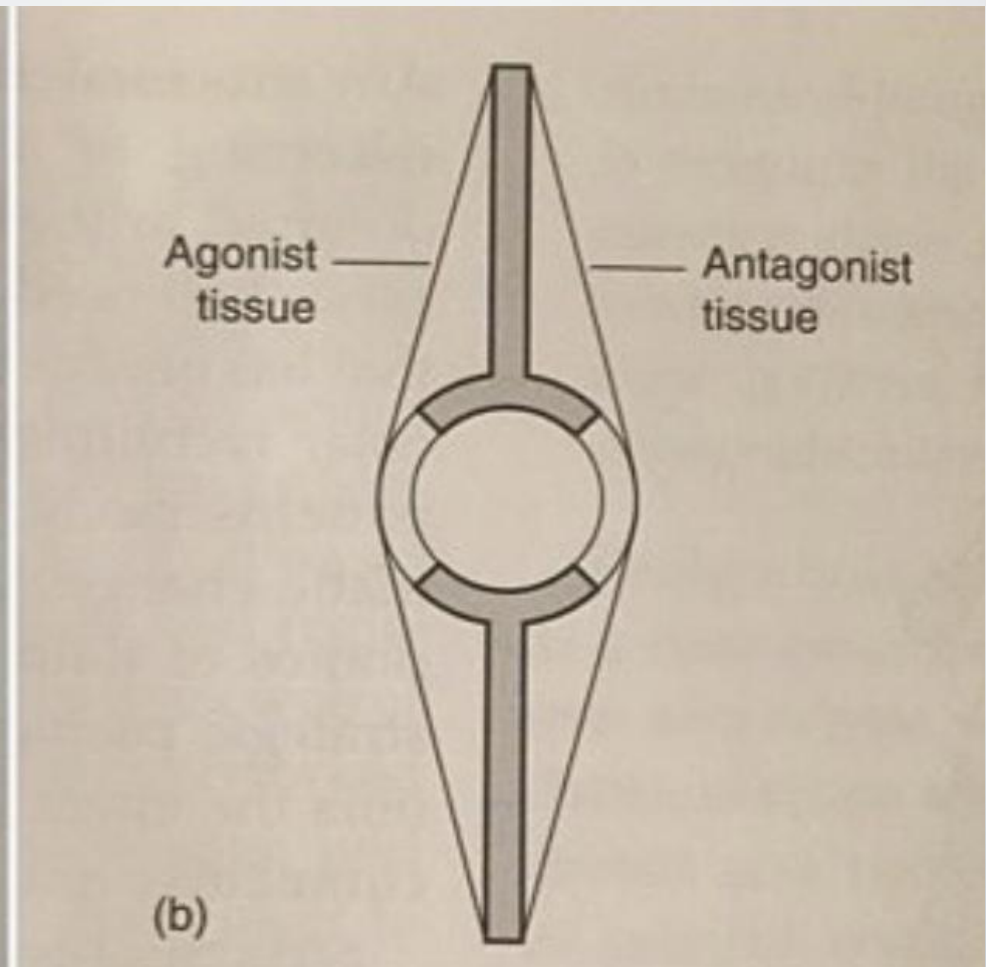
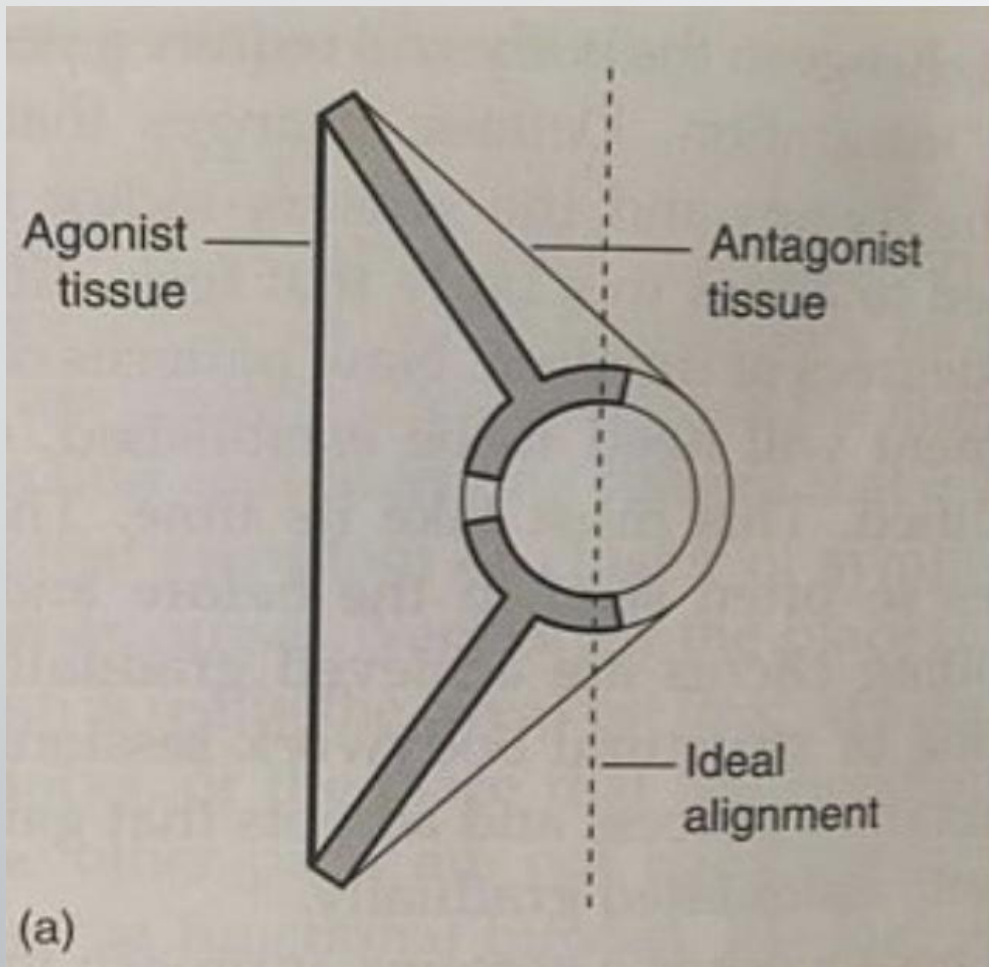
A



B





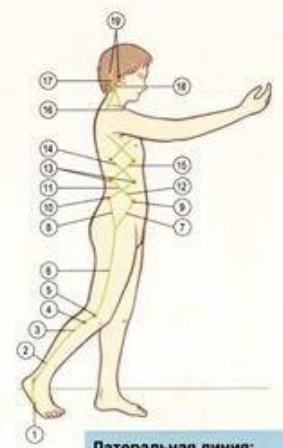




**Поверхностная фронтальная линия:
миофасциальные "рельсы" и костные "станции"**

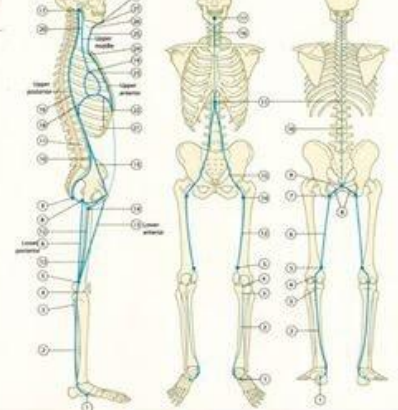
Костные станции	Миофасциальные пути
	15 Фасция волосистой части кожи головы
Сосцевидный отросток 14	13 Грудно-ключично-сосцевидная мышца
Ручейка грудины 12	11 Грудная мышца / грудно-хрящевая фасция
Пятое ребро 10	9 Прямая мышца живота
Локтевой бугорок 8	6 Прямая мышца бедра / четырехглавая мышца
Передняя нижняя подвздошная ость (АИС) 7	4 Поднадколенниковое сухожилие
Надколенник 5	2 Короткий и длинный сгибатели или разгибатели пальцев стоп,
Большеберцовая бугристость 3	





**Латеральная линия:
миофасциальные "рельсы" и костные "станции"**

Костные станции	Миофасциальные пути
Затылочный гребень/сосцевидный отросток	19
I и II ребра	17, 18 Ременная мышца головы/грудино-ключично-сосцевидная мышца
Ребра 13	14, 15 Наружная и внутренняя межреберные мышцы
Подвздошный гребень, передняя верхняя подвздошная ось (ASIS), задняя верхняя подвздошная ось (PSIS)	11, 12 Латеральные косые мышцы живота
Латеральный мыщелок 5 большеберцовой кости	8 Верхние волокна большой ягодичной мышцы 7 Напрягатель широкой фасции 6 Подвздошно-большеберцовый тракт/отводящие мышцы 4 Передняя связка головки малоберцовой кости



Глубинная фронтальная линия: миофасциальные "рельсы" и костные "станции"

Костные станции	Миофасциальные пути
Самые нижние общие ориентиры	
Подушечная сторона предплюсневых 1 костей, подушечная поверхность пальцев стопы	2 Задняя большеберцовая мышца, длинные сгибатели пальцев стопы
Верхняя задняя часть большеберцовой и 3 малоберцовой костей	4 Фасция подошвенной мышцы, капсула коленного сустава
Медиальный надмыщелок бедренной кости 5	
Самые нижние задние ориентиры	
Медиальный надмыщелок бедренной кости 5	6 Задняя межмышечная перегородка, большая и малая приводящие мышцы
Ветвь седалищной кости 7	8 Фасция тазового дна, мышца, поднимающая задний проход, фасция внутренней запирающей мышцы
Котчик 9	10 Передняя фасция крестца и передняя продольная связка
Тела поясничных позвонков 11	
Нижние передние ориентиры	
Медиальный надмыщелок бедренной кости 5	13 Передняя межмышечная перегородка, короткая и длинная приводящие мышцы
Широковатая линия бедренной кости 12	15 Поясничная, подзадощная и гребенчатая мышцы, бедренный треугольник
Малый вертел бедренной кости 14	
Тела и поперечные отростки поясничных 11 позвонков	16 Передняя продольная связка, длинная мышца шеи и головы
Верхние задние ориентиры	
Тела поясничных позвонков 11	18 Задняя часть диафрагмы, ножки диафрагмы, центральное сухожилие
Базиллярная часть затылочной кости 17	19 Перикард, средостение, паритетальная плевра
Верхние средние ориентиры	
Тела поясничных позвонков 11	20 Предпозвоночная фасция, глоточная ветвь, лестничные мышцы, медиальная лестничная фасция
Базиллярная часть затылочной кости, 17 поперечные отростки шейных позвонков	
Верхние передние ориентиры	
Тела поясничных позвонков 11	21 Передняя часть диафрагмы
Задняя сторона подберцовых хрящей, 22 мечевидный отросток	23 Внутригрудная фасция, поперечная грудная мышца
Задняя часть рукоятки грудины 24	25 Подподмышечные мышцы, претрахеальная фасция
Подъязычная кость 26	27 Надподмышечные мышцы
Нижняя челюсть 28	



