

# МЫШЦЫ



# Мышцы туловища



**Мышцы  
спины**



**Мышцы  
груди**



**Мышцы живота**

# Мышцы спины



## Поверхностные:

- Трапециевидная мышца;
- Широчайшая мышца;
- Мышца поднимающая лопатку;
- Малая и большая ромбовидные мышцы;
- Верхняя и нижняя задняя зубчатые мышцы.

## Глубокие:

- Ременная мышца головы и шеи;
- Верхняя и нижняя косые мышцы головы;
- Мышца, выпрямляющая позвоночник.

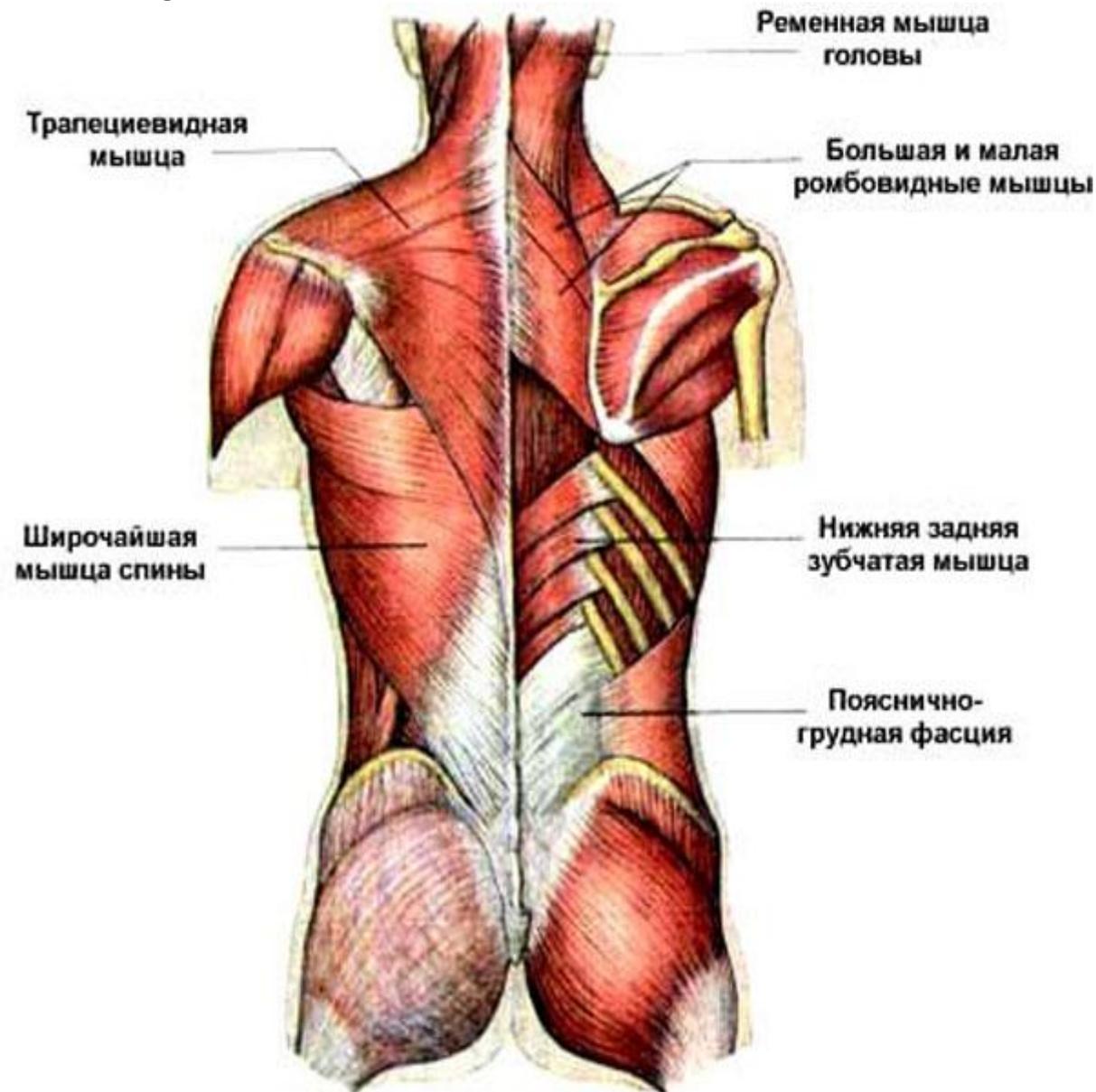
## Поверхностные мышцы спины

прикрепляются к костям плечевого пояса и плечевой кости. Располагаются в 2 слоя.

**1 слой**- образует трапециевидная мышца и широчайшая мышца спины;

**2 слой**- большая и малая ромбовидные мышцы, мышца поднимающая лопатку, верхняя и нижняя зубчатые мышцы.

# Трапециевидная мышца – musculus trapezius

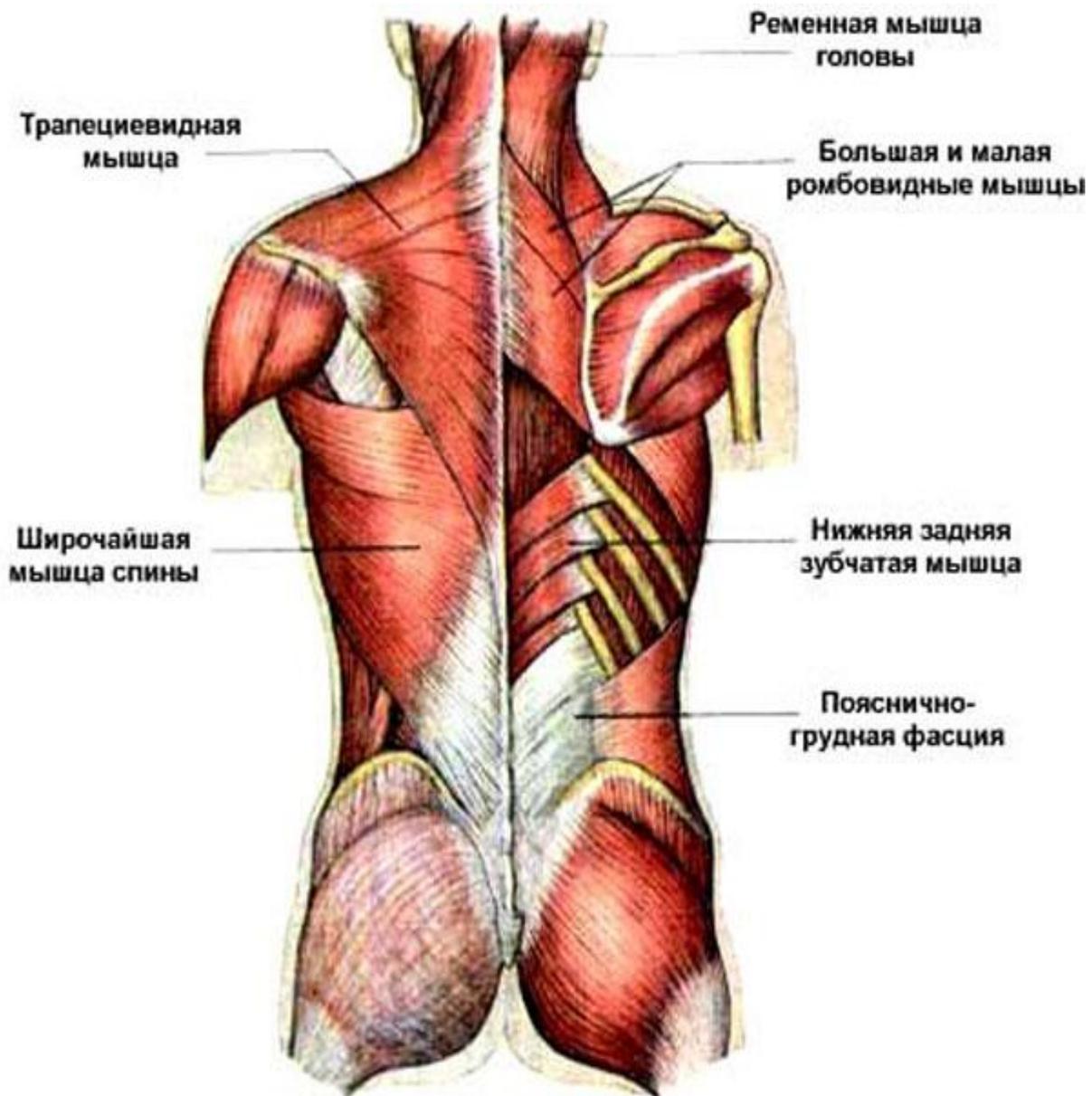


**Начало:** наружный затылочный выступ и верхняя выйная линия затылочной кости, выйная связка, остистые отростки VII шейного и всех грудных позвонков.

**Прикрепление:** акромиальный конец ключицы, акромион, ость лопатки.

**Функции:** приближает лопатку к позвоночнику, вращает лопатку вокруг сагиттальной оси; наклоняет голову назад, разгибает шейную часть позвоночника

# Широчайшая мышца спины – m. latissimus dorsi

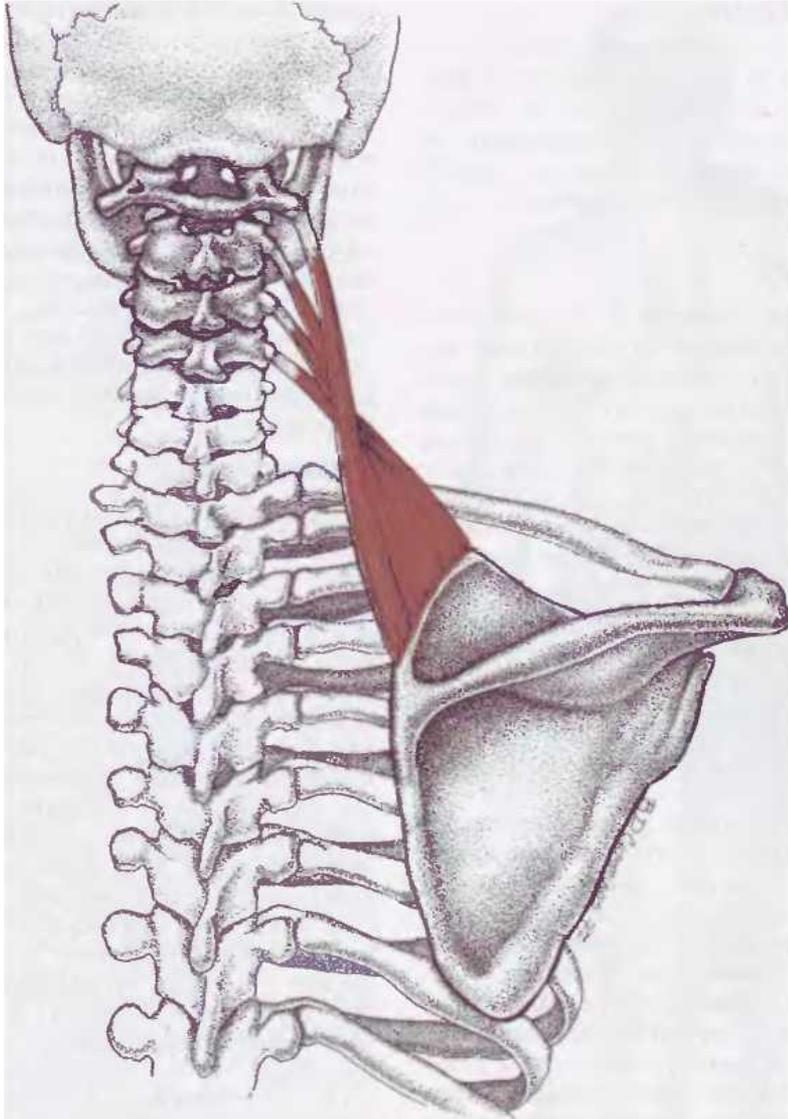


**Начало:** остистые отростки шести нижних грудных и всех поясничных позвонков, дорсальная поверхность крестца, наружная губа подвздошного гребня; IX-XII ребра.

**Прикрепление:** гребень малого бугорка плечевой кости.

**Функции:** приводит плечо, тянет его кзади, поворачивает кнутри. При фиксированных руках подтягивает к ним туловище.

## Мышца, поднимающая лопатку – m. Levator scapulae

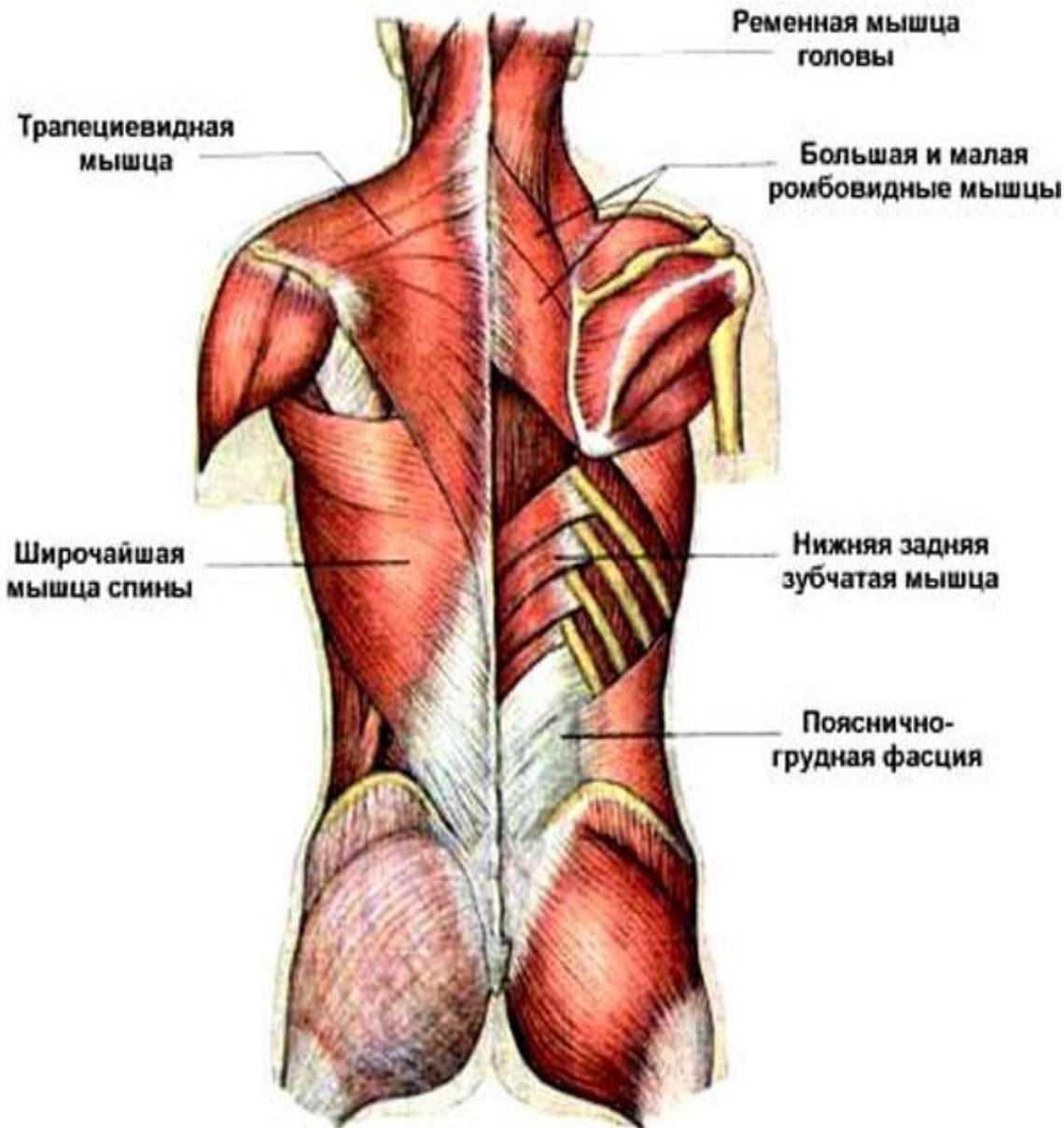


**Начало:** поперечные отростки четырех верхних шейных позвонков.

**Прикрепление:** верхний угол лопатки.

**Функции:** поднимает верхний угол лопатки и тянет ее в медиальном направлении.

# Малая и большая ромбовидные мышцы m.rhomboidei minor et major



## Малая ромбовидная мышца.

**Начало:** остистые отростки двух нижних шейных позвонков.

**Прикрепление:** медиальный край лопатки выше ее ости.

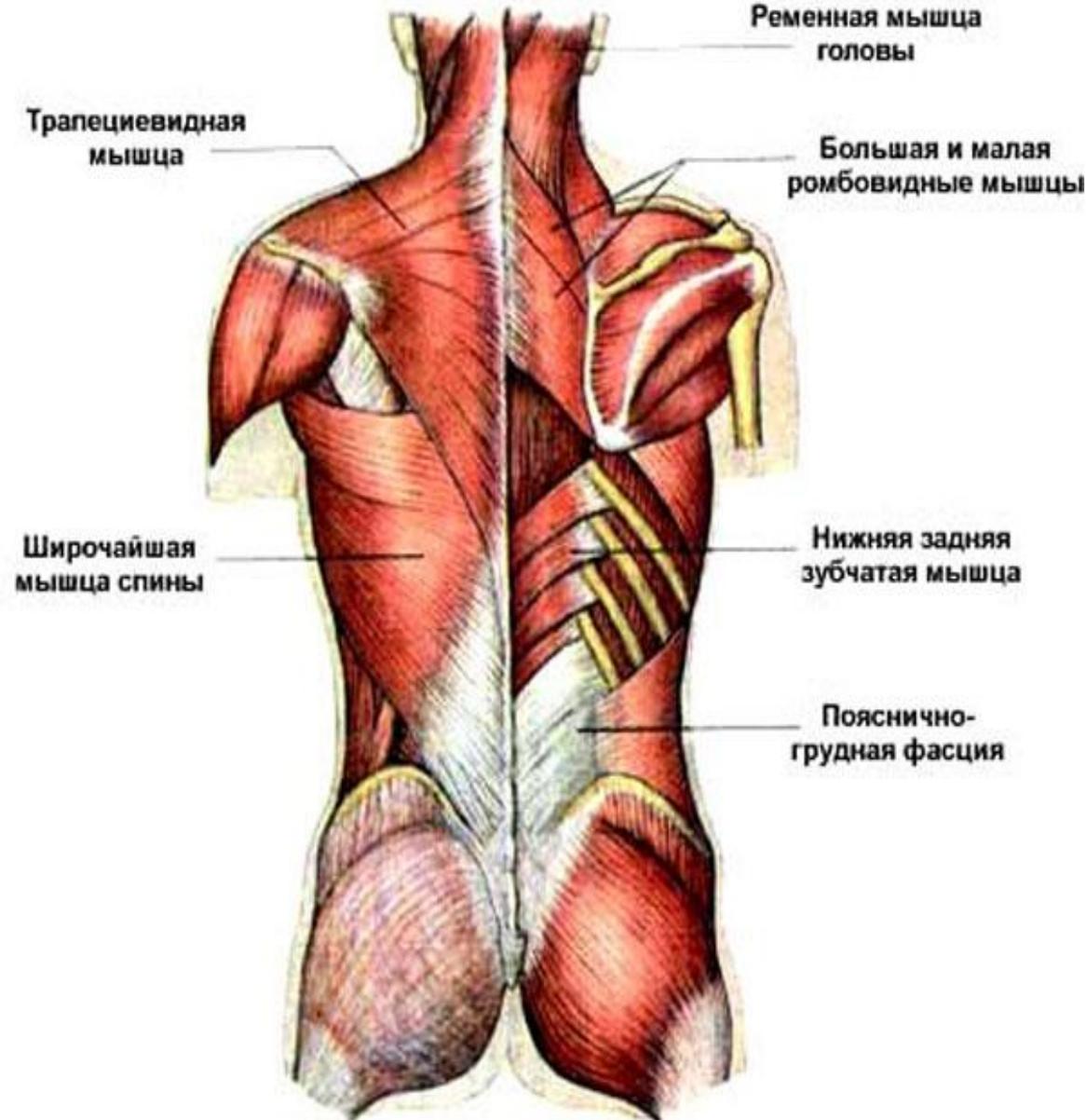
## Большая ромбовидная мышца.

**Начало:** остистые отростки I-V грудных позвонков.

**Прикрепление:** медиальный край лопатки ниже ее ости.

**Функции:** тянет лопатку к позвоночному столбу и вверх, прижимает лопатку к грудной клетке.

# Верхняя задняя зубчатая мышца – m. serratus posterior superior



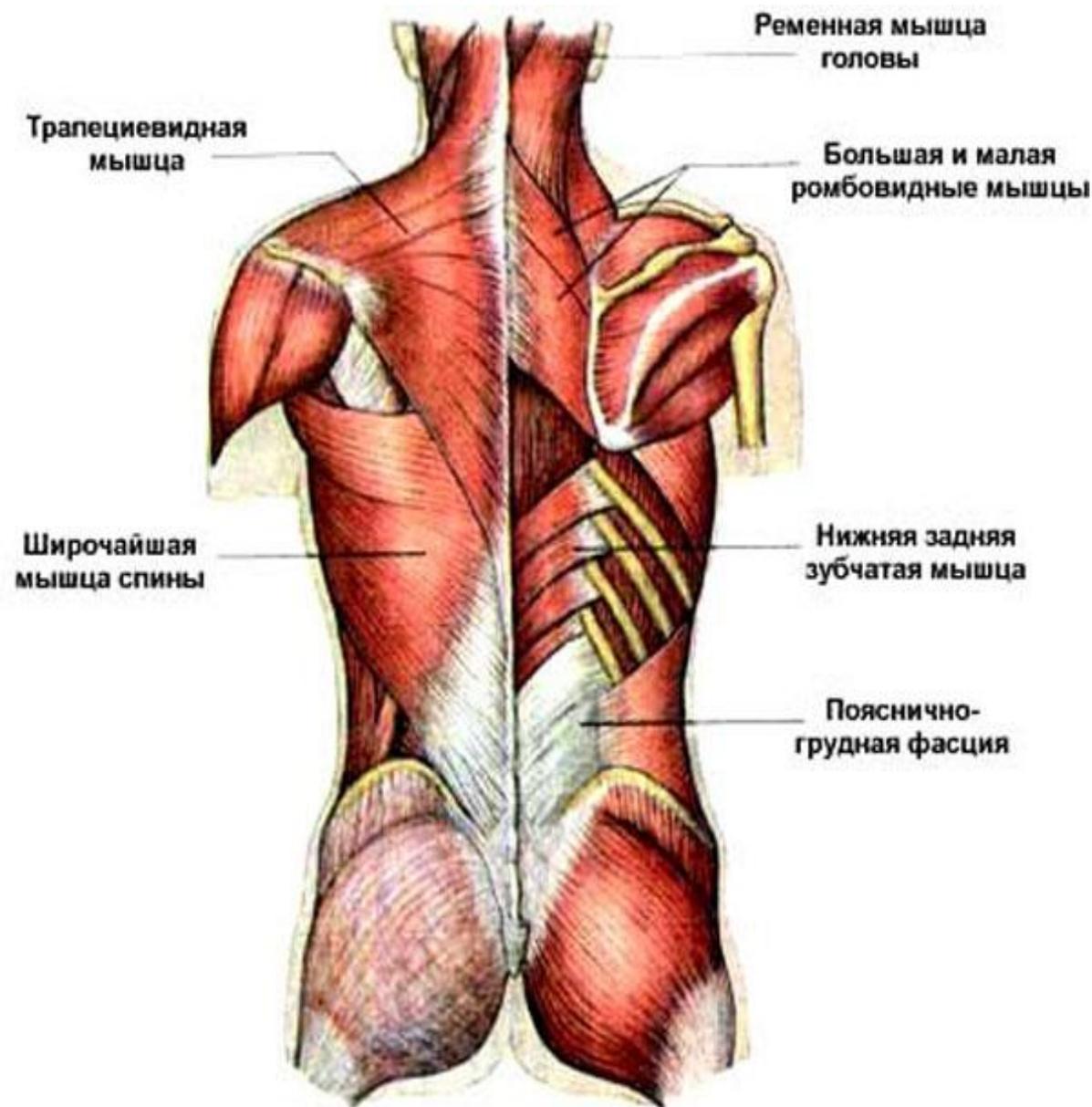
Лежит под ромбовидными мышцами.

**Начало:** остистые отростки VI-VII шейных и I-II грудных позвонков.

**Прикрепление:** II-V ребра, снаружи от углов.

**Функции:** поднимает II-V ребра, участвует в акте вдоха.

# Нижняя задняя зубчатая мышца – m. serratus posterior inferior



Лежит впереди широчайшей мышцы спины.

**Начало:** остистые отростки XI-XII грудных и I-II поясничных позвонков.

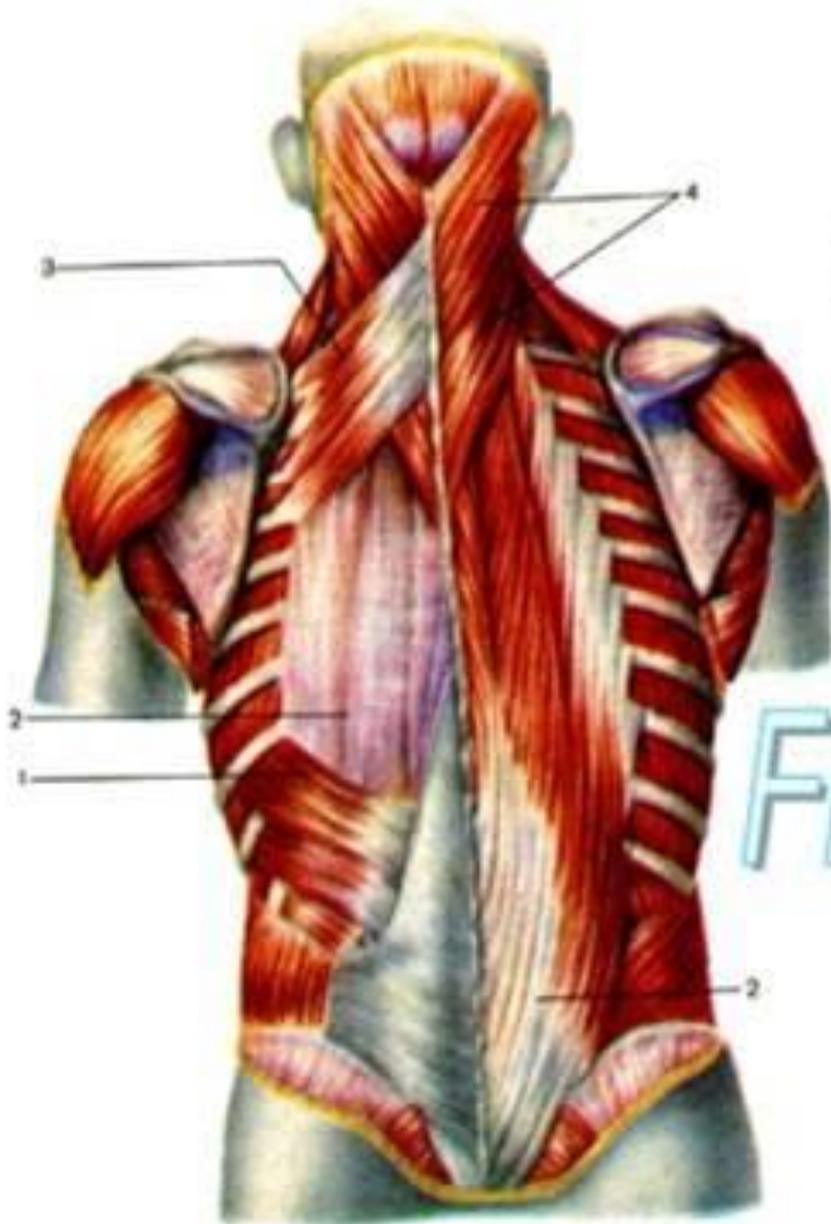
**Прикрепление:** нижние края IX-XII ребер.

**Функции:** опускает XI-XII ребра, участвует в акте выдоха.

# Глубокие мышцы спины образуют 3 слоя:

- Поверхностный - представлен ременной мышцей головы и шеи, мышцей, выпрямляющей позвоночник;
- Средний слой- образует поперечно остистая мышца;
- Глубокий слой- образует межостистые, межпоперечные и подзатылочные мышцы.

## Ременная мышца головы – m. splenius capitis



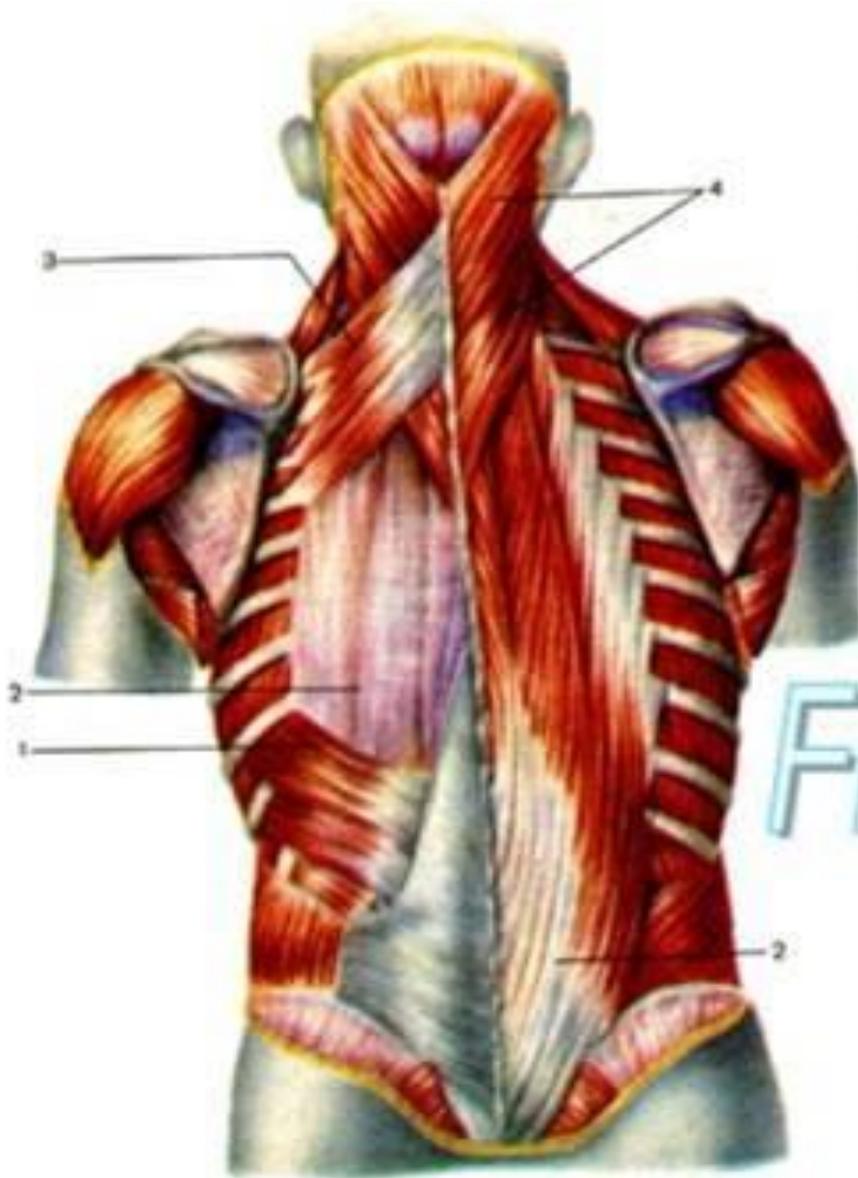
Располагается кпереди от верхней части грудино-ключично-сосцевидной и трапециевидной мышц.

**Начало:** нижняя часть выйной связки, остистые отростки VII шейного и верхних 3-4 грудных позвонков.

**Прикрепление:** верхняя выйная линия, сосцевидный отросток височной кости.

**Функции:** поворачивает и наклоняет голову в свою сторону

## Ременная мышца шеи- m. splenius cervicis

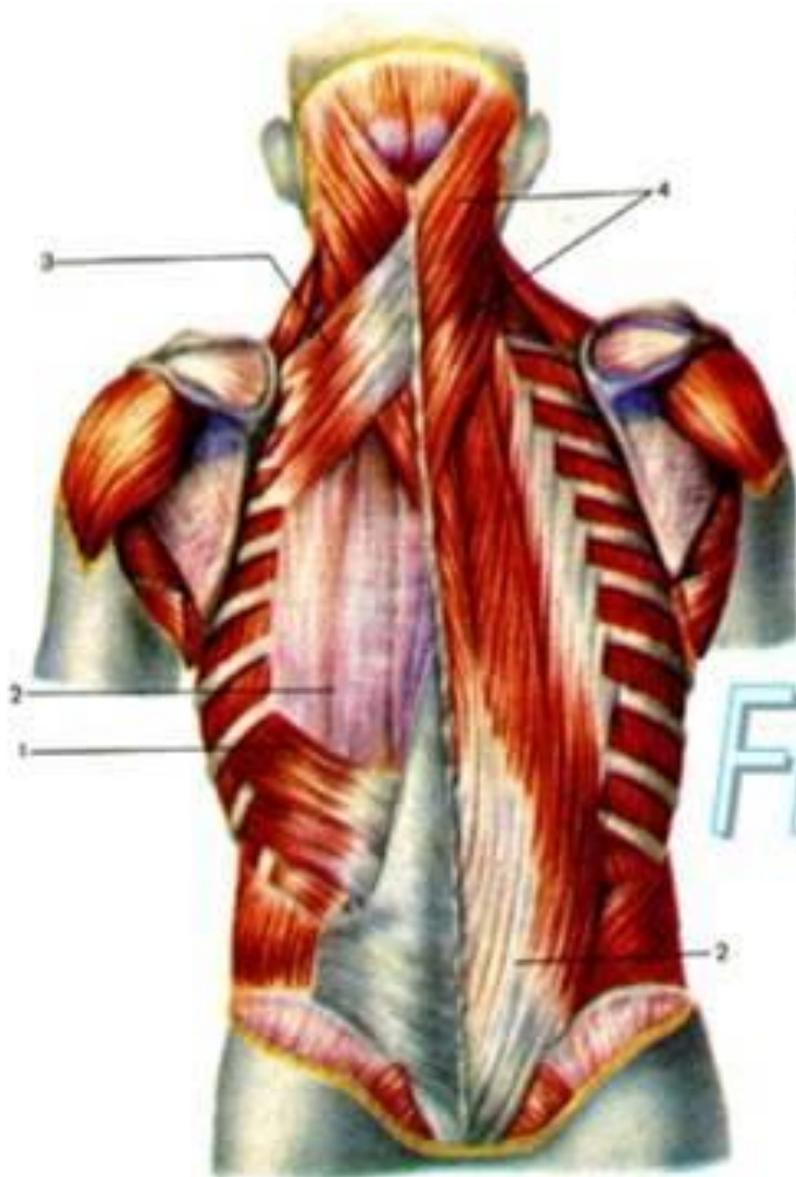


**Начало:** остистые отростки III-IV грудных позвонков.

**Прикрепление:** поперечные отростки – 2-3 верхних шейных позвонков.

**Функции:** поворачивает шейную часть позвоночника в свою сторону. При двустороннем сокращении разгибает шейную часть позвоночника.

## Мышца, выпрямляющая позвоночник- m. erector

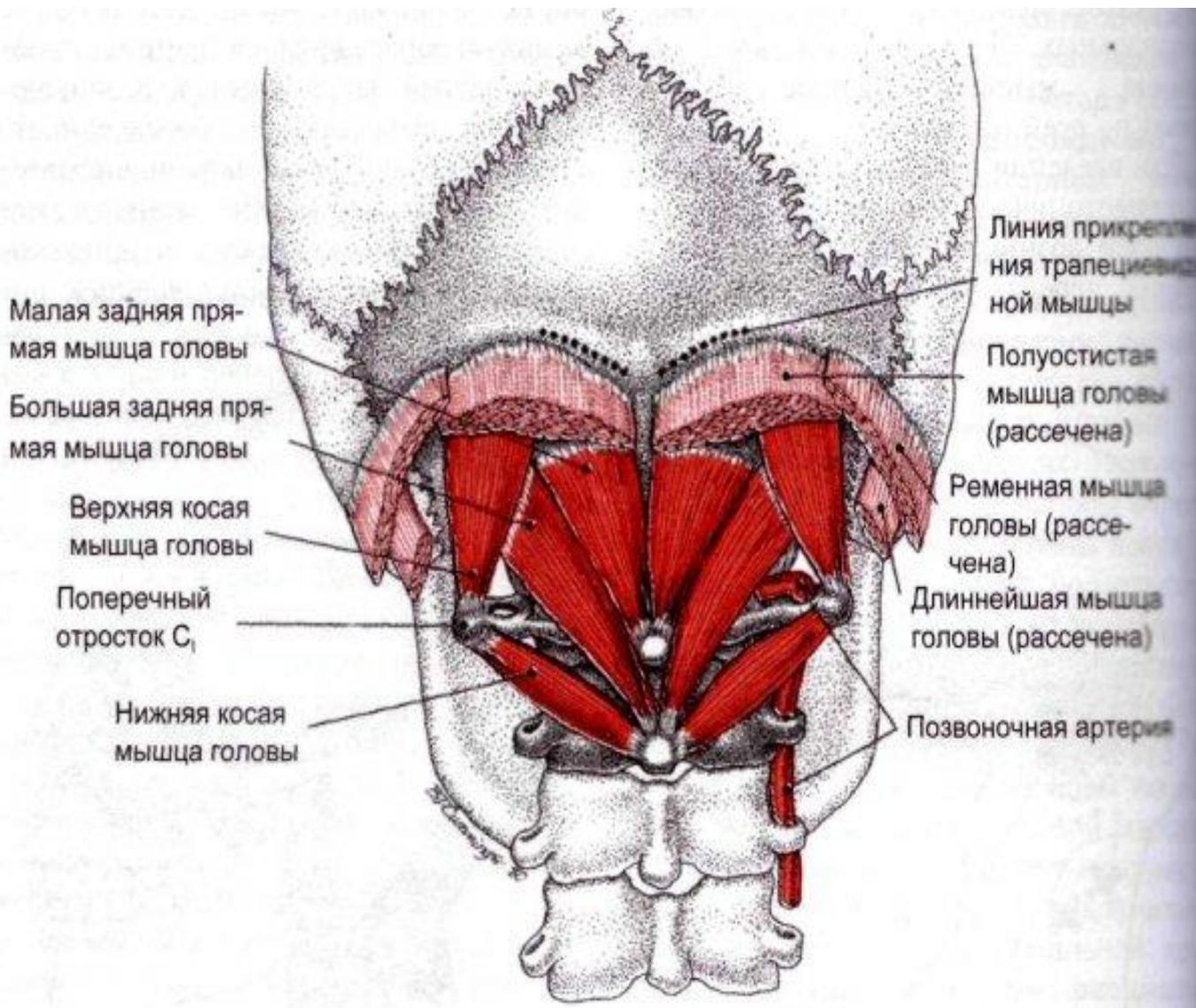


Залегают кпереди от трапециевидной, ромбовидных, задних зубчатых мышц, широчайшей мышцы спины.

**Начало:** дорсальная поверхность крестца и наружная губа подвздошного гребня, остистые отростки поясничных и нижних грудных позвонков, пояснично-грудная фасция.

**Функции:** удерживает тело в вертикальном положении, разгибает позвоночник.

# Нижняя косая мышца головы – m. obliquus capitis inferior

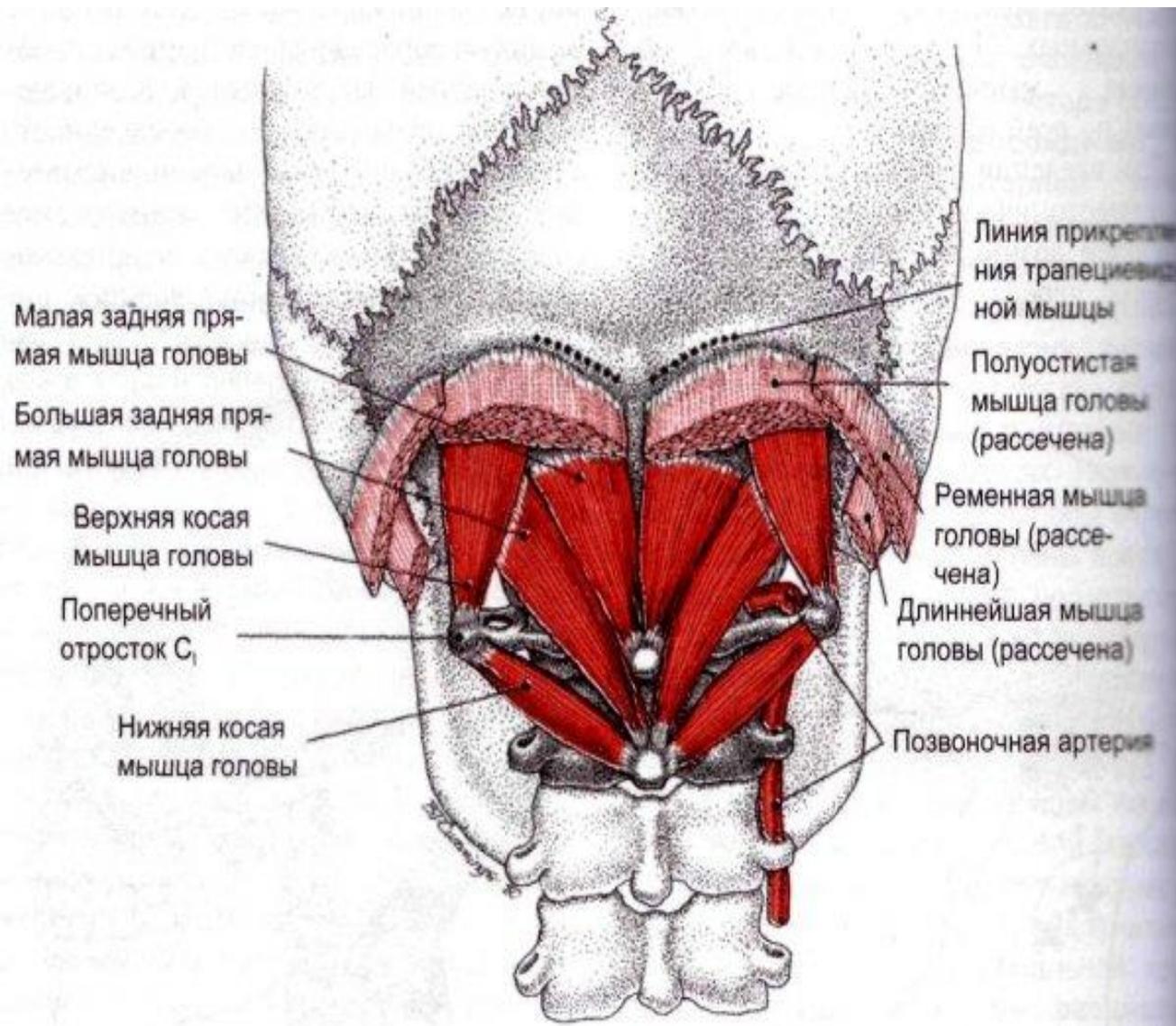


**Начало:** остистый отросток II шейного позвонка.

**Прикрепление:** поперечный отросток I шейного позвонка.

**Функции:** поворачивает голову в свою сторону.

# Верхняя косая мышца головы - m. obliquus capitis superior



**Начало:** поперечный отросток I шейного позвонка.

**Прикрепление:** затылочная кость под нижней выйной линией.

**Функции:** наклоняет голову кзади (при двустороннем сокращении), при одностороннем сокращении наклоняет голову в свою сторону.

# Мышцы груди



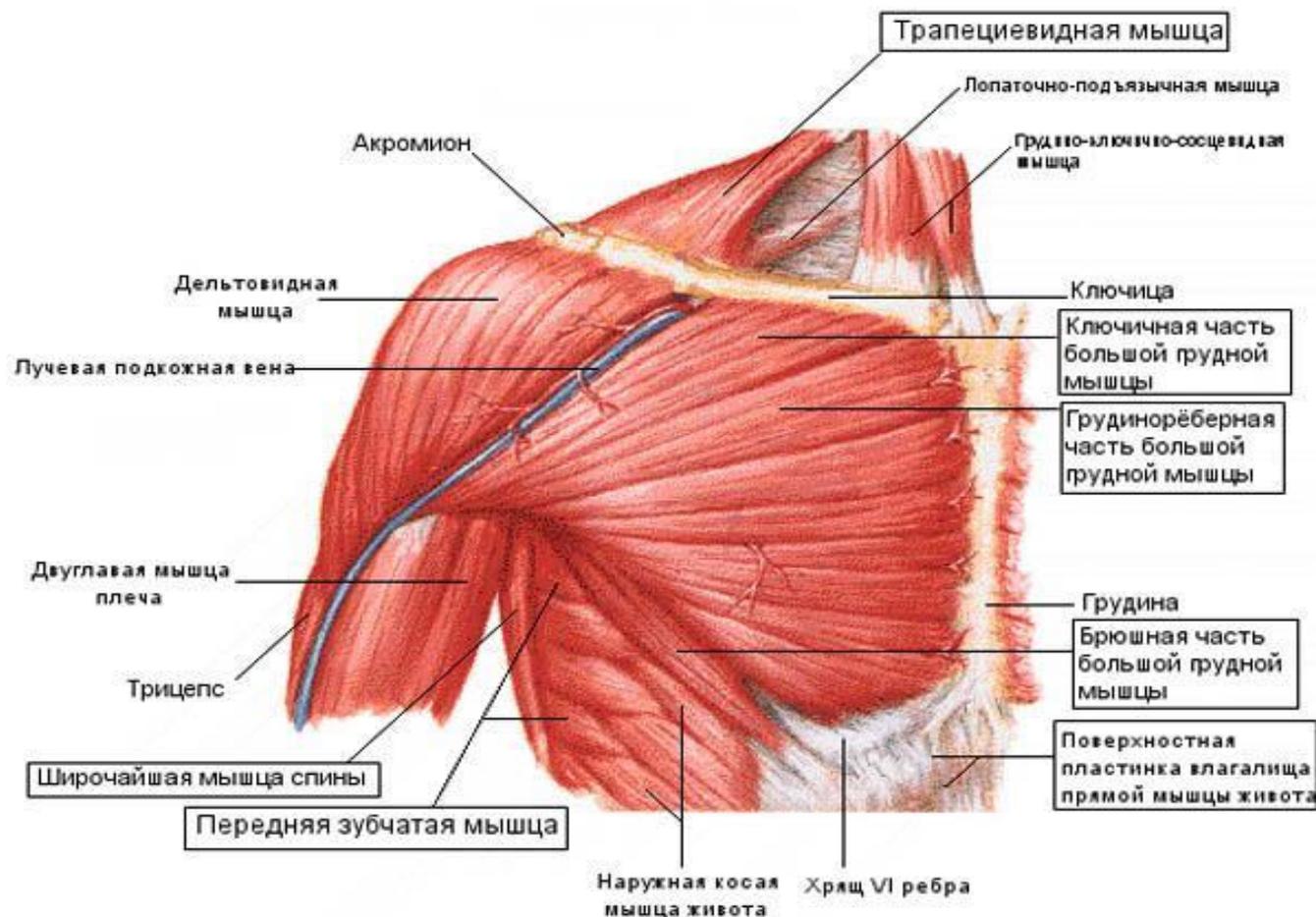
## Поверхностные:

- Большая грудная мышца;
- Передняя зубчатая мышца.

## Глубокие:

- Поперечная мышца груди;
- Наружные и внутренние межреберные мышцы;
- диафрагма

# Большая грудная мышца- m. pectoralis major



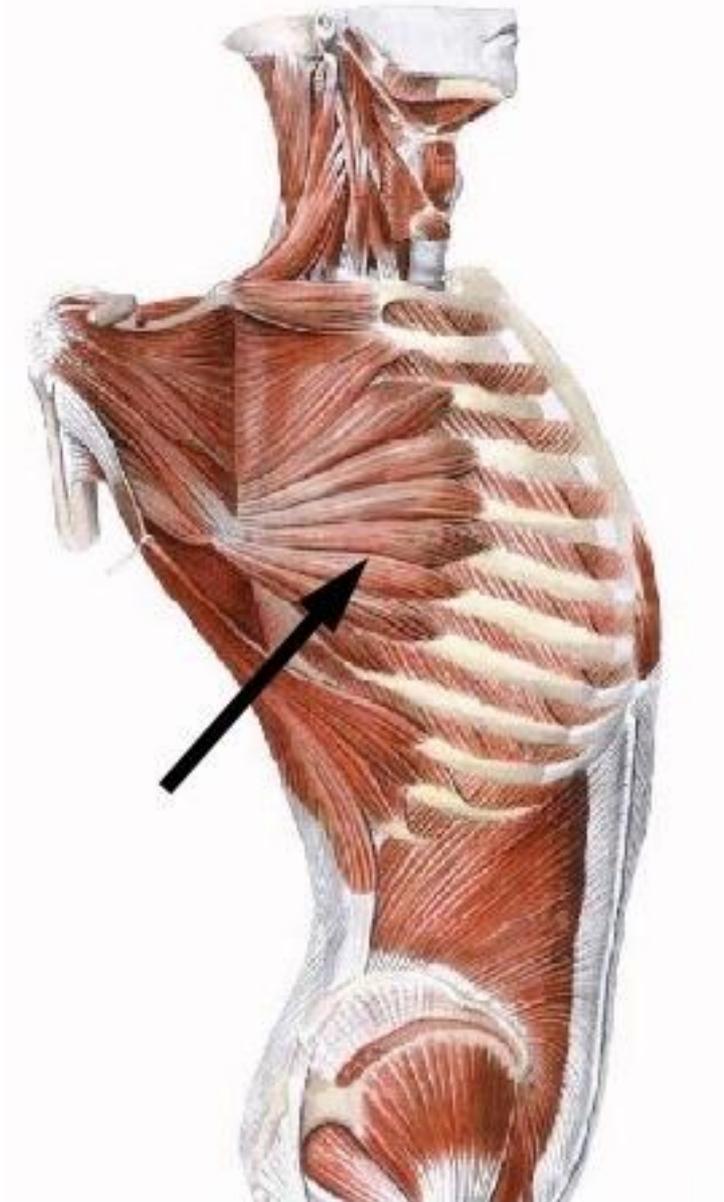
**Начало** : ключица, грудина, верхние шесть рёбер.

**Прикрепление** : плечевая кость.

**Функция:**  
приводит плечо к туловищу, опускает поднятое плечо.

Прификсированных верхних конечностях приподнимает ребра, участвует в акте вдоха

# Передняя зубчатая мышца- m. serratus anterior

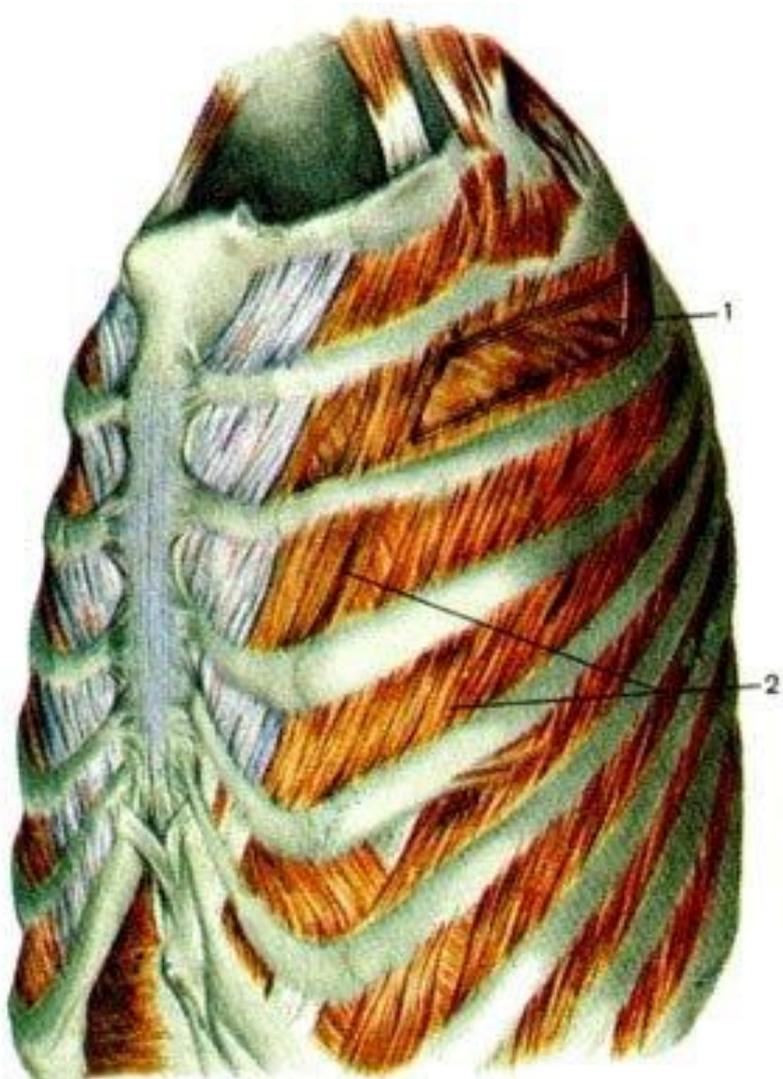


**Начало:** верхние восемь-девять рёбер.

**Прикрепление:** медиальный край и нижний угол лопатки.

**Функция:** тянет лопатку вперёд и латерально; при фиксированной лопатке поднимает рёбра, способствуя акту вдоха.

## Наружные межреберные мышцы – mm. intercostales externi

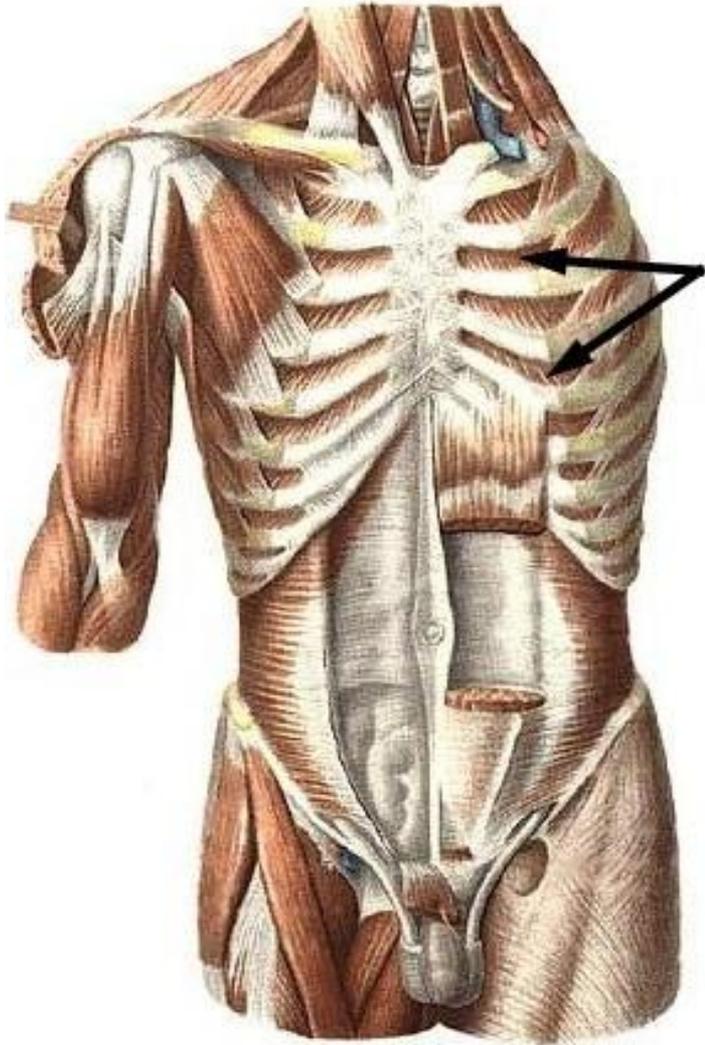


**Начало:** нижний край  
вышележащего ребра.

**Прикрепление:**  
верхний край  
нижележащего ребра.

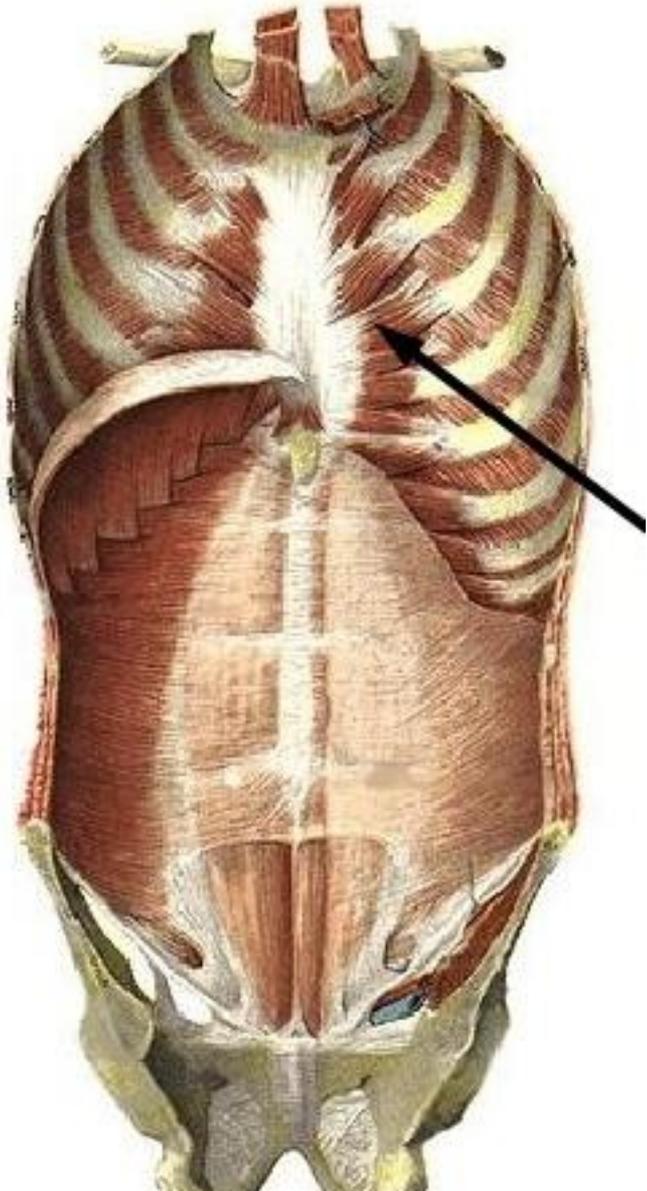
**Функция:** поднимают  
рёбра, обеспечивая  
вдох.

## Внутренние межреберные мышцы – mm. intercostales interni



Располагаются под наружными межрёберными мышцами.  
**Начало** : верхний край нижележащих ребер.  
**Прикрепление** : нижний край вышележащих ребер.  
Функция : опускают рёбра, обеспечивая выдох.

# Поперечная мышца груди – m. transversus thoracis



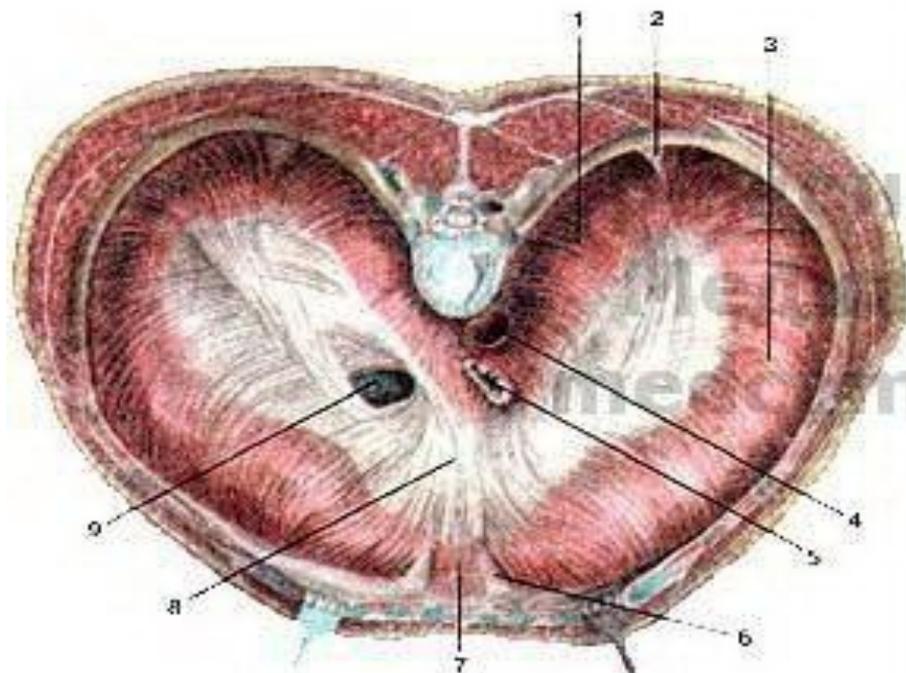
Располагается на внутренней поверхности передней стенки грудной полости.

**Начало** : мечевидный отросток и край нижней части тела.

**Прикрепление** : хрящи II-VI рёбер.

**Функция** : опускает рёбра.

# Диафрагма- m. diaphragma, phrenicus



Диафрагма (diaphragma).

Вид сверху.

- 1-поясничная часть диафрагмы;
- 2-пояснично-реберный треугольник;
- 3-реберная часть диафрагмы;
- 4-аорта (аортальное отверстие);
- 5-пищевод (пищеводное отверстие);
- 6-грудино-реберный треугольник;
- 7-грудинная часть диафрагмы;
- 8-сухожильный центр диафрагмы;
- 9-нижняя полая вена (отверстие нижней полой вены).

Располагается на границе между грудной и брюшной полостями. Имеет куполообразную форму. Мышечные пучки начинаются на нижних рёбрах, задней поверхности грудины, I-IV поясничных позвонках и сходятся к середине диафрагмы в сухожильный центр.

**Функция** : является основной дыхательной мышцей; при сокращении её купол уплощается, увеличивая объём грудной полости и обеспечивая вдох (вид сверху)

# Мышцы живота



## **Мышцы боковых стенок живота:**

- Наружная косая мышца живота;
- Внутренняя косая мышца;
- Поперечная мышца живота.

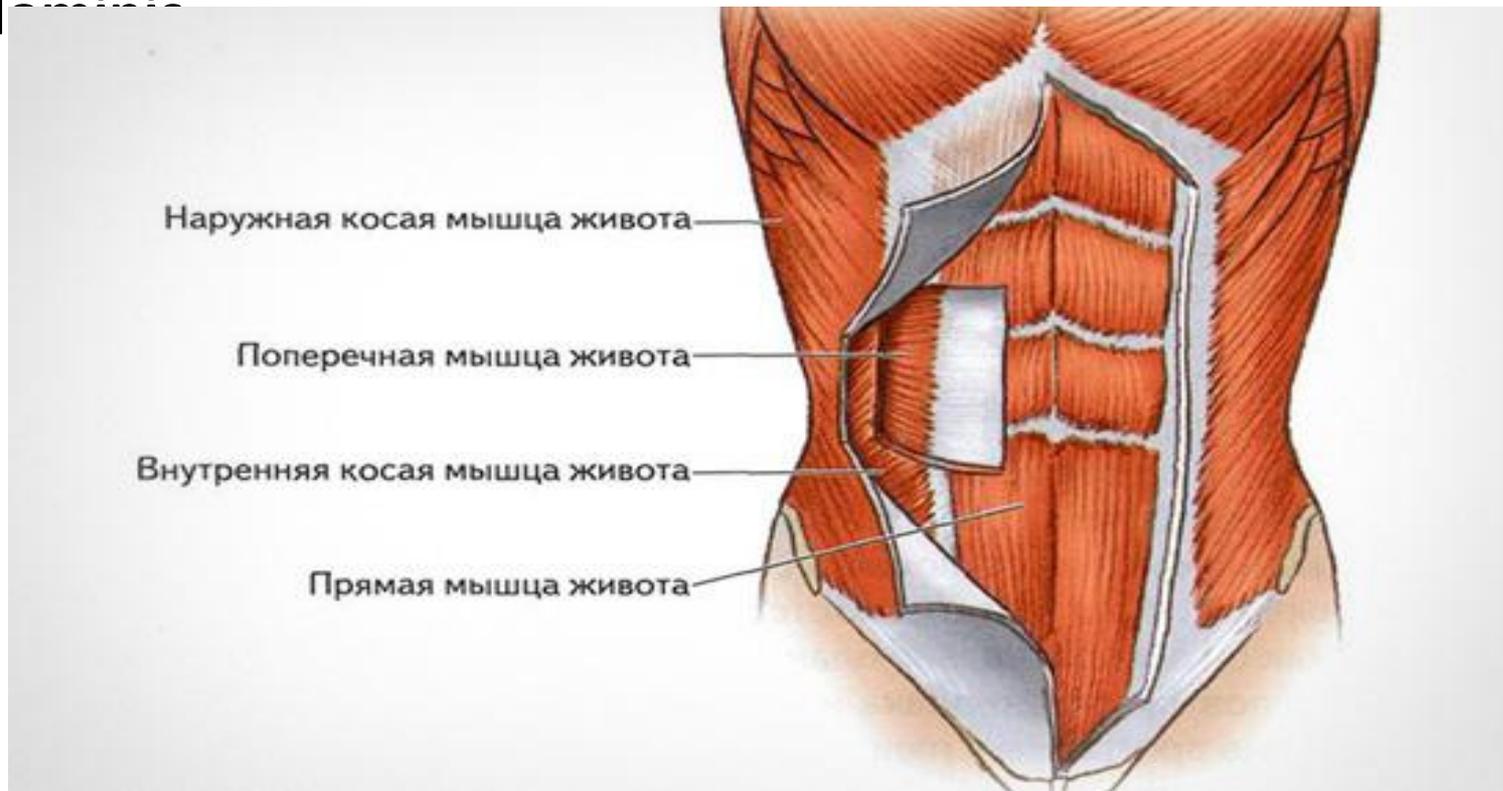
## **Мышцы передней стенки живота:**

- Прямая мышца живота

## **Мышцы задней стенки живота:**

- Квадратная мышца поясницы.

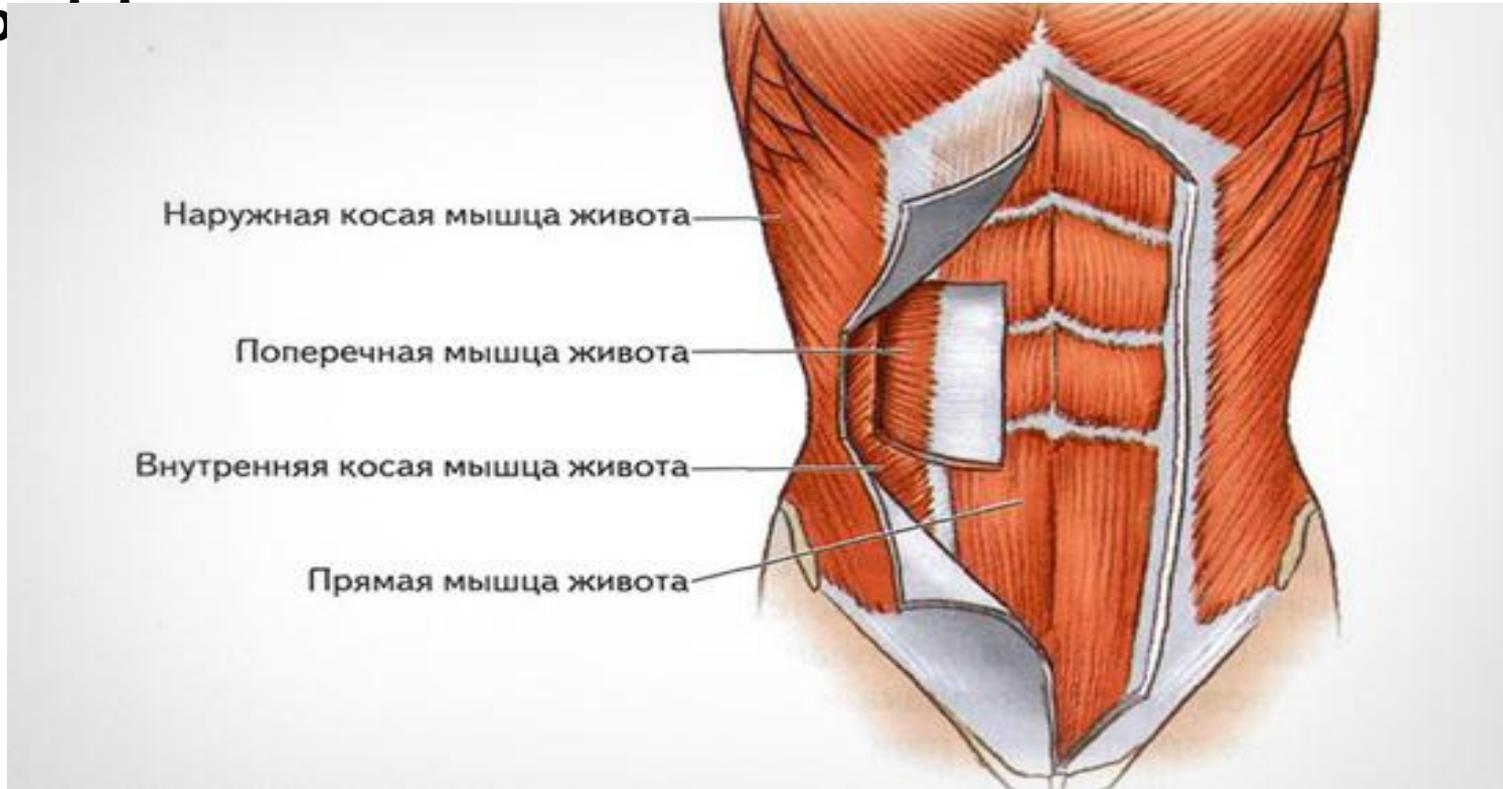
# Наружная косая мышца живота- m. obliquus externus abdominis



**Начало:** V — XII пары ребер. **Прикрепление:** наружная губа подвздошного гребня, лобковый симфиз, белая линия живота. Нижний край апоневроза между верхней передней подвздошной остью и лобковым бугорком образует паховую связку.

**Функция :** сгибает позвоночник, опускает ребра, участвует в выдохе; при одностороннем сокращении поворачивает туловище в противоположную сторону.

# Внутренняя косая мышца живота- m. obliquus internus abdominis

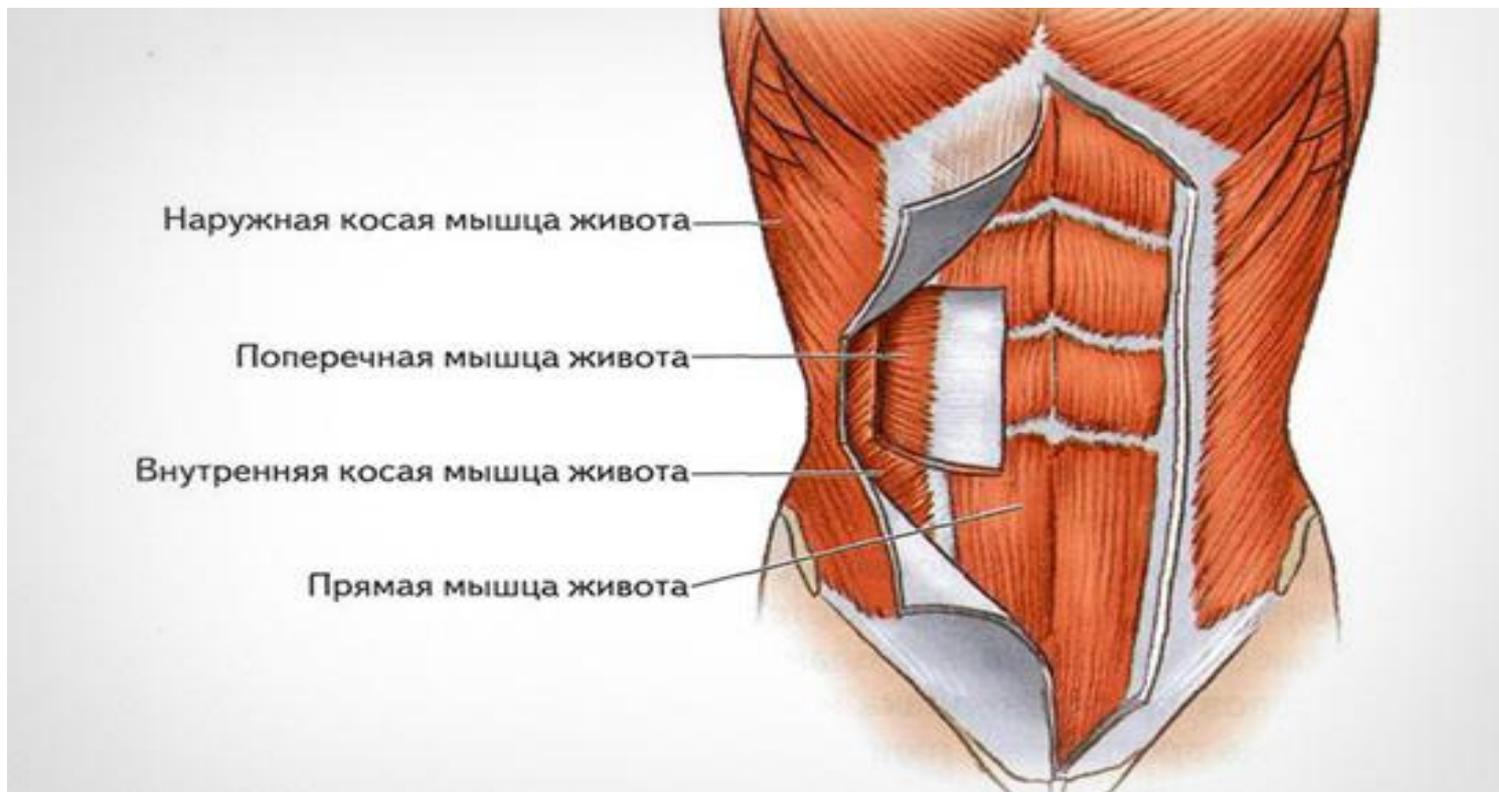


Располагается под наружной косой мышцей, является ее синергистом.

**Начало:** промежуточная линия подвздошного гребня, паховая связка, пояснично-грудная фасция. **Прикрепление** : хрящи нижних ребер, белая линия живота.

**Функция:** сгибает позвоночник, опускает ребра, участвует в выдохе; при одностороннем сокращении поворачивает туловище в свою сторону.

## Поперечная мышца живота- m. transversus abdominis

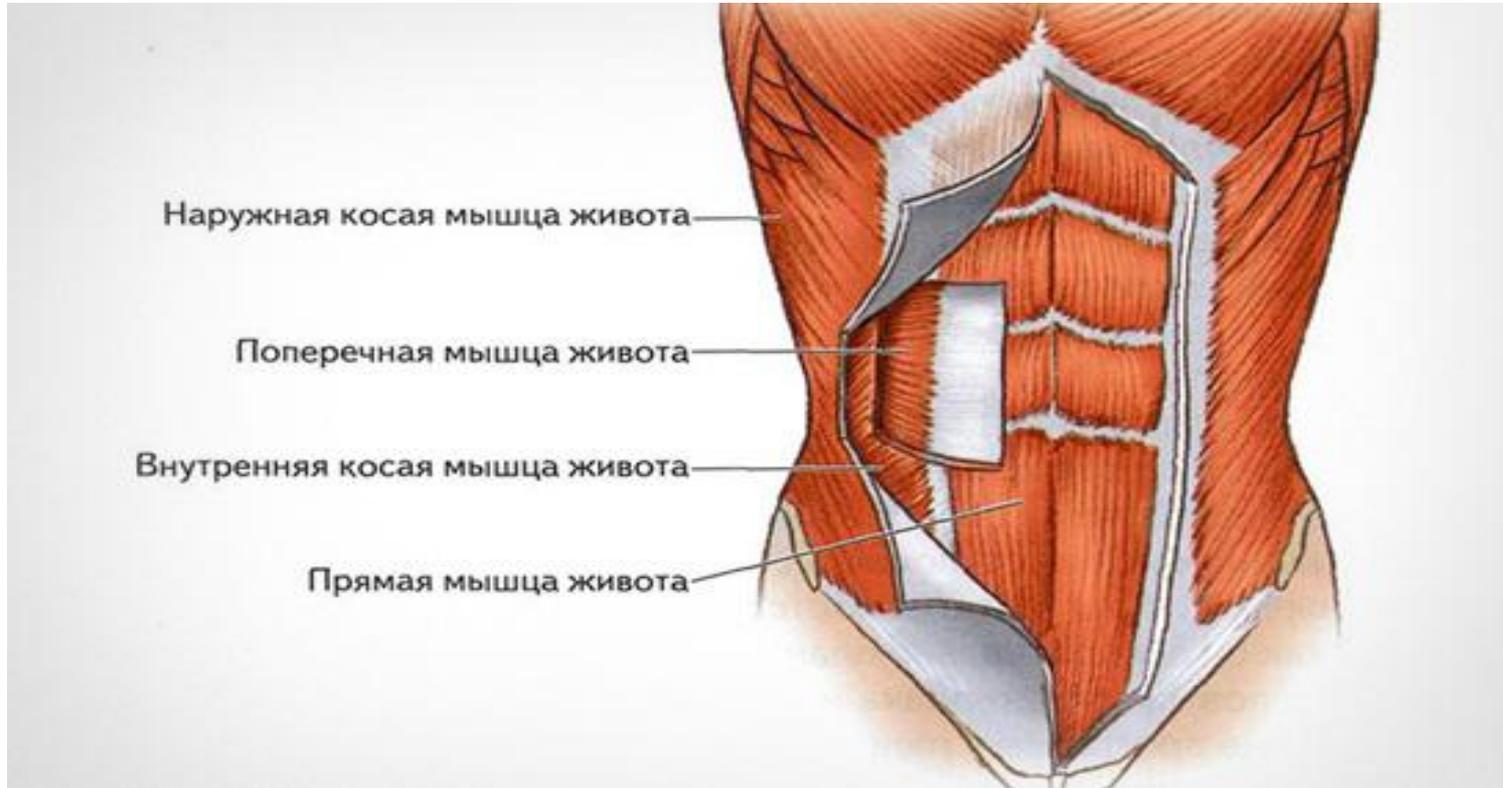


Располагается под внутренней косой мышцей живота.

**Начало:** внутренняя поверхность VI- XII ребер, внутренняя губа подвздошного гребня, пояснично-грудная фасция, латеральная треть паховой связки. **Прикрепление:** белая линия живота.

**Функция:** при двустороннем сокращении уменьшает

## Прямая мышца живота- m. rectus abdominis



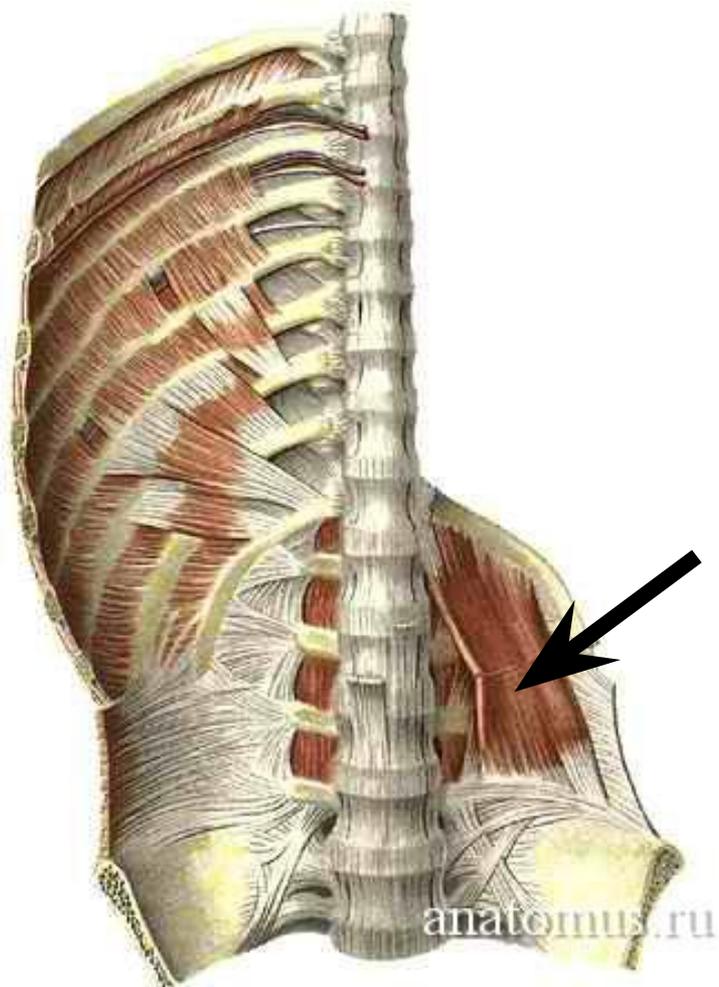
Заключена в сухожильное (апоневротическое) влагалище.

**Начало:** лобковый гребень, лобковый симфиз.

**Прикрепление:** хрящи V — VII пар ребер, мечевидный отросток грудины.

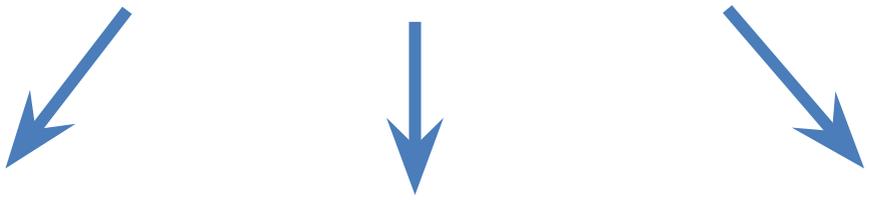
**Функция:** опускает грудную клетку, сгибает позвоночник; при фиксированной грудной клетке поднимает таз

## Квадратная мышца поясницы- m. quadratus lumborum



**Начало:** гребни подвздошных костей, поперечные отростки нижних поясничных позвонков.  
**Прикрепление:** XII пара ребер, поперечные отростки I-IV поясничных позвонков.  
**Функция:** при двустороннем сокращении удерживает позвоночник вертикально, при одностороннем сокращении наклоняет позвоночник в свою сторону.

# Мышцы шеи



## Поверхностные мышцы шеи:

- Подкожная мышца шеи;
- Грудино-ключично-сосцевидная мышца.

## Средние мышцы:

- Челюстно-подъязычная мышца;
- Двубрюшная мышца;
- Грудино-подъязычная мышца

## Глубокие мышцы.

- Лестничные мышцы:
  - Передняя лестничная;
  - Средняя лестничная;
  - Длинная лестничная;
- Длинная мышца головы.



