

尺骨

肘頭

腕尺關節



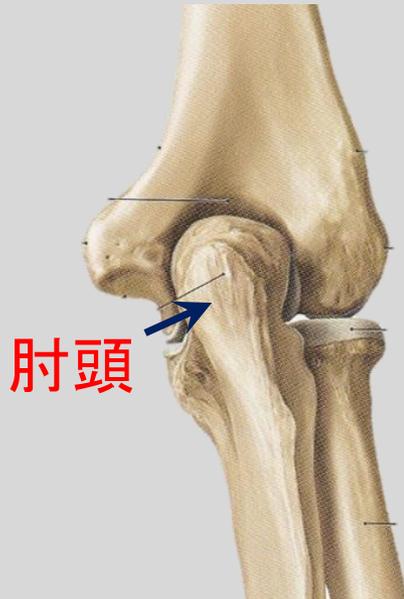
1分 study

肘頭ってなに？

特徴

- 一尺骨の近位端にある鉤状の骨で，上腕三頭筋が停止する。
- 一肘頭の掌側面は滑車切痕とよばれる関節軟骨である。

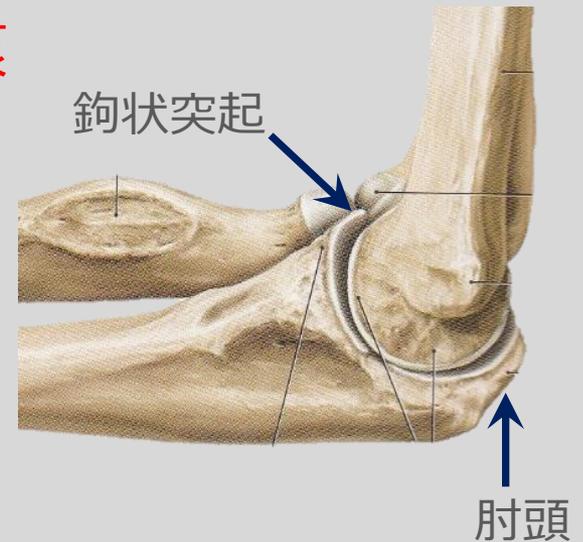
<右手後面>



<右手前面>



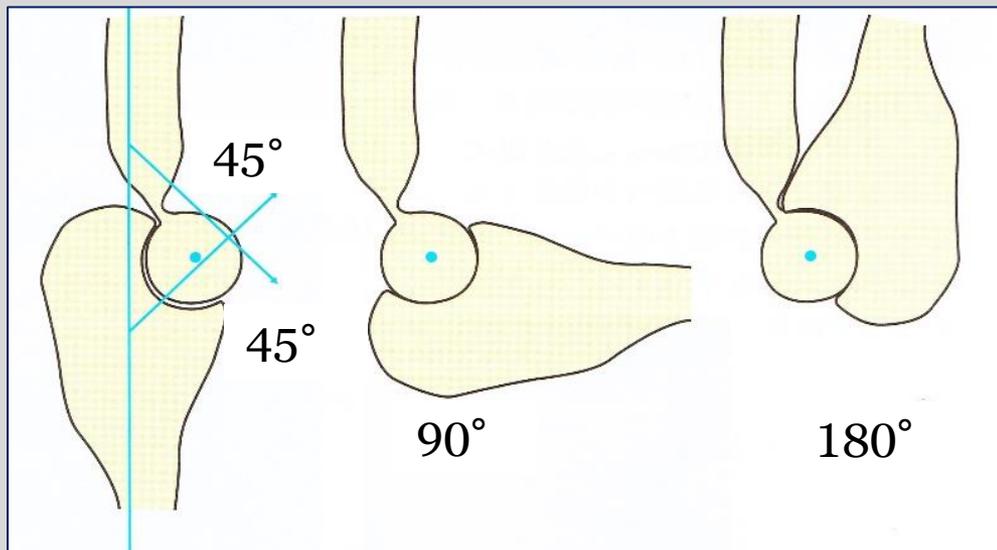
<右手内側面>



どうして肘は180° 屈曲できる？

Best アンサー

- 上腕骨滑車は上腕骨の軸に対して45°前下方へ、滑車切痕は尺骨の軸に対し45°前上方へ開いている。
よって肘関節伸展位では肘頭が肘頭窩に衝突し、0°以上の伸展はできない。
- 屈曲は鉤状突起が鉤突窩に衝突する180°まで可能(Kapandji)



メモ

X線で上腕骨傾斜角度を確認



傾斜角45°あり

傾斜角なし



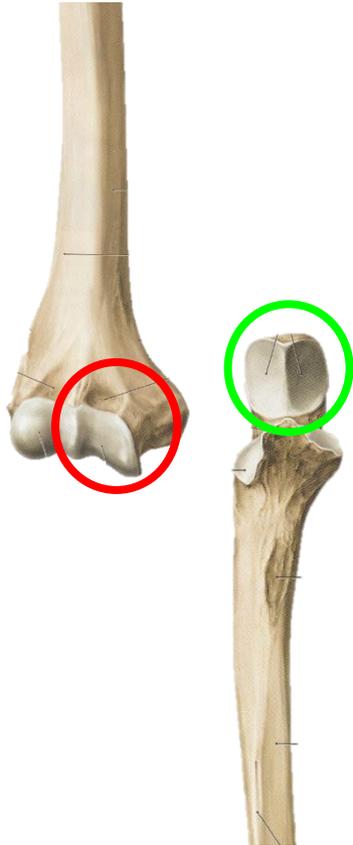
可動域○



可動域×

腕尺関節の構造

<右手>



上腕骨滑車

+

尺骨滑車切痕



蝶番(ちょうつがい)関節



メモ

<運動の方向>

肘関節の屈曲・伸展が可能.

<必ず押さえないポイント>

腕尺関節の固定支持組織は内側側副靭帯.

伸張性もあり, 拘縮も必発しやすい.

ROM-exと靭帯へのストレッチも大切.



上肢の骨が終わったら、
次は上肢の筋肉です。

1分study資料は、
プロフィールのwebサ
イトに入って、
無料ダウンロード
可能です(^_^♪

