

ΚΙΝΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ- ΜΥΟΛΟΓΙΑ

2024



μ μ , μ μ , μ
 μ μ , μ :
) μ , μ ,
) μ , μ . μ ,
 μ _____ , μ . μ ,
 μ μ ,
 μ _____ , μ . μ ,
 μ μ , μ .

ΜΥΕΣ ΤΗΣ ΚΕΦΑΛΗΣ

μ

μ _____ .

μ

μ

μ

.

μ

,

μ

.

,

,

μ

μ

μ

μ

μ

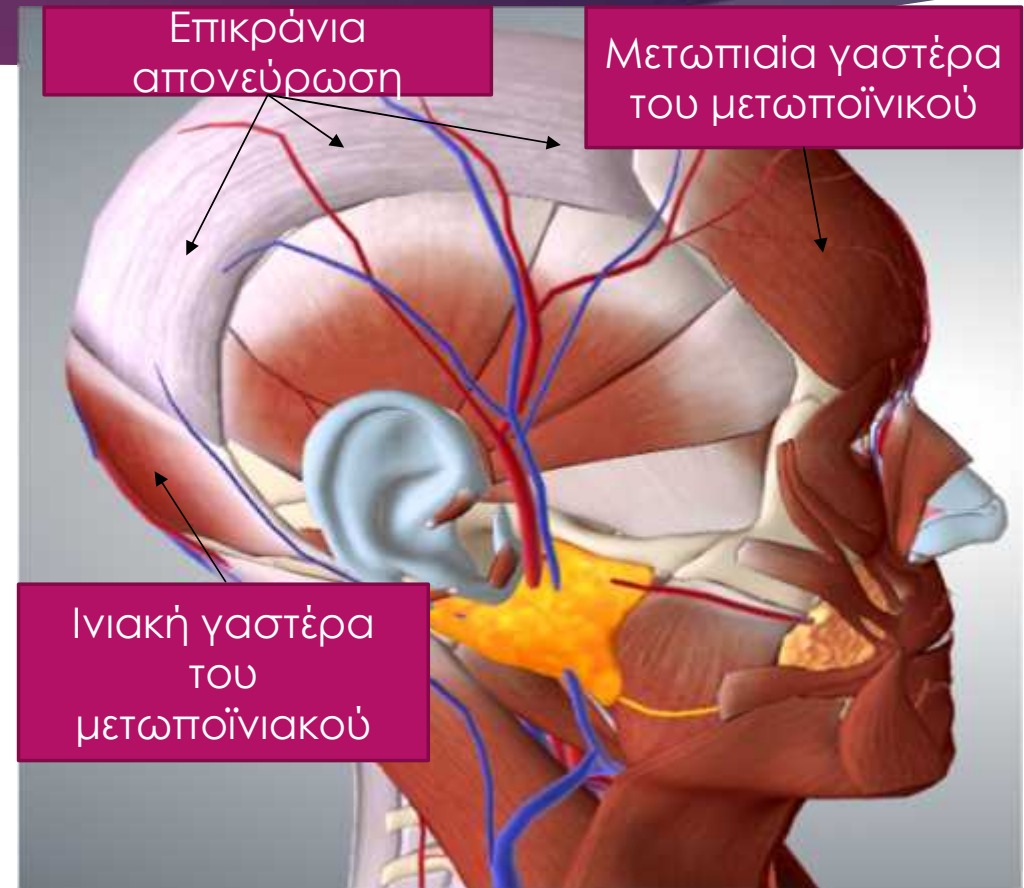
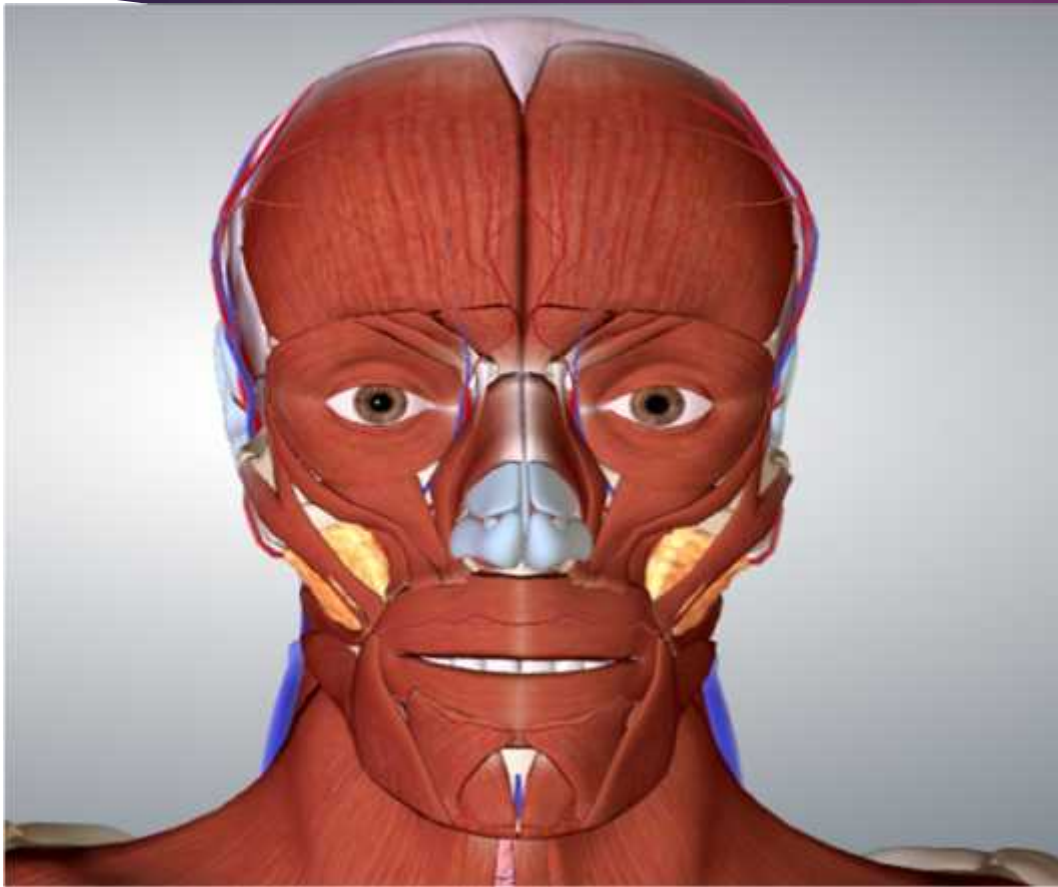
μ

ΔΕΡΜΑΤΙΚΟΙ (ΜΙΜΙΚΟΙ) ΜΥΕΣ ΤΗΣ ΚΕΦΑΛΗΣ

Οι μιμικοί μύες είναι αποπεπλατυσμένοι, εξαιρετικά ευκίνητοι, δεν διαχωρίζονται σαφώς μεταξύ τους και στερούνται περιτονιών. Ανάλογα με τη θέση τους διακρίνονται στις ακόλουθες ομάδες:

- ▶ Α) Μύες του θόλου (μετωπιαίος, ινιακός, πυραμοειδής).
- ▶ Β) Μύες του στόματος (σφιγκτήρας μυς του στόματος, τετράγωνος άνω χείλους, μείζων-ελάσσων ζυγωματικός, γελαστήριος, τρίγωνος, κυνικός, τετράγωνος του κάτω χείλους, γενειακός, τομικοί μύες, βυκανητής) .
- ▶ Γ) Μύες της ρινός (ρινικός μυς, καθεκτήρας του ρινικού διαφράγματος).
- ▶ Δ) Μύες των βλεφάρων (σφιγκτήρας μυς των βλεφάρων, επισκήνιος).
- ▶ Ε) Μύες του έξω ωτός (πρόσθιος, άνω και οπίσθιος ωτιαίος μυς).

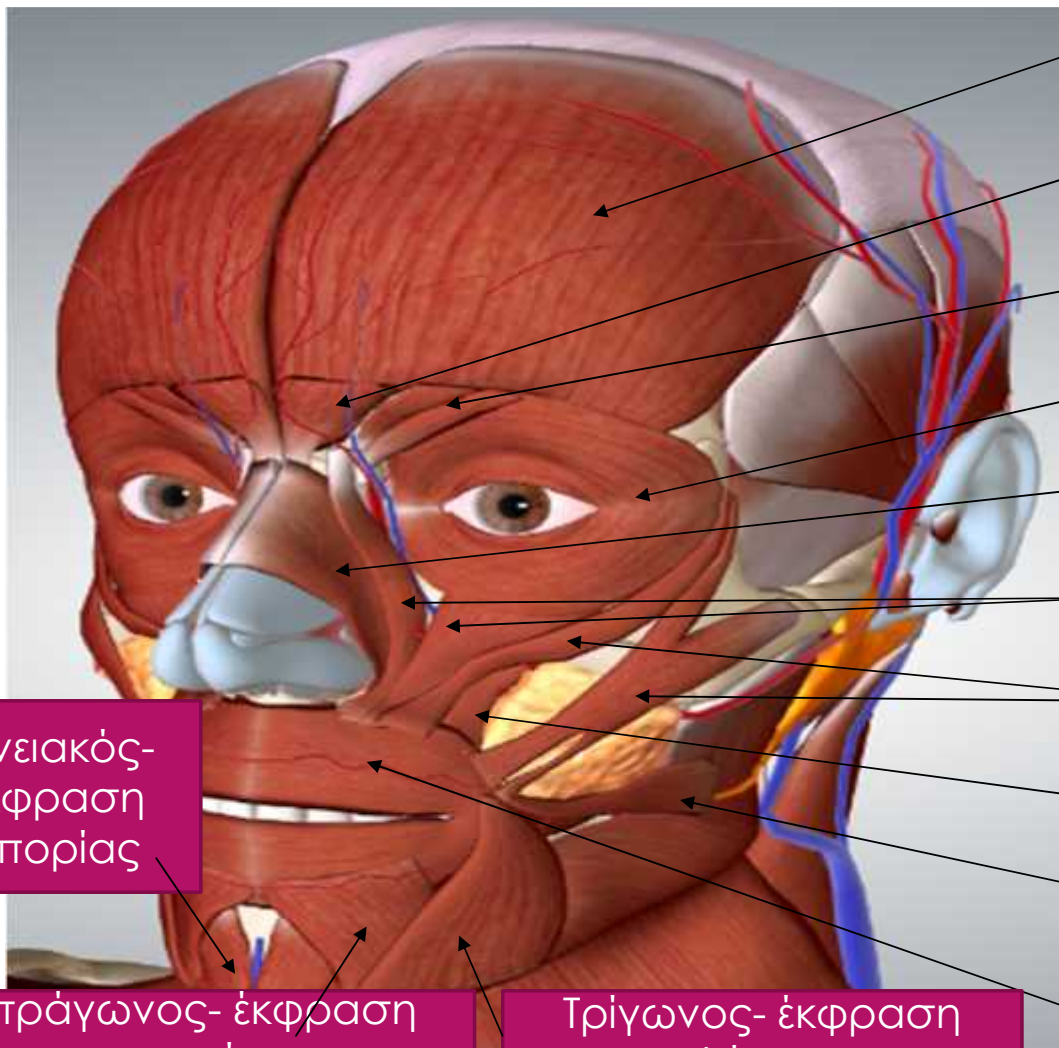
ΔΕΡΜΑΤΙΚΟΙ (ΜΙΜΙΚΟΙ) ΜΥΕΣ ΤΗΣ ΚΕΦΑΛΗΣ



Επικράνια
απονεύρωση

Μετωπιαία γαστέρα
του μετωποϊνικού

Ινιακή γαστέρα
του
μετωποϊνιακού



Μετωπιαίος- ανύψωση των φρυδιών, έκφραση έκπληξης

Πυραμοειδής- συνοφρύωση, εγκάρσια ρυτίδωση δέρματος μεσόφρου

Επισκύνιος- ρυτίδωση δέρματος μεσόφρουο κάθεται

Σφιγκτήρας των βλεφάρων- Σύγκλιση των βλεφάρων

Ρινικός- καθέλκει τη ρίνα και στενεύει τα ρουθούνια

Τετράγωνος άνω χείλους- έκφραση περιφρόνησης

Ζυγωματικός(ελάσσων και μείζων) – έκφραση γέλιου

Κυνικός- έκφραση θυμού

Γελαστήριος- χαμόγελο

Σφιγκτήρας του στόματος- σύγκλιση στοματικής σχισμής, σε συνεργασία με τους άλλους μυς εκφράζει οργή, δυσθυμία

Γενειακός- έκφραση απορίας

Τετράγωνος- έκφραση ειρωνείας

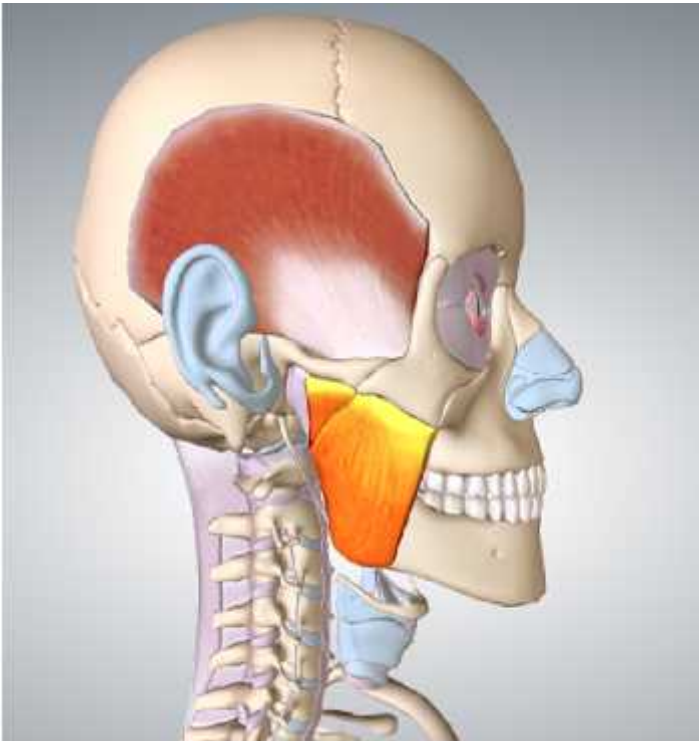
Τρίγωνος- έκφραση λύπης

ΜΑΣΗΤΗΡΙΟΙ ΜΥΕΣ

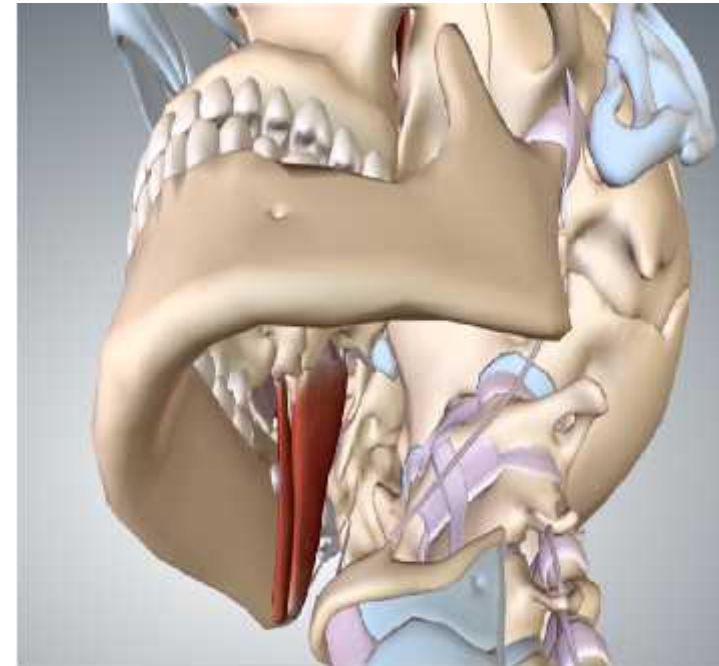
- ▶ Οι μασητήριοι μύες είναι τέσσερις εκατέρωθεν, **ο μασητήρας, ο κροταφίτης, ο έσω πτερυγοειδής και ο έξω πτερυγοειδής**. Από αυτούς, οι δύο πρώτοι βρίσκονται επιπολής (εξωτερικά) , οι δε πτερυγοειδείς, κατά βάθος και επί τα εντός του κλάδου της κάτω γνάθου (εσωτερικά της κάτω γνάθου).
- ▶ Συμβάλουν στην κίνηση της κάτω γνάθου.

ΜΑΣΗΤΗΡΙΟΙ ΜΥΕΣ

:
: μ μ



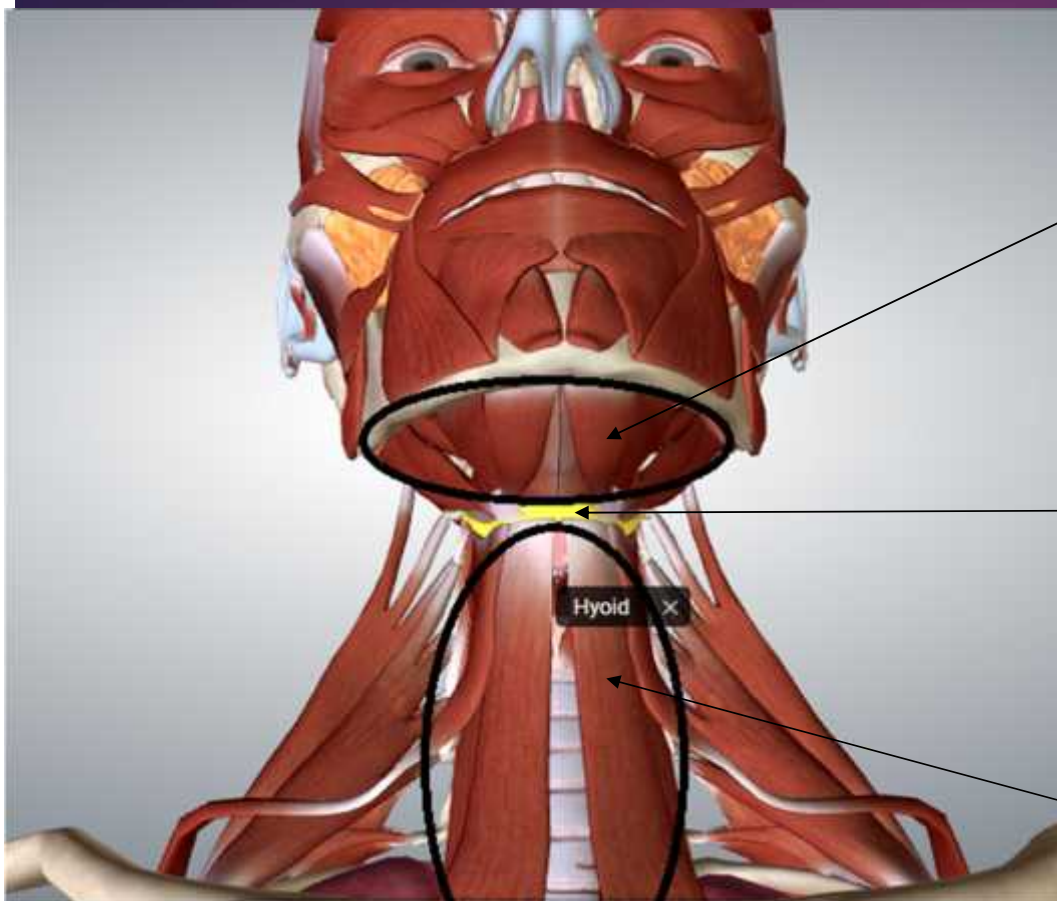
μ



2. ΜΥΕΣ ΤΟΥ ΤΡΑΧΗΛΟΥ

μ μ , μ .
) μ . μ .
μ μ μ μ μ μ
μ . μ μ .
) μ μ μ .
μ μ μ .
) μ μ .
) , μ μ .
) μ .
μ μ , μ .

ΠΡΟΣΘΙΟΙ ΤΡΑΧΗΛΙΚΟΙ ΜΥΕΣ

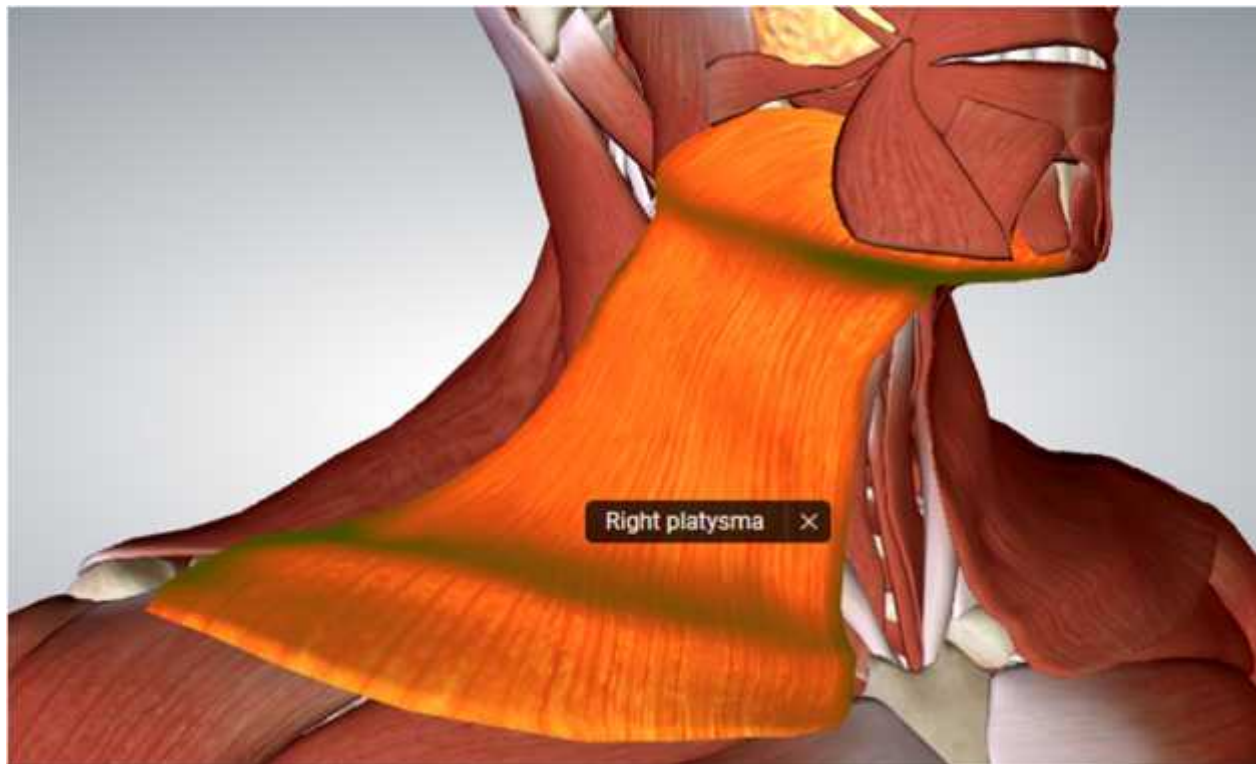


Άνωθεν του υοειδούς οστού-
αποτελούν το μυϊκό υπόστρωμα του εδάφους
του κοίλου του στόματος

Υοειδές οστό (με το κίτρινο
χρώμα)

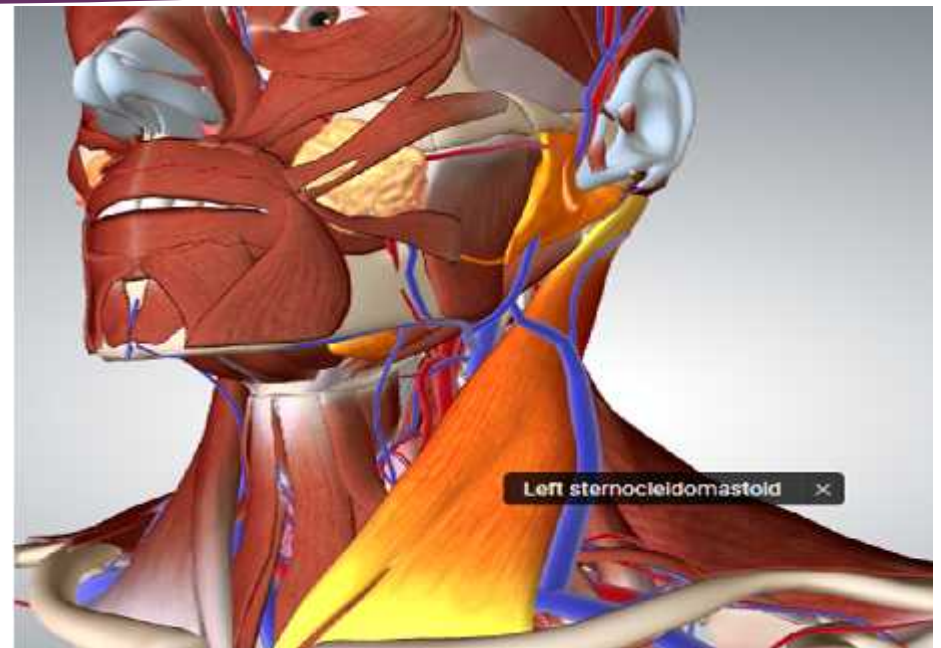
Κάτωθεν του υοειδούς οστού μύες

ΜΥΩΔΕΣ ΠΛΑΤΥΣΜΑ



,
μ .

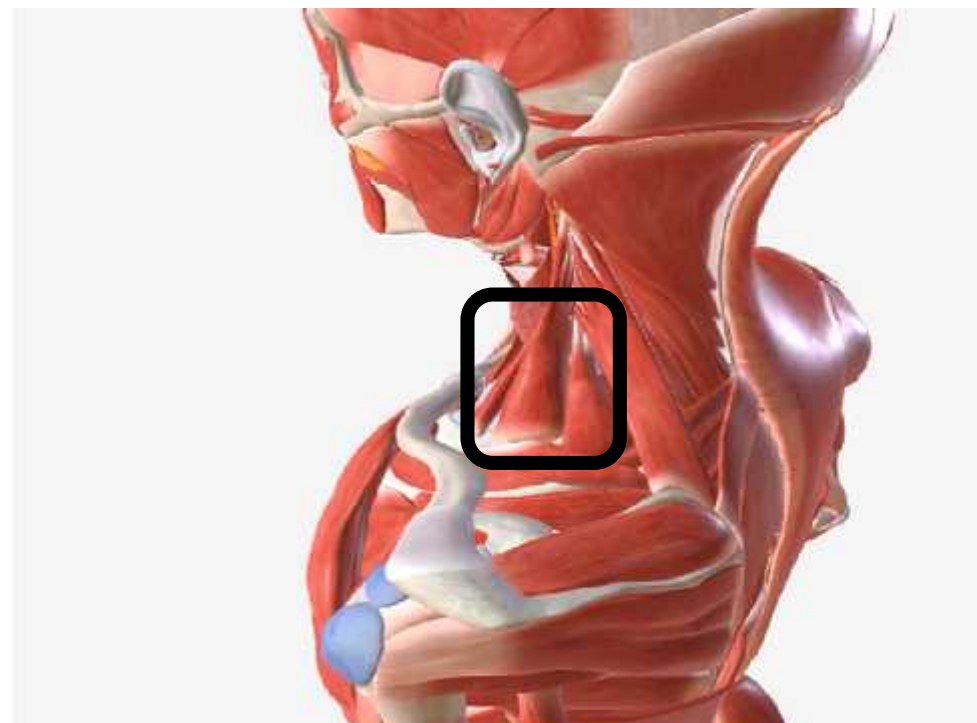
ΣΤΕΡΝΟΚΛΕΙΔΟΜΑΣΤΟΕΙΔΗΣ



Έκφυση: στέρνο και έσω άκρη κλείδας. Κατάφυση: μαστοειδή απόφυση.
Και τα δύο μαζί όταν συσπώνται προκαλούν κλίση της κεφαλής προς τα εμπρός και πάνω, ενώ όταν συσπάται μόνο ο ένας προκαλείται κάμψη της κεφαλής στην ίδια μεριά και στροφή προς την αντίθετη.

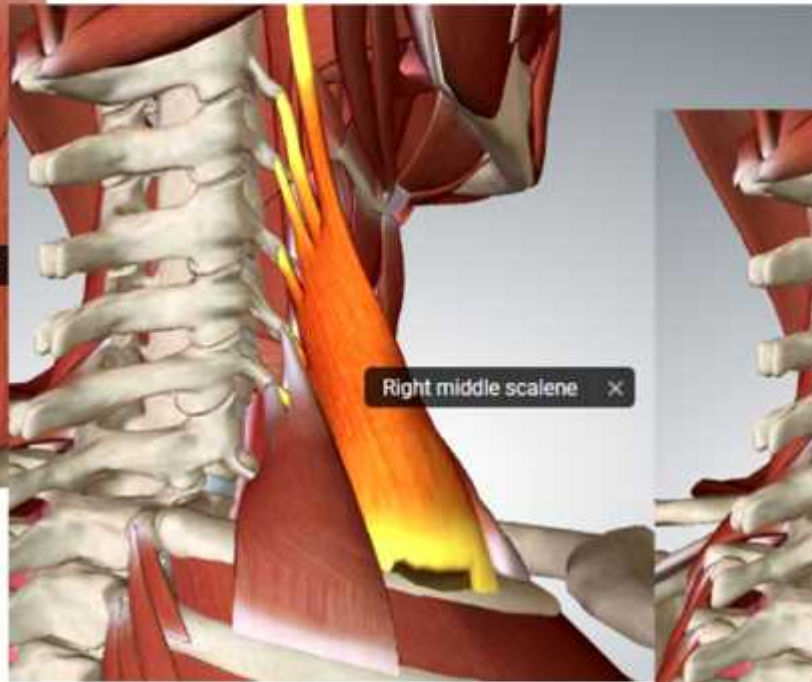
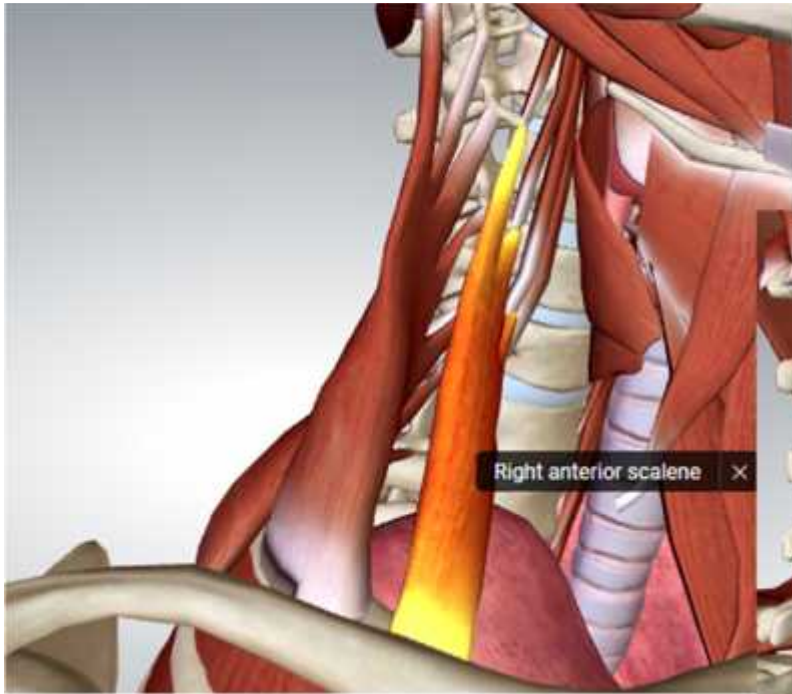
ΣΚΑΛΗΝΟΙ ΜΥΕΣ

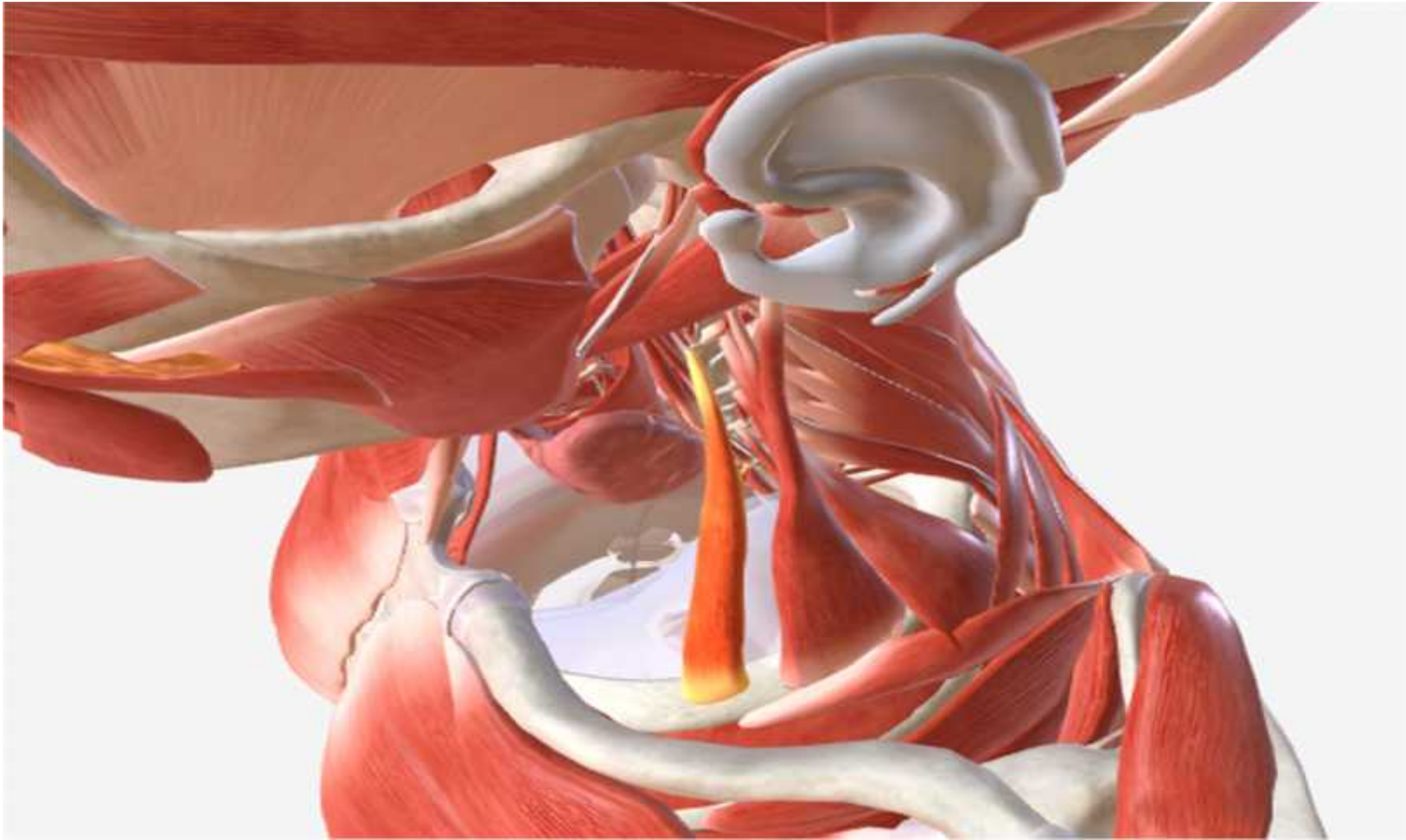
· : , μ
· μ
μ μ · μ
· μμ
μ μ
· μ

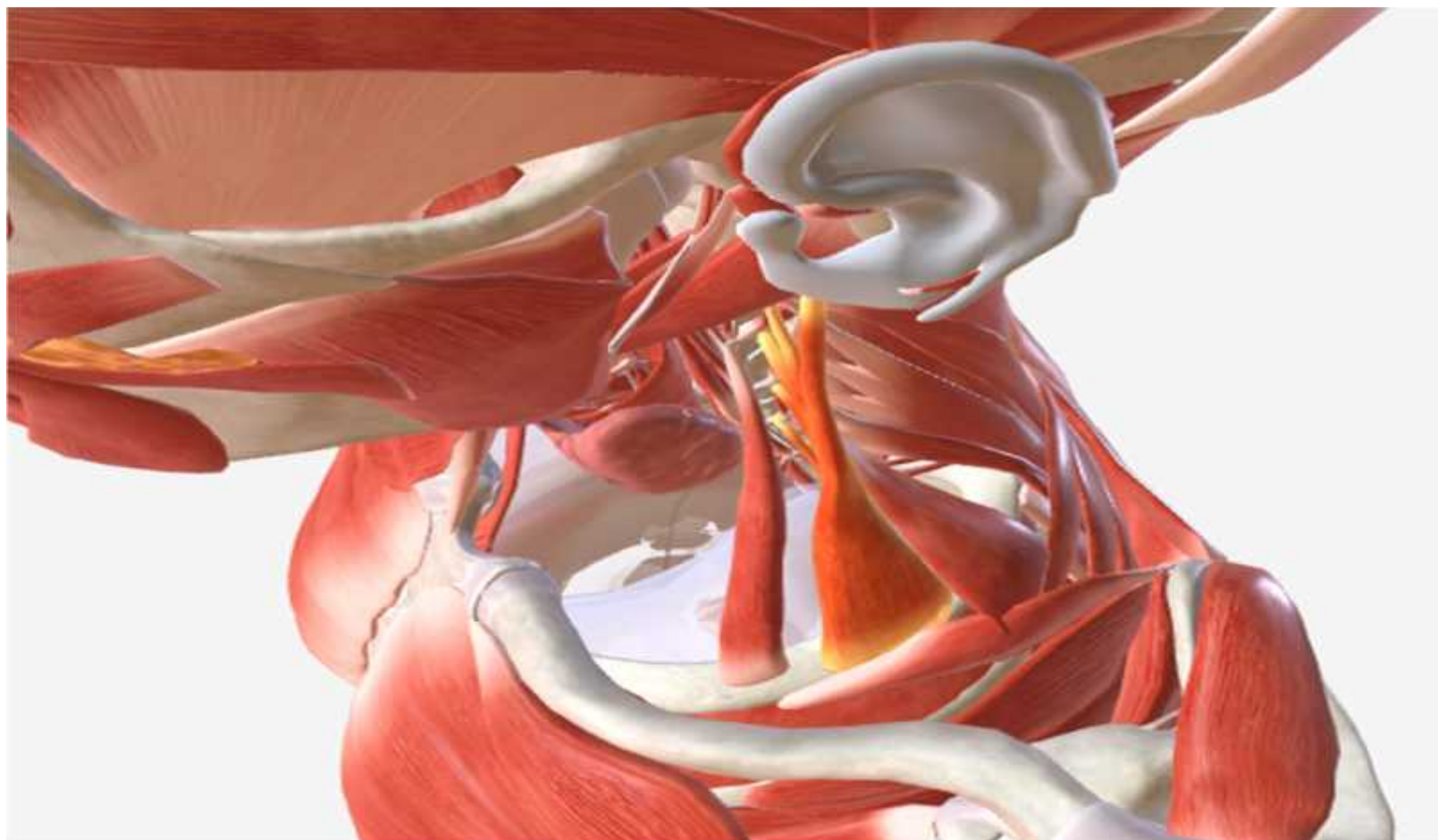


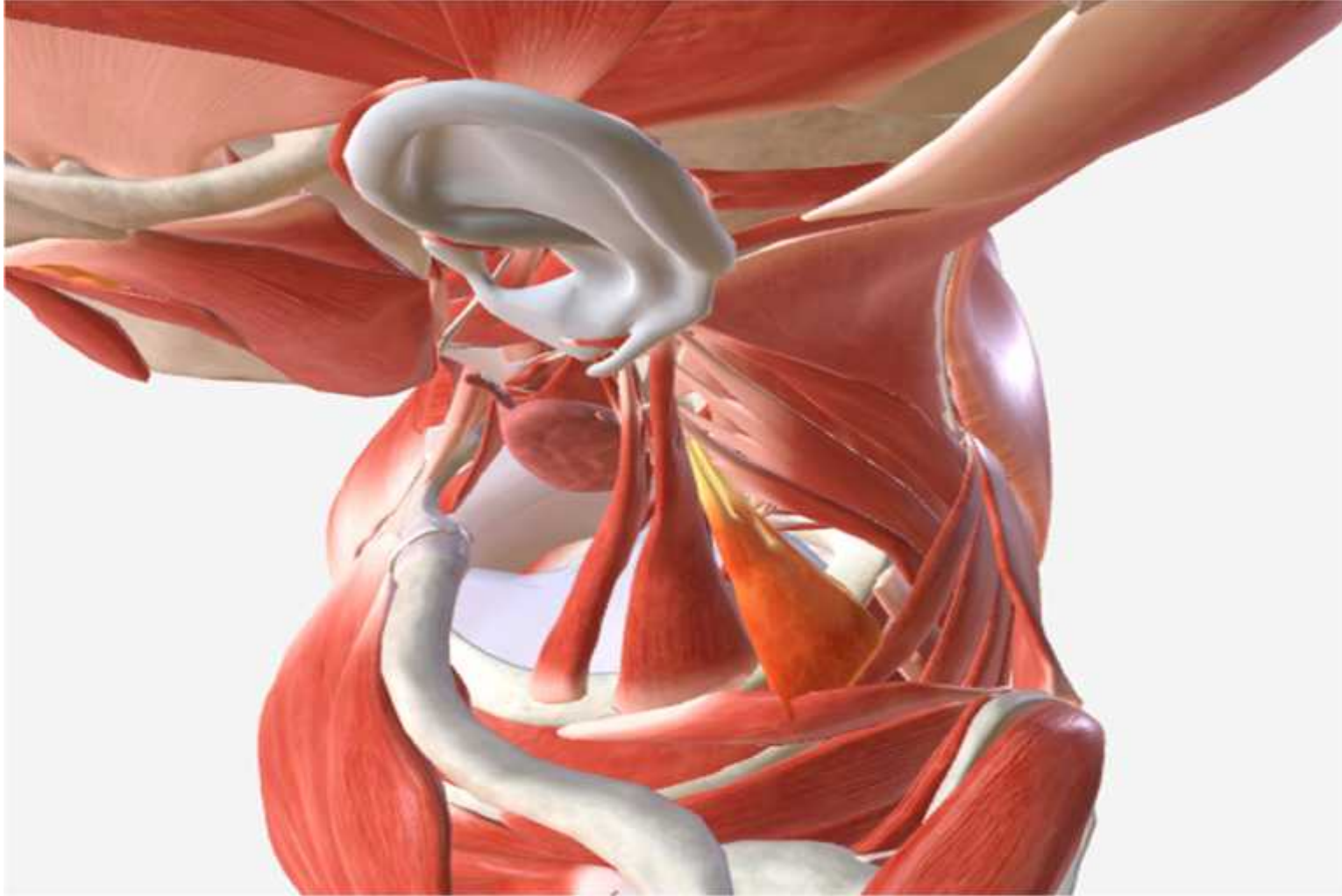


, ,

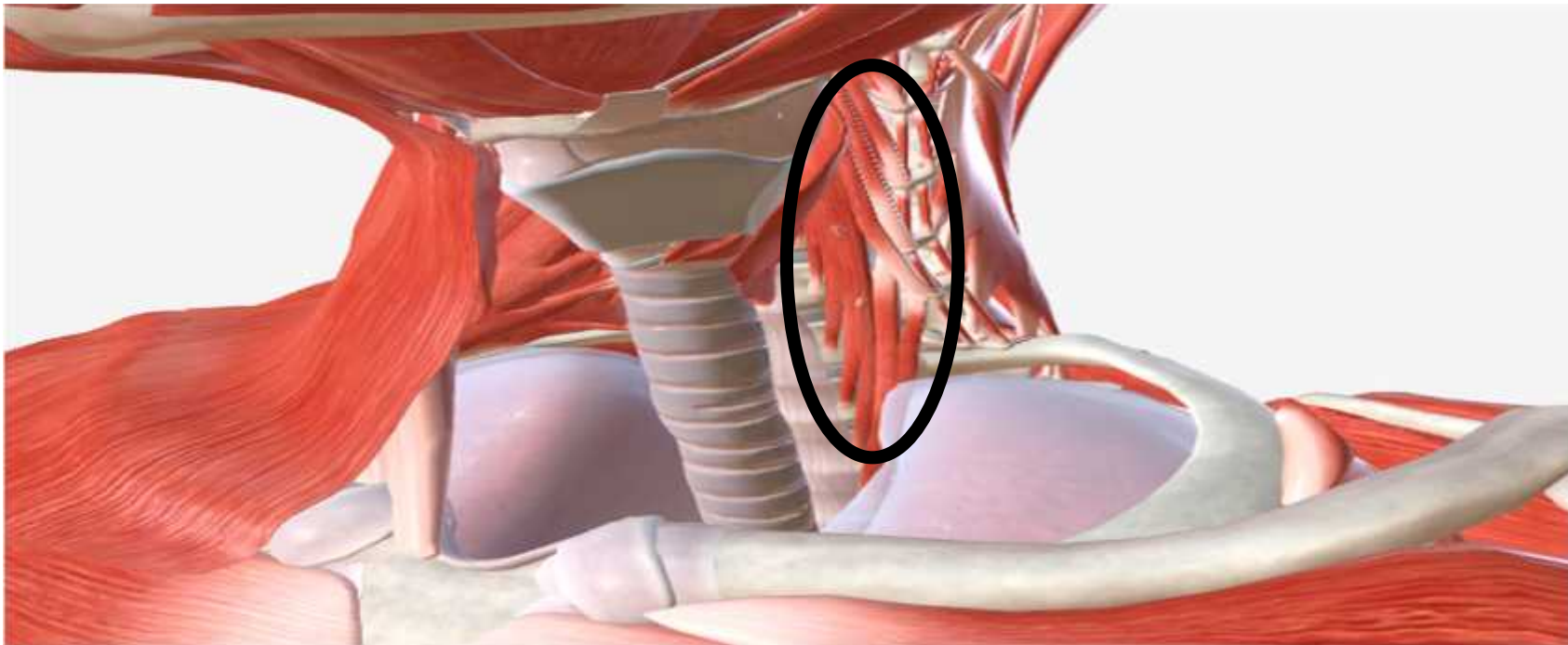






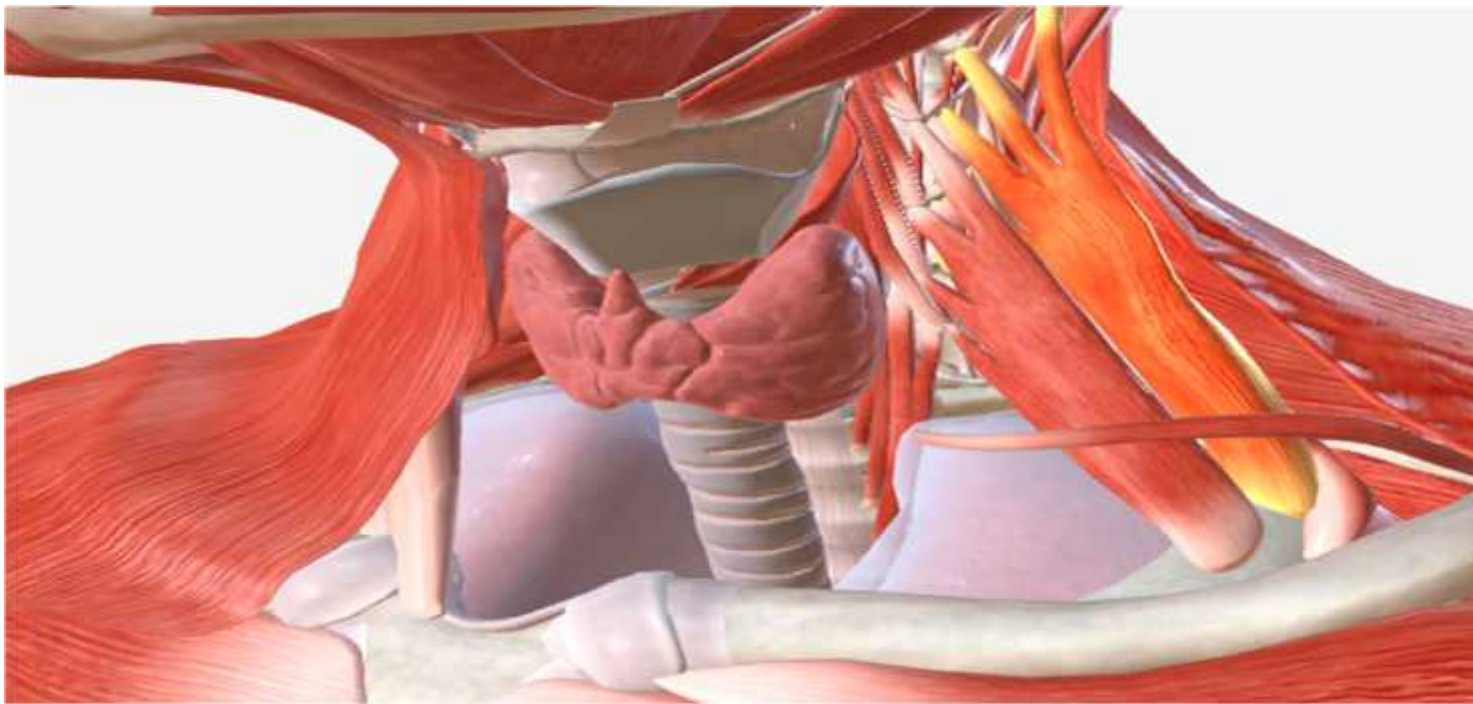


ΟΠΙΣΘΙΟΙ ΤΡΑΧΗΜΙΚΟΙ ΜΥΕΣ

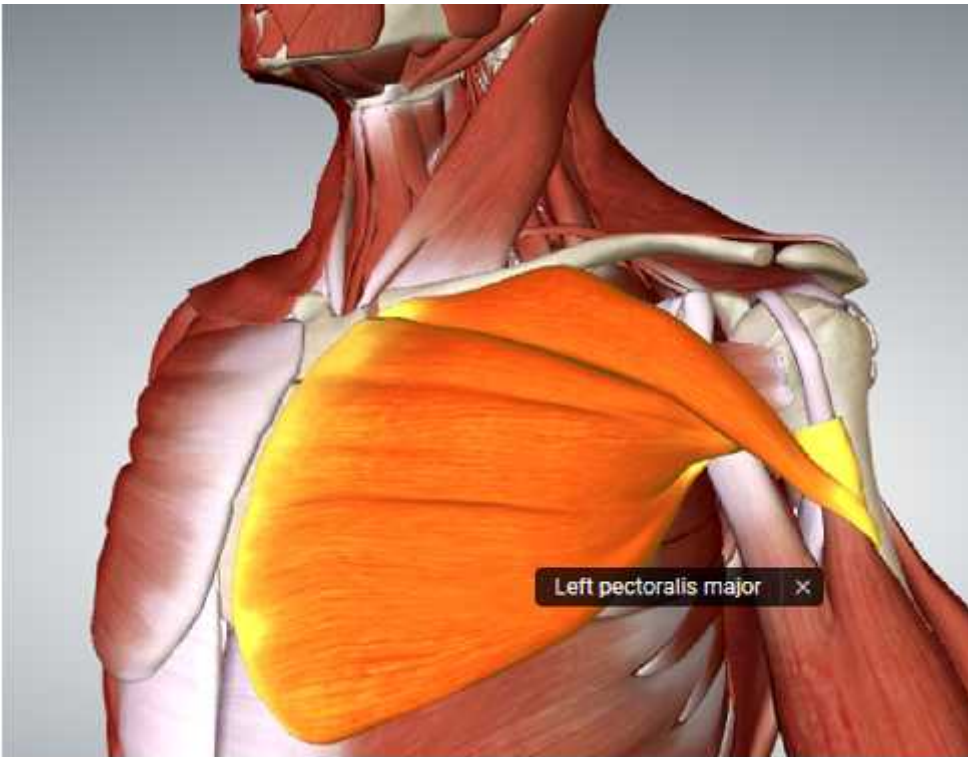


Αμφοτερόπλευρη ενέργεια: Κάμψη κεφαλής. Ετερόπλευρη ενέργεια: Στροφή του αυχένα προς την ίδια πλευρά.

ΟΠΙΣΘΙΟΙ ΤΡΑΧΗΜΙΚΟΙ ΜΥΕΣ ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΠΛΑΓΙΟΥΣ ΤΡΑΧΗΛΙΚΟΥΣ



ΜΕΙΖΩΝ ΘΩΡΑΚΙΚΟΣ

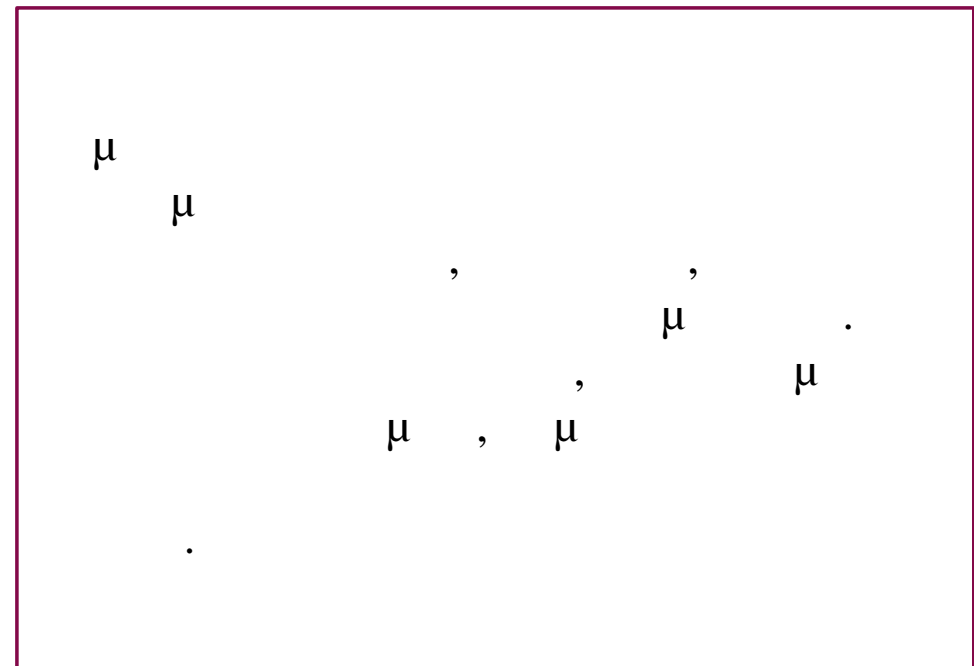
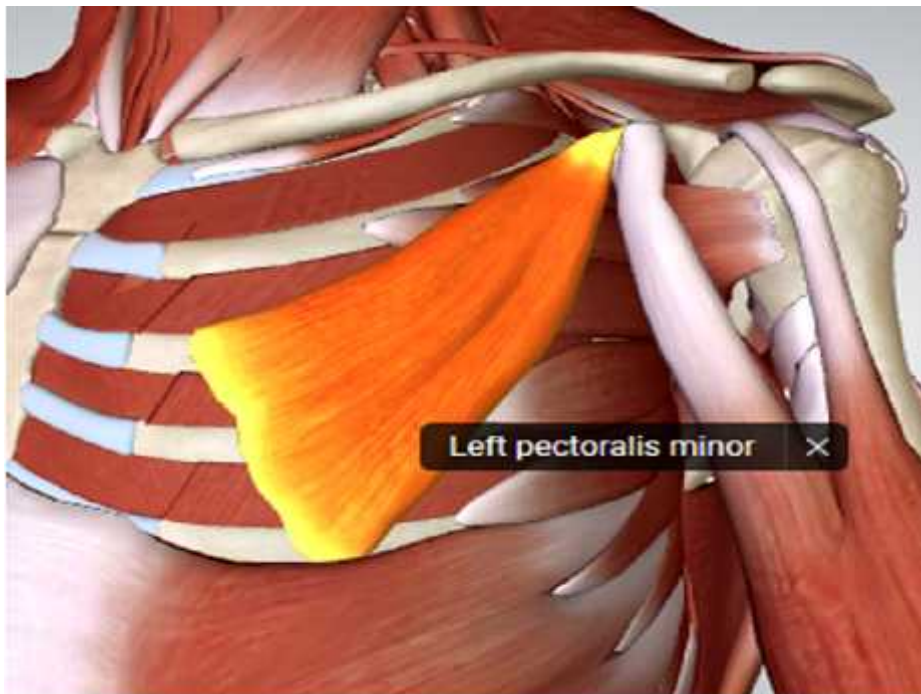


Κλειδική μοίρα (τμήμα): ενεργεί σαν **πρωταγωνιστής μυς** στην **κάμψη** του ώμου, συμμετέχει στην έσω στροφή του ώμου και στην οριζόντια προσαγωγή του ώμου.

Στερνοπλευρική μοίρα (τμήμα): ενεργεί σαν **πρωταγωνιστής μυς** στην **έκταση** του ώμου (μαζί με τον πλατύ ραχιαίο και το μείζονα στρογγύλο) και στην οριζόντια προσαγωγή, έλκει τον κορμό προς τα άνω και εμπρός κατά την αναρρίχηση.

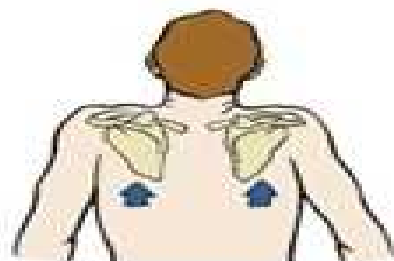
Τα δύο τμήματα εργάζονται μαζί πολύ δυνατά σε οριζόντια προσαγωγή και βοηθούν στην έσω στροφή.

ΕΛΑΣΣΩΝ ΘΩΡΑΚΙΚΟΣ

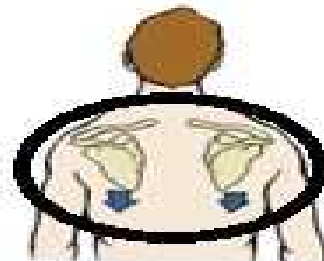


ΕΛΑΣΣΩΝ ΘΩΡΑΚΙΚΟΣ

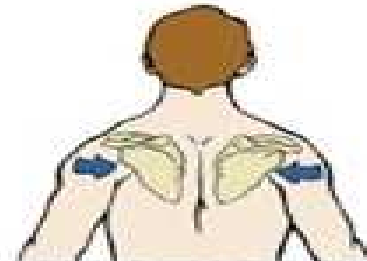
Κινήσεις της ωμοπλάτης



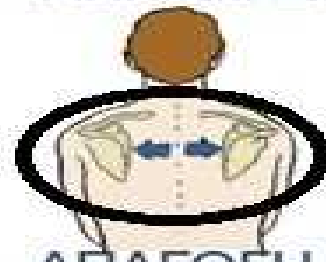
ΑΝΑΣΠΑΣΗ



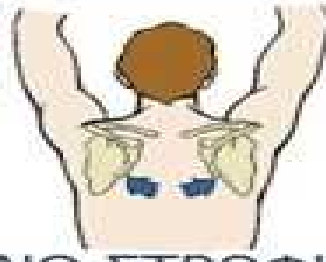
ΚΑΤΑΣΠΑΣΗ



ΠΡΟΣΑΓΩΓΗ



ΑΠΑΓΩΓΗ

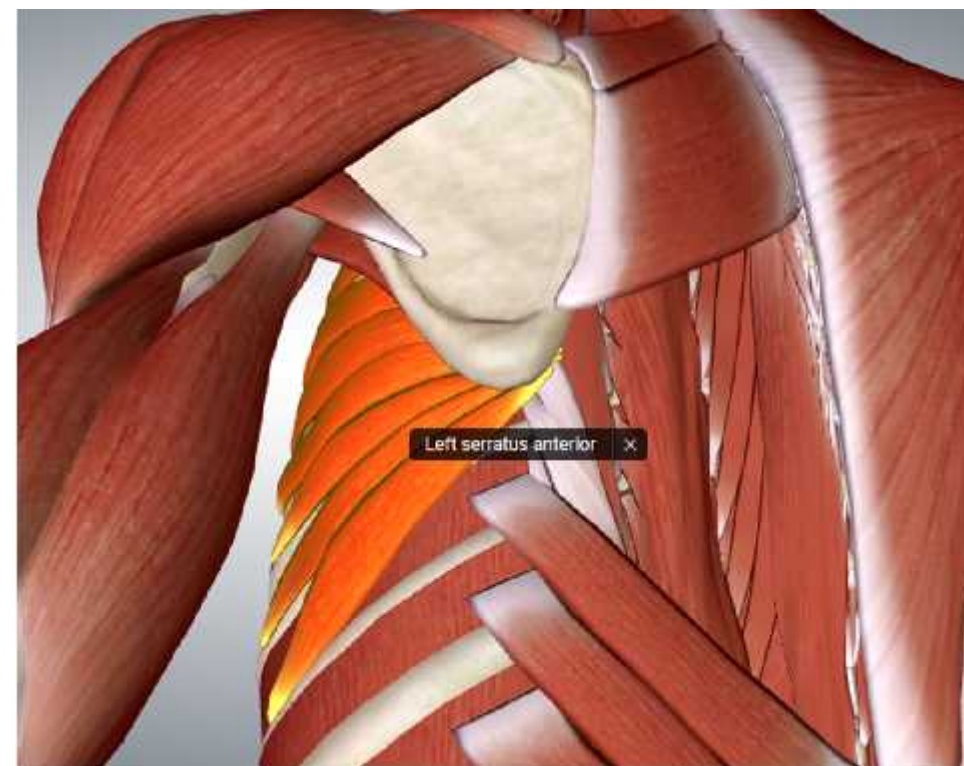
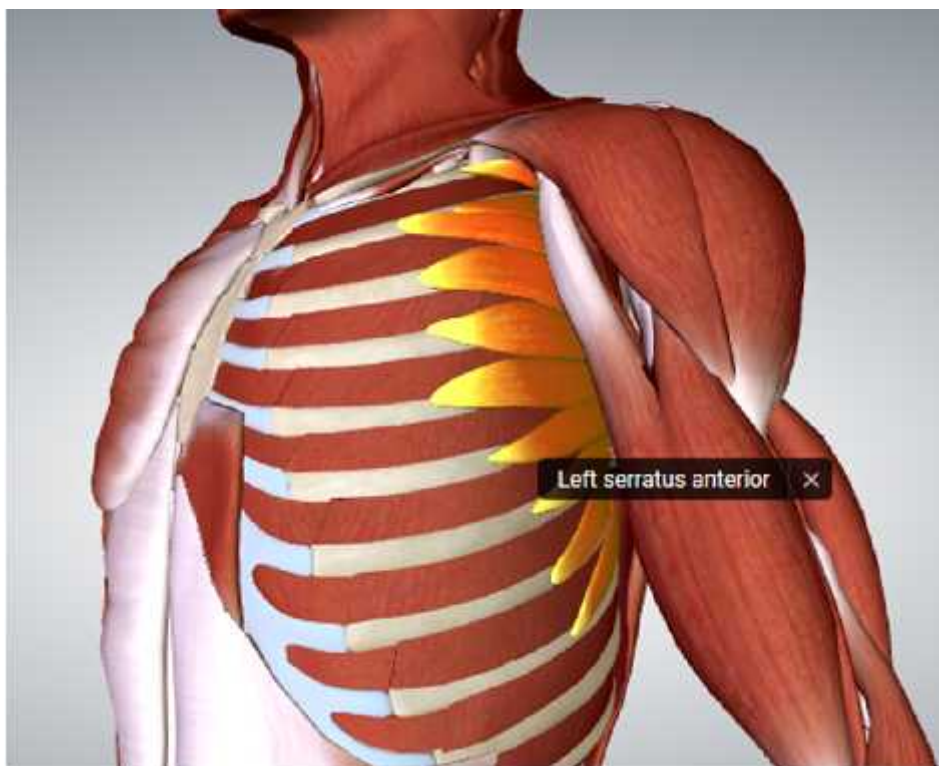


ΑΝΩ ΣΤΡΟΦΗ



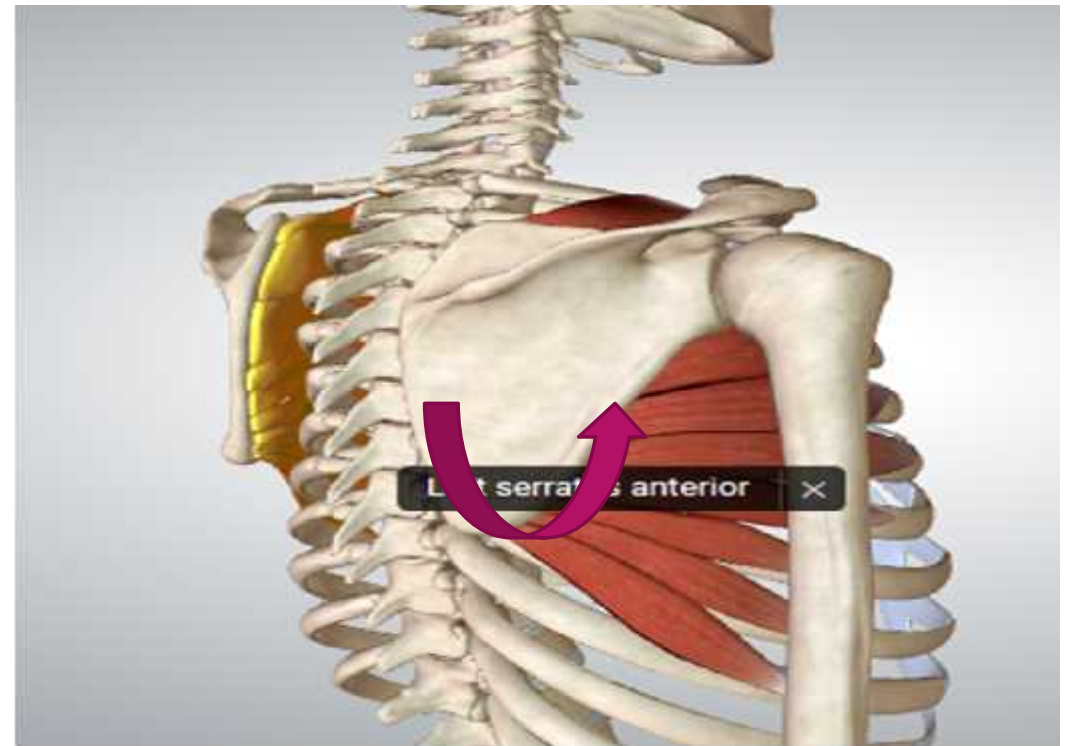
ΚΑΤΩ ΣΤΡΟΦΗ

ΠΡΟΣΘΙΟΣ ΟΔΟΝΤΩΤΟΣ

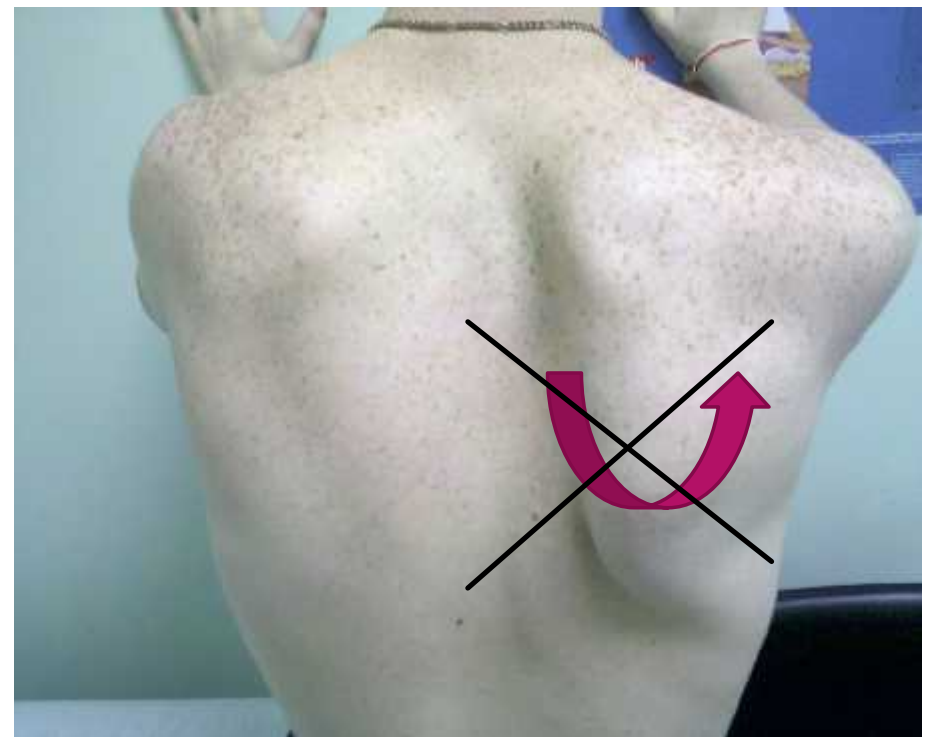
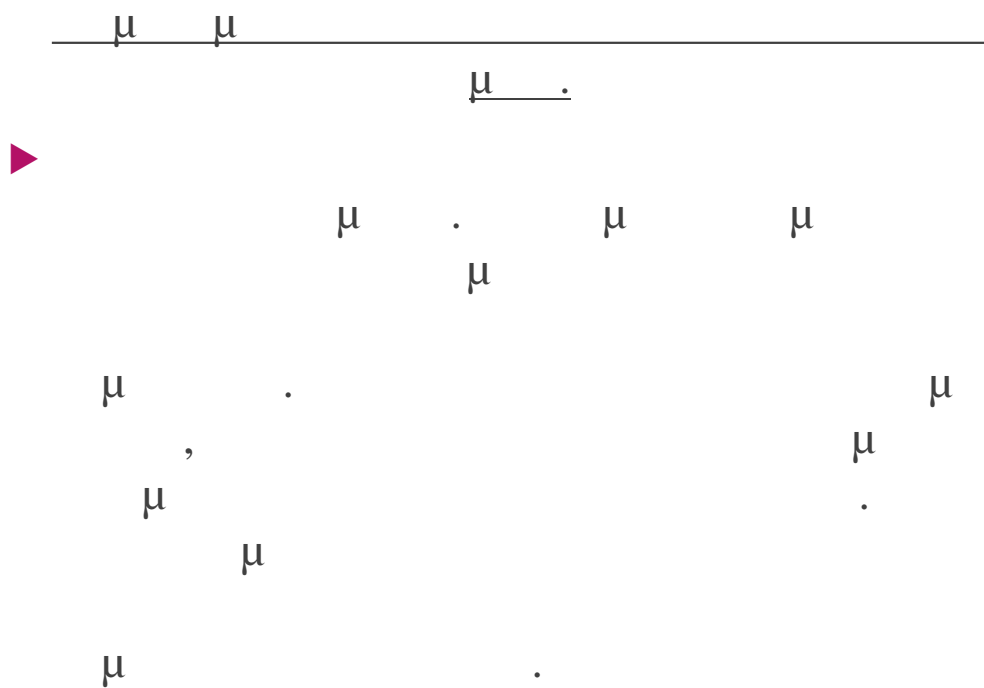


ΠΡΟΣΘΙΟΣ ΟΔΟΝΤΩΤΟΣ

μ . μ μ μ μ μ μ μ . μ



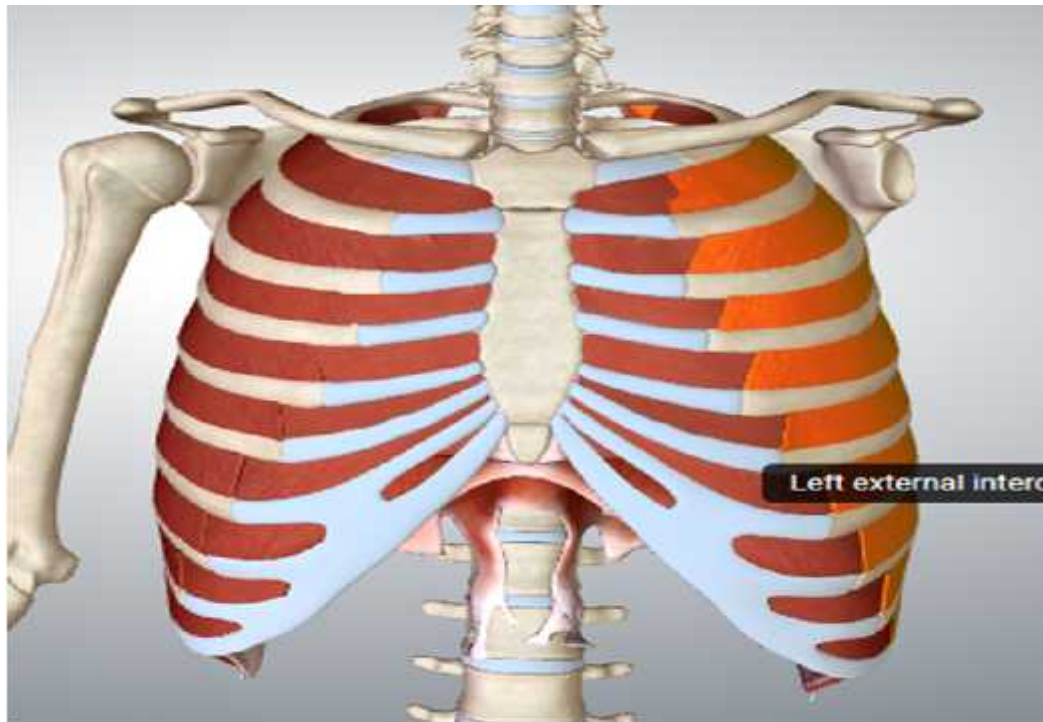
ΠΡΟΣΘΙΟΣ ΟΔΟΝΤΩΤΟΣ





-

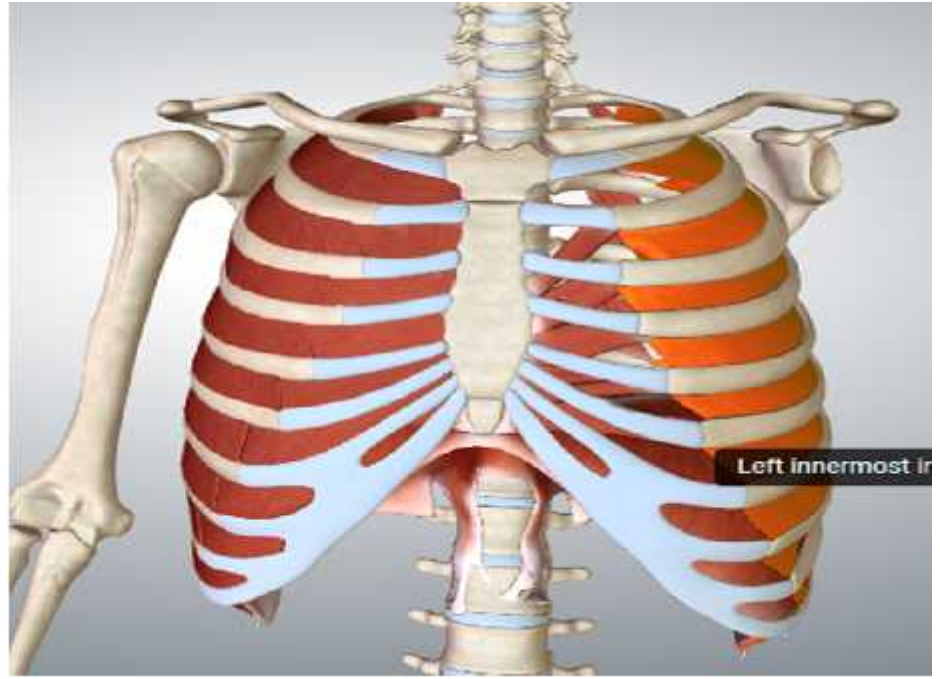
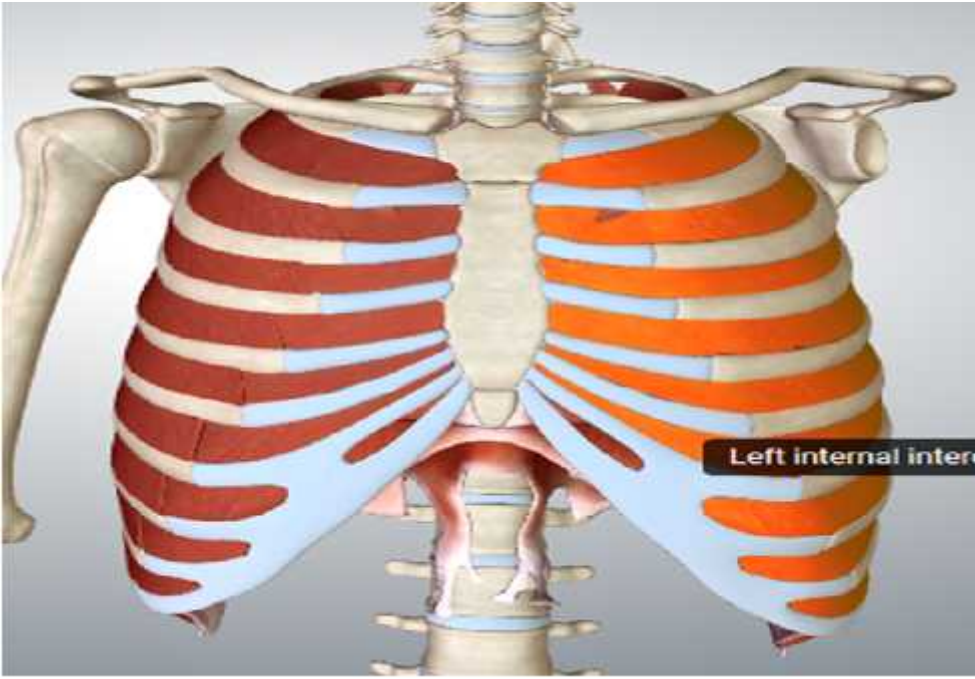
μ .

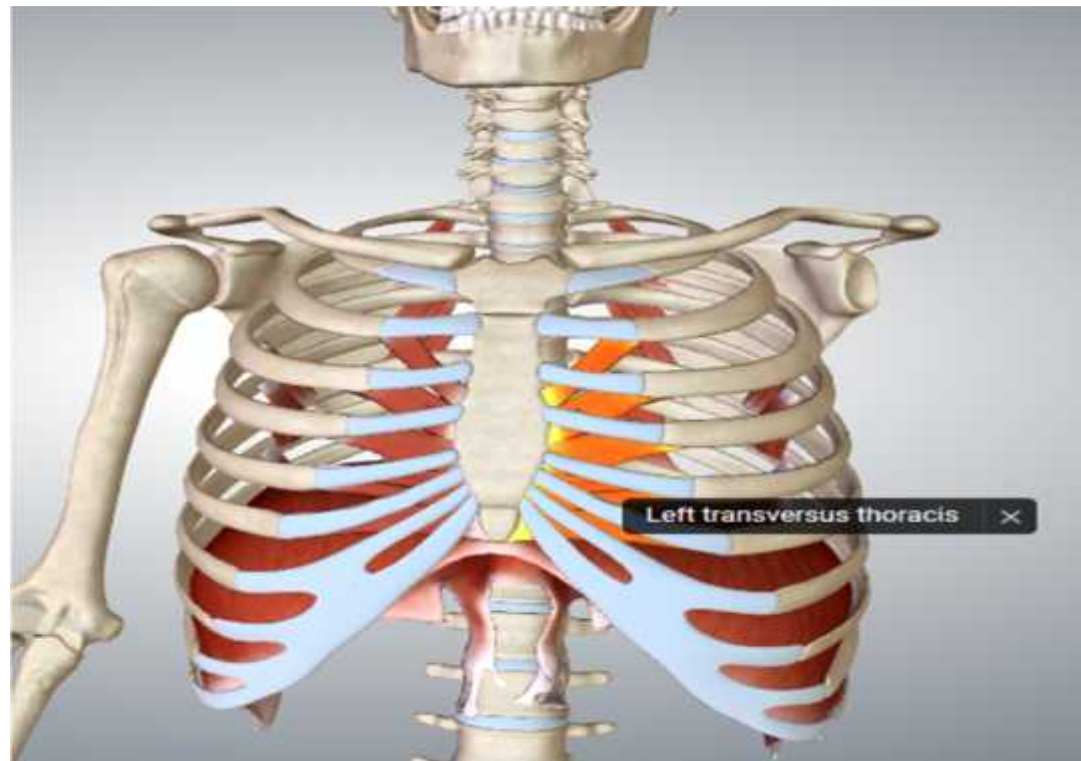




-

μ



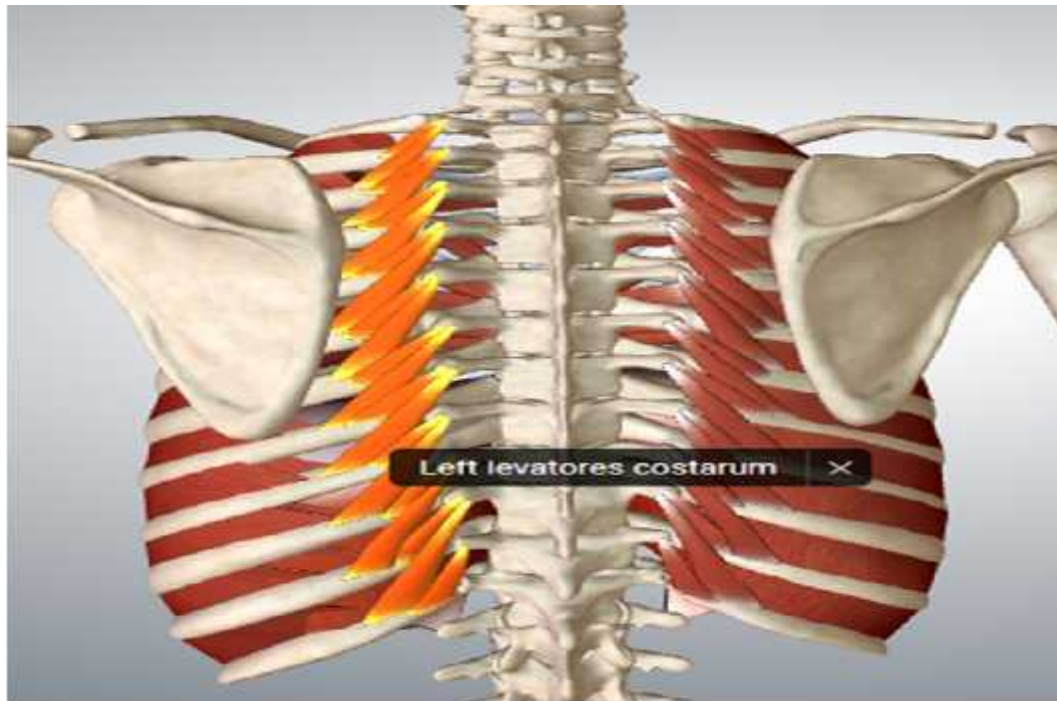




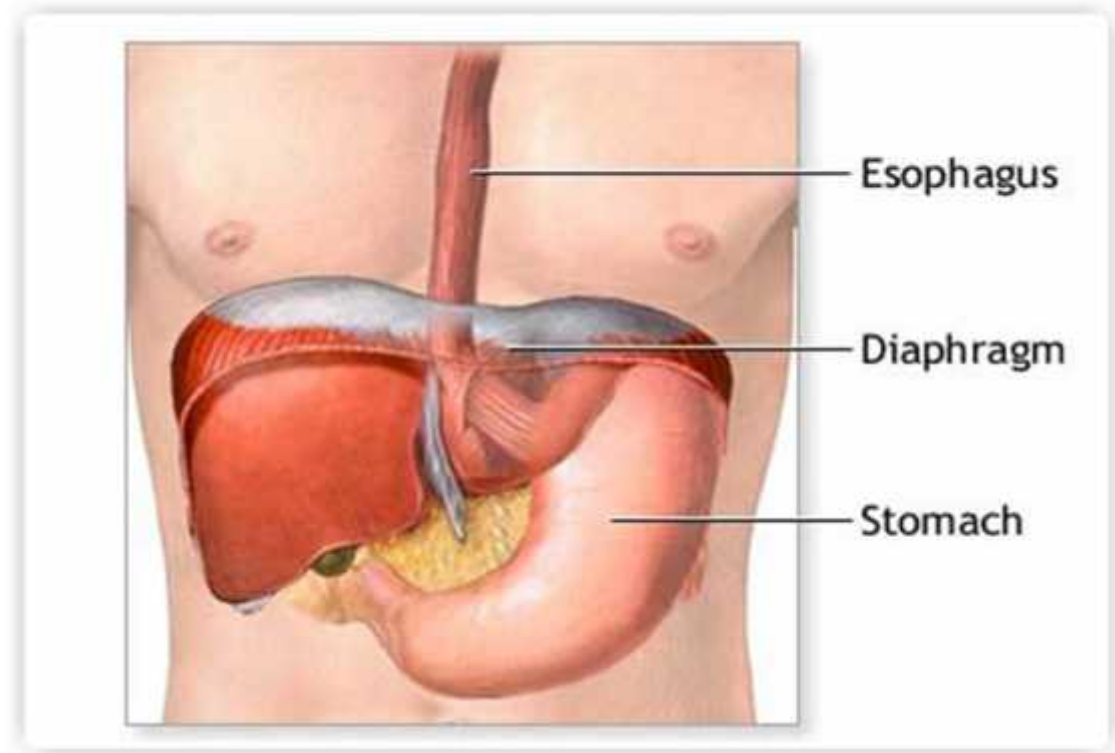
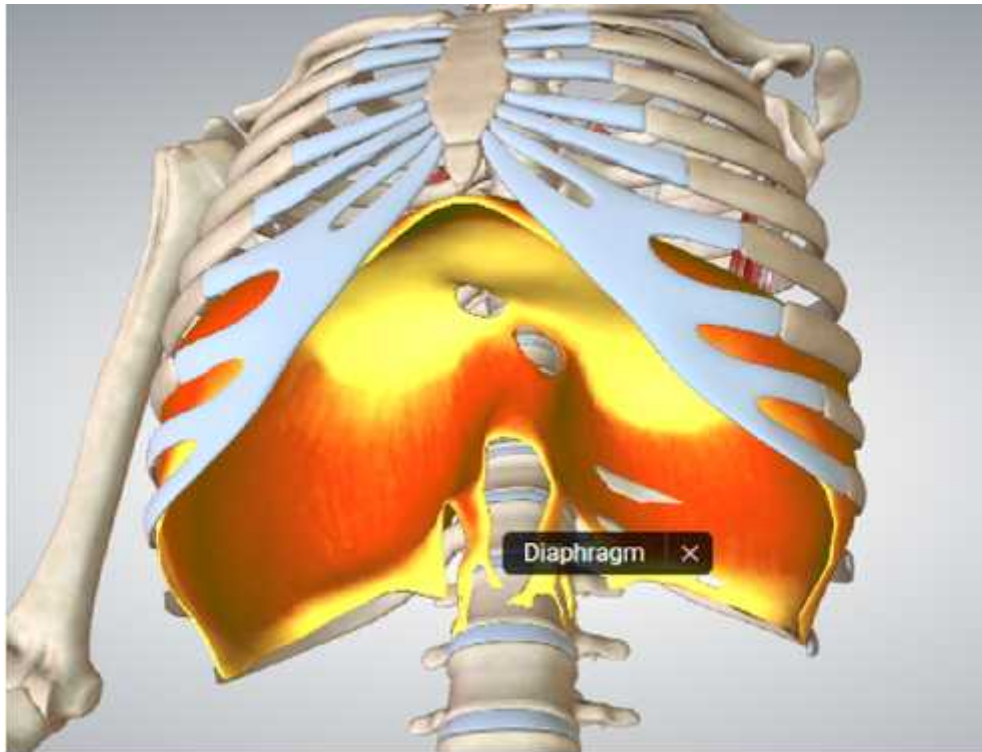
μ

μ

.



ΤΟ ΔΙΑΦΡΑΓΜΑ







μ

:

)

μ .

μ

μ

μ .

μ

μ

μ

μ

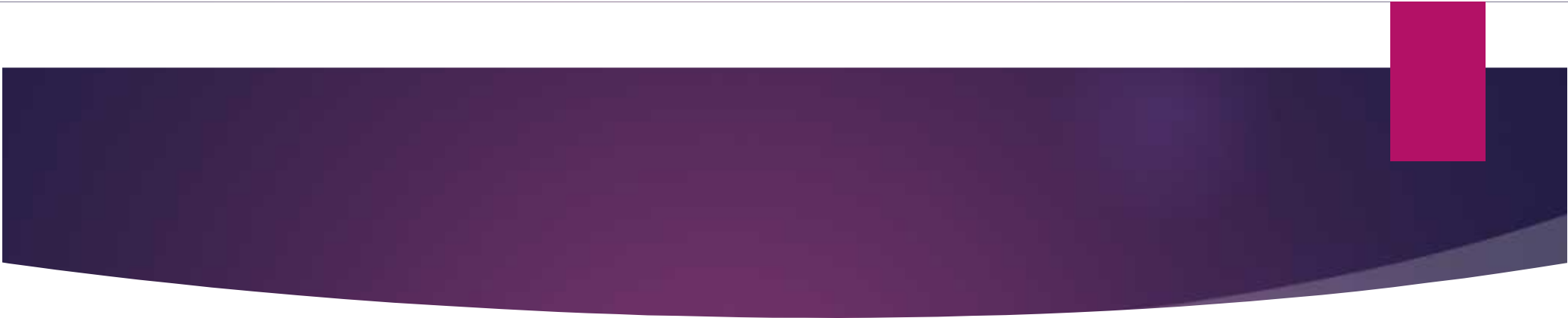
μμ .

)

.

)

μ .



μ : , .

:

μ

7 8

.

:

μ
μ

,

μμ .

μ .

:

:

μμ

μ ,

.

:

μμ μ

.

_____ μ :

μ

(

μ

μ

μ ,

μ

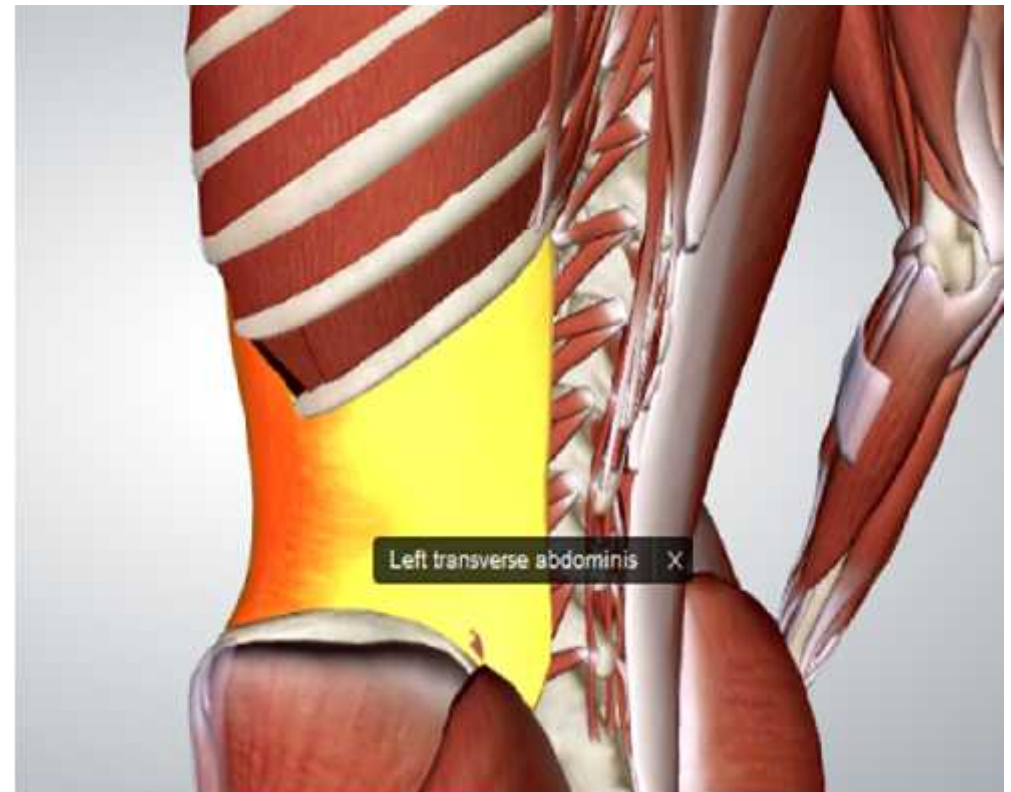
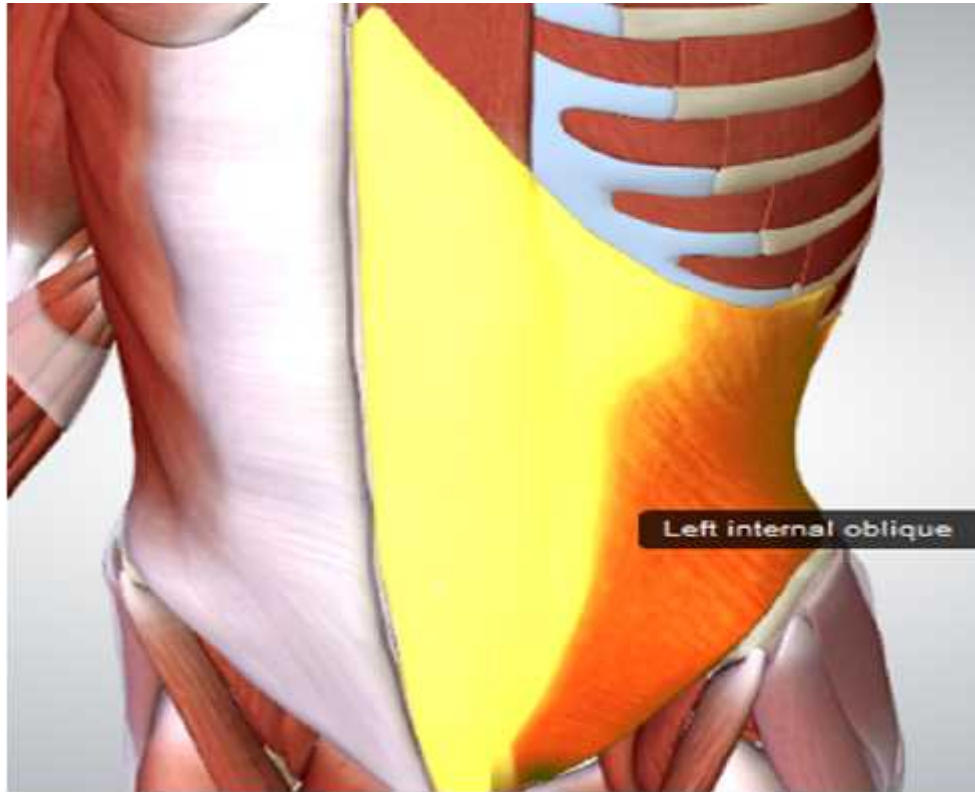
).

,

Πλάγιοι κοιλιακοί Έξω λοξός κοιλιακός μυς

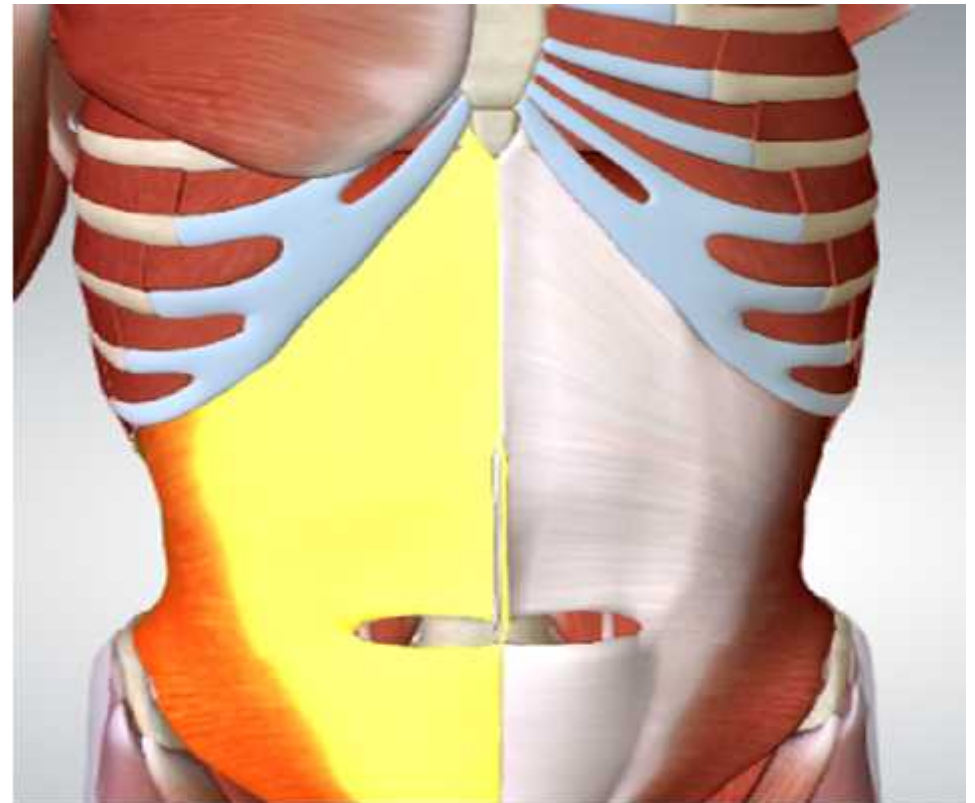


Πλάγιοι κοιλιακοί Έσω λοξός κοιλιακός μυς



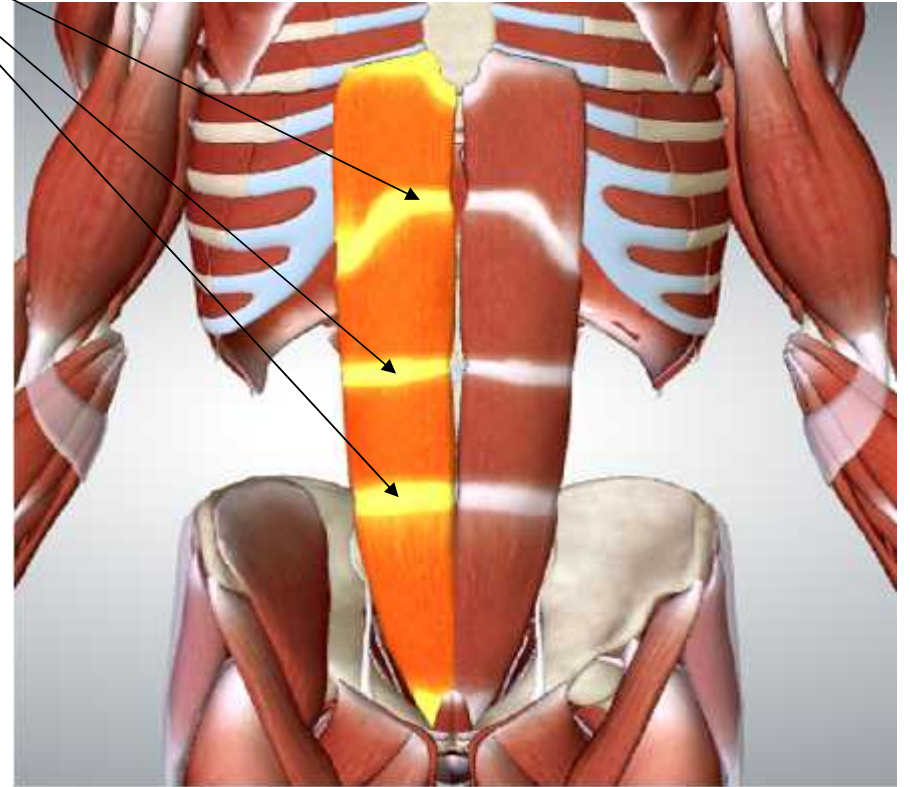
Πλάγιοι κοιλιακοί Εγκάρσιος κοιλιακός

- ▶ :
,
- μ .
: μμ μ
.
- ▶ :
,
- ▶ :
,



3-4

- ▶ : μ
- μ
- 5 -7
- ▶ :
- μ μ , μ .
- ▶ : μ μ .
- .

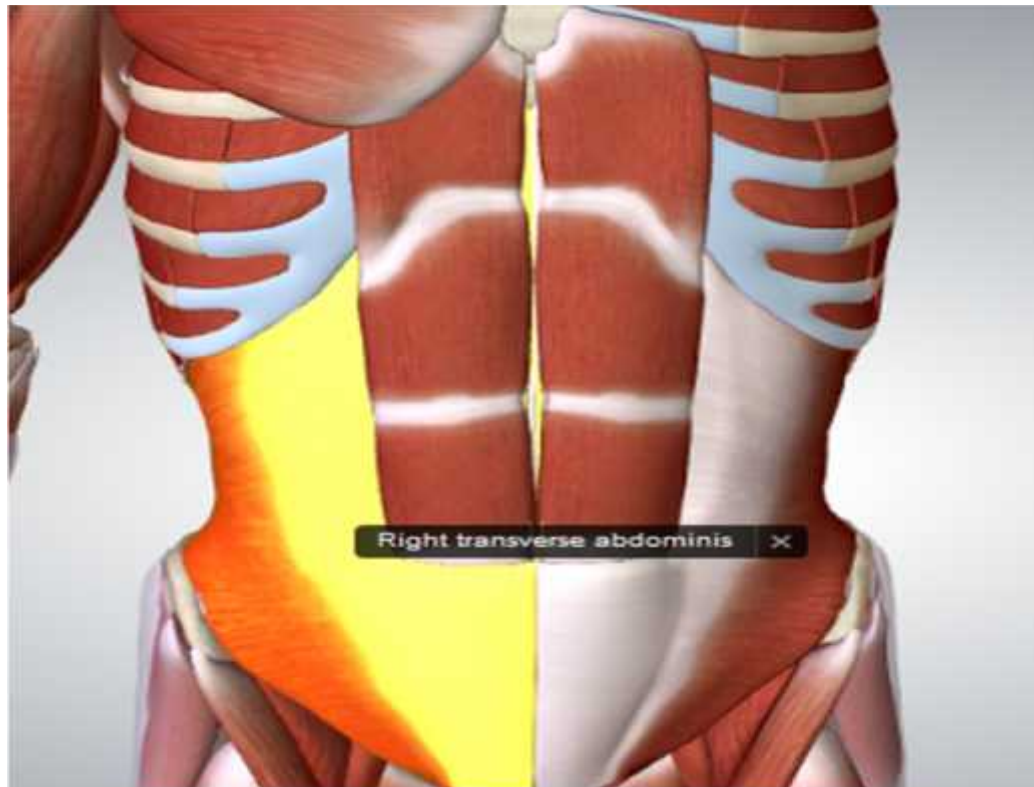




- ▶ : .
- ▶ .
- ▶ : μμ .
- ▶ : μμ .



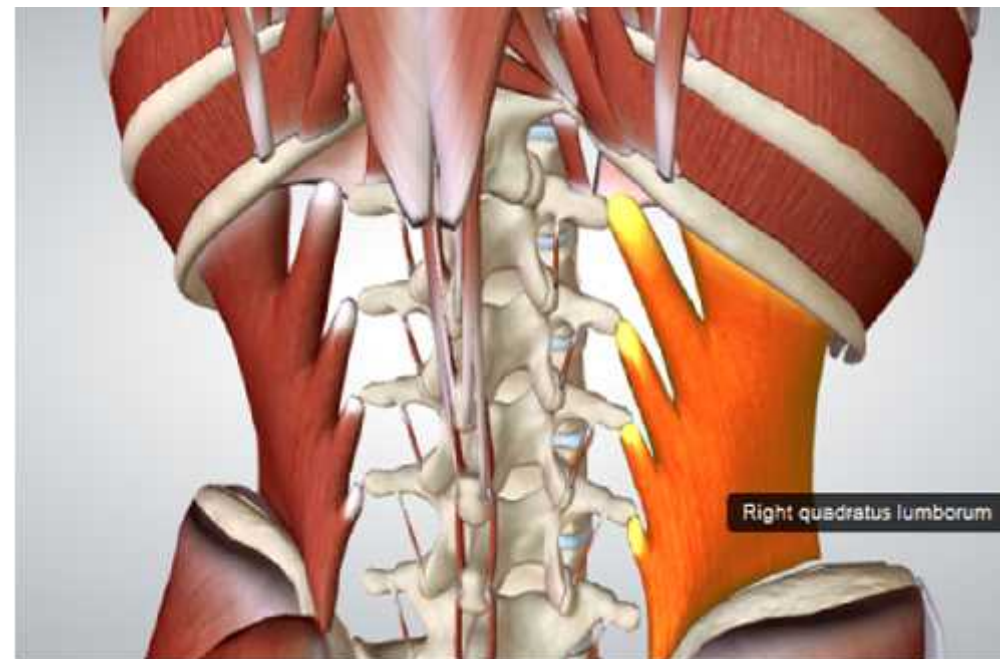
Ορθός κοιλιακός και εγκάρσιος κοιλιακός μυς



Οπίσθιοι κοιλιακοί μύες

Πολλές φορές ο τετράγωνος οσφυϊκός στην Κινησιολογία περιγράφεται- αναλύεται στην οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης.

▶
: () 2 -5
, μ ,
- .
: 12
:
, μ μ .



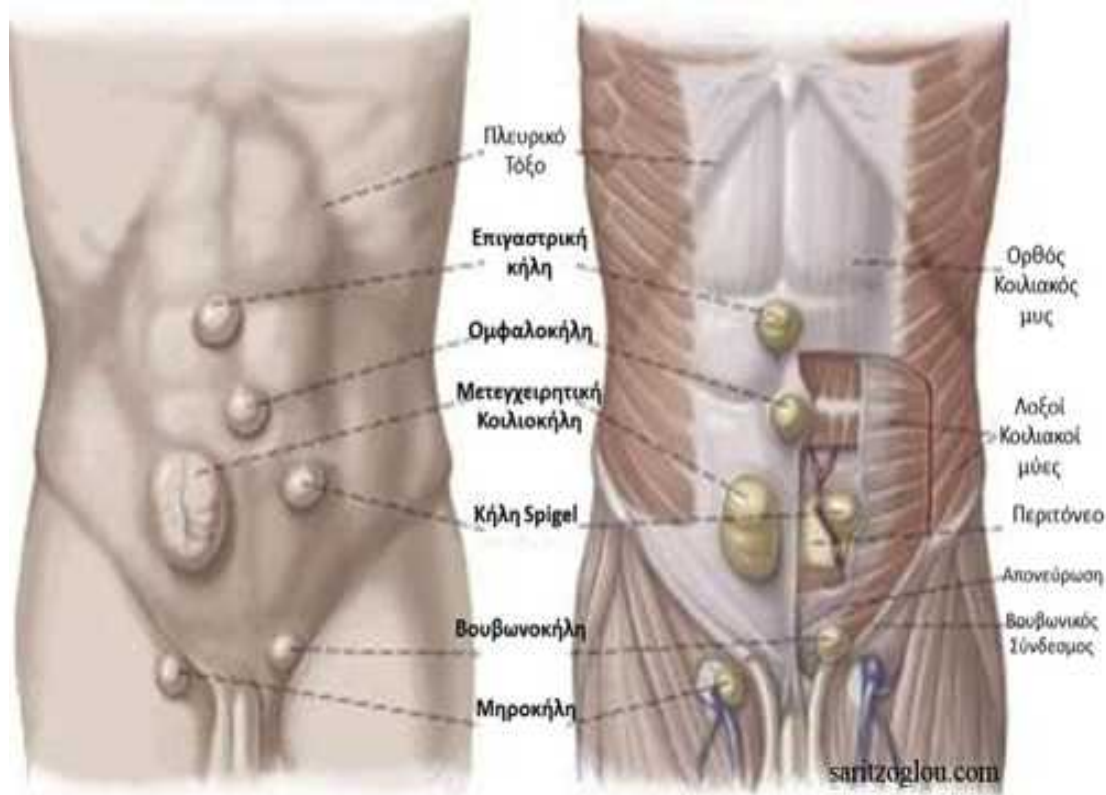
Πίσω μεριά του σώματος

Τετράγωνος οσφυϊκός



Ο τετράγωνος οσφυϊκός αποτελεί συνέχεια των εγκάρσιων κοιλιακών μυών και συντελεί στην κίνηση της πλάγιας κάμψης του κορμού και στην έκταση (όταν συσπώνται συμμετρικά).

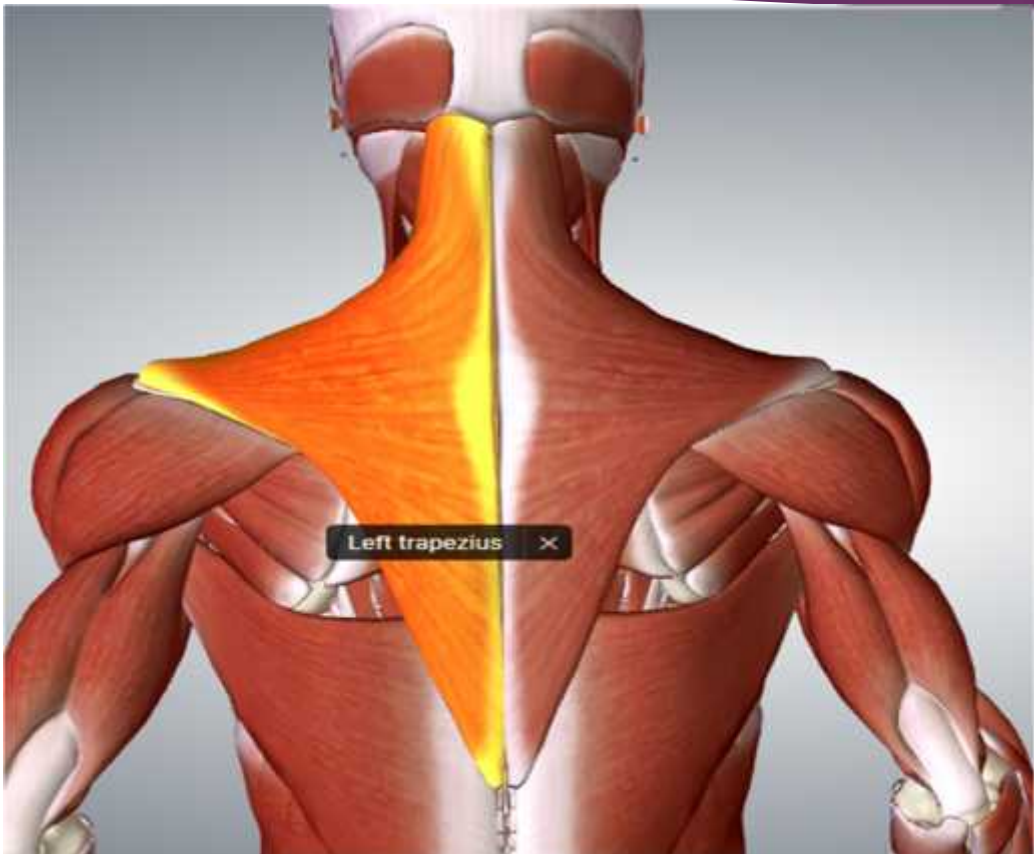
ΕΥΕΝΔΟΤΕΣ (ΕΥΑΛΩΤΕΣ) ΘΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΚΟΙΛΙΑΚΩΝ ΤΟΙΧΩΜΑΤΩΝ



μ
μ
,
μ
μ
.

ΜΥΕΣ ΤΗΣ ΡΑΧΗΣ

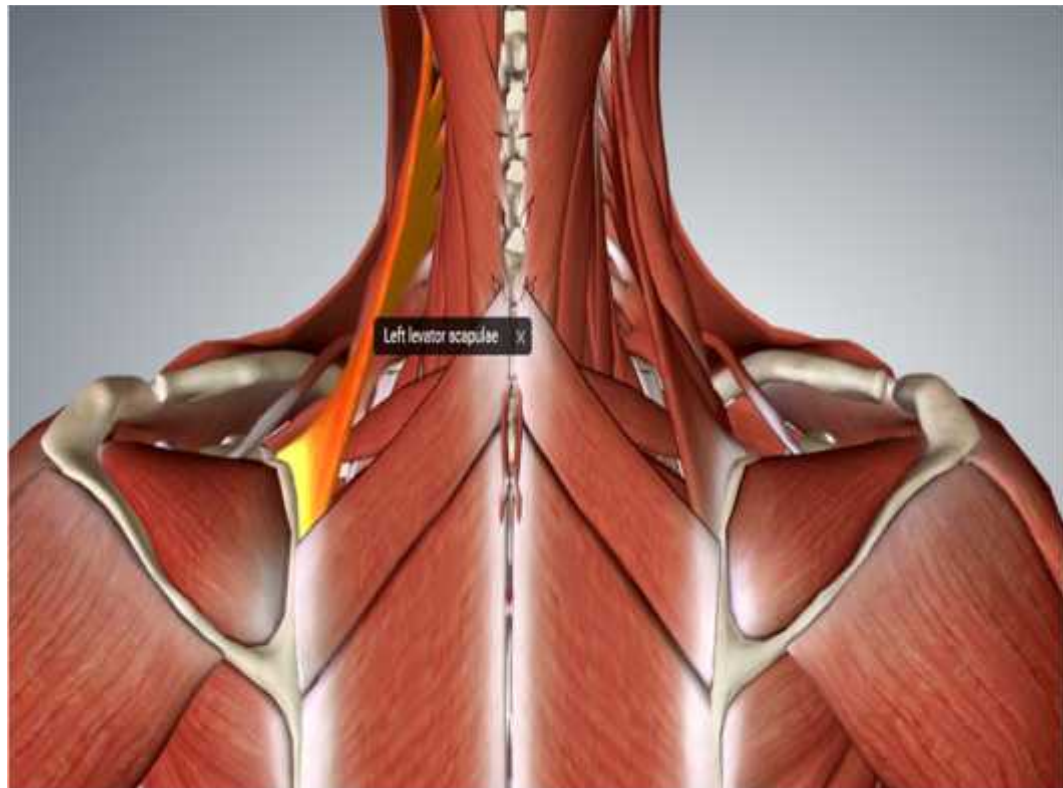
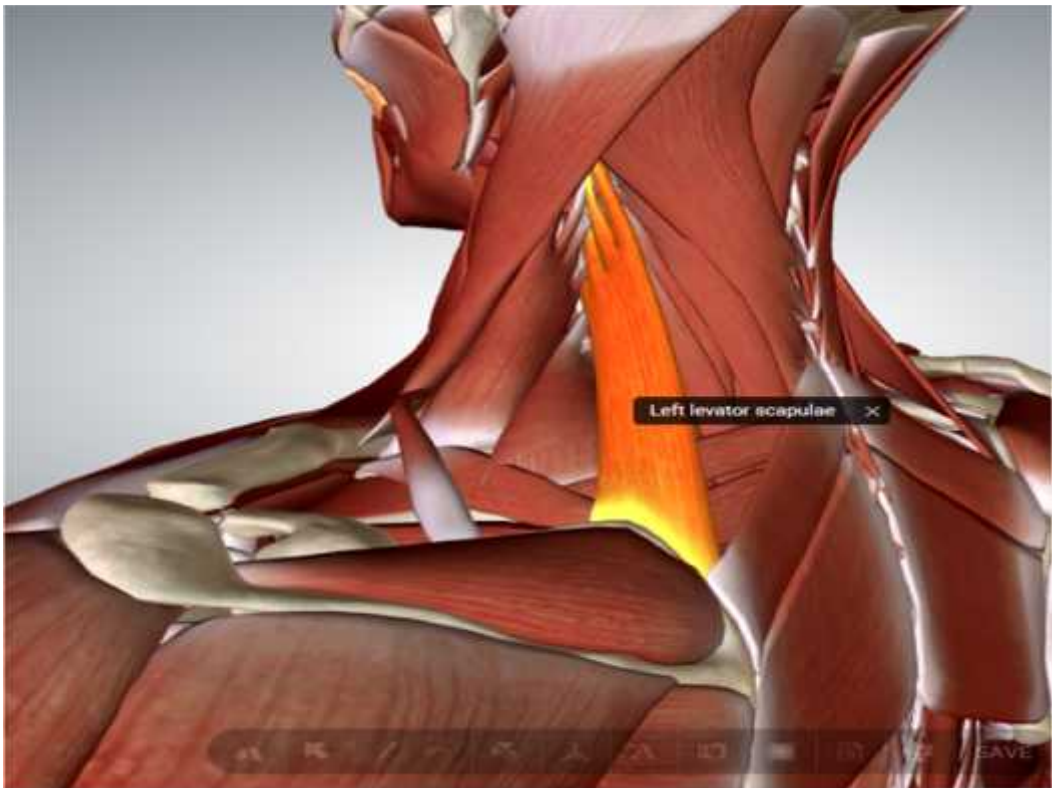
- μ
- _____ μ .
- _____ μ : μ , _____ μ ,
 μ (μ _____ μ), _____ μ ,
 (_____ μ).
- _____ μ : 1. _____ μ (_____ μ) , 2. _____ μ , _____ μ (_____ μ) _____ μ _____ μ , 3. _____ μ , _____ μ .
- _____ μ , _____ μ _____ μ .



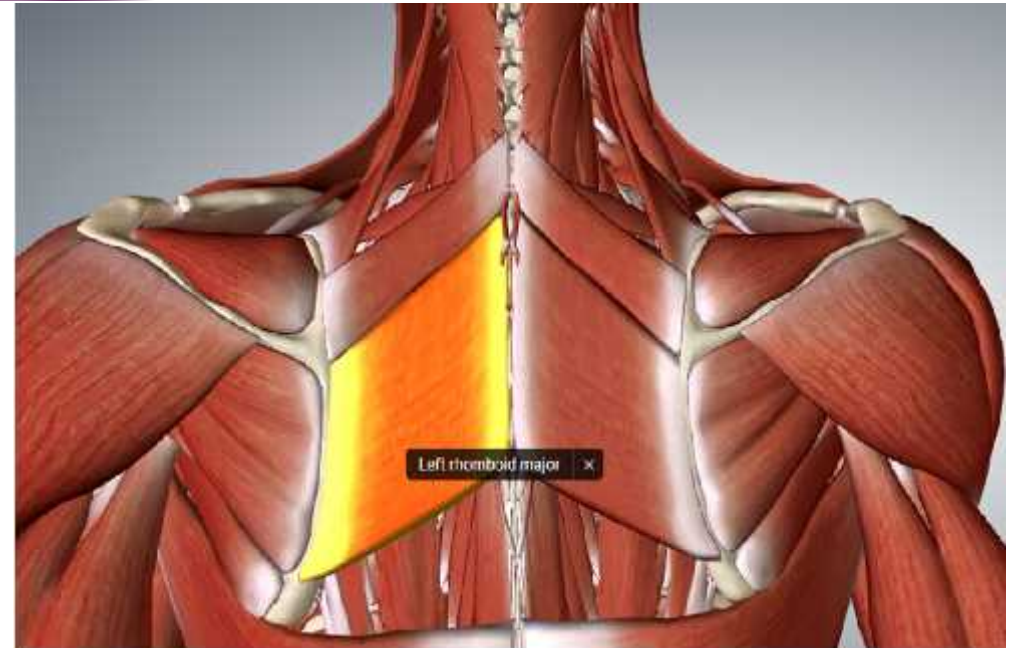
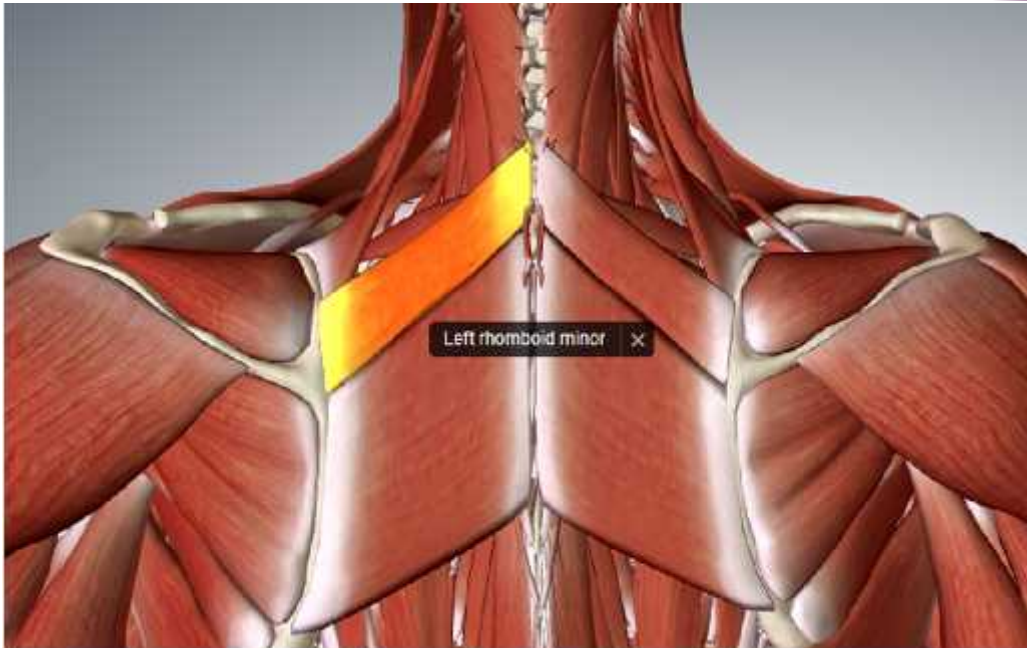
- ▶ μ : μ ,
- ▶ μ μ : .
- ▶ μ : μ
- ▶ μ μ μ :



μ (μ μ μ) .



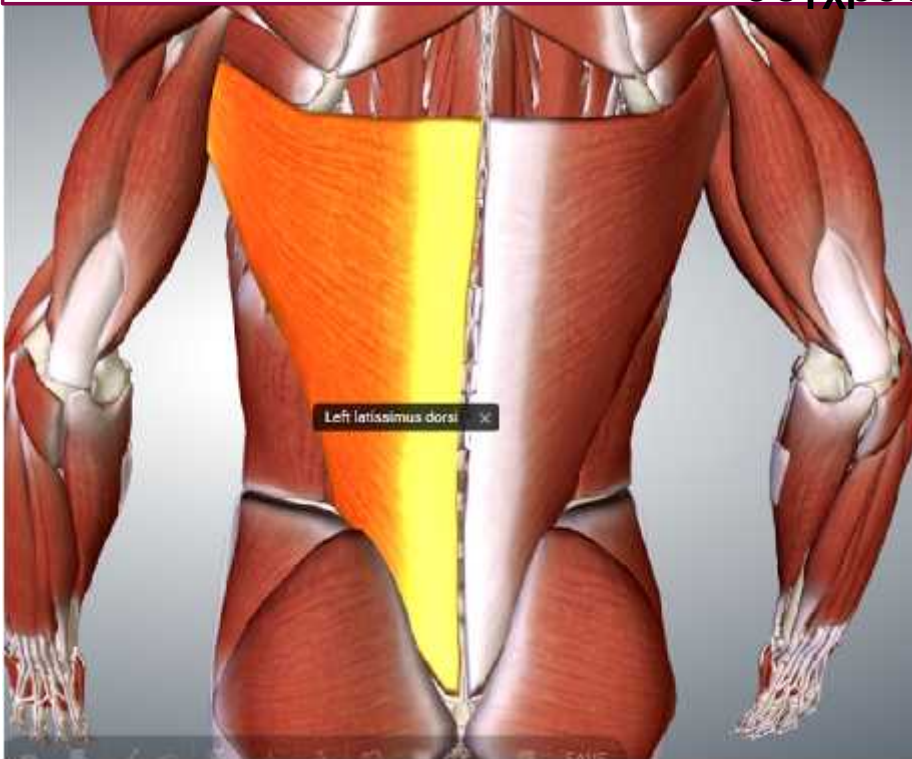
()



μ

μ , . μ
μ .

Φέρνει προς τα κάτω τον ανυψωμένο βραχίονα και στη συνέχεια προς τα πίσω, στρέφοντας συγχρόνως προς τα έξω.

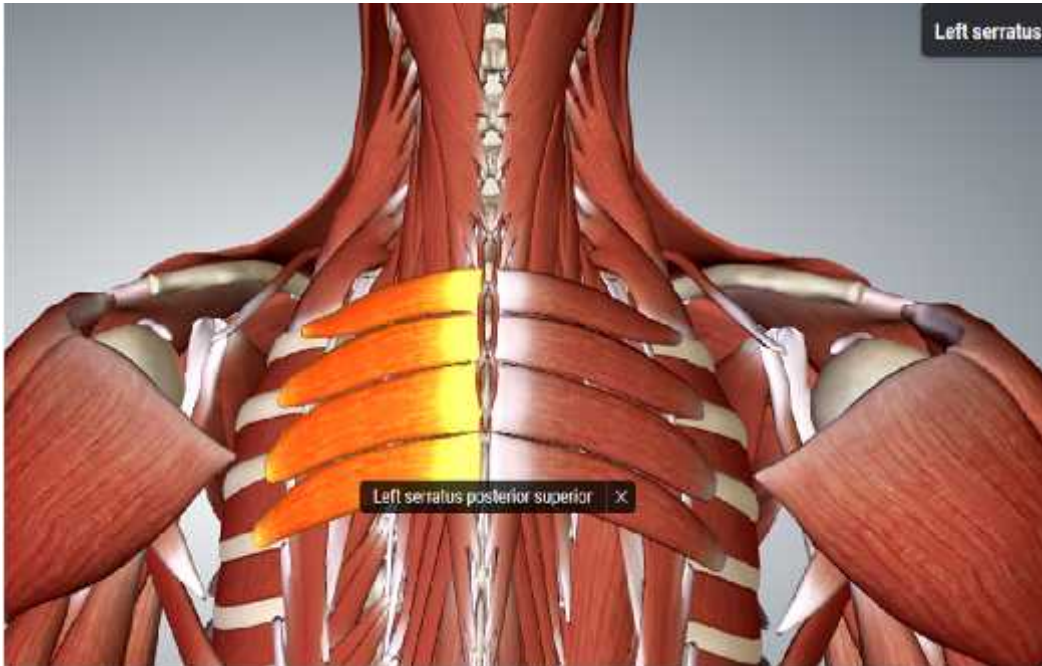


(&)

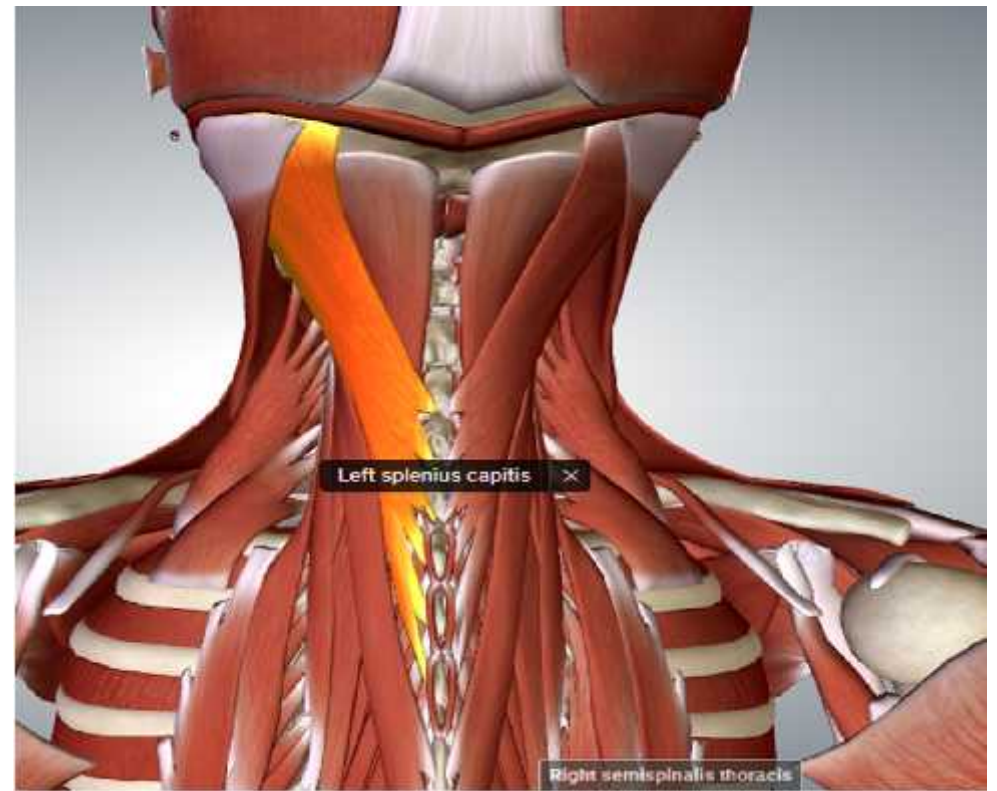
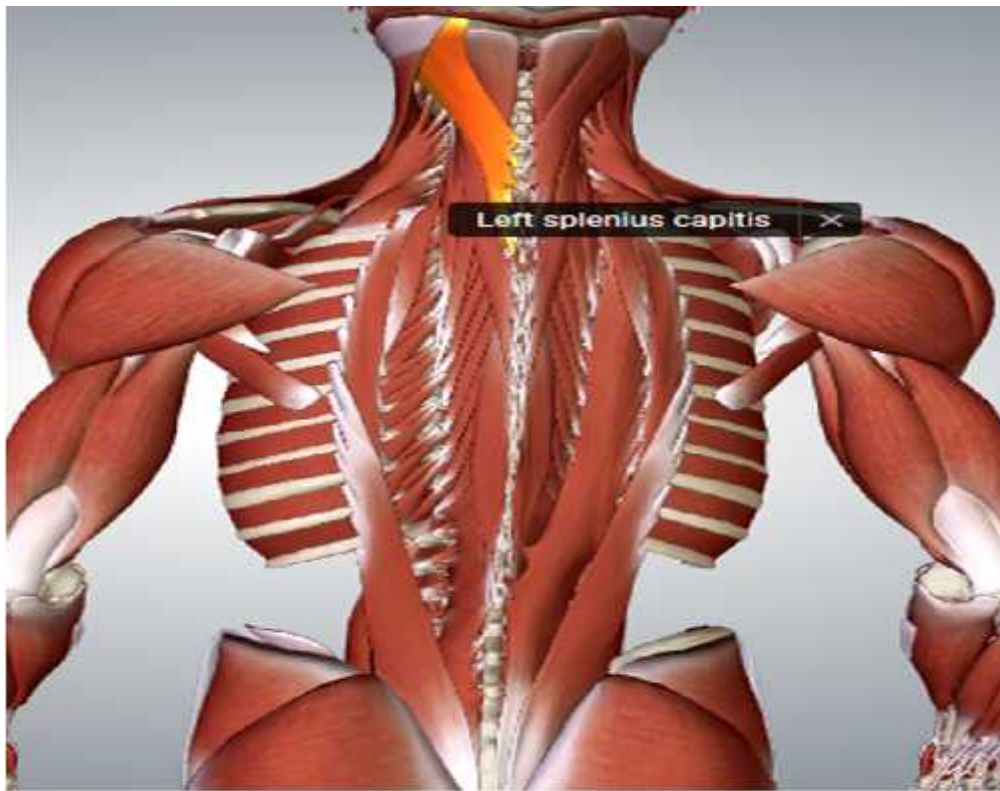
2 - 5 (

μ)

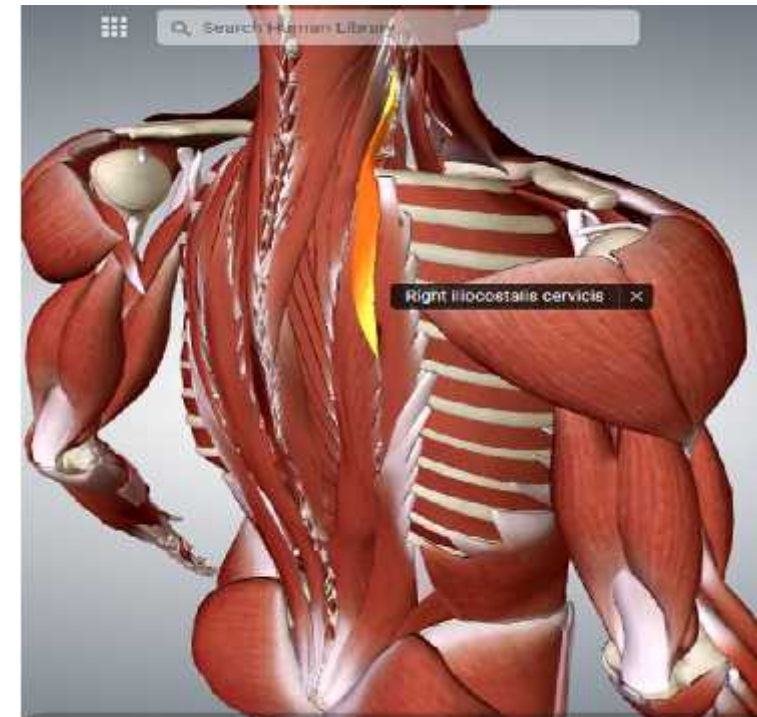
(μ)



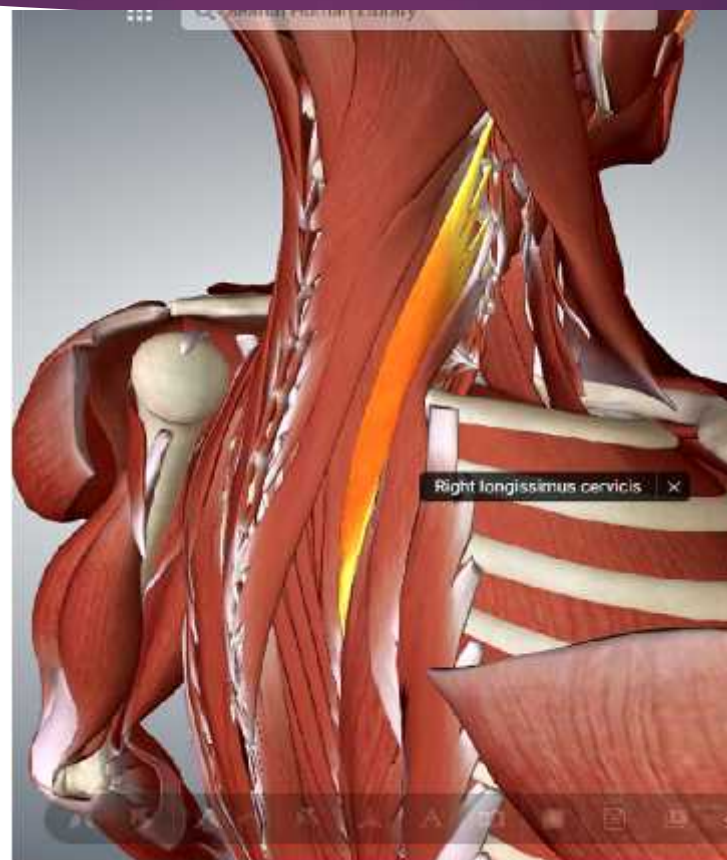
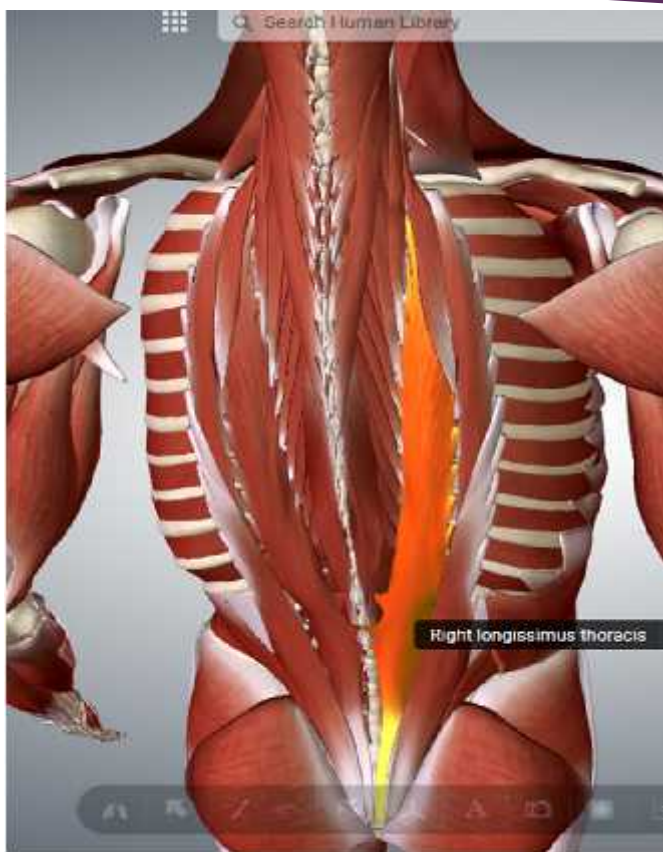
Αμφίπλευρη ενέργεια: Έκταση της κεφαλής. Ετερόπλευρη ενέργεια: Στροφή της κεφαλής προς το μυ που συσπάται.



ΛΑΓΟΝΟΠΛΕΥΡΙΚΟΣ: ΟΣΦΥΙΚΟΣ ΛΑΓΟΝΟΠΛΕΥΡΙΚΟΣ, ΘΩΡΑΚΙΚΟΣ ΛΑΓΟΝΟΠΛΕΥΡΙΚΟΣ, ΑΥΧΕΝΙΚΟΣ ΛΑΓΟΝΟΠΛΕΥΡΙΚΟΣ.



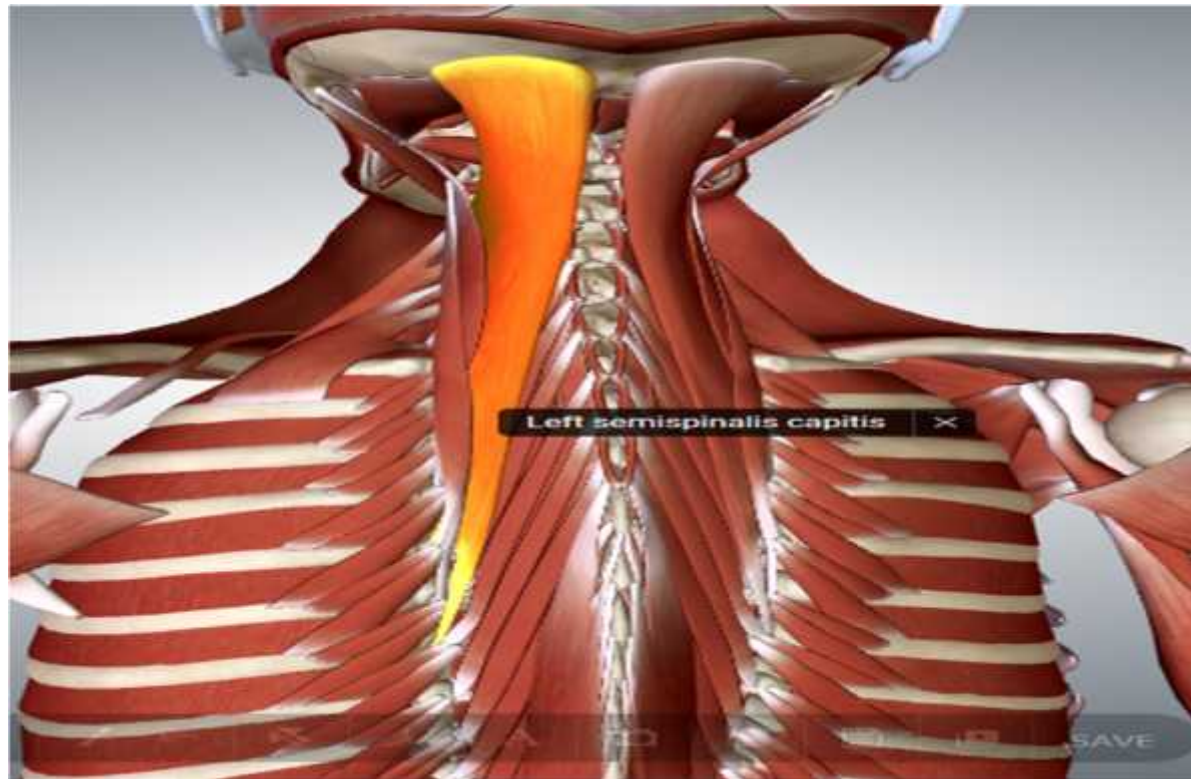
ΜΗΚΙΣΤΟΣ ΜΥΣ: ΜΗΚΙΣΤΟΣ ΘΩΡΑΚΙΚΟΣ, ΜΗΚΙΣΤΟΣ ΑΥΧΕΝΙΚΟΣ, ΜΗΚΙΣΤΟΣ ΚΕΦΑΛΙΚΟΣ



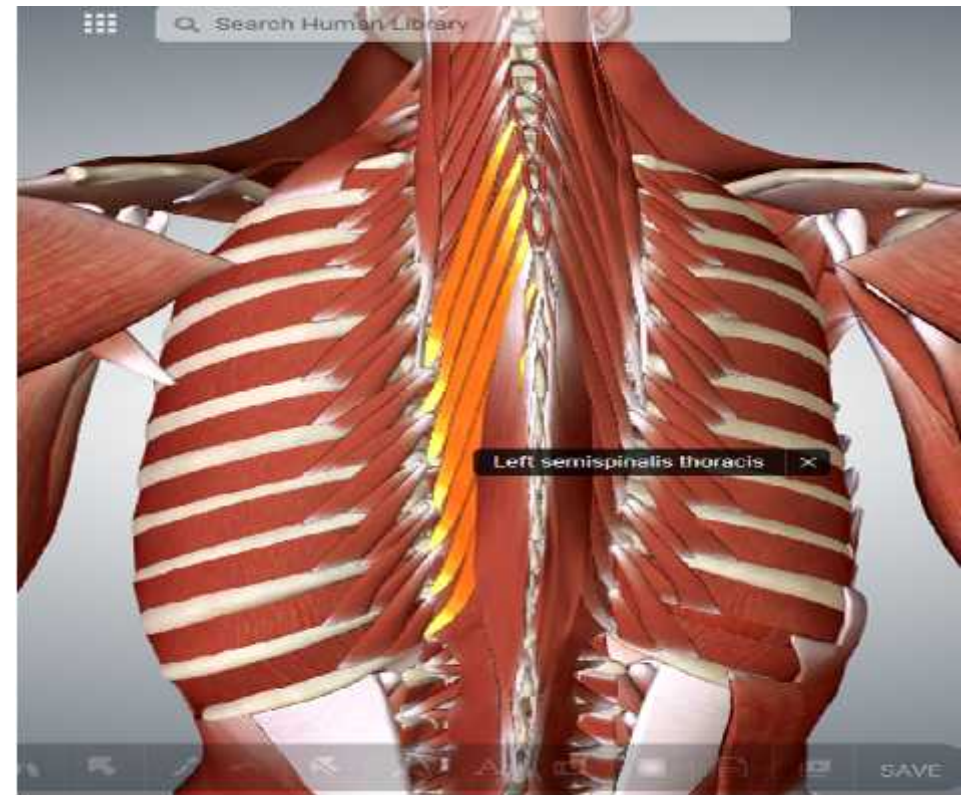
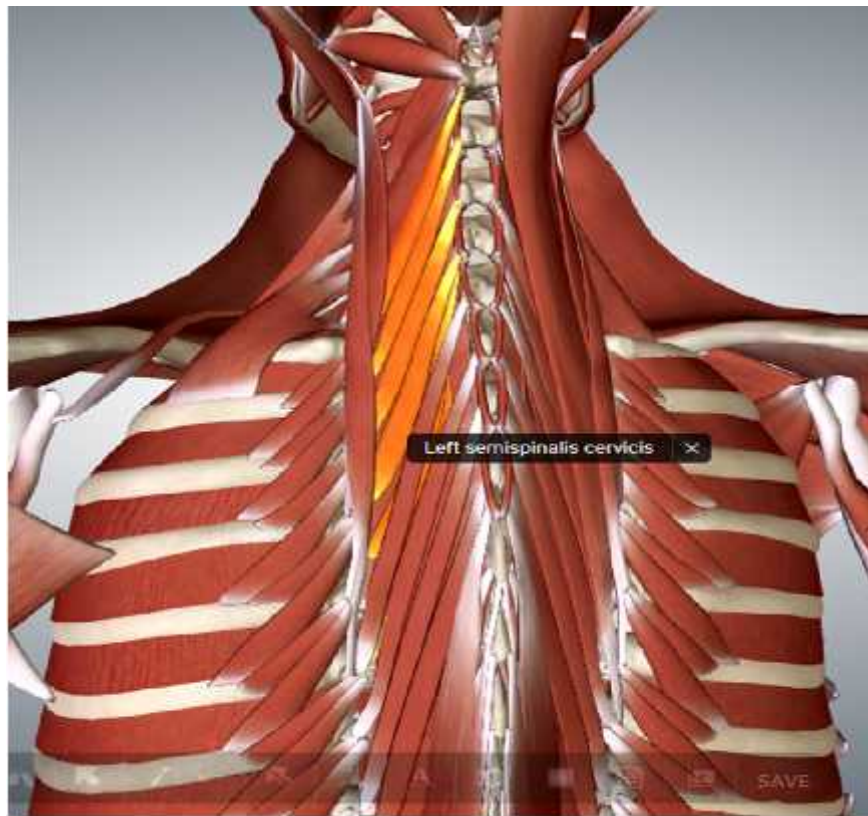
ΙΕΡΟΝΩΤΙΑΙΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

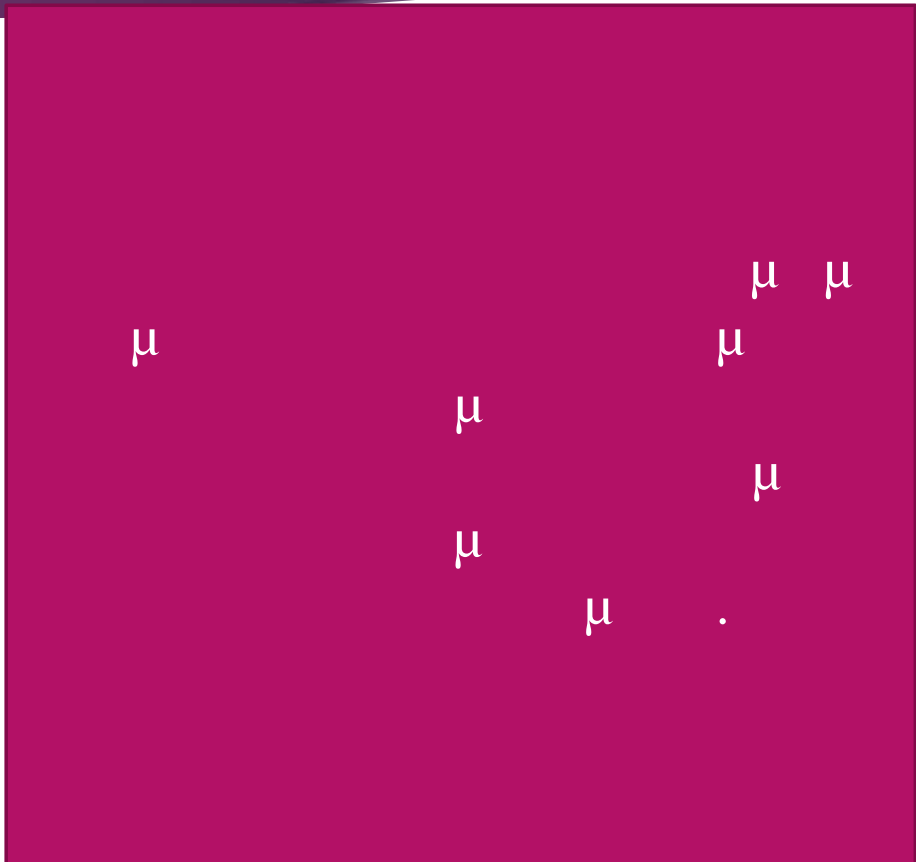
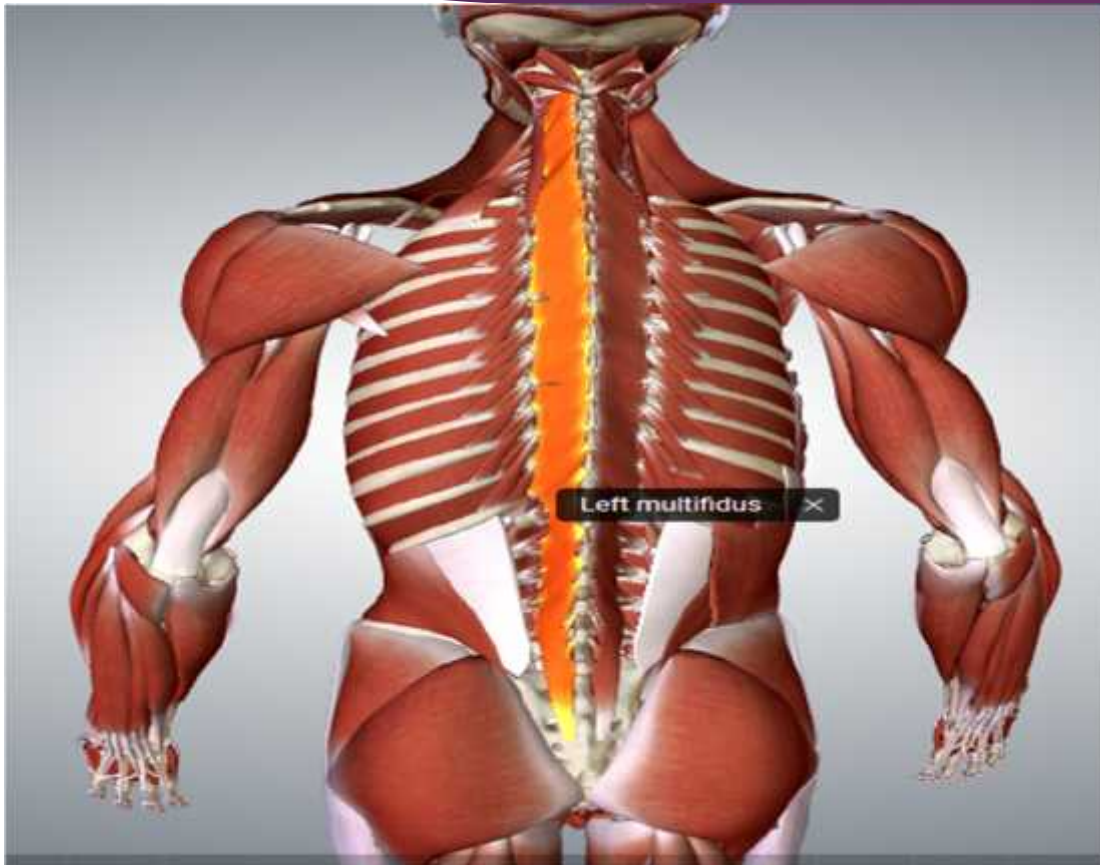
- ▶ Ο λαγονοπλευρικός, ο μήκιστος και ο ακανθώδης (διπλανή φωτογραφία) με αμφοτερόπλευρη δράση προκαλούν έκταση της κεφαλής και του λαιμού και σε ετερόπλευρη δράση προκαλούν κάμψη του κορμού στη σύστοιχη πλευρά.

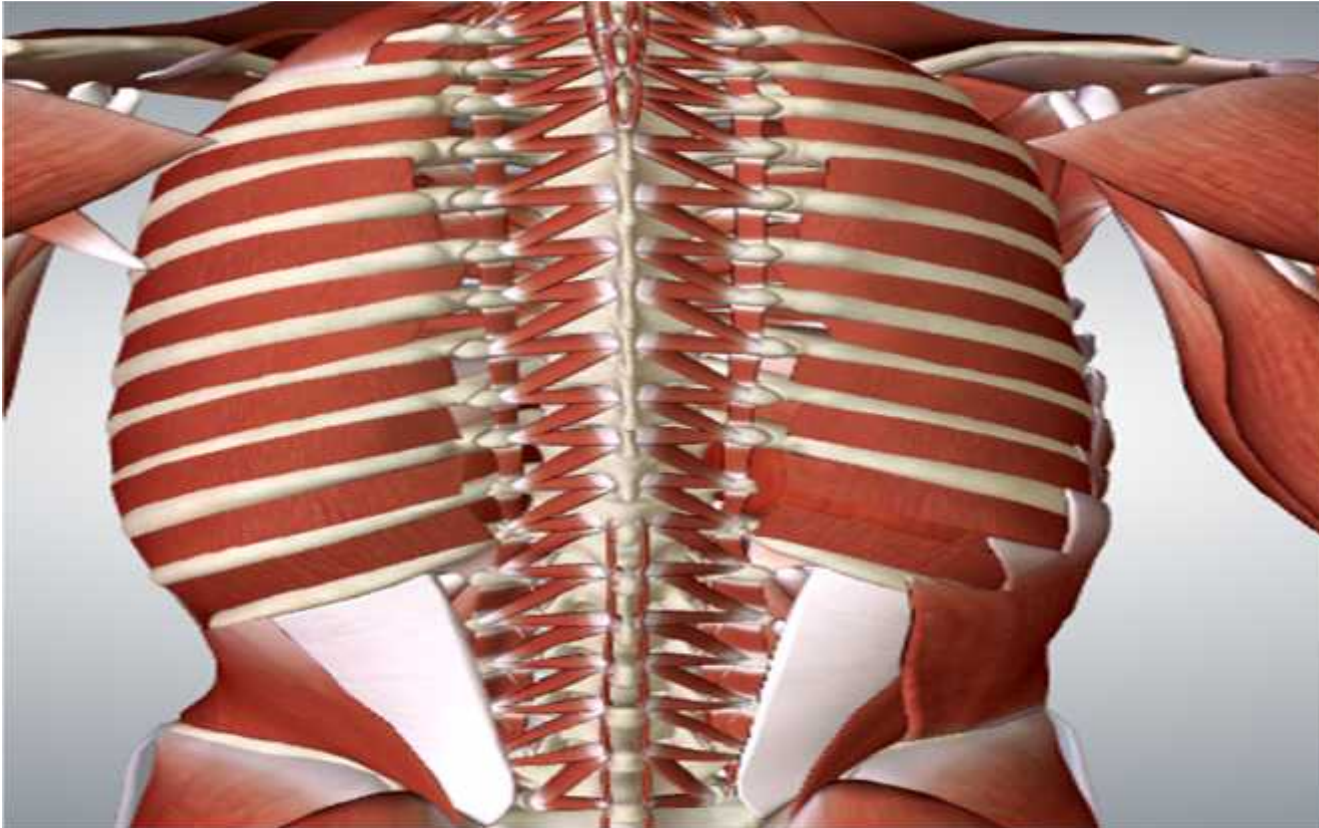




&







ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Νίκος Μ. Δούκας. Κινησιολογία. Ιατρικές Εκδόσεις Λίτσας,
- Πέτρος Α. Πουλμέντης. Βιολογική Μηχανική & Εργονομία. Εκδόσεις Καπόπουλος. Αθήνα 2007.
- Brunnhstrom's. Κλινική Κινησιολογία. Εκδόσεις Παρισσιανού. 5^η Έκδοση. Αθήνα 2005.
- Ιωάννης Χατζημπούγιας. Στοιχεία Ανατομικής. Εκδόσεις GM DESIGN. Αθήνα 2007.
- <https://human.biodigital.com>