

Мышцы ягодичной области (Regio glutea)



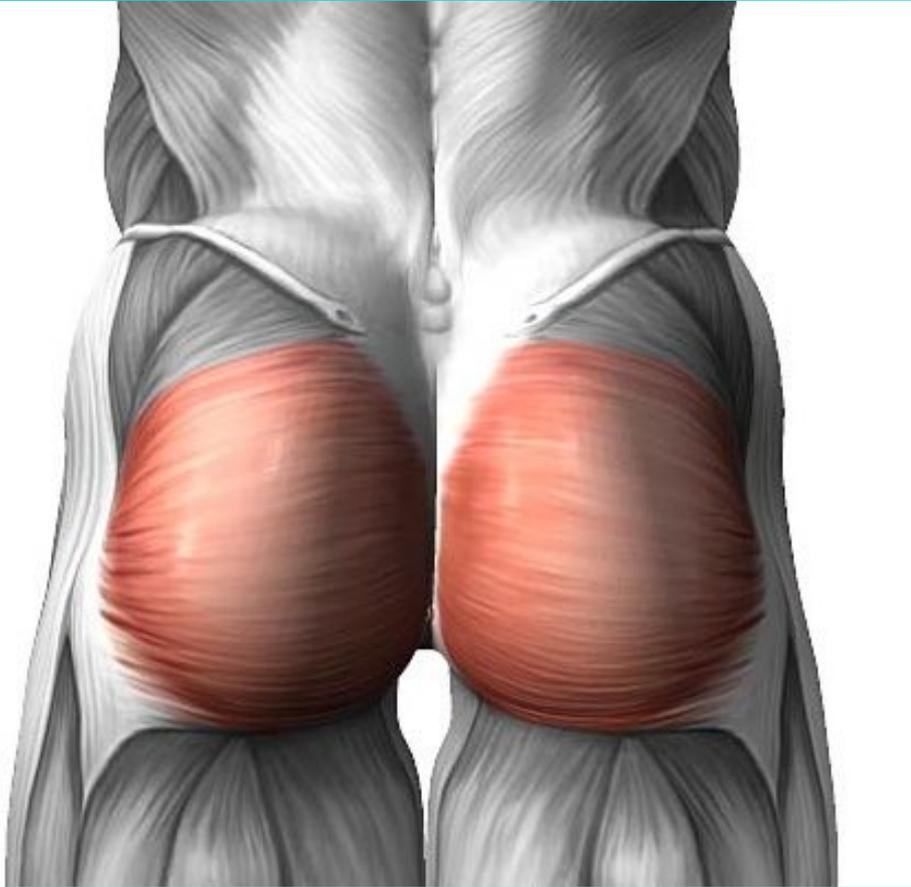
Мышцы ягодичной области (Regio glutea)

Мышцы ягодиц

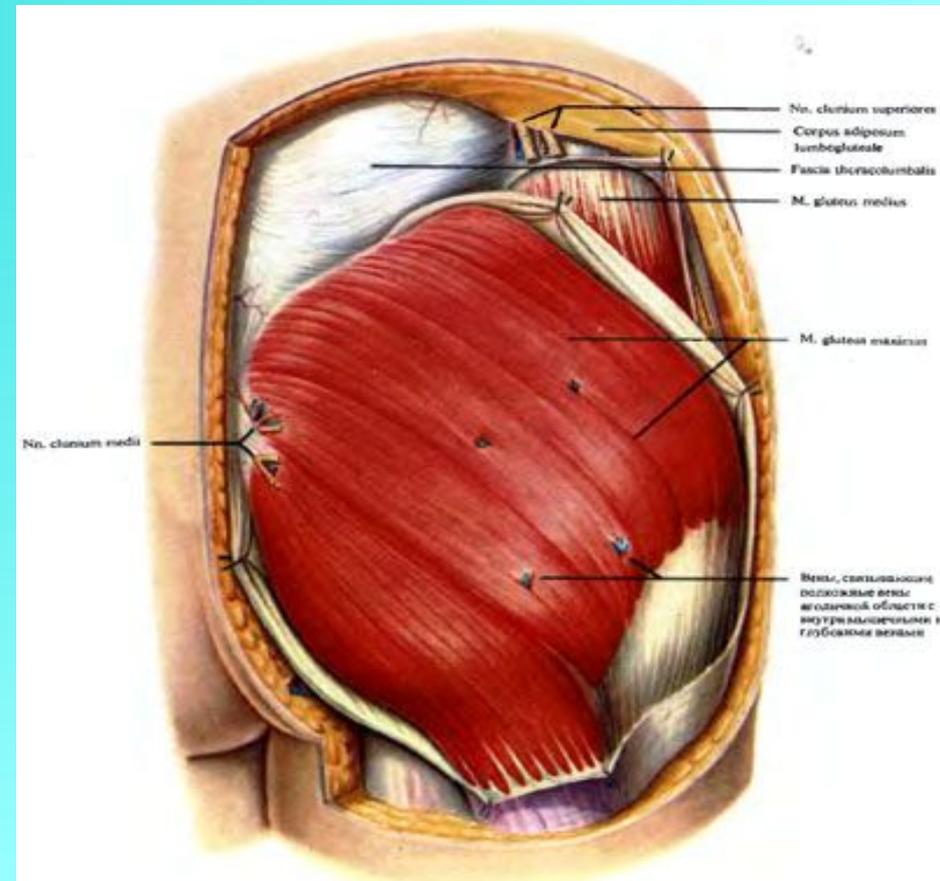


Мышцы ягодичной области располагаются в три слоя - поверхностный, средний и глубокий слои. Поверхностный слой представлен **большой ягодичной мышцей** (m. gluteus maximus) и **напрягателем широкой фасции бедра** (m. tensor fasciae latae). В среднем слое располагаются **средняя ягодичная мышца** (m. gluteus medius) и **квадратная мышца бедра** (m. quadratus femoris). Глубокий слой образован **малой ягодичной мышцей** (m. gluteus minimus) и **наружной запирающей мышцей** (m. obturatorius externus).

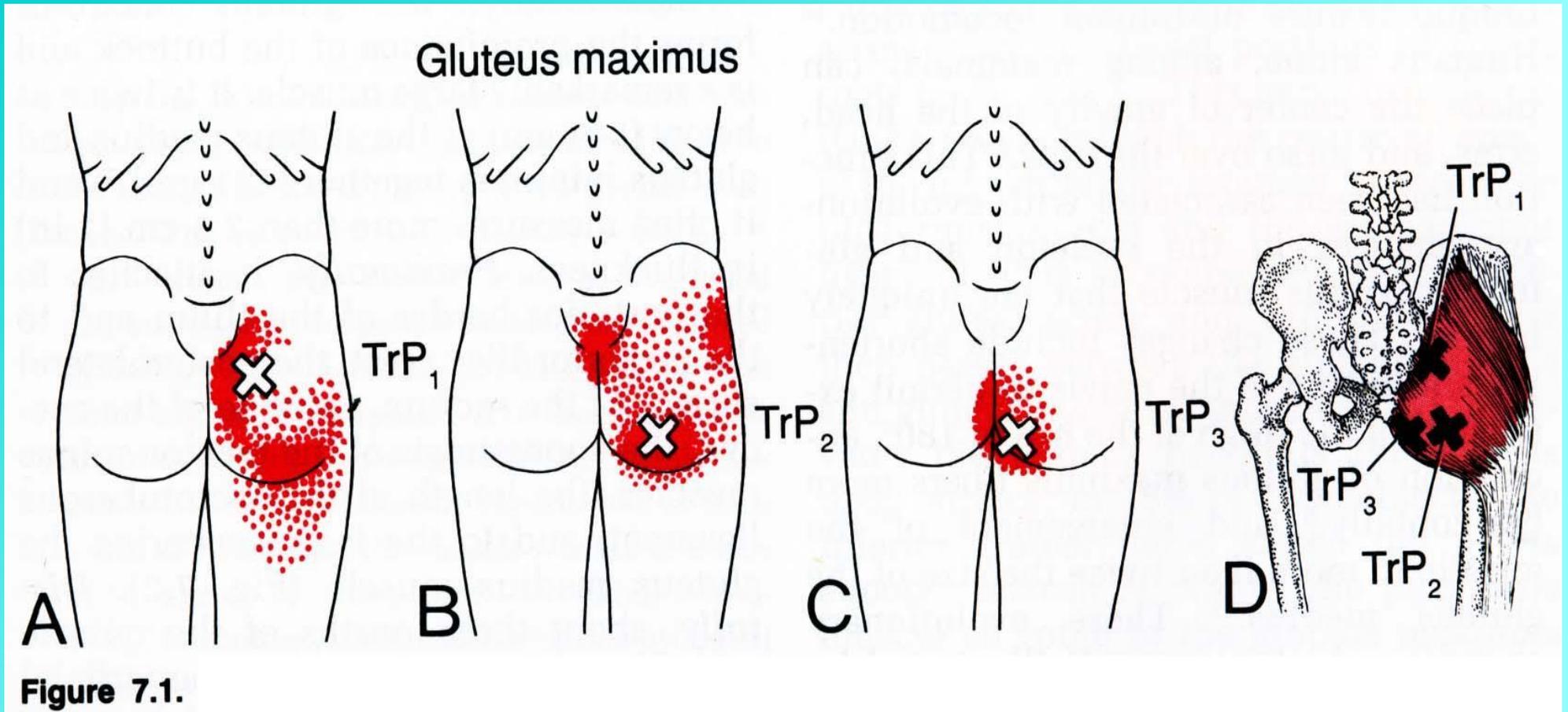
Большая ягодичная мышца m. gluteus maximus



Большая ягодичная мышца (m. gluteus maximus), образующая рельеф ягодиц, начинается на дорсальной стороне подвздошной кости, крестца и копчика, на крестцово-бугорной связке. Прикрепляется к ягодичной бугристости бедренной кости.
Функция: разгибает бедро, супинирует его, при укрепленной ноге разгибает туловище, поддерживает равновесие таза и туловища.
Одна из основных мышц прямохождения

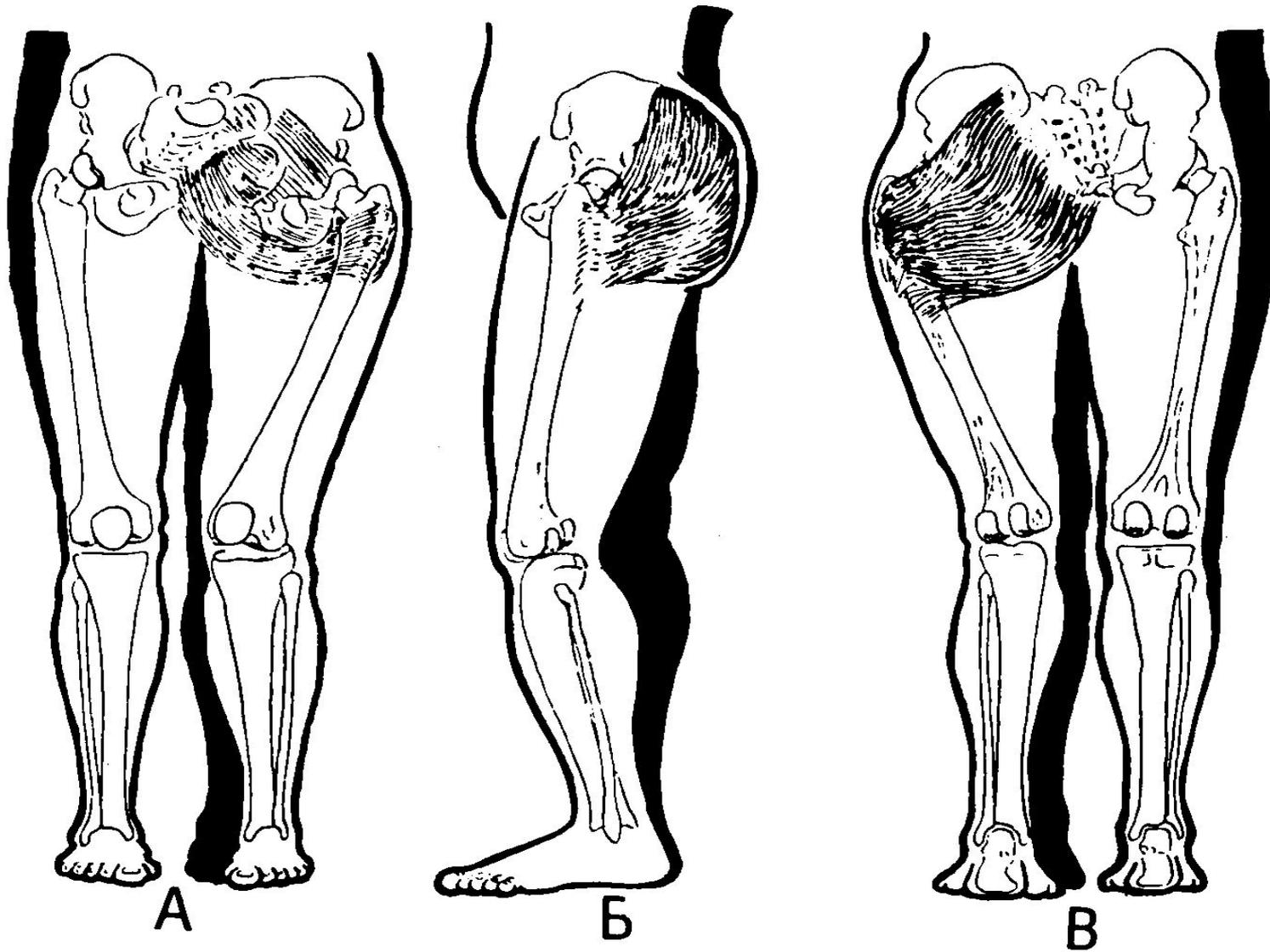


паттерн отраженной боли от триггерных точек большой ягодичной мышцы



- A - поверхностная средняя порция,**
- B - нижняя средняя порция,**
- C - нижняя порция**
- D - локализация триггерных точек**

Патологическая статика при слабости одной из больших ягодичных мышц



**Деформация контура тела при расслаблении большой ягодичной мышцы
А - вид спереди Б - вид сбоку В - вид сзади**

Напрягатель широкой фасции бедра - musculus tensor fasciae latae

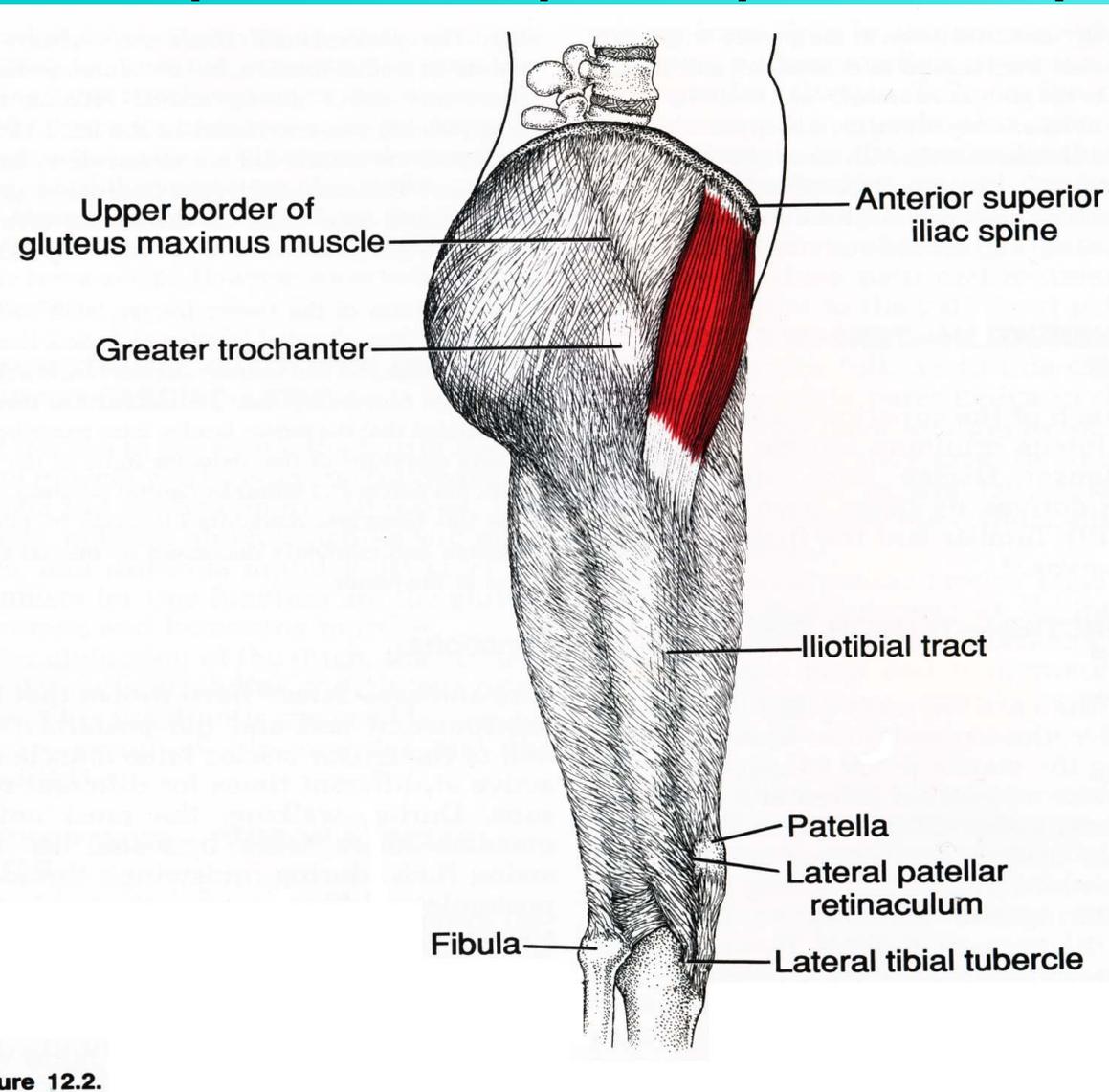


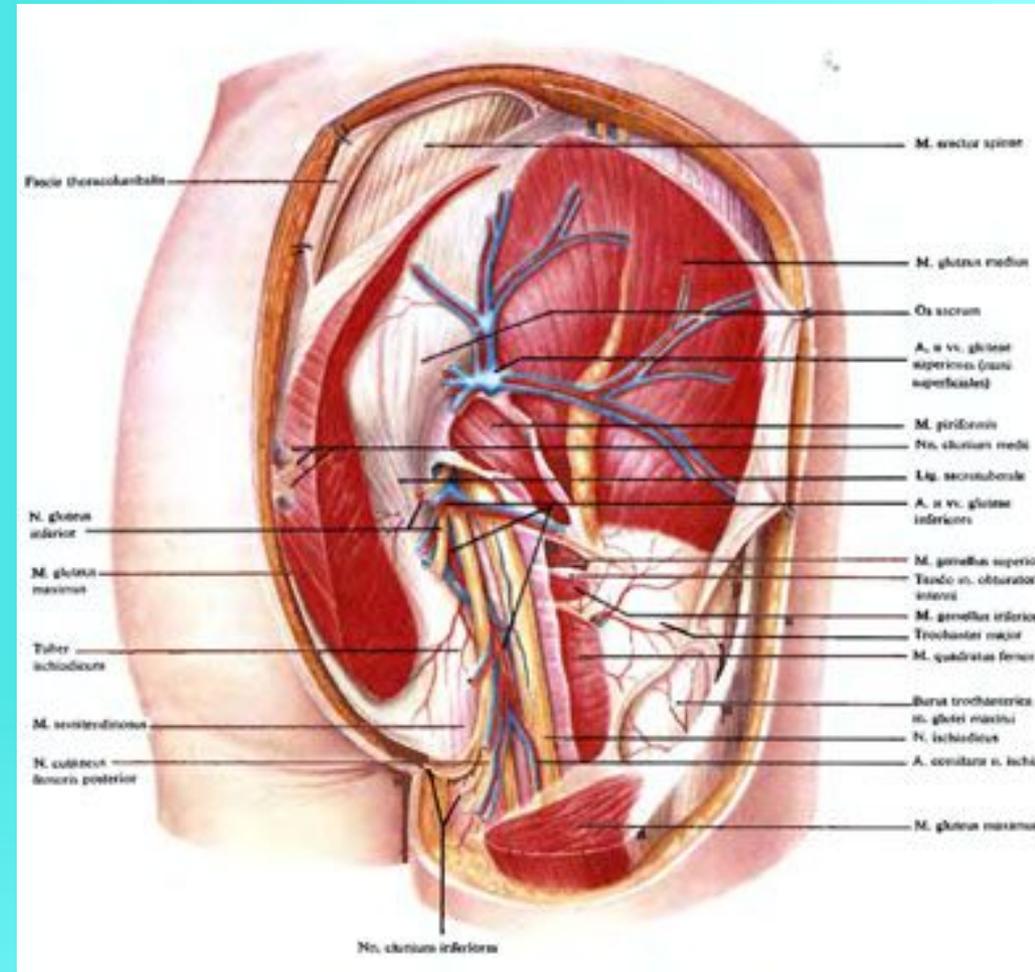
Figure 12.2.

Tensor fasciae latae



Напрягатель широкой фасции бедра - плоская, слегка удлинённая; залегает на передне-латеральной поверхности таза; своим дистальным концом вплетается в широкую фасцию бедра. Мышца начинается на наружном крае гребня подвздошной кости, ближе к передней верхней ости подвздошной кости. Мышечные пучки направляются вертикально вниз, переходя в tractus iliotibialis fasciae latae. **Функция:** напрягает широкую фасцию бедра, а также принимает участие в сгибании бедра и латеральной стабилизации коленного сустава.

Средняя ягодичная мышца - m. gluteus medius



Средняя ягодичная мышца (m. gluteus medius) начинается на наружной поверхности подвздошной кости, прикрепляется к вершуске и наружной поверхности большого вертела бедренной кости.

Функция: отводит бедро. Передние пучки мышцы пронируют бедро, задние - супинируют.

Паттерн отраженной боли от триггерных точек средней ягодичной мышцы

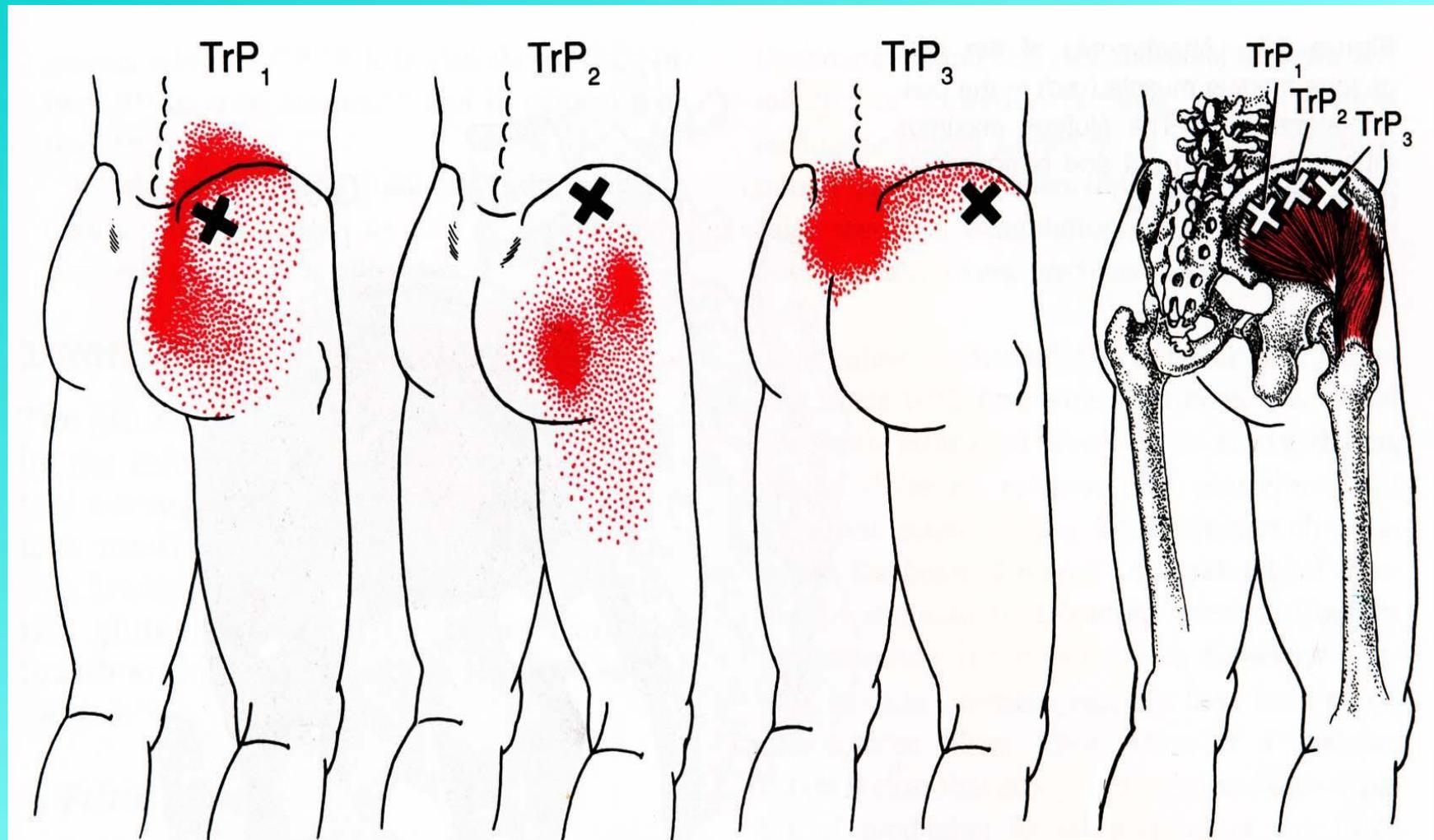
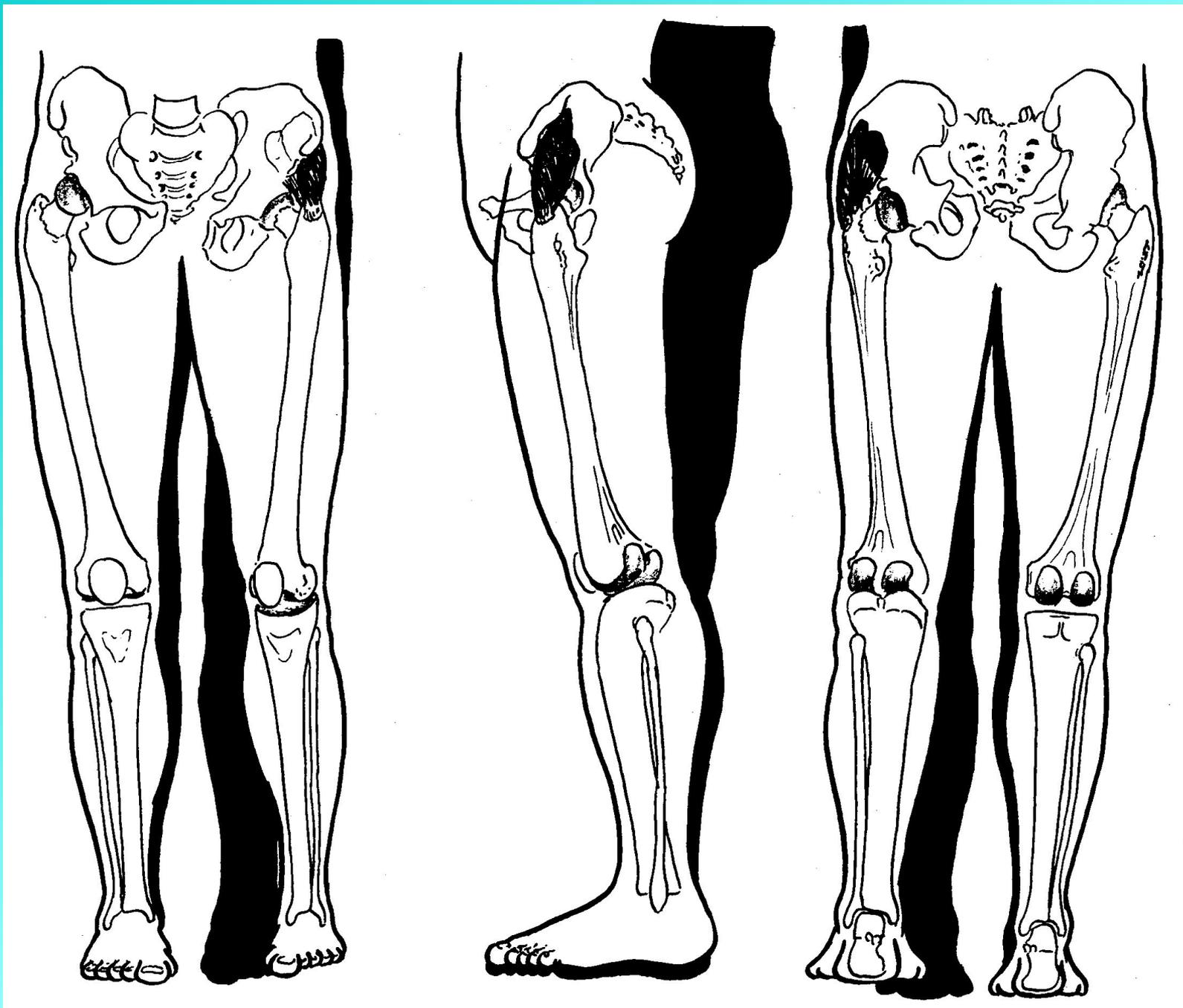


Figure 8.1.

TrP1- поверхностная средняя порция,
TrP2- нижняя средняя порция,
TrP3- верхняя порция,
на последнем рисунке - локализация триггерных точек

Визуальные критерии нарушения статики у пациента с укорочением передней части средней ягодичной мышцы

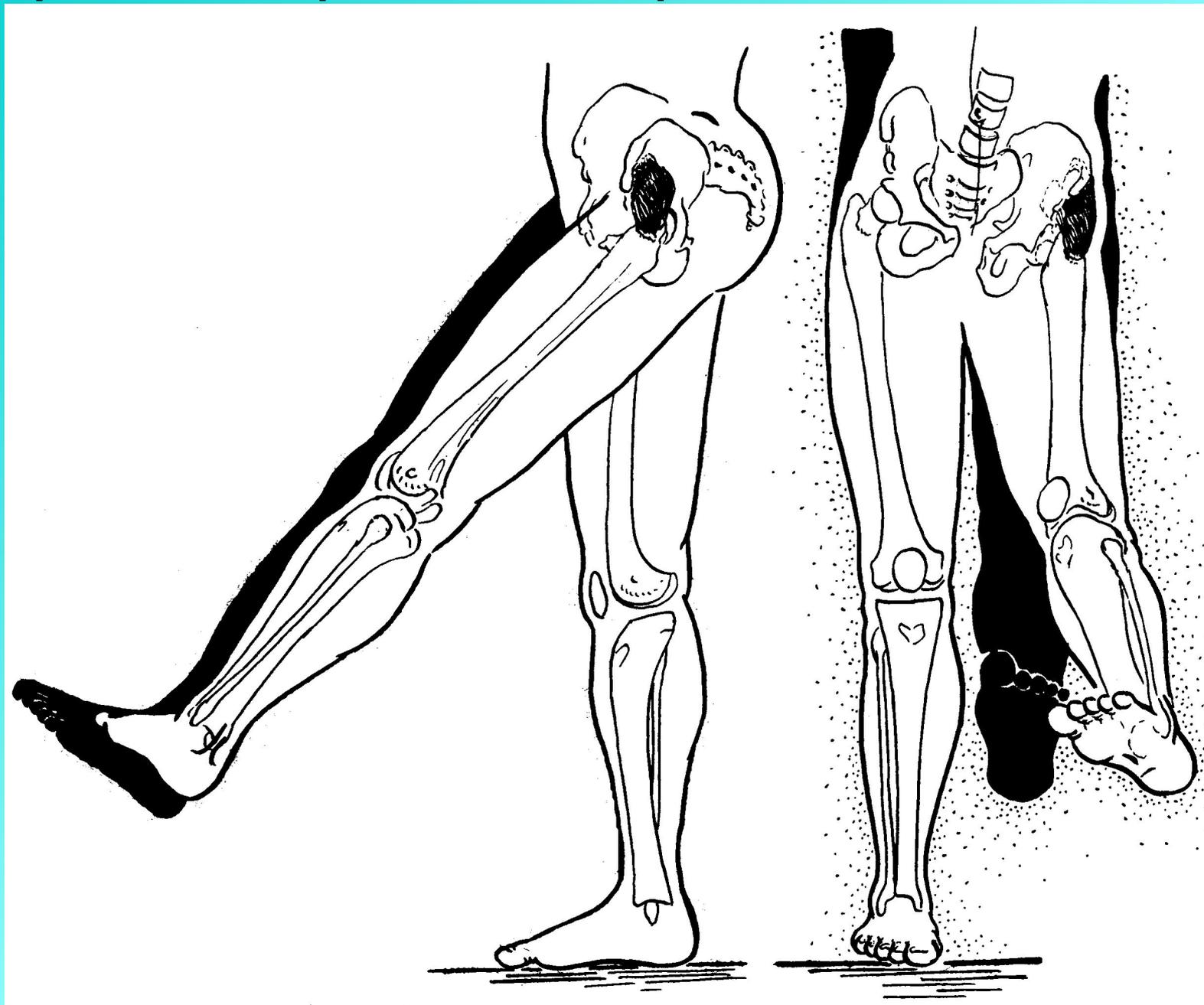


вид спереди

вид сбоку

вид сзади

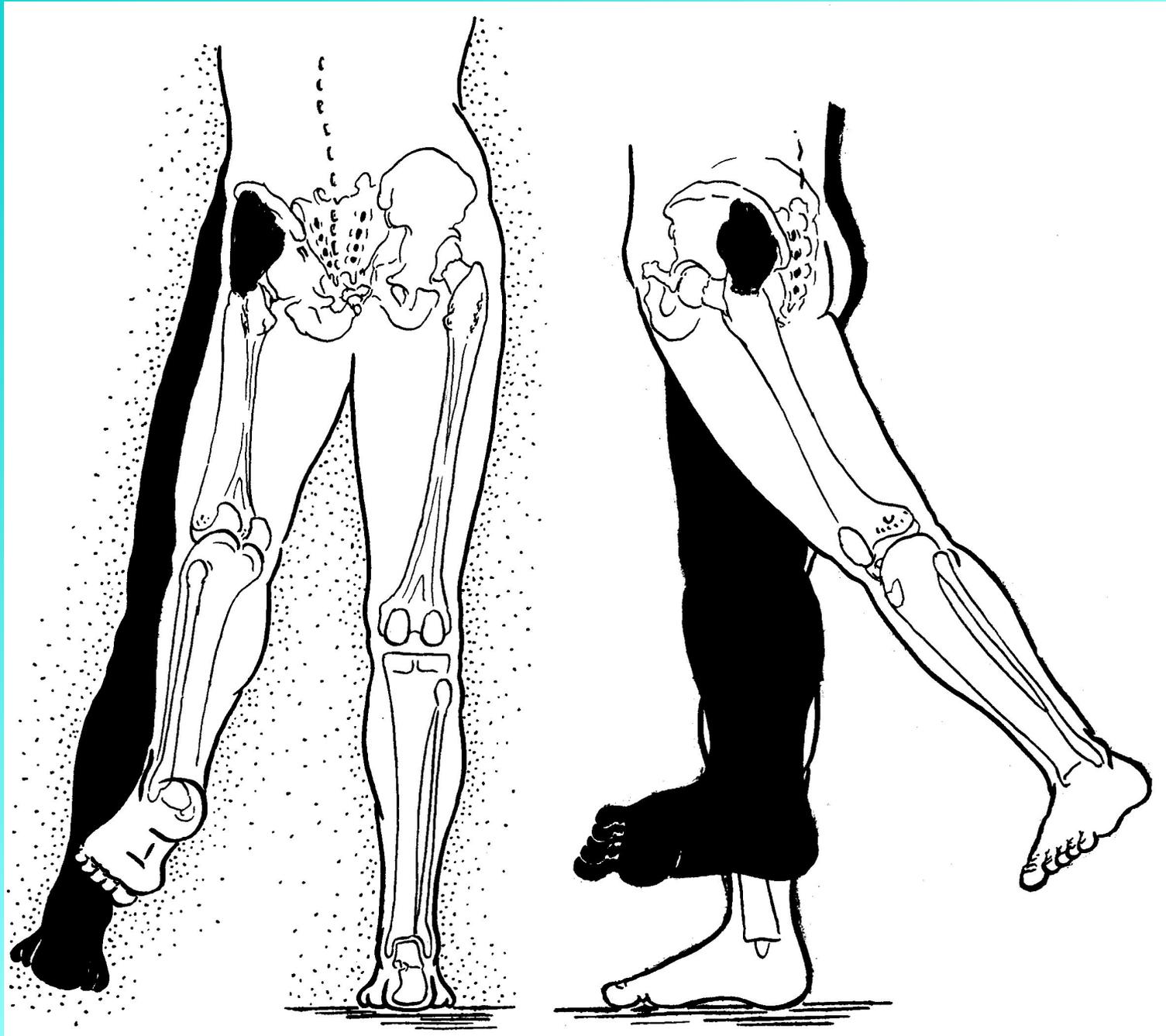
Визуальные критерии нарушения флексии бедра у пациента с укорочением передней части средней ягодичной мышцы



вид сбоку

вид спереди

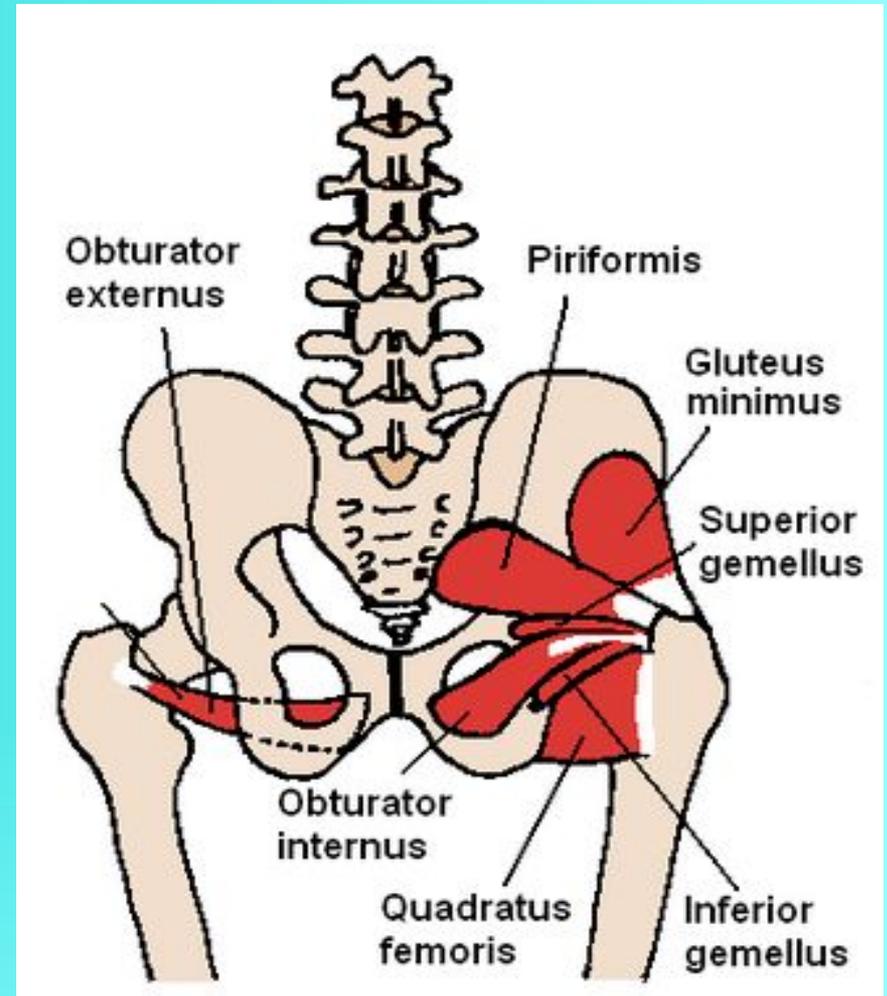
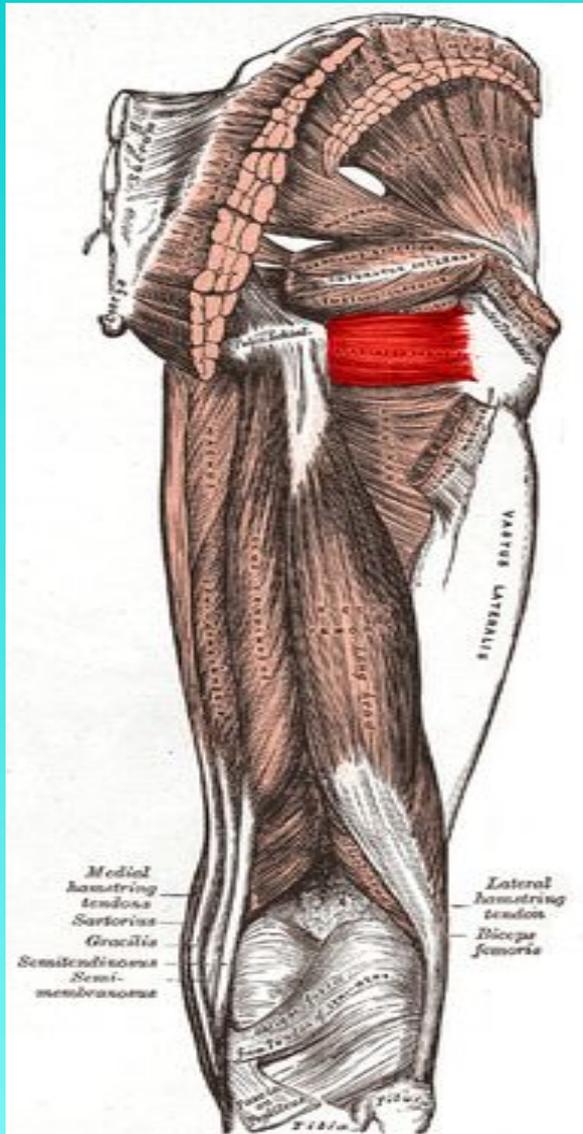
Визуальные критерии нарушения экстензии бедра у пациента с укорочением задней части средней ягодичной мышцы



вид сзади

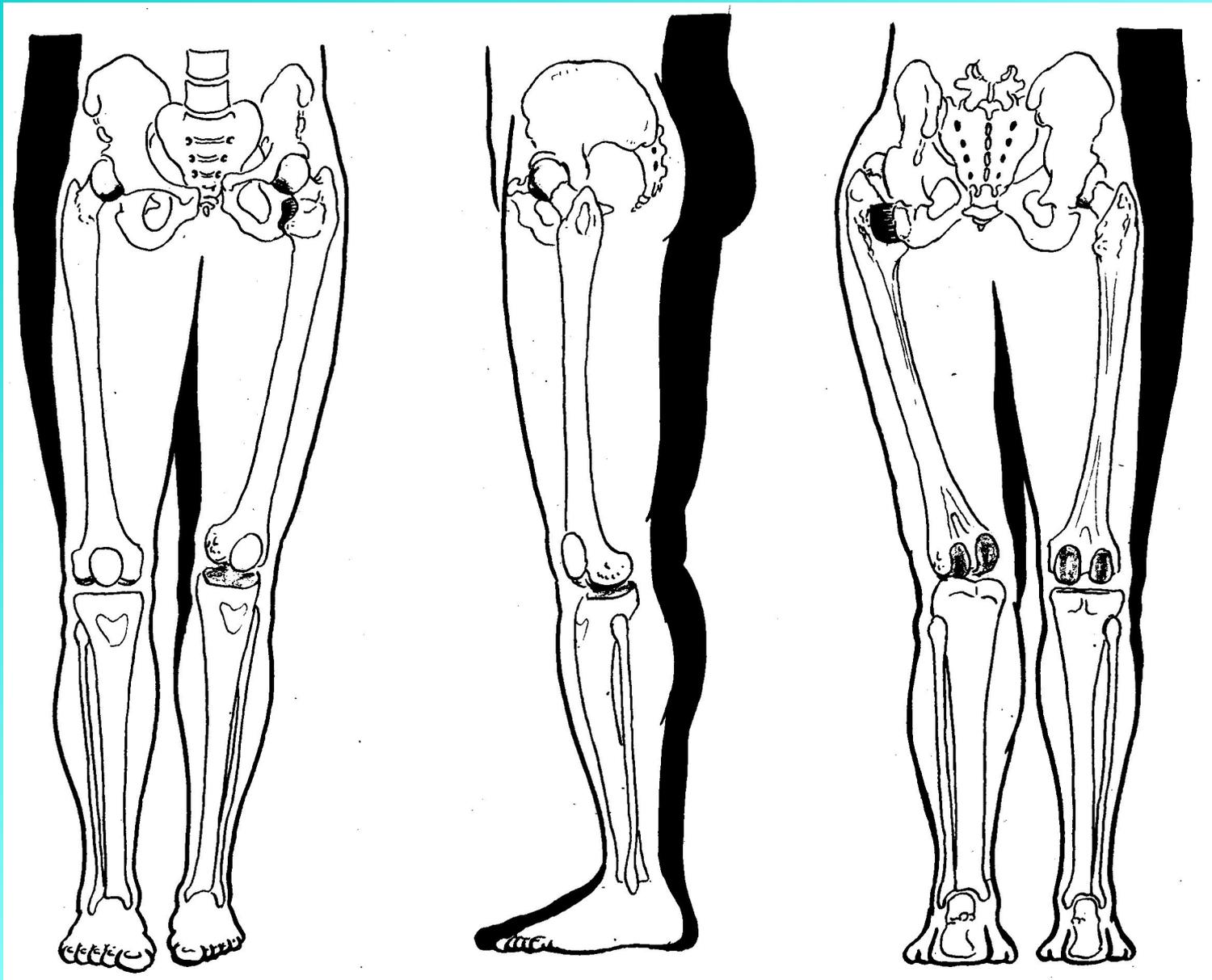
вид сбоку

Квадратная мышца бедра - Musculus quadratus femoris



Квадратная мышца бедра - имеет вид прямоугольника, прикрытого сзади большой ягодичной мышцей. Начинается от латеральной поверхности седалищного бугра и прикрепляется к межвертельному гребню, достигая большого вертела бедренной кости.
Функция: поворачивает бедро кнаружи

Визуальные критерии нарушения статики у пациента укорочением квадратной мышцы бедра



вид спереди

вид сбоку

вид сзади

Малая ягодичная мышца - m. glutetus minimus

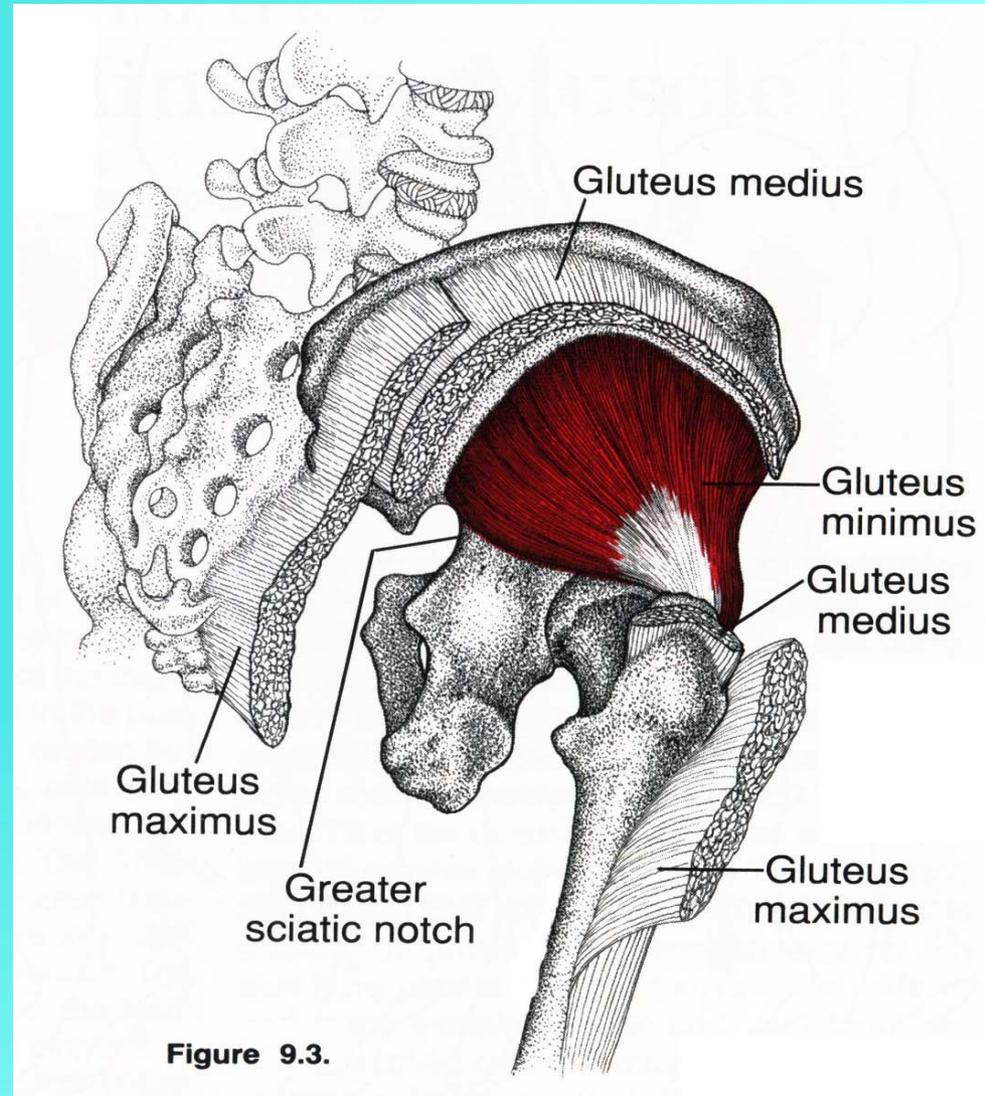


Figure 9.3.

Малая ягодичная мышца (m. glutetus minimus) начинается на наружной поверхности подвздошной кости, прикрепляется к большому вертелу бедренной кости.
Функция: отводит бедро.

паттерн отраженной боли от триггерных точек малой ягодичной мышцы

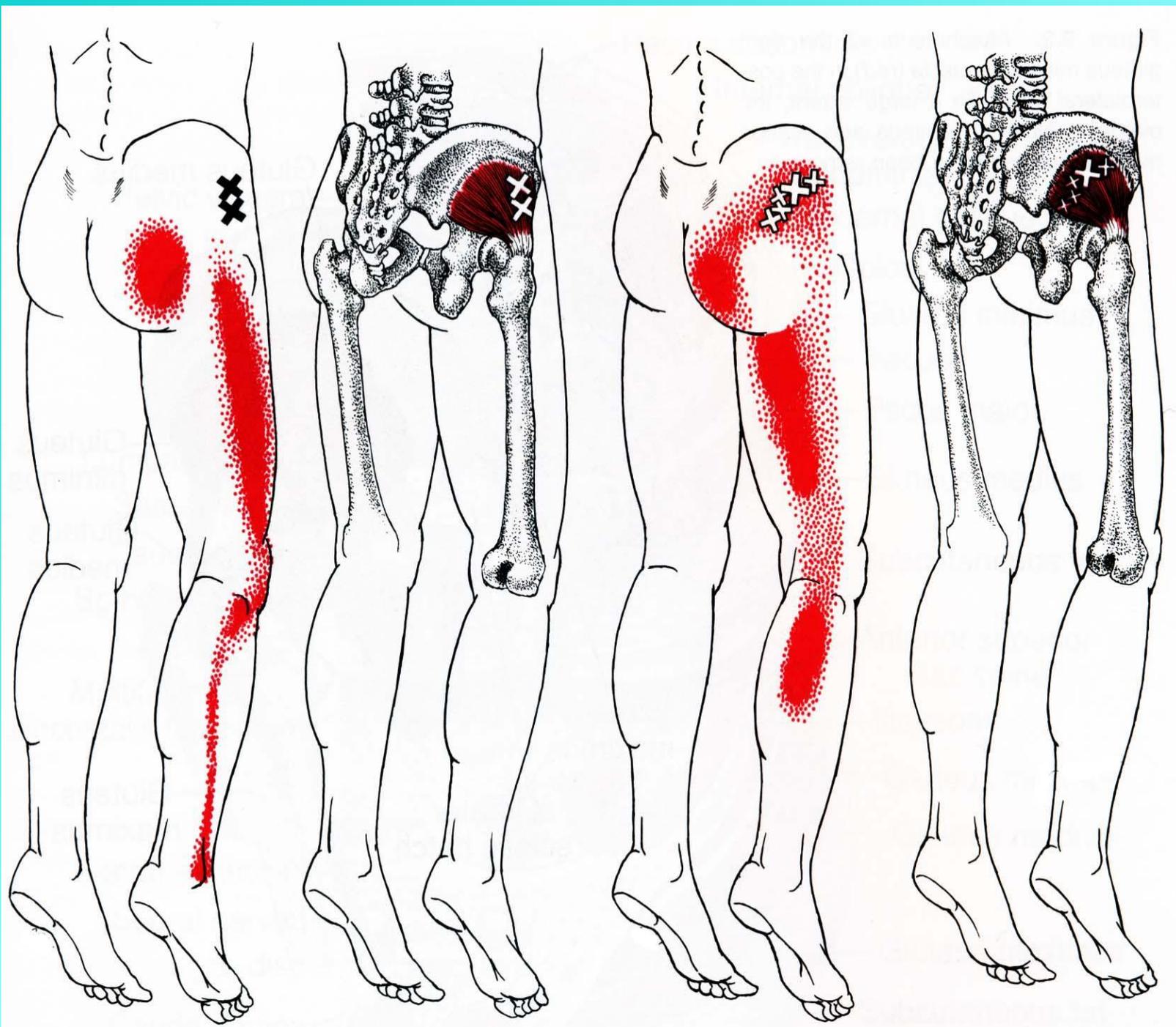
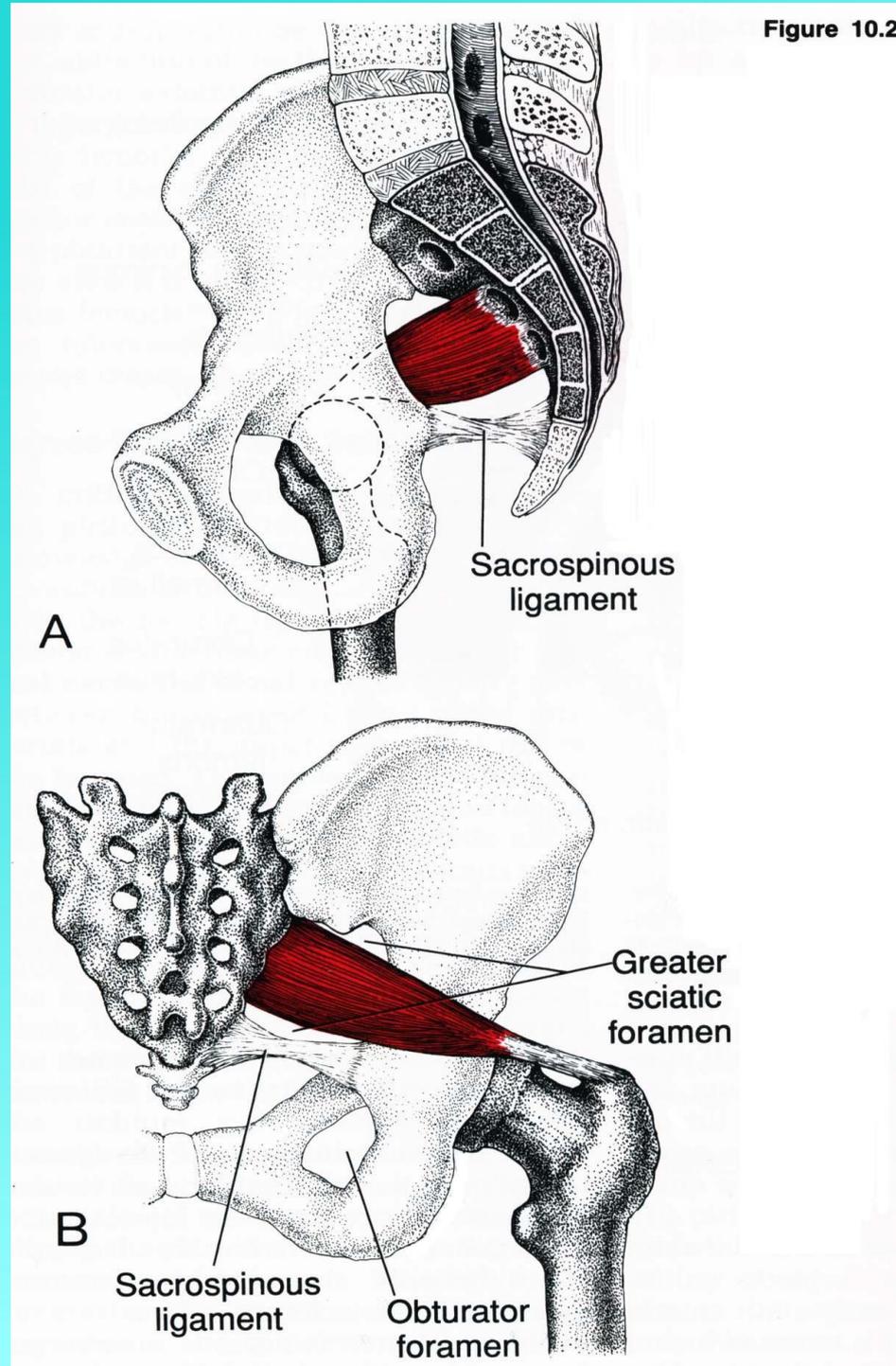


Figure 9.1.

Figure 9.2.

места прикрепления правой грушевидной мышцы и её взаимоотношения со связками таза



А - вид сбоку,

В – вид сзади

паттерн отраженной боли от триггерных точек грушевидной мышцы

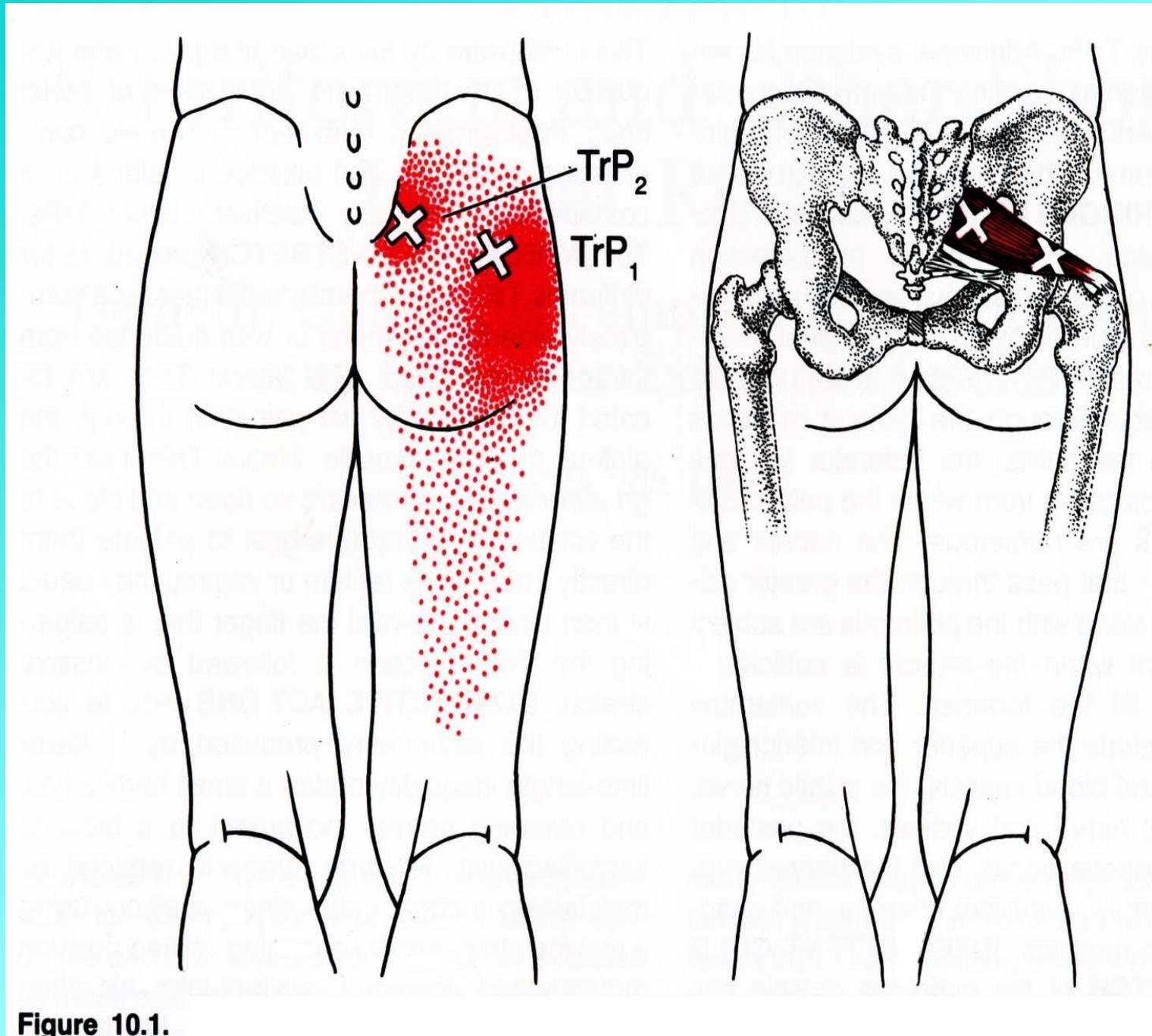
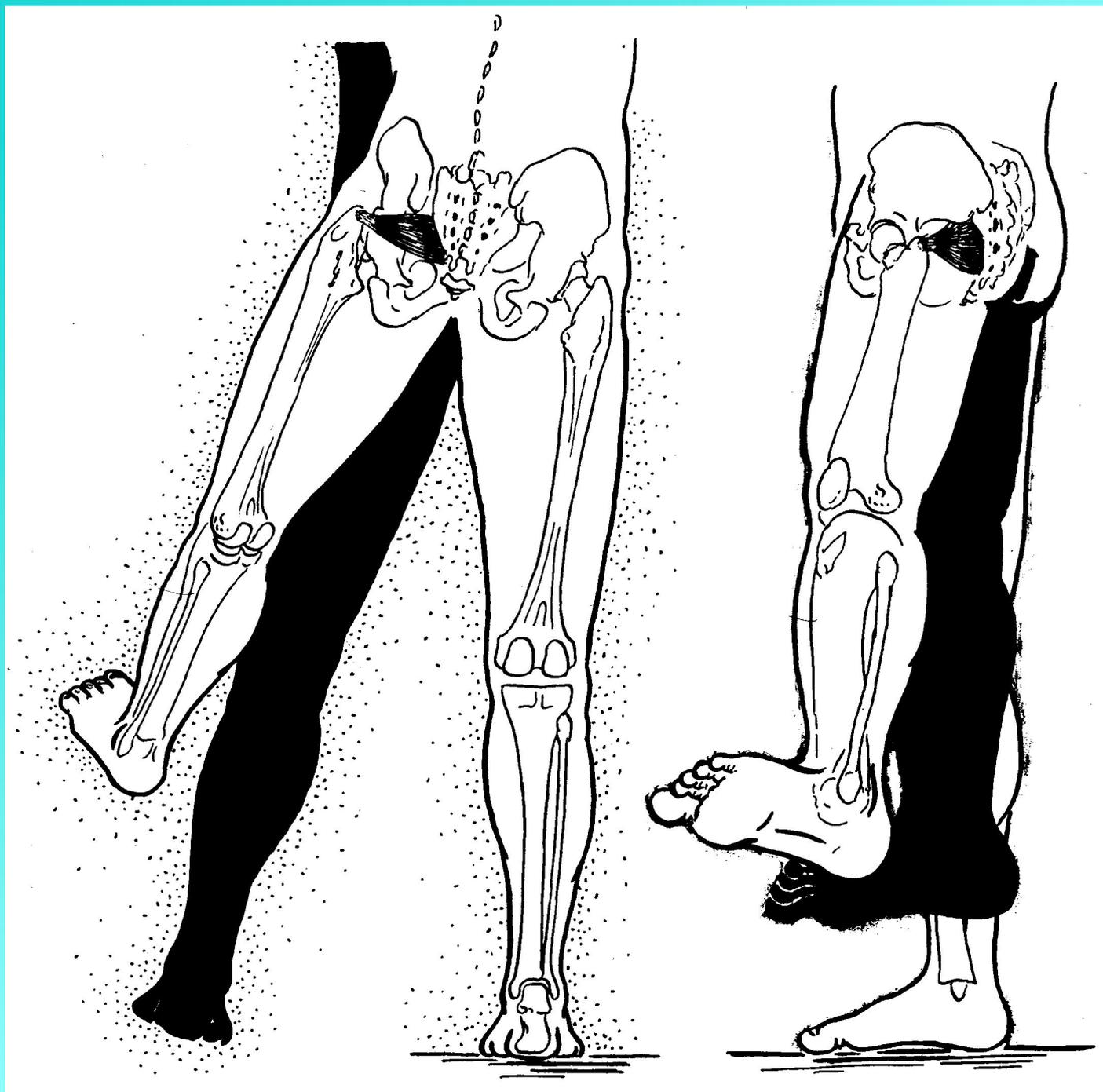


Figure 10.1.

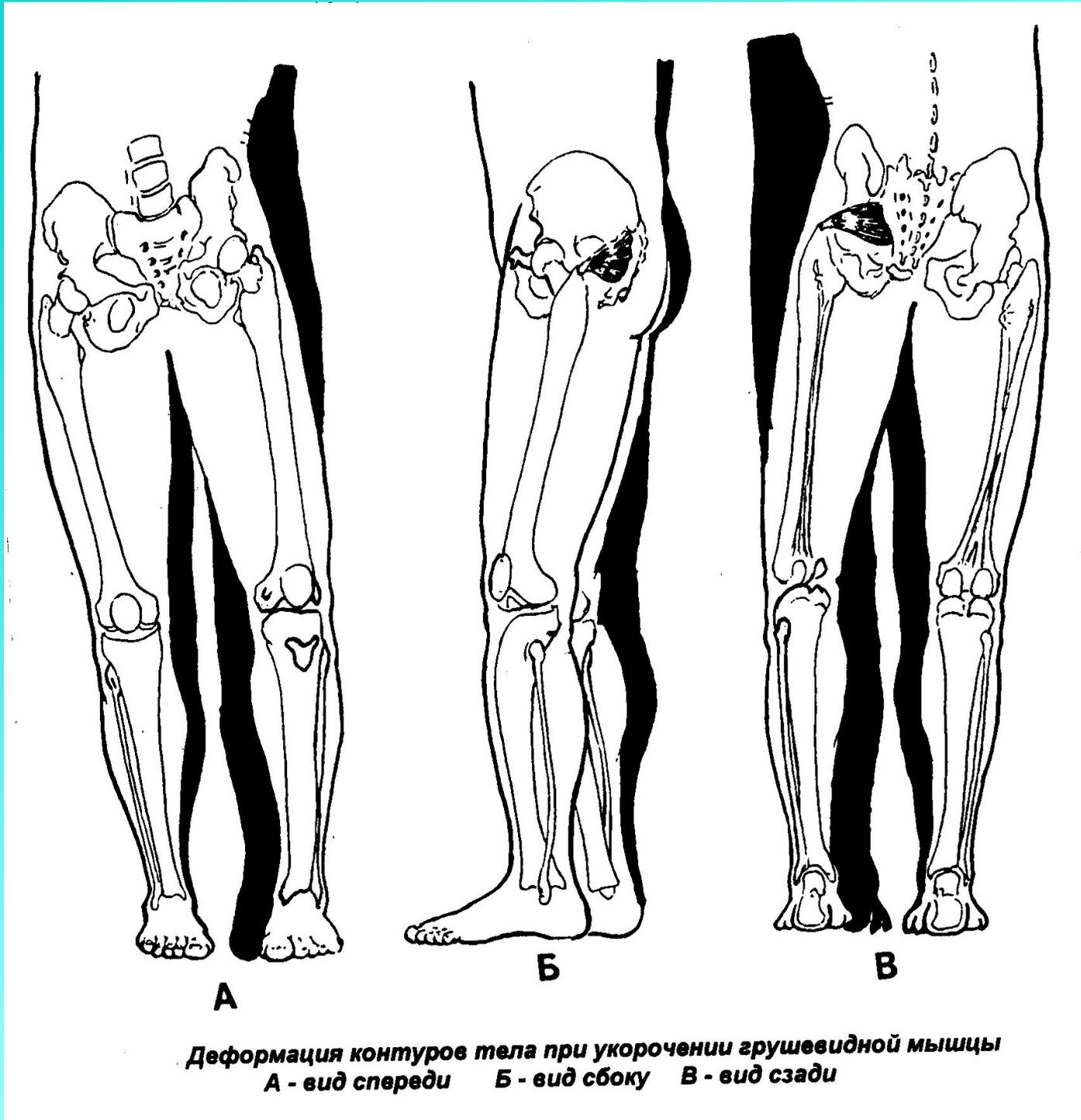
Визуальные нарушения отведения бедра при укорочении грушевидной мышцы



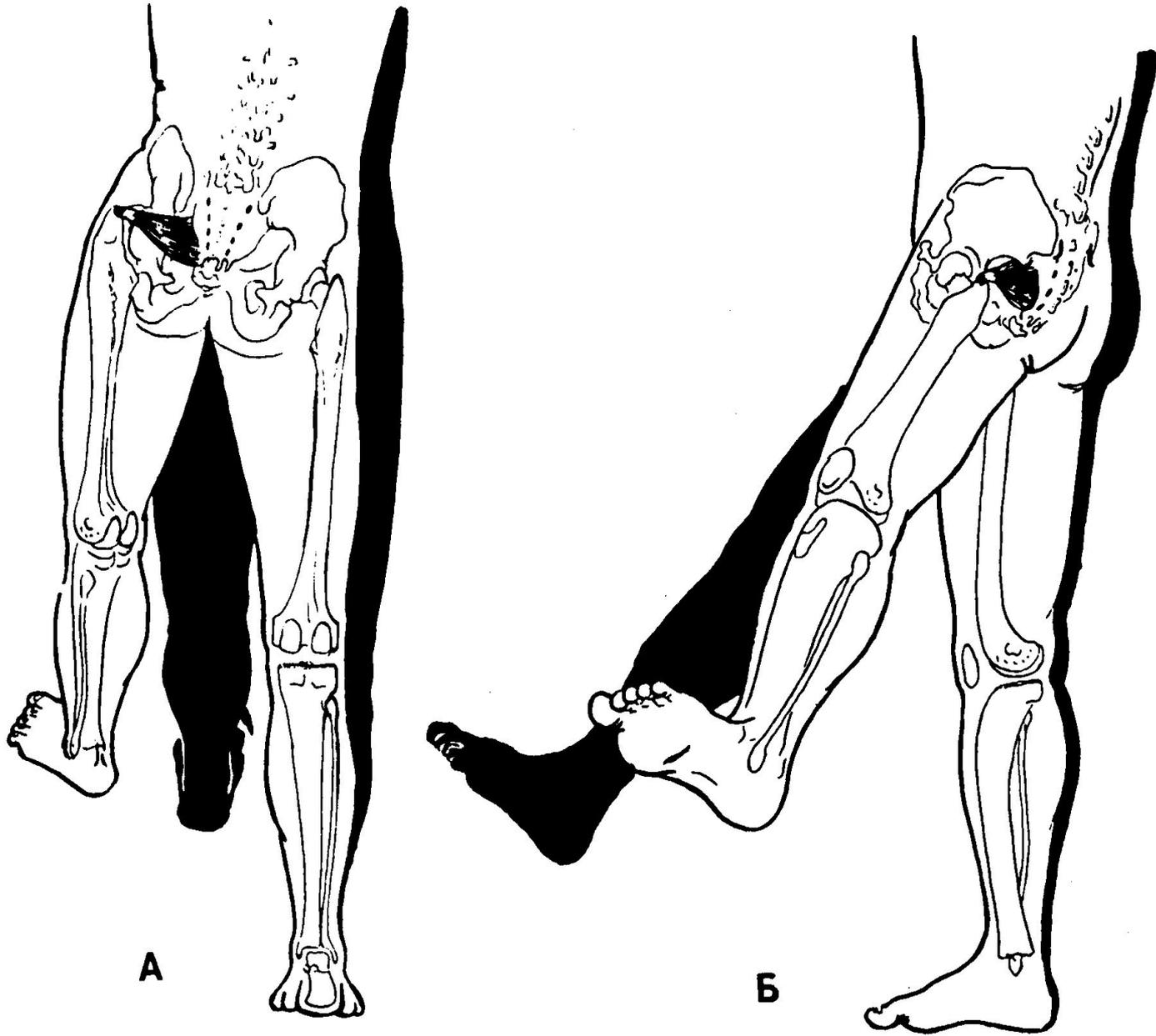
вид сзади

вид сбоку

Деформация контуров тела при укорочении грушевидной мышцы

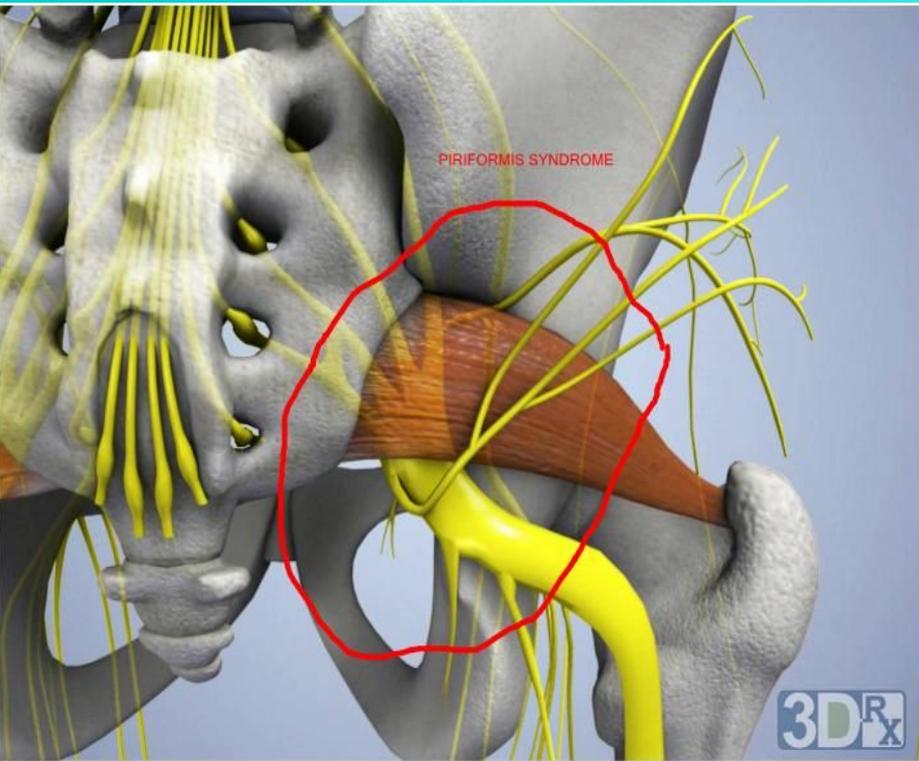


Флексия бедра при укорочении грушевидной мышцы

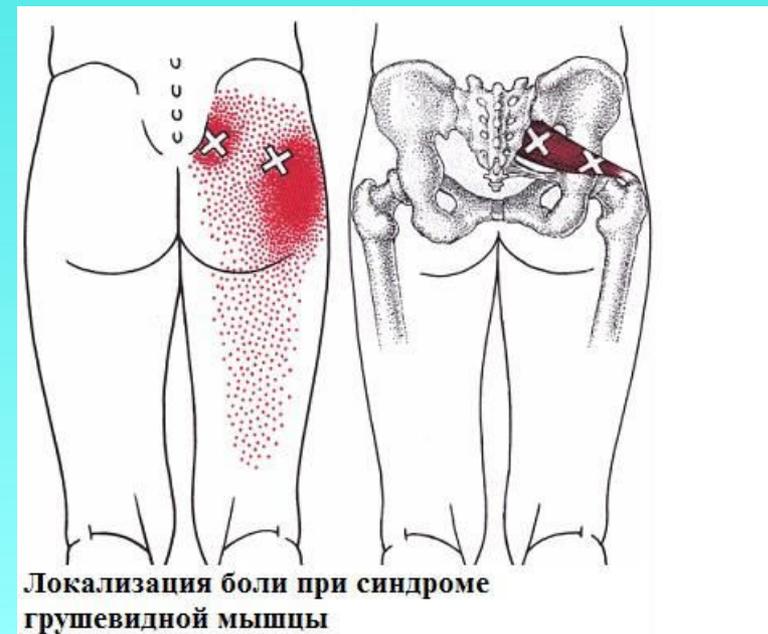


Флексия бедра при укорочении грушевидной мышцы (опережающее сокращение)
А - вид сзади Б - вид сбоку

Синдром грушевидной мышцы



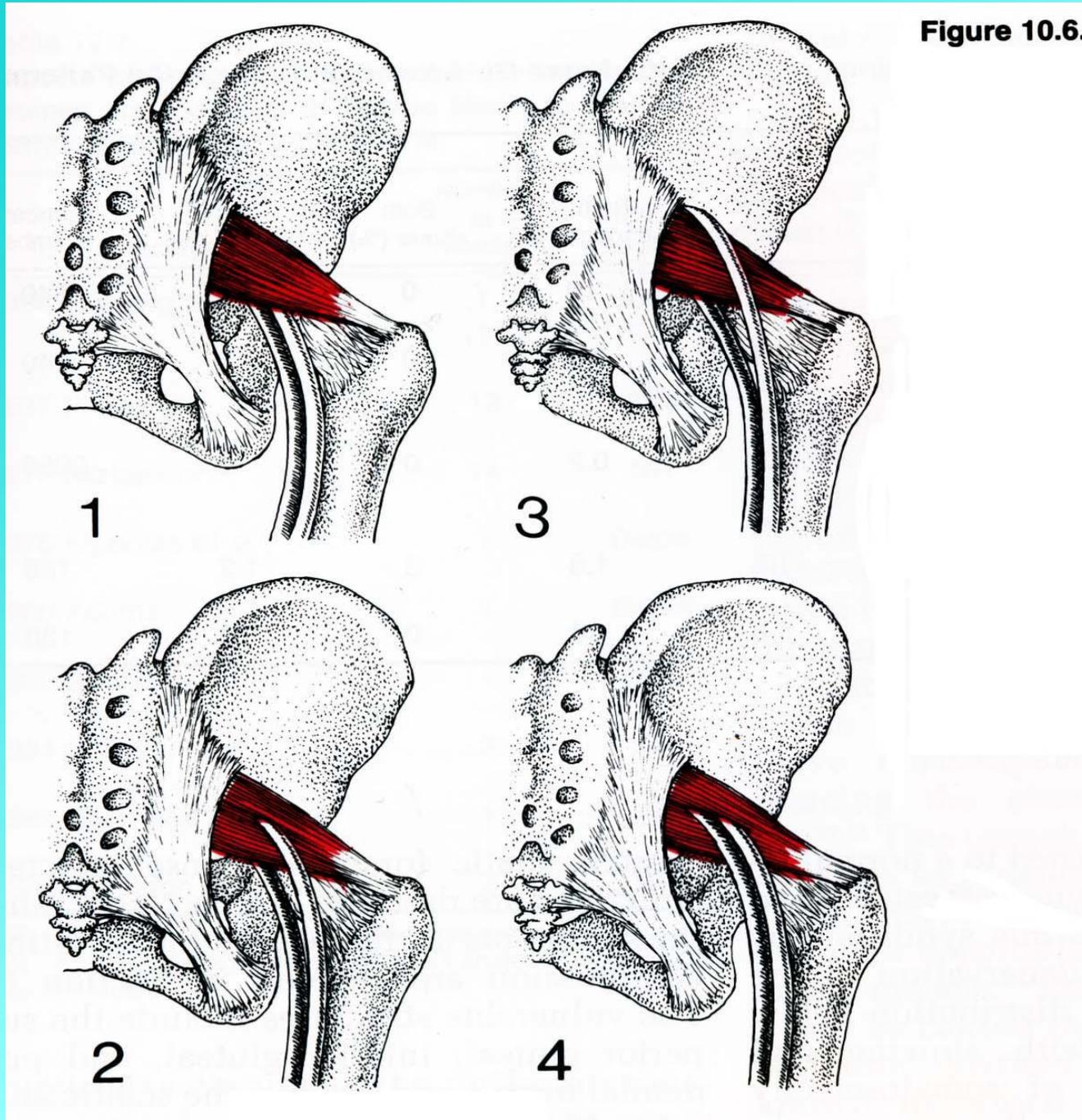
Седалищный нерв выходит из таза через большое седалищное отверстие. Грушевидная мышца начинается в тазу. Проблемы в грушевидной мышце могут влиять на седалищный нерв. Это происходит потому, что седалищный нерв проходит под грушевидной мышцей (иногда проходит через мышцу) и выходит из таза. Воспаление или спазм грушевидной мышцы могут воздействовать на седалищный нерв и вызывать симптомы радикулита.



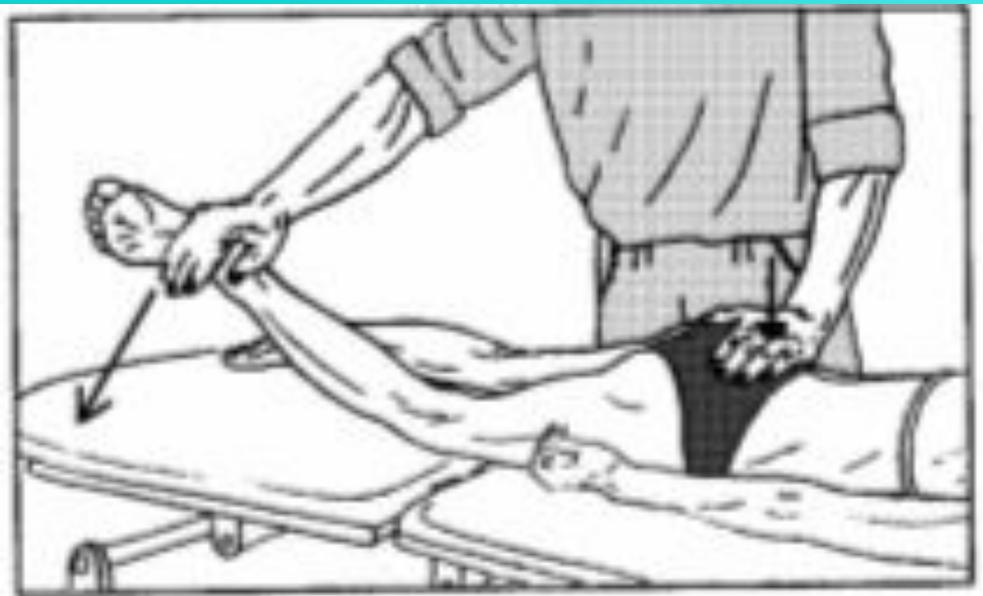
Чаще всего, синдром грушевидной мышцы проявляется болью по задней поверхности бедра (в ягодице). Боль может иррадиировать в стопу, напоминая симптоматику грыжи диска поясничного отдела позвоночника, может быть ощущение покалывания в ноге.



Схематическое изображение 4-х вариантов взаиморасположения грушевидной мышцы и седалищного нерва (вид спереди)



Постизометрическая релаксация Грушевидной мышцы



2



3