

膝関節の解剖（骨・関節）

膝関節を構成する骨



- ・ 膝関節は、大腿骨、脛骨、腓骨、膝蓋骨によって形成されます。
- ・ 脛骨の上を大腿骨が転がるように動くことで、膝関節が曲がったり伸びたりします。

膝関節の運動



- ・ 膝関節を曲げ伸ばしする為に、大腿骨に付着する大腿四頭筋、ハムストリングスなどの筋肉が作用します。

屈曲：ハムストリングス（大腿二頭筋・半腱様筋・半膜様筋）、縫工筋、薄筋、膝窩筋

伸展：大腿四頭筋（大腿直筋・内側広筋・外側広筋・中間広筋）