

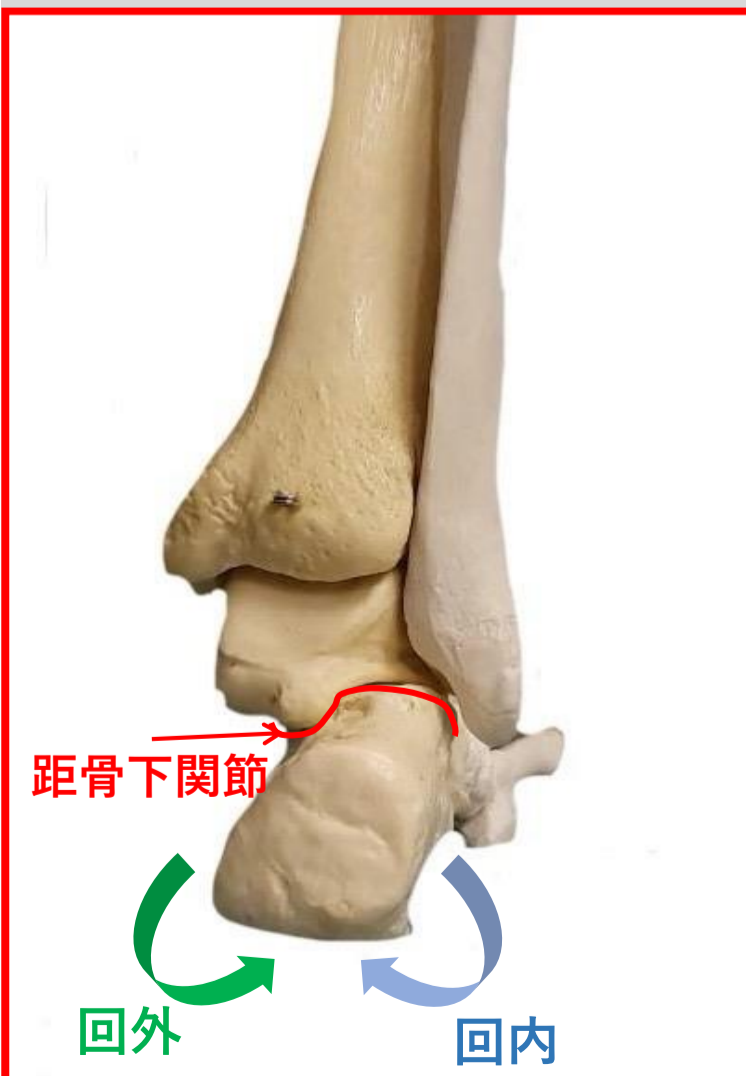
距骨下関節・解剖（筋肉・運動）

距骨下関節の運動



- ・ 距骨下関節は、距骨とその下の踵骨によって構成されます。
- ・ 踵骨に対して、距骨が内側に倒れる動きを**回内**、外側に倒れる動きを**回外**といいます。
- ・ 衝撃を吸収したり、地面を蹴ったりする際に機能しています。

距骨下関節に付着する筋肉



回内に働く筋

- ・ 長趾伸筋
- ・ 長腓骨筋
- ・ 短腓骨筋

回外に働く筋

- ・ 長母趾伸筋/屈筋
- ・ 前脛骨筋
- ・ 後脛骨筋
- ・ 長趾伸筋
- ・ 短腓骨筋