

SKLEPI ČLOVEŠKEGA OKOSTJA

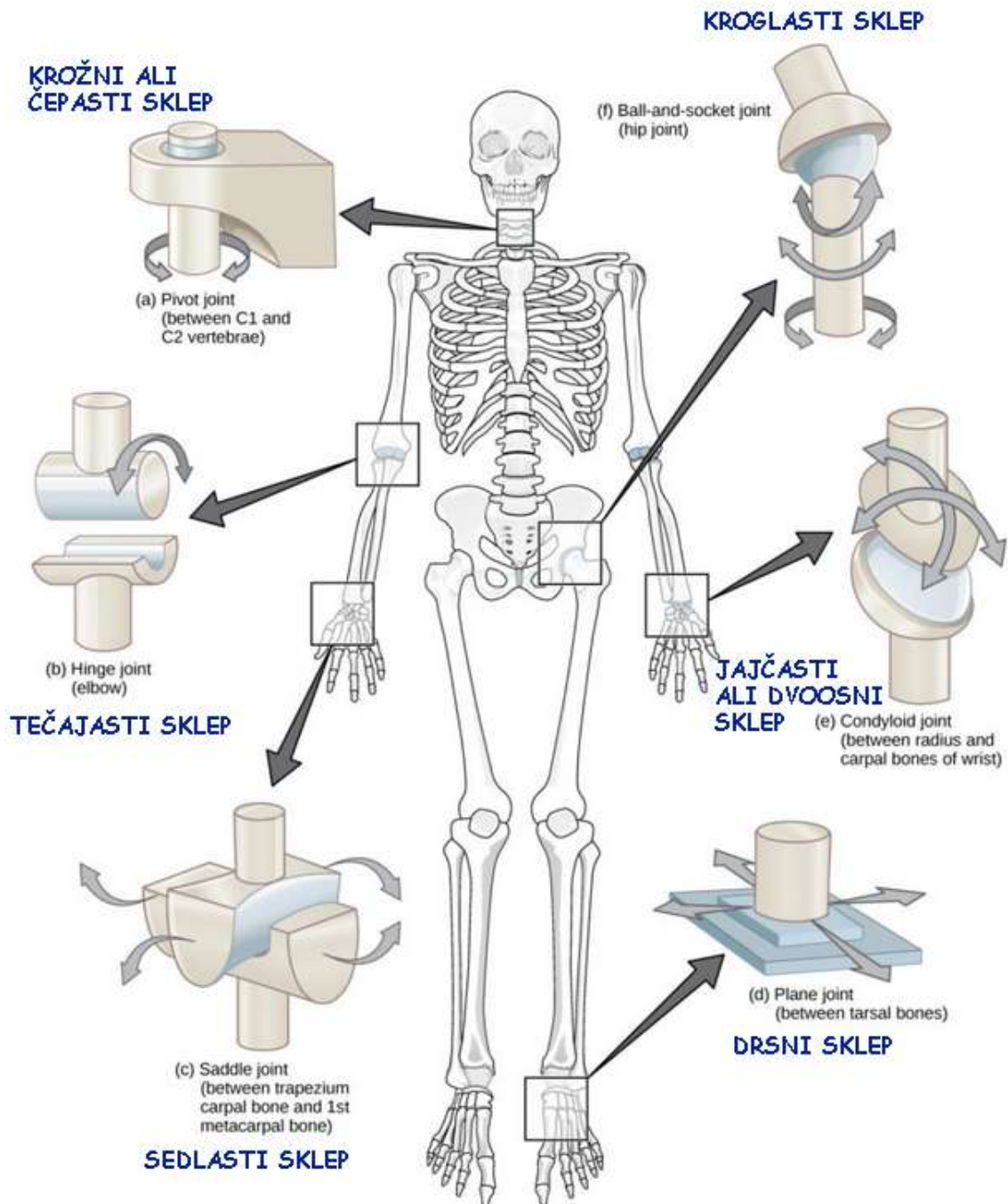
Povzeto po: tecaj-masaze.net

Okostje mora nekako stati skupaj. Če si поближе ogledaš svoje telo boš opazil, da so kosti povezane s sklepi, ki pa so gibljivi v različnih smereh in z različnim kotom.

Opaziš kakšno podobnost ali samo razlike? Sklepe delimo po gibljivosti. Tvoja lobanja ni iz enega kosa, saj bi bila tako veliko manj prožna in neodporna na udarce.

Lobanjske kosti povezujejo nepravi sklepi, saj so negibljivi. Poimenujemo jih šivi. Njihova lastnost je, da s starostjo zakostenijo.

KAKO DELIMO SKLEPE PO MEHANIKI?



Če bi pregledal vse svoje gibljive sklepe, bi ugotovil, da se gibljejo na eni ali več oseh. In tako jih tudi delimo.

Enoosni sklepi



TEČAJASTI SKLEP



ČEPASTI SKLEP

Tečajasti sklep ima eno sklepno ploskev oblikovano kot valj, drugo pa kot njegov odlitek. Omogoča fleksijo in ekstenzijo.

Kateri? Komolčni, kolenski (ki je obenem še čepasti), skočni, med prstnicami

Čepasti sklep ima enako oblikovani sklepni ploskvi kot tečajasti sklep, le da sta postavljeni vzporedno z dolgo kostjo.

Kosti se v sklepu vrtijo skozi vzdolžno os valja.

Gibanje je pronacija in supinacija pri koželjčno-podlaktičnem sklepu. Pri vseh ostalih pa rotacija.

Dvoosni sklepi



JAJČASTI SKLEP



SEDLASTI SKLEP

Jajčasti sklep se giblje s fleksijo in ekstenzijo ter abdukcijo in addukcijo. Konveksna sklepna površina je v obliki elipsoide, konkavna je njegov odlitek.

Kateri? Zapestje

Sedlasti sklep ima sklepni površini v obliki sedel, obrnjenih eno na drugo in zavrtjenih za 90°.

Giblje s fleksijo in ekstenzijo ter abdukcijo (odmikanje) in addukcijo (primikanje).

Kateri? Palčev sklep

Večosni sklepi



KROGLASTI SKLEP

Kroglasti sklep se giblje v vseh smereh. Konveksna sklepna površina ima obliko krogle, konkavna je njen odlitek.

Kateri? Ramenski, kolčni

Brezosni ali drsni sklepi



DRSNI SKLEP

Dršenje v sklepu je neznatno, sklep je malo ali negibljiv.

Kateri? Med zapestnicami, nartnicami, sklepnimi odrastki vretenc.