**Myologie**

**LES MUSCLES DU RACHIS**

Ils ont une double fonction: statique de maintien et cinétique de mouvement. Ils sont situés symétriquement de part et d'autre de la colonne vertébrale, sont obliques par rapport à l'axe vertical et sont comparables aux haubans d'un mât. Les muscles dorsaux sont extenseurs et les ventraux fléchisseurs. Dans chacun de ces groupes, on a des muscles courts et des longs. La contraction simultanée de deux muscles antagonistes annule leur action mais augmente la rigidité de la colonne vertébrale. Les muscles du rachis sont disposés en différents plans, les plus profonds étant appliqués directement sur le rachis.

**I/ Muscles extenseurs de la tête et du cou**Ils sont pairs et symétriques.

**1) Plan superficiel**Le muscle trapèze est triangulaire à base médiale.  
**.**origine: occipital et rachis (processus épineux de C2 à T12)  
**.**terminaison: clavicule et scapula  
**.**recouvre la nuque et la partie supérieure du dos  
**.**rôle: **.**élévateur de la scapula  
**.**extenseur de la tête si le point fixe est scapulo-claviculaire

**2) Plan moyen** **.Muscle angulaire de la scapula ou élévateur de la scapula  
.**origine: processus transverses de C1 à C4 **.**terminaison: scapula **.**rôle: **.**élévateur de la scapula **.**extenseur accessoire de la tête et du cou

**.Muscle splénius de la tête et du cou  
.**origine: **.**splénius de la tête: processus épineux de C2 à T3  
**.**splénius du cou: processus épineux de T3 à T6  
**.**terminaison: **.**splénius de la tête: occipital et mastoïde  
**.**splénius du cou: processus transverse de C1 à C3  
**.**allongé sur toute la hauteur de la nuque  
**.**rôle: **.**contraction bilatérale: extenseur de la tête et du cou  
**.**contraction unilatérale: inclinaison et rotation homolatérale

**3) Plan profond**Ils ont le même rôle que les muscles splénius.

**.Muscle petit droit postérieur de la tête  
.**origine: atlas  
**.**terminaison: occipital

**.Muscle grand droit postérieur de la tête  
.**origine: axis  
**.**terminaison: occipital

**.Muscle oblique supérieur de la tête  
.**origine: atlas **.**terminaison: occipital

**.Muscle oblique inférieur de la tête  
.**origine: processus épineux de l'axis **.**terminaison: processus transverse de l'atlas

**II/ Muscles extenseurs du rachis ou muscles spinaux ou dorsaux**Ce sont tous des muscles pairs, symétriques et profonds appliqués directement sur le rachis. Leur contraction bilatérale provoque l'extension et la contraction unilatérale provoque l'inclinaison homolatérale.

**1) Muscles érecteurs du rachis**Ce sont trois muscles imbriqués verticaux qui assurent la stabilité du rachis par de faibles contractions permanentes.

**.Muscle ilio-costal latéral**Il a trois faisceaux: **.**de la partie postérieure de la crête iliaque aux côtes **.**des six 1ère côtes aux six dernières côtes **.**des côtes aux processus transverses des vertèbres cervicales

**.Muscle longissimus**Il s'étend du sacrum au crâne et s'insère sur les côtes, les processus transverses et sur les processus épineux.

**.Muscle épineux**C'est le seul muscle médial donc impair. Il y en a deux: un cervical et un thoracique qui joignent les processus épineux les uns aux autres.

**2) Muscles transversaires épineux**Ils réunissent les processus transverses auxprocessus épineux à partir de l'axis.Il en existe trois groupes: **.**muscles semi-épineux **.**muscles multifides **.**muscles rotateurs du rachis

**3) Muscles inter épineux courts**Ils réunissent deux processus épineux.

**4) Muscles inter transversaires courts**Ils réunissent deux processus transverses.

**III/ Muscles ventraux du rachis ou muscles de la région antérieure du tronc ou muscles de la paroi abdominale**En avant et latéralement, la paroi abdominale est constituée de chaque côté par cinq muscles: deux muscles en avant et près de la ligne médiale (le droit de l'abdomen et le pyramidal) et latéralement, trois muscles (le transverse, l'oblique interne et l'oblique externe). Plus un ilio-psoas qui appartient à la ceinture du membre inférieur.

**1) Le droit de l'abdomen ou grand droit  
.**muscle allongé le long de la ligne médiale, du pubis au thorax. **.**origine: crête pubienne **.**terminaison: processus xyphoïde du sternum et 5ème, 6ème et 7ème côteIl est interrompu par des intersections tendineuses transversales au nombre de deux à cinq suivant les individus.

**2) Le muscle pyramidal  
.**situé en avant de la partie inférieure du droit de l'abdomen **.**petit, inconstant et triangulaire à base inférieure **.**origine: crête pubienne **.**terminaison: ¼ inférieur de la ligne blanche

**3) Le muscle transverse  
.**c'est le plus profond des muscles de la sangle abdominale **.**demi cylindrique **.**origine: face interne des côtes **.**terminaisons: ligne blanche

**4) Le muscle oblique interne  
.**situé entre le transverse qu'il recouvre et l'oblique externe qui le recouvre **.**origine: crête iliaque **.**terminaisons: côtes, ligne blanche et pubis

**5) Le muscle oblique externe  
.**c'est le plus superficiel des muscles de la paroi antéro latérale de l'abdomen

**6) L'ilio-psoas**C'est un puissant fléchisseur du rachis qui est formé de plusieurs muscles: **.**le muscle grand psoas qui va de la chaîne lombale au petit trochanter et qui formé de deux faisceaux un corporéal et un costoïdal **.**le muscle iliaque qui va de la crête iliaque, de la fosse iliaque et de la base du sacrum au sommet du petit trochanter **.**le muscle petit psoas qui est inconstant et qui va de la face latérale de T12 et L1 à l'os iliaque

**IV/ Muscles ventraux de la tête et du cou**Ils sont pairs et symétriques. Leur contraction bilatérale entraîne un fléchissement de la tête sur le cou, leur contraction unilatérale entraîne une inclinaison homolatérale.

**1) Plan superficiel**

**.Muscle sterno cléïdo mastoïdien  
.**tendu obliquement dans la région antéro latérale du cou **.**quadrilatère et puissant **.**origine: deux chefs, un sternal et un claviculaire **.**terminaison: processus mastoïde **.**action: **.**bilatérale: fléchit la tête sur le cou **.**unilatérale: fléchit, incline, provoque une rotation et porte la face vers le côté opposé.

**2) Plan profond**

**.Long de la tête et du cou  
.**long de la tête **-** origine: occipital **-** terminaison: processus transverses de C3 à C6 **.**long du cou: **-** origine: corps **-** terminaison: processus transverses de C1 à T3 **.**action: **.**bilatérale: fléchit la tête sur le cou **.**unilatérale: rotation homolatérale

**.Droit antérieur ou droit ventral ou muscle court  
.**origine: occipital **.**terminaison: processus transverses de l'atlas **.**action: **.**bilatérale: fléchit la tête sur le cou **.**unilatérale: inclinaison homolatérale

**.Scalènes  
.**oblique en bas, en avant et latéralement ==> haubans latéraux de la tête **.**trois faisceaux: antérieur, moyen et postérieur **.**origine: processus transverses de C2 à C7 **.**terminaison: 1ère et 2ème côte **.**action: flexion homolatérale ou élévateur des côtes

**Les muscles de la fesse**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Muscle** | **Description & trajet** | **Rôle** | **Innervation** | **Racine** |
| **Illio-psoas** | | | | |
| **Iliaque** | = muscle plat  **P :** os iliaque : fosse interne  ↵ dir : bas, avant  **D :** tendon commun grd psoas  Petit trochanter | Fléchisseur cuisse +++  Stabilisation de la coxo-fémorale | N.Fémoral | L2/L3 |
| **Grand psoas** | **P :** Coté vert Th12 à L5 + disques  ↵ vertical, le long de la colonne  **D :** Petit trochanter | Fléchisseur cuisse +++  Stabilisation de la coxo-fémorale |  | L1/L2/L3 |
| **Petit psoas** | **P :** Coté vert Th12 et L1  ↵ vertical, le long de la colonne  **D :** Eminence illio pubienne | Fléchisseur cuisse +++  Stabilisation de la coxo-fémorale |  | L1/L2 |
| **Pelvi-trochantériens** = muscles profonds de la fesse | | | | |
| **Pyriforme**  = pyramidal | **P :** Sacrum : face ant. & lat.  ↵ dir : dh  ↵ en arr. os iliaque  **D :** Bord sup du grd trochanter | rotateur lat. cuisse +  abducteur cuisse | n. sciatique  = ischiatique | L5🡪S1 |
| **Jumeaux** | **P :** *Sup :* épine sciatique  *Inf :* Tubérosité ischiatique  **D :** Fosse trochantérique | rotateur lat. cuisse +  abducteur cuisse |  |  |
| **Obturateur int.** | **P :** mb obturatrice : face int.  ↵ au dessus ischion  **D :** Fosse trochantérique  renforcé par ~~m~~ jumeaux sup. & inf. | rotateur lat. cuisse +  abducteur cuisse |  |  |
| **Obturateur ext.** | **P :** mb obturatrice : face ext.  ↵ dir : dh  ↵ sous tendon psoas-iliaque  **D :** Fosse trochantérique | rotateur lat. cuisse | n. obturateur | L2/L3/L4 |
| **Carré fémoral** | **P :** Tubérosité ischiatique  **D :** Crète inter trochantérique | rotateur lat. cuisse | n. sciatique |  |
| **Glutéaux** = muscles superficiels de la fesse | | | | |
| **Tenseur fascia lata** | **P :** os iliaque : partie ant. Crête  **D :** fascia lata : (tractus illio tibial) partie sup. | tenseur fascia lata  fléchisseur hanche  rotateur int. hanche |  |  |
| **Grand fessier** | = le plus puissant, galbe de la fesse  **🡪 faisceau superficiel** :  **P :** os iliaque : partie post. crête  sacrum : partie lat.  **D :** fascia lata : bord lat. partie sup.  **🡪 faisceau profond** :  **P :** os iliaque : fosse post. ext.  sacrum : partie lat.  **D :** fémur : ligne âpre | tenseur fascia lata  extenseur hanche +++  🡪 permet pas, course, redressemt rachis/ bassin |  |  |
| **Moyen fessier** | **P :** os iliaque : ext. entre lignes glut. ant. & post  **D :** fémur : face lat. grd trochanter  Rq : patho. : faiblesse ~~m~~ 🡪 signe de TRENDELENBOUR = boitement du côté opposé à la lésion | abducteur et rota médiale de la cuisse  🡪 fonction : stabilité bassin |  |  |
| **Petit fessier** | **P :** os iliaque : ext. : entre lignes glut. ant & post  **D :** fémur : face ant. grd trochanter | abducteur et rota médiale de la cuisse  🡪 fonction : stabilité bassin |  |  |

**Muscles de la cuisse**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Muscles** | **Description & trajet** | **Rôle** | **Innervation** | **Racine** |
| **Loge postérieure** | | | | |
| **Semi membraneux** | = grand ruban vertical & solide  **P :** Tubérosité ischiatique  **D :** tibia : partie post. condyle médial | extenseur hanche fléchisseur du genou  rotateur int. tibia /fémur  => stabilité rot° genou | n. ischiatique | L5🡪S1 |
| **Semi tendineux** | = superficiel, mince, ½ tendon  **P :** Tubérosité ischiatique  **D :** tibia : face médiale de la partie sup.  ↵ sous insert° lgmt collatéral méd. | extenseur de la hanche  fléchisseur du genou  rotateur int. tibia/ fémur  => stabilité genou | n. ischiatique | L5🡪S1 |
| **Biceps fémoral** | **P :** 🡪 *chef long :* tubérosité ischiatique  🡪 *chef court :* fémur, 1/3 inf. ligne âpre  **D :** tête de la fibula | extenseur hanche ++  fléchisseur genou  rotateur ext. tibia / fibula  =>stabilité genou | n. ischiatique | L5🡪S1 |
| **Loge antérieure** | | | | |
| **Quadriceps** | 🡪 **droit fémoral :**  =le plus superficiel  **P :** épine iliaque ant. & inf.  **D :** lig. Patellaire🡪tub. tibiale  🡪 **vaste latéral** **:**  **P :** fémur : grd trochanter & lèvre lat. ligne âpre  **D :** lig. patellaire🡪tub. tibiale  🡪 **vaste intermédiaire** **:**  **P :** fémur : faces ant et lat du corps du fémur  **D :** lig. patellaire🡪tub. tibiale  🡪 **vaste médial** **:**  **P :** fémur : ligne inter trochantérique & lèvre méd. ligne âpre  ↵ bcp. + imp. dans partie inf.  **D :** lig. patellaire🡪tub. tibiale | extenseur du genou  + fléchisseur hanche | n. fémoral | L2/L3/L4 |
| **Sartorius** | **P :** épine iliaque ant. & sup.  ↵ croisse face ant. cuisse dh 🡪 dd  ↵ surplombe face int. cuisse  **D :** tibia partie sup de la face méd.  ↵ en dessous semi-membreux  & lgmt collatéral médial  ↵ recouvre insertion semi-tendineux | fléchisseur hanche  fléchisseur genou  rotateur int. tibia/ fémur | n. fémoral | L2/L3/L4 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Loge médiale : loge des adducteurs** | | | | |
| **muscles superficiels** | | | | |
| **Pectiné** | **P :** branche sup pubis  ↵ oblique : bas, dh  **D :** fémur lèvre médiale ligne âpre  ↵ insertion sous psoas-iliaque | adducteur hanche  (rotateur ext. hanche) | n. obturateur  + n. fémoral | L2/L3/L4  L2/L3/L4 |
| **Long adducteur** | **P :** corps du pubis  ↵ tendon proximal puissant  **D :** fémur 1/3 moy. ligne âpre | adducteur hanche | n. obturateur | L2/L3/L4 |
| **Gracile** | **P :** corps et branche inf pubis  ↵ dir. : verticale  ↵ ⬄ bord médial cuisse  **D :** tibia partie sup, face médiale | adducteur hanche  fléchisseur genou  rotateur int. tibia / fémur  path : luxation hanche 🡪 enfant neurologique | n. obturateur | L2/L3/L4 |
| **muscle intermédiaire** | | | | |
| **Court adducteur** | **P :** corps et branche inf pubis  ↵ en arr. long adducteur  ↵ en dh gracilis  **D :** fémur : ligne âpre | adducteur hanche | n. obturateur | L2/L3/L4 |
| **muscle profond** | | | | |
| **Grand adducteur** | **P :** pubis : branche ischio-pubienne  🡪 faisceau superficiel :  **D :** fémur : tubercule du grand add.  ↵ dir : verticale  ↵ suit la direction du gracilis  ↵ orifice pour a. fémorale sup.  🡪 faisceau profond :  **D :** fémur : ligne âpre  ↵ orifice pour vaisseaux | adducteur hanche | n. obturateur | L2/L3/L4 |

**Les muscles de la jambe**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Muscles** | **Description & trajet** | **Rôle** | **Innervation** | **Racine** |
| **Loge antéro-externe** | | | | |
| **Tibial antérieur** | = puissant  **P :** tibia : Condyle lat. & ½ sup de la face lat. du tibia  mb interosseuse  ↵ ss rétinaculum des extenseurs  **D :** cunéiforme médial  + base du méta. I | fléchisseur d. cheville  adducteur pied  supinateur avant-pied  ≈ inversion | n. fibulaire profond | L5 |
| **Long extenseur I** | **P :** fibula : face ant.  mb interosseuse  ↵ ss rétinaculum des extenseurs  **D :** phalange distale du I : face dorsale | fléchisseur d. cheville  extenseur I | n. fibulaire profond | L5 |
| **Long extenseur**  **des orteils** | = le plus lat., le plus superficiel  **P :** tibia : condyle lat.  fibula : ¾ sup. face méd.  mb interosseuse  ↵ ss rétinaculum des extenseurs  **D :** phalanges distales et moyennes des II, III, IV, V | fléchisseur d. pied  extenseur II, III, IV, V | n. fibulaire profond | L5 |
| **3ème Fibulaire** | = superficiel  **P :** fibula : 1/3 inf. face méd.  **D :** méta. V : base dorsale | fléchisseur d. pied | n. fibulaire profond | L5 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Loge latérale** = loge des fibulaires | | | | |
| **Court fibulaire** | **P :** fibula : ½ inf. face latérale  ↵ en arr. malléole fibulaire  ↵ sous rétinaculum sup et inf des fib.  **D :** Tubérosité de M5 | abducteur pied  (flexion plantaire) | n. fibulaire superficiel |  |
| **Long fibulaire** | **P :** fibula : 2/3 sup. face lat. et tête  ↵ au dessus court fibulaire  ↵ sous rétinaculum sup et inf des fib.    **D :** cunéiforme médial  Base M1 | abduction pied  flexion plantaire  pronation avant-pied | n. fibulaire superficiel |  |
| **Loge postérieure superficielle** | | | | |
| **Soléaire** | ↵ le plus profond  **P :** tibia : ligne du soléaire  fibula : tête face post  **D :** tendon d’Achille :  🡪calca. : tubérosité post | Extension du pied | n. tibial | L5/S1/  S2 |
| **Gastrocnémien** | - *Chef lat. :*  **P :** fémur : face lat. du condyle lat.  **D :** tendon d’Achille :  🡪calca. : tubérosité post  - *Chef médial :*  **P :** fémur : surface poplitée sus-condylien med.  **D :** tendon d’Achille :  🡪calca. : tubérosité post. | Extension du pied  Elévation du talon (marche) | n. tibial |  |
| **Plantaire** | **P :** fémur : entre condyles  ↵ entre gastrocnémiens  ↵ entre gastrocnémiens & soléaire  **D :** calca : bord médial du tendon d’Achille | Aide faiblement le gastrocnémien | n. tibial |  |
| **Loge postérieure profonde** | | | | |
| **Poplité** | **P :** fémur : condyle latéral  **D :** tibia : face post au dessus de la ligne du soléaire | Flexion faible du genou | n. tibial |  |
| **Tibial postérieur** | **P :** tibia : 2/3 sup. face post.  fibula : face post  membrane interosseuse  **D :** os naviculaire, 3 cunéiformes, base M2 M3 M4 | Flexion plantaire  Inversion pied | n. tibial |  |
| **Long fléchisseur du I** | **P :** fibula : partie post.  membrane interosseuse  ↵ en dessous sustentaculum tali  **D :** base phalange dist. duI | Flexion plantaire  Fléchisseur du I | n. tibial |  |
| **Long fléchisseur des orteils** | ↵ recouvre tibial post & fléch prop I  **P :** tibia : face post. partie médiale  membrane interosseuse partie inf.    ↵ dans gouttière rétro-malléolaire  ↵ sous sustentaculum tali  **D :** bases phalanges dist. des 4 orteils | Flexion plantaire  Flexion des 4 orteils | n. tibial |  |

**Muscles du pied**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Muscle dorsal** | | | | |
| **Court extenseur des orteils**  **=** pédieux | **P :** calcaneus : *tubercule des fibulaires*  **D :** hallux : face dorsale 1° phalange  - 2° phalanges II, III, IV : base  + bandelettes bases 3° phalanges  (confondu avec long extenseur) | Extenseur I, II, III, IV | n. fibulaire profond | L5 |
| **Muscles plantaires** | | | | |
| **Abducteur hallux** | **P :** calca : face méd. tub. post.  **D :** M1 : sésamoïde méd.  P1I : tub. méd. base | Ecarte O1 de axe M2 | n. plantaire méd. |  |
| **Court fléchisseur des orteils** | ↵ gros muscle médian  ↵ doublé par aponévrose plantaire  **P :** calca : processus méd. tub. post.  **D :** P2II, III, IV, V : bord lat. face plantaire | FP orteils | n. plantaire méd. |  |
| **Abducteur**  **du V** | **P :** calca : partie lat. tub. post.  **D :** P1V : partie lat. base | Ecarte O5 de axe M2 | n. plantaire lat. |  |
| **Court fléchisseur hallux** | **P :** os cunéiforme lat. et cuboïde face plantaire  **D :** base phalange prox. hallux | Flexion hallux | n. plantaire méd. |  |
| **Adducteur hallux** | ↵ muscle puissant  🡪 *Chef oblique* :  **P :** base M2-3-4  **D :**base phal prox et sésamoïde lat**.**  🡪 *Chef transverse* :  **P :** art° MP 3-4-5 : face plantaire  **D :**base phal prox et sésamoïde lat**.** | Rapproche O1 de axe M2 | n. plantaire |  |
| **Court fléchisseur V** | **P :** face inf cuboïde  **D :** base phal prox du V | Préhension sol | n. plantaire lat. |  |
| **Opposant V** | **P :** face inf cuboïde  **D :** M5 : ½ ant. bord lat. | ↵ très peu actif | n. plantaire lat. |  |
| **Carré plantaire** | **P :** calca : face inf.  **D :** tendons fléchisseur commun orteils | Aide long fléchisseur des orteils | n. plantaire lat. |  |
| **lombricaux** | **P :** tendons fléchisseur des orteils  **D :** P1II, III, IV, V: bord médial | Flexion MP  extension inter Ps | n. plantaire méd. & lat. |  |
| **Muscles interosseux** | | | | |
| **Plantaires (3)** | **P :** M3, 4 & 5 : partie inf. face méd.  **D :** P1III, IV, V : partie méd. base | flexion art° MP  adduction O3, O4 & O5 | n. plantaire lat. |  |
| **Dorsaux (2)** | **P :** M1 2 3 4 5 : face lat.  **D :** P1II,III,IV: base la plus rapprochée de l’axe médian | flexion MP  stabilise O2  abduction O3 & O4 | n. plantaire lat. |  |

**Loge Antérieure de la cuisse**

# Quadriceps fémoral

Muscle de la cuisse constitué de 4 chefs : \_ **vaste intermédiaire** (crural) = **plan profond**

\_ **vastes méd et lat** (int et ext) = **plan intermédiaire**

\_ **droit fémoral** (droit ant) = **plan superficiel**

Le corps musculaire recouvre la face ant, méd et lat du fémur

Il forme avec le **sartorius** l’E de la loge ant de la cuisse

Volumineux

Fusiforme

Tendu de l’os coxal et du fémur jusqu'à la patella et au tibia .

Ce muscle se termine par le **tendon quadricipital**

***Vaste Intermédiaire***

***Insertions Proximales*** (par des fibres charnues)

\_ **fémur :** face ant de la diaphyse (2/3 >)

\_ partie attenante des bords méd et lat de la diaphyse fém.

\_ face lat de la diaphyse jusqu’à la ligne âpre

\_ **SIML** = SIM fémoral lat (cloison IM ext de la cuisse)

***Trajet***

Le corps charnu entoure la face ant, méd et lat du fémur

Il se dirige verticalement en B et se jette sur versant antérieur de la face profonde d’1 **lame tendineuse terminale** (aponévrotique)

***Insertions Distales***

Cette lame s’unit en AV à celle des **vastes lat et méd** et se termine sur la base de la patella en AR de celle-ci

Il forme le plan profond du **tendon quadricipital**

***Rapports* en AR en AV en DD en DH**

fémur DF vaste méd vaste lat

### Vaste Médial

***Insertions Proximales*** (par des fibres tendineuses)

\_ ligne spirale de la ligne âpre (branche int de trifurquation) allant en H jusqu’en AV de la fossette située en AV du petit trochanter (fossette prétrochantinienne)

\_ lèvre méd de la ligne âpre (Crète int)

\_ **SIMFM** = SIM fémoral méd (CIM int)

***Trajet***

Les fibres charnues issues des origines tendineuses s’enroulent sur la face méd du fémur en AV de celui-ci et du **vaste intermédiaire**. Elles se jettent ensuite sur une **lame terminale** qui s’unit en DH à celle du **vaste lat** et en AR à celle du **vaste intermédiaire**

***Rapports***

**en AV en DD en DH en AR**

fascia fémoral sartorius vaste intermédiaire SIMFM

peau fascia fémoral DF canal fémoral (vx fém)

peau L ADD

#### Vaste latéral

***Insertions Proximales*** (par des fibres tendineuses)

\_ fémur le long des bords ant et inf du grand trochanter ainsi que sur la partie < de la face lat

\_ versant lat de la tubérosité glutéale (branche ext de la branche de trifurcation) de la ligne âpre

\_ versant lat de la lèvre lat de la ligne âpre (versant ext crête ext)

\_ **SIMFL** = SIMfémoral lat (CIM ext de la cuisse)

***Trajet***

Les fibres charnues suite à l’origine tendineuse contournent / en DH et vers l’AV de la face lat du fémur tapissé à ce niveau par le **vaste intermédiaire**

se jettent ds 1 **lame tendineuse** **terminale** qui s’unit en DD à celle du **vaste méd** et en AR à celle du **vaste intermédiaire**

***Rapports***

**en DD en DH en AR en AV**

vaste inter bandelette ilio-tibiale SIMFL fascia fémoral

DF (fascia lata) biceps fémoral peau

#### Terminaison des vastes lat et méd

Constitue le plan moy du tendon

Forme le **rét patellaire méd et lat, fx longitudinaux** (expansions directes et croisées des vastes) chaque muscle se termine / 1 rét patellaire direct et 1 croisé :

\_ **rét patellaire méd/lat direct** (expansion directe du vaste int/ext)

s’insère sur le bord méd/lat : . patella

. **lgt patellaire**

. tubérosité tibiale (tub tibiale ant)

\_ **rét patellaire méd/lat croisé** (expansion croisée du vaste int/ext)

croise la ligne méd du genou, en AV de la patella

s’insère sur le bord contro-lat de la tub tibiale

## Droit fémoral *(Droit ant)*

***Insertions Proximales*** (par 3 tendons)

\_ **tendon direct** : **os coxal** : face ext de l’*EIAI*, juste en dessus du **lgt ilio-fémoral** (lgt de bertin)

\_ **tendon réfléchi**:**os coxal** : face ext, partie post du *sillon >acétabulaire* (gouttière sus-cotyloïdienne)

+ partie adjacente de la **capsule**

Il chemine dans un **canal ostéofibreux >acétabulaire** et rejoint le **tendon direct** à 2 cm de l’ EIAI

\_ **tendon récurent**:**fémur** : bord ant du *G trochanter* à l’angle supéro-méd

Il renforce le **lgt iliofémoral** et une expansion du **petit fessier** avec lequel il forme le **lgt ilio-tendino prétrochantérien**

##### Trajet

Les 3 tendons s’unissent pour former une lame tendineuse qui se continue par des fibres charnues. Le **corps charnu** se dirige vert et se termine par une **lame tendineuse**

##### Insertions Distales

champ> de la face ant de la patella

Les fibres les plus superficielles passent en AV de la patella et constituent les fibres superficielles du **lgt patellaire**

##### Rapports

**en AV en AR  en DH en DD**

fascia fém vaste intermédiaire vaste lat vaste méd

peau

***Muscle articulaire du genou*** (sous crural)

situé face profonde du **vaste intermédiaire** formé de 2 faisceaux

***Insertions Proximales*** (par 2 fx de fibres charnues)

face ant de la diaphyse du fémur en dessous du **vaste intermédiaire**

***Trajet***vertical

***Insertions Distales*** :**cul de sac synovial >patellaire** (cul de sac sous-quadricipital)

***Tendon Quadricipital***

appartient au plan moyen du plan fibreux ant du genou

Ce tendon se forme à 4 cm au-dessus de la patella. Il est formé par l’accolement des terminaisons des 4 chefs du quadriceps organisées en 3 plans d’AR en AV

\_ **Plan profond** : **vaste intermédiaire**

\_ **Plan moyen** : **vastes lat et méd**

\_ **Plan superficiel** : **droit fémoral**

Elles sont unies par leurs bords mais leurs faces sont séparées par des **bourses séreuses**.

***Innervation***

**tronculaire** : nerf du quadriceps, branche du nerf fémoral (nerf crural)

**radiculaire** : L2, L3 , L4

***Actions***

\_ **quadriceps** : en point fixe *en H* : extenseur du genou

*en B* : freinateur de la flexion du genou

lgt actif du genou

\_ **droit fémoral** : fléchisseur de hanche

lgt actif de la hanche

\_ **muscle art du genou** : tire vers le H le cul de sac synovial >patellaire lors des mvts d’extension du genou

***sartorius***

**couturier**

Le plus superficiel de la loge ant de la cuisse

Rubané en forme de S italique

Tendu de l’os coxal au tibia

***Insertions proximales*** (par 1 tendon)

**os coxal** : versant lat *EIAS* en AV du **Tenseur du fascia-lata** (TFL) et de la **bandelette ilio-tibiale**

***Trajet*** Oblique en B et en DD

chemine dans un dédoublement du **fascia fémoral** (aponévrose fémorale)

croise les faces ant puis méd de la cuisse, contourne en AR le condyle méd du fémur et du tibia

***Insertions distales*** (par 1 tendon)

\_ **tibia** : partie > de la face méd de la diaphyse en AV, du tendon du **gracile** en H, et du **semi-tendineux** en B

\_ expansion qui passe en AV du genou et fusionne avec celle de la **bandelette ilio-tibiale** et vont jusqu’au **fascia crural** (aponévrose jambière)

***Rapports***

**1/3 > de la cuisse**

forme la paroi lat du triangle (trigone) fémoral (triangle de scarpa)

**en AV en AR en DH en DD**

fascia fémoral DF TFL trigone fémoral : iliopsoas

peau pectiné

nerf fémoral

vx fémoraux

**1/3 moy de la cuisse**

**en AV en AR en DH en DD**

vaste méd Gracile canal fém fascia fémoral

+ contenu peau

**1/3 < de la cuisse et genou**

**en AR en DH en DD**

Gracile condyle méd fascia fémoral

du fémur et peau

du tibia

***Innervation***

**tronculaire** : nerf fémoral (nerf crural)

**radiculaire** : L2 , L3 , L4

***Actions***

fléchisseur et rotateur ext de hanche

fléchisseur et rotateur int du genou

lgt actif de la hanche et du genou

Loge Médiale de la Cuisse

La loge médiale est organisée en 3 plans :

\_ **plan profond** : **G ADD**

\_ **plan moyen** : **court ADD** (petit)

\_ **plan superficiel** :

. en H : **pectiné**

. en B : **L ADD** (moyen)

. en DD : **gracile** (Dint)

# Grand Adducteur

Organisé en 2 portions avec 3 fx

Le plus volumineux, le plus post

élément du plan profond de la loge méd de la cuisse

\_ **portion ant**(portion obl) :faisceaux sup (1er fx) et moy (2e fx) regroupés

\_ **portion post** (portion vert) : faisceau post ou 3° fx

tendu de la branche ischio-pubienne et de l’ischium jusqu’au fémur

triangulaire à sommet >

***Insertions proximales*** (en 2 portions)

***\_* portion ant** (par des fibres tendineuses) : **os coxal** : face exopelvienne de la branche ischio-pubienne, le long du bord inf entre en H l’**obturateur ext**, en AV le **gracile** (droit int) et le **court ADD** (petit adducteur)

***\_* portion post** (par un tendon) : **os coxal**: pôle < de la tubérosité ischiatique sous les insertions des **ischio-jambiers** et en AR de l’insertion de la portion ant

***Trajet*** : en B et en DH (en éventail)

On distingue 3 faisceaux (portion ant)

**portion post** :

vertical

en AR des faisceaux précédents

+ volumineux

dirigé en B et en DH

Ces fibres se jettent sur un tendon qui limite avec le **fx moy**, 1 orifice triangulaire à base fémorale arrondi par des fibres arciformes et formant le **hiatus tendineux de l’ADD** (anneau duG ADD)

A ce niveau passent les vx fémoraux qui deviennent poplités

**faisceau > de la portion ant**

presque horizontal en DH

**faisceau moy de la portion ant**

passe en AR du **faisceau >**

subit une torsion telle que les fibres méd à l’origine deviennent > à leur terminaison et passent en AV des fibres les plus lat

L’ensemble forme un demi-cornet ouvert en H et en AV

***Insertions distales*** (par un tendon)

\_ **fx sup et moy :** se jettent sur une **lame fibreuse aponévrotique**

forment des petites arcades tendineuses qui s’insèrent sur la ligne âpre sur le versant méd de la tubérosité glutéale, en DD du **grand fessier**, en DH du **court ADD**)

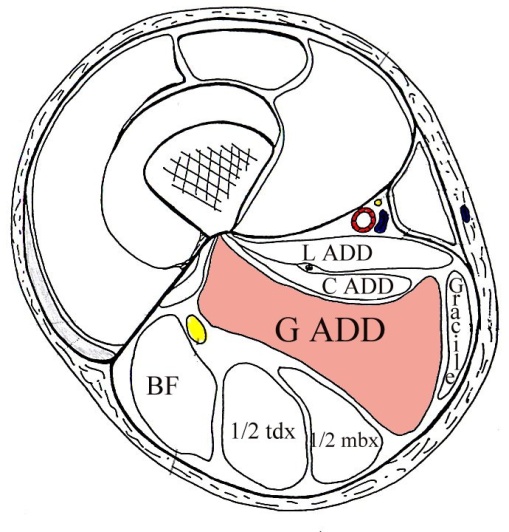
Entre les 2 lèvres de la ligne âpre ds 1 gouttière qu’il croise en « x allongé » d’abord sur le versant lat de la lèvre méd en passant sous l’insertion du **court** puis **long ADD**

l’insertion distale déborde sur le versant lat de la ligne supracondylaire méd (branche de bifurcation int de la ligne âpre)

\_ **fx post*:*** se termine / 1 **tendon** sur le tubercule de l’ADD à la jonction des faces sup et méd du condyle méd du fémur, sous la ligne supracondylaire méd

***Rapports***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **en AV et en H** | **en AV et en B** | **en AR** | **en DD** |
| Court ADD | Long ADD  2 branches du nerf obturateur | Long Biceps en DH  ½ M en DD  nerf sciatique (grand sciatique) | Gracile |



***Innervation***

**tronculaire** : Nerf obturateur pour la portion ant (branche profonde)

nerf sciatique pour la portion post

**radiculaire** : L2 , L3 , L4

***Actions***

ADD de hanche

rotateur ext de hanche + lgt actif

**portion post** : extenseur de la hanche et + ou – ADD

# Court Adducteur

# Petit ADD

muscle du plan moyen de la loge médiale de cuisse

tendu du pubis à la ligne âpre

## Insertions proximales *(par un tendon)*

**os coxal** : face exopelvienne surface angulaire du pubis, sur le versant inférieur d’une empreinte saillante irrégulière (colline des ADD), au niveau de la face exo-pelvienne, sous le **L ADD**

## Trajet

en B, en DH et un peu en AR

Il s’élargit et se divise en 2 chefs, un supérieur et un inférieur

***Insertions distales*** (par 2 lames tendineuses)

***Chef supérieur*** : au niveau du 1/3 proximal de la ligne âpre entre la ligne pectiné en DD et, le **G ADD** + la tubérosité glutéale en DH (entre branche moyenne et externe de trifurquation)

Les 2 chefs fusionnent quelques fois

***Chef inferieure*** : partie moyenne de la ligne âpre entre le **L ADD** en DD et le **G ADD** en DH

## rapport

**en AV  en AR**

pectiné G ADD

L ADD branche post du nerf obturateur

branche ant du nerf obturateur

.

## Innervation

**Radiculaire** : L2, L3, L4

**Tronculaire** : nerf obturateur

## Actions

ADD de la hanche

Rotateur externe de hanche

Lgt actif de la hanche

# Long Adducteur

# moyen ADD

Muscle inférieur du plan superficiel de la loge médiale de cuisse

tendu du pubis à la ligne âpre

triangulaire à base fémorale (ou sommet supérieur)

## Insertions proximales *(par un tendon)*

**os coxal** : face exo-pelvienne au niveau de la surface angulaire du pubis, sur le versant supérieur d’une empreinte irrégulière saillante (colline des ADD) au-dessus de l’insertion du **C ADD** (est souvent confondu avec lui)

## Trajet

Oblique en B, en DH et en AR

Il s’étale en éventail

***Insertions distales*** (par des fibres tendineuses)

partie moyenne de la ligne âpre, sur le versant latéral de la lèvre médiale, entre : en DH le **fx inf** du **C ADD** et en DD le **vaste médial** et le **SIMFM**, et en B le **G ADD**

## rapport

constitue la limite méd du trigone fémoral (triangle de Scarpa)

en AV  en AR

vx fémoraux C ADD

SIMFM G ADD

vaste médial  nerf obturateur

## Innervation

**Radiculaire** : L2, L3, L4

**Tronculaire** : nerf obturateur et branche du nerf fémoral

## Actions

ADD de la hanche

Rotateur externe de hanche

Lgt actif de hanche

# Pectine

Muscle aplati, quadrilatère et épais

tendu du pubis à la ligne âpre

muscle du plan superficiel de la loge méd de cuisse

## Insertions proximales *(par des fibres tendineuses et charnues)*

**os coxal** :

***Plan d’Origine Superficiel*** : sur la branche supérieure du pubis (branche horizontale), et sur la face antéro-supérieure le long du bord postéro-supérieur

***Plan Profond d’Origine***

\_ En AR du bord ant de la branche > du pubis (crête obturatrice)

\_ partie adjacente du **lgt pubo-fémoral**

Ces 2 plans fusionnent en DD, au niveau du tubercule pubien, en donnant à l’insertion la forme d’un J

## Trajet

oblique en B, en AR et en DH

***Insertions distales*** (par des fibres tendineuses)

**ligne pectinée**, entre en DD le **vaste médial** et en DH le **C ADD + G ADD**

## rapport

constitue la **paroi postéro-médiale du trigone fémoral** (ex-triangle de Scarpa)

**en AV  en AR  en B**

sartorius obt ext L ADD

vx fémoraux  nerf obturateur

## Innervation

**Radiculaire** : L2, L3, L4

**Tronculaire** : nerf obturateur et le nerf fémoral (ex-nerf crural)

## Actions

ADD de la hanche

Rotateur externe de hanche

Lgt actif de hanche

# gracile

# Droit interne

muscle médial du plan superficiel de la loge médiale de cuisse

fusiforme, grêle et aplati de DH en DD

tendu de l’os coxal au tibia

fait partie des muscles de la **patte d’oie**

## Insertions proximales *(par des fibres tendineuses)*

**os coxal** : face exo-pelvienne, sur la partie antéro-médiale de la branche ischio-pubienne, le long de la branche inférieure en AV du **G ADD**

## Trajet

descend verticalement le long du bord médial de la cuisse

Le corps charnu se continue par un **tendon** qui naît au milieu de la cuisse

***Insertions distales***

contourne en AR le condyle médial du fémur et du tibia

devient oblique en B et en AV et s’élargit

se fixe sur la partie sup de la face méd de la diaphyse tibiale : en AR du **sartorius**, et en AV du **lgt collatéral tibial du genou**, et au-dessus de l’insertion du **½ T**

Il forme avec le **½ T**, le **plan profond des muscles de la patte d’oie**, l’ensemble de ces éléments anatomique étant séparés les uns des autres par des bourses séreuses.

envoie une expansion au **fascia crural**

## rapport

**en AV, en AR, en DD  en DH**

fascia fémoral G ADD

peau  nerf obturateur

## Innervation

**Radiculaire** : L2, L3, L4

**Tronculaire** : nerf obturateur

## Actions

Faible ADD de hanche

Fléchisseur du genou

Rotateur interne

Lgt actif du genou et de la hanche

Loge Postérieure de la Cuisse :

ISCHIO-JAMBIERS

# Biceps Fémoral

Formé de 2 chefs

**long biceps** : tendu de l’ischium à la fibula (élément du plan superficiel)

**court biceps** : tendu du fémur à la fibula (élément du plan profond)

***Long biceps***

***Insertions Proximales*** (par un tendon commun avec celui du **semi-tendineux** )

**os coxal** : face post de la tubérosité ischiatique dont il occupe la partie >lat du tendon commun

***Trajet***

fibres charnues naissant du tendon d’origine, dirigées *obl en B et en DH* et s’éloignent des autres **ischio-jambiers**

***Rapports* en AV en AR en DH en DD**

G ADD fascia fémoral en AV : vaste lat ½ M

Nerf sciatique peau ½ T

***Court biceps***

***Insertions Proximales*** (par des fibres charnues)

**. fémur** : \_ lèvre lat de la ligne âpre (en regard de la ½ <), sous la tubérosité glutéale où s’insère le **GF**, en DD du **vaste lat** et en DH du **G ADD**

\_ ligne >condylaire lat (branche de trifurcation de la ligne âpre)

. SIMFL **(cloison IMext)**

***Trajet*** oblique en B et en DH

***Rapports***

**en AR en DH en AV en DD**

long Biceps Vaste lat ½ M

Vaste interméd Nerf sciatique

###### Terminaison des 2 chefs

Les 2 corps charnus fusionnent sur un tendon, le **long biceps** étant en AR du **court biceps**

Le tendon passe en AR du condyle lat du fémur et se fixe sur le versant lat de la tête de la fibula

Cette insertion entoure le **lgt collatéral fibulaire du genou**, il envoie des expansions sur la face ant du condyle lat du tibia (tubérosité tibiale ext) et une autre sur le **fascia crural** (aponévrose jambière).

La partie terminale du biceps forme la **paroi >lat du losange poplité**

***Innervation***

**radiculaire** : L4, L5, S1

**tronculaire** : nerf sciatique (nerf grand sciatique)

***Actions***

**Long biceps** : extenseur de la hanche

**Court et long biceps** : fléchisseur et rotateur ext du genou (genou fléchi)

Lgt actif du genou et de l’X tibio-fib prox

# Semi-Tendineux

Muscle de la pâte d’oie , élément de la loge post plan superficiel de la cuisse

Tendu de l’ischium au tibia

***Insertions proximales*** (par un tendon commun avec le **long biceps**)

**os coxal** : face post de la tubérosité ischiatique dont il occupe la partie infero-méd du tendon commun

***Trajet***

Fibres charnues naissent de la convexité du tendon d’origine et corps musculaire fusiforme est entrecoupé par une **intersection tendineuse** en chevron qui lui donne un aspect digastrique .

Il se dirige en B et se jette sur un **tendon** à la partie moyenne de la cuisse.

***Insertions distales*** (long tendon)

passe en AR du condyle méd du fémur puis devient oblique en B et en AV.

passe en AR puis sous le condyle méd du tibia (tubérosité int)

se fixe à la partie (antéro)sup de la face méd de la diaphyse tibiale en AR du **sartorius**, en dessous du **gracile** et en AV du **lgt collatéral méd du genou**

Il envoie une expansion au **fascia crural** et est entouré de **bourses séreuses**

***Rapports***

**en AR  en AV en DH**

fascia fémoral semi-membraneux Biceps et

peau Nerf sciatique

***Innervation***

**radiculaire** : L4, L5, S1

**tronculaire** : nerfs sup et inf du semi-tendineux : branches nerf sciatique (grand sciatique)

***Actions***

extenseur de hanche (en point fixe haut)

fléchisseur du genou

rotateur int du genou fléchi

lgt actif du genou et de la hanche

Actions paradoxales des Ischio-jambiers

Quand le sujet part de la position assise ou accroupi pour se relever, ces muscles travaillent en synergie avec les **gastrocnémien** et le **quadriceps**.

Ils deviennent **extenseurs du genou**

Semi Membraneux

Muscle du plan profond loge post cuisse

Tendu de l’ischium au tibia

***Insertions proximales*** (par un large tendon)

**os coxal** : le long du bord lat de la tubérosité ischiatique

***Trajet***

Tendon d’origine se prolonge en une **lame tendineuse** large jusqu'à mi-cuisse sur le bord lat du muscle

Puis des fibres charnues vont former le **corps musculaire** ayant la forme d’une gouttière concave en AR

le **tendon terminal** apparaît très H sur le bord méd et forme avec celui du **½ tendineux** : la **paroi supéro-méd du losange poplité**

***Insertions distales*** (par 1 long tendon)

Le long tendon terminal descend en AR du condyle méd du fémur et du tibia et se divise en 3.

\_**tendon direct** : vertical

se fixe sur la face post du condyle méd du tibia (tubérosité int )

\_ **tendon réfléchi** : il se porte en AV

parcourt la marge <condylaire du condyle méd du tibia (marge infra-glenoïdienne)

passe sous le **lgt collatéral méd du genou** et se fixe à la partie ant

\_ **tendon récurent** = **lgt poplité oblique** : porté en H et en DH

\_ coque condylienne lat

\_ fabella (os sésamoïde inclus dans la capsule articulaire du genou)

***Rapports***

**en Av en AR en DD en DH**

G ADD semi-tendineux fascia fémoral Biceps

Peau nerf sciatique

***Innervation***

**tronculaire** : nerf sciatique

**radiculaire** : L4, L5, S1

***Actions***

extenseur de hanche

fléchisseur du genou IDEM ½ tendineux

rotateur interne du genou fléchi

lgt actif de la hanche et du genou

### Muscle Iliopsoas

**psoas iliaque**

Formé de 2 chefs : **G psoas** et **iliaque**

**G psoas** : Fusiforme, allongé, tendu du rachis lombaire au fémur

**iliaque** : forme d’éventail à sommet <, tendu de l’os coxal au fémur

Il existe un fx accessoire le **petit psoas**.

#### Grand Psoas

***Insertions proximales*** (en 2 plans)

***\_* fx corporéal ou ant** (par des arcades tendineuses) : . face ant des corps vertébraux de D12 à L5

. **disques intervertébraux** correspondants

***\_* fx transversaire, costiforme ou postérieur**  (par des languettes tendineuses ou digitations)

face ant et bord < des processus transverses ou costiformes (apophyse transverse ou costiforme) des 5 vertèbres lombaires.

##### Trajet

Oblique en AV, en B, et en DH

Les fibres charnues traversent la fosse iliaque int et pénètrent ds la cuisse et se réfléchissent sur la face ant de l’X coxo-fém (bourses séreuses) = **éminence ilio-péctinée**.

Puis ils deviennent obliques en B, en DH et en AR.

Ces fibres passent sous le **lgt inguinal** et pénètrent dans la cuisse

Elles se continuent par un tendon volumineux. (commun avec celui de l’iliaque)

***Insertions Distales*** (par 1 tendon) sommet du petit trochanter fémoral.

##### Rapports

***\_* région lombaire**

Entre les 2 plans du muscle : **Plexus lombaire** et ses branches **En AR en AV**

carré des lombes organes digestifs

***\_* région pelvienne**

entre le **psoas** et l’**iliaque** : **nerf fémoral** (crural)  **En DH En DD**

Iliaque rectum

vessie

tronc lombo-sacré

plexus sacré

vx iliaques ext

#### muscle iliaque

***Insertions proximales*** (par des fibres charnues)

**os coxal :** \_ fosse iliaque int (2/3 >)

\_ EIAS et EIAI (versant méd)

\_ échancrure inter-épineuse ant (versant méd)

\_ crête iliaque (bord méd)

\_ aile du sacrum (aileron sacré) : face ant

\_ X sacro-iliaque : face ant>

##### Trajet

oblique en AV, en B, et en DH

les fibres charnues se réfléchissent sur le bord ant de l’os coxal et sur la face ant de l’X coxo-fém (bourses séreuses)

deviennent obliques en B, en AR et légèrement en DH

passe le lgt inguinal (arcade crurale )

puis pénètre ds la cuisse, se continue / 1 volumineux tendon commun avec celui du G psoas

***Insertions Distales*** (par un tendon) **fémur :** sur le sommet du petit trochanter

***Rapports***

**en DD et 1 peu en AV**

G psoas

nerf fémoral (nerf crural)

organes digestifs (côlon)

nerf cutané fémoral lat (nerf fémoro-cutané)

###### **Innervations**

**radiculaire** : L1, L2, L3 (L4)

**tronculaire** : \_ **G psoas** : collatérales du plexus lombaire

\_ **iliaque** : nerf fémoral

#### Actions

**iliopsoas** : \_ point fixe en H sur l’os coxal et le rachis : . fléchisseur de hanche

. rotateur ext

. lgt actif ant de hanche

\_ rotateur int de hanche

**grand psoas** : \_ point fixe en B : . fléchisseur du rachis lombaire

. inclinaison homo-lat

. rotation contro-lat

. augmente la lordose lombaire

\_ en contraction homo-latérale, il attire le rachis lombaire en AV et de son coté

**iliaque** : en contraction bilatérale, entraîne 1 antéversion du bassin

#### petit psoas (inconstant)

***Insertions proximales*** (par une arcade tendineuse)

\_ tendu du corps de D12 jusqu'à L1

\_ disque intervertébral intermédiaire

##### Trajet

oblique en B, en AV et en DH

Il est en AV puis en DD du **G psoas**

***Insertions Distales*** (par 1 tendon) : **os coxal :** ligne arquée en AR de l’éminence ilio-pectinée

***Innervation***

Tronculaires : collatérales du plexus lombaire

Radiculaires : L1, L2, L3

***Actions*** extrêmement accessoire du G psoas voire reliquat de l’évolution humaine

**Loge Antérieure de la Jambe**

# TIBIAL ANT

**jambier ant**

muscle le + médial de la jambe

Tendu du tibia au cunéiforme méd. et à M1

Fusiforme (allongé).

***Insertions prox*** (Par des fibres charnues)

\_ 2/3 > de la face lat de la diaphyse tibiale

\_ moitié < de la face lat du condyle lat du tibia (tubercule de Gerdy)

\_ moitié < du bord lat de la tubérosité tibiale (crête joignant le tubercule au bord ext de la tubérosité tib ant)

\_ partie >méd de la face ant du **LIO**

\_ face profonde du **fascia crural** en regard de la moitié > (aponévrose jambière)

\_ **septum fibreux** qui le sépare du muscle LEO*.*

***Trajet***

**JAMBE** : . le corps charnu, prismatique triangulaire, descend oblique en B, en AR, et en DD

. Au tiers <, les fibres se jettent sur 1 tendon.

## *TALO-CRURALE : Ce tendon passe ds 1 dédoublement du feuillet > du rét des extenseurs (lgt annulaire ant du cou de pied) et sous le feuillet < du même rét, ds sa gaine séreuse propre*

## *PIED il se porte en B, en AV, et en DD vers le bord médial*

***Terminaisons*** \_ face méd du cuné méd. à sa partie antéro-<

\_ partie méd de M1 (tubercule int de la base de M1**)**

***Rapports***

**JAMBE**

**en DD**  **en DH en AV en AR**

tibia **en H :** LEO fascia crural tibia

**au milieu :** LEH (aponévrose jambière) LIO

LEO

**en B :** 3e fib

**toute la hauteur :**

vaisseaux tibiaux ant (vx TA)

nerf fib profond = NFP (nerf TA)

**PIED**

**en H en DD en DH en B**

fascia dorsal du pied \_ LEO cuné médial

(aponévrose dorsale \_ LEH os naviculaire

superficielle) \_ artère dorsale du pied

peau + ses veines satellites

(artère pédieuse),

\_ 2 branches terminales du NFP

\_ CEO

***Innervation***

***Tronculaire :*** NFP

***Radiculaire :*** assurée / les 4e et 5e racines lombaires et la 1e racine sacrée (L4, L5 et S1)

***Actions***

Fléchisseur de la cheville

ADD et supinateur du pied

### LEH

**extenseur propre du gros orteil**

occupe la partie intermédiaire de la loge ant de la jambe

fusiforme

tendu de la fibula à l’Hallux

***Insertions prox (Par des fibres charnues)***

\_ *fibula* ds la partie moyenne de sa diaphyse (champ pré-ligamentaire de la face int du péroné), en regard du 1/3 moyen ds la *concavité du* **LEO**

\_ partie attenante de la face ant du**LIO**

***Trajet*** \_ **JAMBE** : le corps musculaire devient *oblique en B et un peu en DD*,

se continue / 1 tendon qui occupe le bord ant du muscle.

## \_ TALO-CRURALE*: passe ds la coulisse fibreuse méd du feuillet > du rét des extenseurs puis sous le feuillet < du même rét, ds sa gaine séreuse propre*

## \_ *PIED* *: se dirige* en *AV et en DD* vers l’Hallux

***Terminaisons***

Sur la face dorsale de la base de :

\_ *P1 de l’Hallux* (débordant sur la diaphyse / 2 expansions lat)

\_ *P2 de l’Hallux* : ce tendon reçoit le tendon le + méd. du CEO (pédieux).

***Rapports***

**JAMBEen DD en DH en AV en AR**

TA LEO fascia crural fibula

vx TA LEO LIO peau

NFP

**TALO-CRURALE**le LEH croise en AV : **artère TA + NFP** (qui se place en DH de lui)

PIED

**en H en DH en B en DD**

fascia dorsal du pied artère dorsale du pied os nav tendon du TA

(aponévrose dorsale superficielle) (pédieuse) + veines satellites cuné médial

peau 2 branches du NFP M1

LEO (extenseur commun)

CEO (pédieux)

***Innervation***

***Tronculaire :*** assurée / le NFP

***Radiculaire :*** assurée / les 4e et 5e racines lombaires et la 1e racine sacrée(L4, L5 et S1)

***Actions***

\_ extenseur de P2 sur P1 et de P1 sur M1

\_ fléchisseur dorsal de la cheville

\_ ADD et supinateur (car en DD du pied)

### LEO

***(extenseur commun des orteils)***

occupe la partie lat. de la loge ant. de la jambe

fusiforme

tendu de la fibula aux 4 derniers orteils

***Insertions prox*** (Par des fibres charnues)

\_ **fibula** ds les 2/3 > de la face méd (champ prélgtaire de la face int. du péroné)

\_ **LIO** (en DH du TA)

\_ **SIMCA** *=* septum intermusculaire crural ant. (cloison), tendu du bord ant. de la fib. au fascia crural (aponévrose jambière) qui le sépare en DH, du Long fib.

\_ face profonde du**fascia crural**

\_ **tibia** : face ant du condyle lat (tubérosité tibial ext) en passant sur l’X tibio-fib prox (péronéo-tib post)

\_ **cloison fibreuse** qui le sépare du TA (traversée par le nerf fib. profond)

## Trajet

## *JAMBE \_ descend vert en recouvrant partiellement le LEH*

\_ se jette sur 1 tendon au 1/3 < de la jambe

**TALO-CRURALE** \_ s’engage ds le coulisse fib. lat. du feuillet > du rét. des extenseurs

\_ passe ss le feuillet < du rét des extenseurs (ds sa gaine séreuse propre) en DH du **LEH**

## *PIED : Les 4 tendons divergent vers la face dors. des orteils*

***Terminaisons***

De ces 4 tendons terminaux, les 3 médiaux (int) reçoivent le **CEO** au niveau de *l’X métatarso-phalangienne*

Chacun des 4 tendons s’insère par 3 languettes :

\_ **1e languette :** sur base de P1, en face dors. de l’orteil correspondant

\_ **2e languette :** sur base de P2 en face dors

A ce niveau, chaque tendon se divise en *2 bandelettes lat.* qui se réunissent et s’insèrent sur la face dors. de P3 par une **3e languette**.

Sur ces bandelettes lat., se terminent les **IO dorsaux et plantaires** et les **Lombricaux**

***Rapports***

**JAMBEen DD**  **en DH en AR en AV en B**

TA SIMCA LIO fascia crural 3e fib.

vx TA Court fib fibula

NFP Long fib.

LEH

**TALO-CRURALE en DD en DH**

vx TA tendon du 3e fib

NFP

LEH

**PIEDen H en DD en B**  **en DH**

fascia dorsal du pied artère dorsale du pied CEO (pédieux) 3e fib.

(aponévrose dorsale (pédieuse)+ veines satellites

superficielle) 2 branches du NFP

peau LEH (extenseur propre)

***Innervation***

***Tronculaire :*** NFP

***Radiculaire :*** assurée / les 4e et 5e racines lombaires et la 1e racine sacrée**.**

***Actions***

\_ extenseur de P3 sur P2, de P2 sur P1 et de P1 sur le M correspondant (pour les 4 derniers O)

\_ fléchisseur de la cheville

\_ ABD et pronateur du pied

\_ moyen d’union actif de l’X tibio-fib prox

***3e FIBULAIRE***

**péronier ant**

muscle inconstant de la loge ant. de la jambe

fusiforme

tendu de la fibula à M5.

***Insertions prox*** (Par des fibres charnues)

\_ *fibula* ds 1/3 < de la face méd.

\_ partie attenante de la face ant. du **LIO**.

\_ **SIMCA** = septum intermusculaire ant. qui le sépare des Long et court fib.

***Trajet***

**JAMBE** : dirigé *en B* et se jette sur 1 tendon

## *TALO-CRURALE*

passe ds la *coulisse fibreuse lat. du feuillet > du* **rét des extenseurs** (lgt annulaire ant) en DH du tendon du **LEO**

chemine *sous le feuillet < du même rét*, ds sa gaine séreuse propre.

**PIED** : oblique *en AV et en DH*

***Terminaisons*** :par 1 tendon sur la *face > de la base de M5* en débordant sur la diaphyse

***Rapports***

**JAMBEen DD en DH en AV en AR**

LEO SIMCA fascia crural LIO

vx TA LEO fibula

NFP

**PIEDen H en DH en B** **en DD**

Fascia dorsal du pied SIMCA CEO (pédieux) LEO

(aponévrose dorsale

superficielle)

peau

***Innervation***

***Tronculaire :*** NFP (NF superficiel si celui-ci perfore le SIMCA)

***Radiculaire :*** assurée / les 4e et 5e racines lombaires et la 1e racine sacrée**.** (L4, L5 et S1)

***Actions***

\_ fléchisseur dorsal de la cheville

\_ ABD et pronateur du pied

# Loge Latérale de la Jambe

# LONG FIBULAIRE

**long péronier lat**

muscle de la loge lat. de la jambe

Tendu du tibia à M1, en passant par la face plantaire

Partie latérale de l’étrier du pied (avec le TP)

Fusiforme (allongé)

***Insertions prox*** Par 3 chefs (fibres charnues)

**CHEF DIAPHYSAIRE**

**ANT**

\_ face lat. de la *diaphyse fib*.

au niveau du *1/3 >* le long du

*bord ant.*

\_ partie adjacente du**SIMCA**

###### CHEF DIAPHYSAIRE

###### POST

face lat de la *diaphyse fib*

au niveau du *1/3 >* le long

du *bord post*.

**CHEF EPIPHYSAIRE**

\_ *fibula* : face lat. du pourtour de la *tête*

\_ **lgt >ant de l’X tibio-fib. prox**.

\_ condyle lat. du *tibia* (partie ant.)

\_**SIMCP** qui le sépare en AR de la loge post

\_**SIMCA** qui le sépare du LEO

\_ face profonde du **fascia crural**

Entre ces 3 chefs, il existe 1 interstice en forme de T où chemine :

\_ **nerf fib commun** (sciatique poplité externe) et le **NFP** (nerf TA) = branche horizontale

\_ **nerf fib superficiel** (musculo-cutané) = branche verticale

***Trajet \_*** JAMBE **:**

**.** *partie > :*dirigé *verticalement* en DH du **Court fib** puis en DH et en AR de celui-ci

**.** *partie < :* se continue / 1 tendon qui passe en *AR de la malléole lat*, maintenu avec le tendon du **Court fib** / le **rét des fib**

***\_*** TALO-CRURALE**:** *sommet de la malléole lat :*se coude et se dirige en *B et en AV*

***\_*** PIED**:**

. glisse ds le *sillon* situé *en-dessous de la trochlée des fib* (tubercule des péroniers) en regard de la face lat du calc où il est maintenu / le **rét des fib**

. se dirige vers le *bord lat. du cub* où il présente parfois 1 sésamoïde

. se coude et passe en *plantaire*, en s’engageant ds le *sillon de la face < du cub*.

. en AV de la tubérosité du cub : devient *oblique en AV, en DD et en H*.

A ce niveau, il est ds 1 **coulisse ostéo-fibreuse** dont la face plantaire est constituée / 1 prolongement du **lgt plantaire long** (plan superficiel du lgt calc-cub plantaire)

***Terminaisons*** (Après avoir croisé la face plantaire du tarse)

\_ tubérosité *lat*. de la *base de M1*

\_ expansions sur *face plantaire de C1* à l’arête plantaire de la base de *M2 +* **1e IO dorsal**

***Rapports***

## *JAMBE* *En DH en DD en AV en AR*

Fascia crural **en H :** fibula SIMCA SIMCP

Peau NFS

**En B :** court fib

PIED **en DH en DD** PLANTAIRE **sillon cuboïde En H :** cuboïde **En B**: lgt plantaire long

Fascia dorsal du pied calc

Peau **Ap sillon (en B)** carré plantaire

Tendon du LFO

***Innervation***

*radiculaire* : L4, L5, S1

*tronculaire* : NFS

***Actions***

ABD, pronateur du pied

Extenseur de la cheville

# Court fibulaire

**court péronier lat**

Fusiforme

Situé ds la loge lat de la jambe

Tendu de la fibula à M5 au niveau de sa tubérosité (apophyse styloïde)

***Insertions prox*** (par des fibres charnues)

\_ *fibula* : 1/3 moy de la face lat de la diaphyse

\_ partie adjacente du **SIMCA** et sur le **SIMCP**

***Trajet***

Corps musculaire descend verticalement à la face lat de la fibula,

se jette sur un tendon qui passe en dessous de la malléole lat où il est maintenu par le **rét des fib**

Ce tendon se réfléchit au sommet de la malléole lat et se dirige *oblique en AV et en B*

Il glisse dans 1 sillon situé en dessous de la trochlée des fibulaires maintenu par le rét des fibulaires

***Terminaisons***

\_ Sur la tubérosité de M5 (apophyse styloïde)

\_ face dorsale de la base de M4

\_ accessoirement sur le tendon (LEO)**extenseur** destiné au 5e orteil .

\_ expansions sur le bord lat du cuboïde

***Rapports***

## *JAMBE* *En DH en DD en AV en AR*

Long fib fibula SIMCA SIMCP

NFS LFH

3e fib

PIED **en DH en DD**

fascia dorsal du pied calc

Peau cuboïde

***Innervation***

*radiculaire* : L4, L5, S1

*tronculaire* : NFS

***Actions***

ABD

pronateur du pied

Extenseur accessoire de cheville

Loge Postérieure de la Jambe

# Poplité

situé à la partie > plan profond de la loge post de la jambe

court

aplati d’AV en AR

tendu du condyle lat du fémur au tibia

***Insertions prox***(par un tendon)

\_ fossette du poplitée située sur la face lat du condyle lat du fémur

\_ ss et en AR de l’épicondyle lat où s’insère le lgt collatéral lat. du genou

\_ ss l’insertion de la capsule de l’X du genou

\_ **coque condylienne lat** / de courtes fibres aponévrotiques

\_ ménisque lat

*Rques* : elles st dites **intra capsulaire** et **extra-synoviale**

***Trajet***

Après avoir contourné / sa partie postéro-lat, le condyle lat, le corps charnu naît du tendon d’origine : *oblique en B et en DD*

Il s’élargit progressivement en passant : \_ en AR de l’interligne fémoro-tibiale,

\_ en AR de l’X tibio-fibulaire >, ss le **lgt poplité arqué** *.*

***Terminaisons*** (Par des fibres charnues)

\_ face post du tibia

\_ au-dessus de la *ligne du soléaire et sur son v*ersant supérieur

***Rapports***

**en AV en AR**

interligne du genou gastrocnémien (jumeaux)

tibia (extr. proximale) nerf tibial (SPI)

vx poplités

m. plantaire

***Innervation***

***radiculaire***: (L4) L5, **S1**

***tronculaire*** : Nerf tibial (SPI ou sciatique poplité interne)

***Actions***

rotateur int de genou , lorsque le genou est fléchi

légèrement fléchisseur du genou

lgt actif des X tibio-fibulaires > et du genou

# Tibial Postérieur

**jambier post**

appartient au plan profond de la loge post de la jambe

tendu des 2 os de la jambe à la plante du pied

forme la partie médiale de l’étrier tendineux du pied

**Insertions prox** *(par des fibres charnues)*

\_ *tibia* : (face post) prés du bord lat, sous la ligne du soléaire, sur les 2/3 > de la diaphyse zen DH de la crête verticale (l’ insertion remonte jusqu'à l’X tibio-fib >)

\_ *fibula* : (face post), au niveau des 2/3 >, en AR du bord IO

\_ **LIO** :face post

\_ face post de **capsule tibio-fibulaire proximale**

\_ **septums fibreux** qui le sépare en DH du LFH et en DD du LFO.

***Trajet JAMBE***

oblique en B et en Dd , passe sous l’arcade du **LFO**, au niveau du 1/3 <, se continue par un tendon, qui passe sur la partie antéro-sup de la région infra-malléolaire médiale (canal calcanéen)

***talo-crurale*** :

se réfléchit au sommet de la malléole méd et se dirige en B et en AV dans sa gaine séreuse propre, passe dans le canal calcanéen où le tendon est retenu par le **rét des fléchisseurs** (lgt annulaire int du cou de pied)

***Terminaisons***

\_ ***tendon principal*** : tubérosité du nav, versant plant

\_ ***par des expansions*** :

**.** sustentaculum tali sur les lèvres inférieures du bord médial

**.** partie postéro médiale du cuboïde

**.** arrête plant des cuné lat et intermédiaire

**.** face plant du cuné méd

**.** arrêtes plant des 2e 3e 4e M

**.** capsules art des X intercunéenes et cunéo-nav

***Rapports***

***JAMBE***

**en DH en DD en AR en AV**

LFH LFO soleaire tibia

SIMCP SIM crural transverse fibula

Vx TP LIO

nerf tibial

***talo-crurale***

**en DH en DD en AR**

talus rét des fléchisseurs tendon LFO

calc peau vx TP

Lgt col méd nerf tibial

De L’X talo-crurale tendon LFH

***Innervation***

***radiculaire*** : L4 , L5, S1

***tronculaire*** : nerf tibial

***Actions***

extenseur de la talo-crurale inverseur pur

ADD, supinateur du pied

# LFO

**fléchisseur commun des orteils**

situé ds le plan profond de la loge post de la jambe

le plus méd à son origine

tendu du tibia aux 4 derniers orteils.

***Insertions prox***(par des fibres charnues)

\_ diaphyse tibiale(face post), 1/3 moyen , en DD de la crête verticale sous la ligne du soléaire

\_ septum fibreux (cloison aponévrotique ) qui le sépare du TP

Celle-ci se prolonge par une *arcade* qui s’attache à l’extrémité < du tibia, sous laquelle passe la TP.

***Trajet***

\_ JAMBE vertical

**1/3 <** : se continue par un tendon, passe en AR de la malléole méd ds 1 sillon méd (gouttière rétro-malléolaire int) situé en DH de celui du muscle **TP**, le tendon est maintenu par le **rét des flechisseurs**

\_ talo-crurale  oblique en B et en AV

passe en regard du bord méd du sustentaculum-tali ds le canal calc (ds sa gaine séreuse propre) et maintenu / le **rét des fléchisseurs**

\_ PIED Pénètre ds la région plantaire, croise / en dessous le tendon du **LFH** et devient oblique en AV et en DH

\_ tarso-métatarsienne ***(Lisfranc)*** : se divise en 4 tendons qui divergent vers les orteils

Au niveau de sa division , il reçoit la terminaison du **carré plantaire** sur son bord post-lat

\_ métatarsiens : les **lombricaux** prennent leur origine sur les faces lat et méd des tendons terminaux

***Terminaisons*** Chaque tendon se termine sur la base de P3 (face plant) des 4 derniers orteils.

***Rapports***

JAMBE

**en H en DD en AR en DH**

TP fascia crural triceps sural TP

Peau vx tibiaux post

Nerf tibial

## Talo-crurale

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **en AV et en H** | **en AR** | **en AR et en B** | **en DD** | **en DH** |
| Tendon TP | Vx TP  Nerf tibial | LFH | Rétinaculum des fléchisseurs  peau | Calcanéus,  Fx tibio-talaire ant. du lgt collat méd. de talocrurale |

## PLANTE DU PIED

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **en H** | **en B** | **en DD** | **en DH** |
| tendon LF, Add H et CFH  expansion pltaire du TP | CFO | Tendon LFH  Abd H | Abd V |

***Innervation***

***radiculaire*** : L4 , L5, S1

***tronculaire*** : nerf tibial

***Actions***

Fléchisseur de P3 sur P2, de P2 sur P1 et de P1 sur le M correspondant

supinateur du pied

extenseur de la cheville

# LFH

Muscle du plan profond de la loge post de la jambe.

Le + lat à son origine

le + méd à sa terminaison au niveau de l’hallux.

tendu de la fib à l’H

***Insertions prox***(par des fibres charnues)

*\_ fibula* (1/2 face post) : de la diaphyse (2/3>) débordant sur son bord post

\_ **SIMCP** (cloison IMext) qui le sépare des fib

\_ **septum fibreux** qui le sépare en DD du TP

\_***LIO*** : partie < de la face post

***Trajet***

JAMBE *oblique en B et en DD*, se jette sur un tendon au 1/3 < de la jambe.

TALO-CRURALEle tendon glisse en AR de l’X, passe entre les 2 processus (face post du talus) ds 1 sillon

REGION <MALLEOLAIRE MEDpasse sous le sustentaculum tali où il devient *oblique en AV et en B*maintenu par le rét des fléchisseurs (lgt annulaire int).

PLANTAIREil croise la face lat puis > du tendon LFO.

Il se dirige en AV, passe entre les 2 sésamoïdes de l’X MTP1.

***Terminaisons*** face plant de la base de P2 de l’hallux.

***Rapports***

JAMBE

**en DH en DD en AV en AR**

SIMCP TP fib SIMCT

Court fib vx fib soléaire

CANAL CALCANEEN **en DD en DH en AV**

(région <malléolaire méd) rét des fléchisseurs calc LFO

peau TP

vx TP

nerf tibial

PLANTAIRE **en H en B en DD en DH**

calca ABD H LFO

**½ post**  base de M1 carré plantaire

cuné med

nav

**½ ant en H en B en DD en DH**

CFH fascia plant med ABD H CFH

(aponévrose plant int) ADD obl H

peau

***Innervation***

***radiculaire*** : L4 L5 S1

***tronculaire*** : Nerf tibial

***Actions***

fléch de P2 sur P1, de P1 sur M1

supinateur du pied

faiblement ADD

ext de cheville et anti-valgus de l’ARP

# Triceps Sural

Situé ds le plan superficiel de la loge post.

Formé par 3 chefs :

\_ 1 profond : le **soléaire**

\_ 2 superficiels : **gastrocnémien chef lat. et méd.** (jumeaux int et ext)

Tendu du fémur et des 2 os de la jambe au calcanéus

Il se termine par le **tendon calcanéen**. (tendon d’Achille)

***soléaire***

Muscle volumineux, large

situé juste en AR du plan profond de la loge post.

Il descend des 2 os de la jambe vers le tendon

***Insertions prox*** (2 chefs d’insertion et une arcade tendineuse)

\_ **chef tibial**  (fibres tendineuses)

lèvre < de la ligne du soléaire (face post)

1/3 moy du bord méd de la diaphyse.

***\_* chef fibulaire**  (fibres tendineuses)

face post de la tête (col et pourtour)

1/3 > du bord post

**SIMCP** qui le sépare des fibulaires.

***\_* arcade tendineuse**

partie méd de la tête de fibula à la ligne du soléaire (tibia) où elle réunit les **2 chefs**

concave en H

laisse le passage aux vx poplités et au nerf tibial (à ce niveau le nerf sciatique poplité int devenait le NTP)

***Trajet***

De ses insertions d’origine naît 1 **lame tendineuse intramusculaire** qui descend dans l’épaisseur du muscle, ds 1 plan frontal et présente, en B, une profonde échancrure (lame) du muscle qui donne naissance aux **fibres charnues** par ses faces ant et post.

Les **fibres charnues ant** se terminent sur une **lame tendineuse** longue (mince et étroite en forme d’éperon) qui se détache de la face ant, de la **lame terminale** dans un plan sagittal.

Les **fibres charnues post** se terminent sur la lame terminale du **soléaire** au niveau de la face ant .

Elle prend le nom de **lame tendineuse intramusculaire** (aponévrose IM du soléaire) et s’insère entre les 2 parties de la lame tendineuse IM échancrée à sa partie <

Les fibres charnues ant se terminant sur les 2 faces de cette **lame sagittale**, la lame terminale du soléaire constitue la **partie ant du tendon calcanéen**

***Rapports*** **JAMBE**

**en AV en AR**

SIMCT 2 chefs du gastrocnémien

vx TP (jumeaux int et ext)

nerf tibial plantaire (plantaire grêle)

LFO

TP

LFH

***Gastrocnémien*** (jumeaux)

Constitué d’un chef lat et d’un chef méd.

muscle large, très épais recouvrant la partie > du **soléaire**

séparés en 2 chefs en H sur les condyles fémoraux et réunis à leur terminaison par le **tendon calcanéen**

***Insertions prox***

***\_* chef méd**  (par des fibres tendineuses)

tubercule supra-condylaire méd (tubercule sus-condylien int), débordant sur la capsule articulaire médiale ou coque condylienne méd

***\_* chef lat**

tubercule supra-condylaire lat débordant sur la coque condylienne ext (forme d’accent circonflexe).

***Trajet***:*vertical en B* pour les 2 chefs

Les **fibres tendineuses** d’origine s’étalent à la face post et aux bords périphériques du corps musculaire.

De cette lame d’origine naissent de la *face ant*, des fibres charnues formant le **corps musculaire**, de chacun des chefs.

Chaque **chef** a une forme ovalaire mais le **méd** est plus développé et descend + B que le lat .

Tous 2 convergent vers la ligne méd .

Le bord > de cette convergence limite la moitié < du losange poplité.

Les **fibres musculaires** descendent jusqu'à la *partie moy de la jambe* et se jettent sur la face post d’une **lame tendineuse de terminaison** qui constitue le plan post du **tendon d’Achille**.

***Rapports***

**JAMBE fosse poplitée 1/3 moyen**

**en AV** : poplité **en AV :** soléaire

plantaire **en AR :** fascia crur

nerf tibial (nerf sciatique poplité int) peau

vx poplités

***Terminaison***

**tendon calcanéen** (tendon le plus volumineux de l’organisme)

large en H

rétréci à sa partie moy, élargi AV sa terminaison

constitue la partie terminale du **triceps sural**, par la réunion des **lames terminales du soléaire et du gastrocnémien** .

naît au 1/3 < de la jambe

se dirige en B passant en AR de l’X talo-crurale et du talus

se termine sur la ½ < de la face post du calc. séparé de la partie > de cette face par une **bourse séreuse**.

***Innervation***

***radiculaire*** : S1 S2

***tronculaire*** : nerf tibial (NSPI + NTP)

***Actions***

extenseur principal de cheville

accessoirement supinateur et ADD

inverseur de l’ARP

lgt actif de la cheville et du genou

**gastrocnemien** : fléchisseur accessoire du genou

# Muscle Plantaire

**muscle plantaire grêle**

Situé entre le **soléaire** et le **gastrocnémien**

***Insertions prox*** (par des fibres tendineuses)

**Fémur** : \_ condyle lat, en DD du **chef lat gastrocnémien**

\_ tubercule supracondylaire lat

\_ **coque condylienne ext** (capsule)

***Trajet***

oblique en B et en DD

situé en AV du chef lat du gastrocnémien et ce muscle court rejoint son tendon en dessous de l’articulation du genou.

Le long tendon est placé entre le gastrocnémien (en AR) et le soléaire (en AV) puis en AV du bord méd du tendon calcanéen.

***Terminaisons***: **calcanéus** (face post) en DD de la zone d’insertion du tendon calcanéen.

***Innervation***

***radiculaire*** : S1 S2

***tronculaire*** : Nerf tibial

***Actions***

très faible auxiliaire du triceps sural

utilisé comme matériau de suture