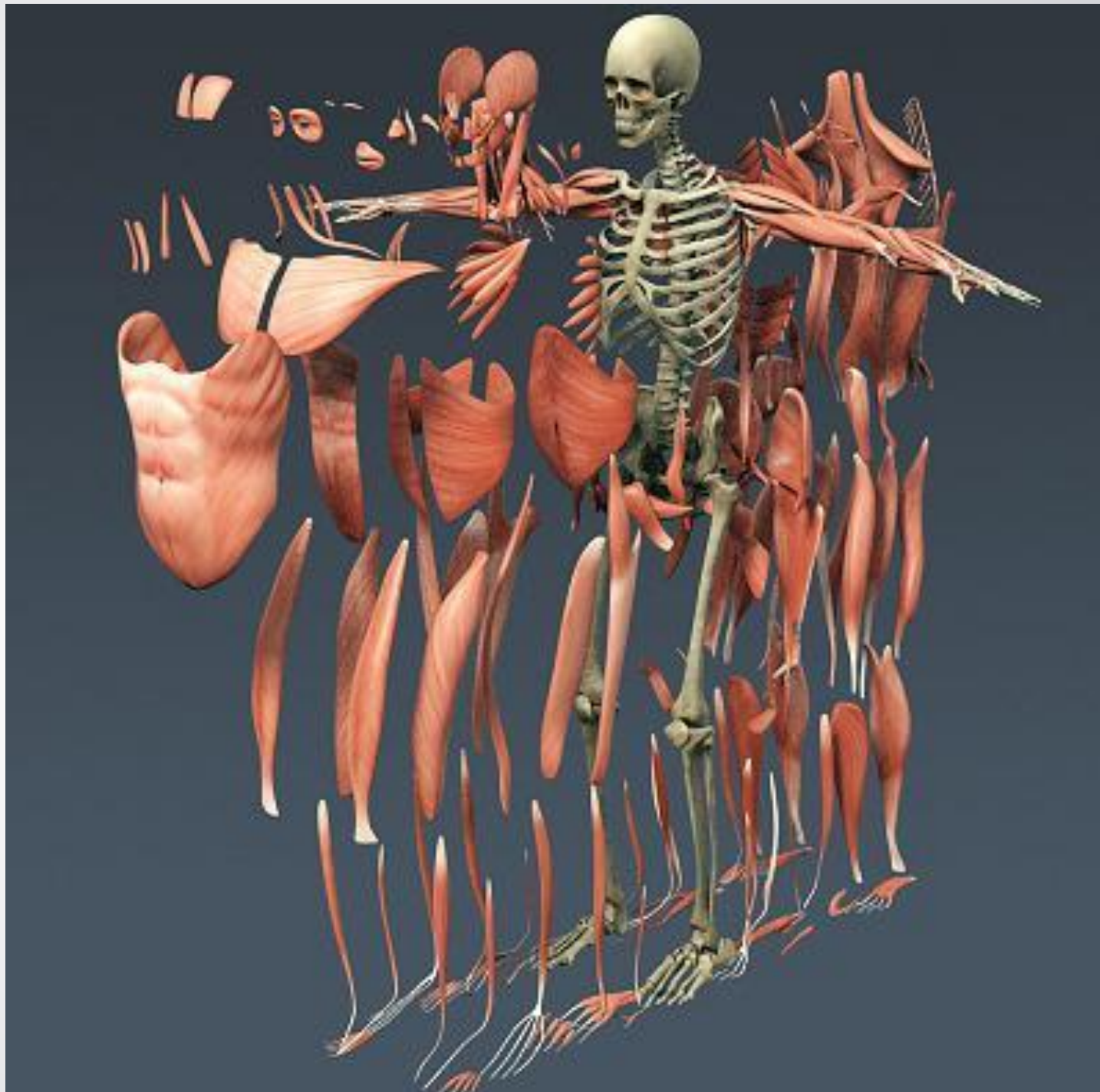


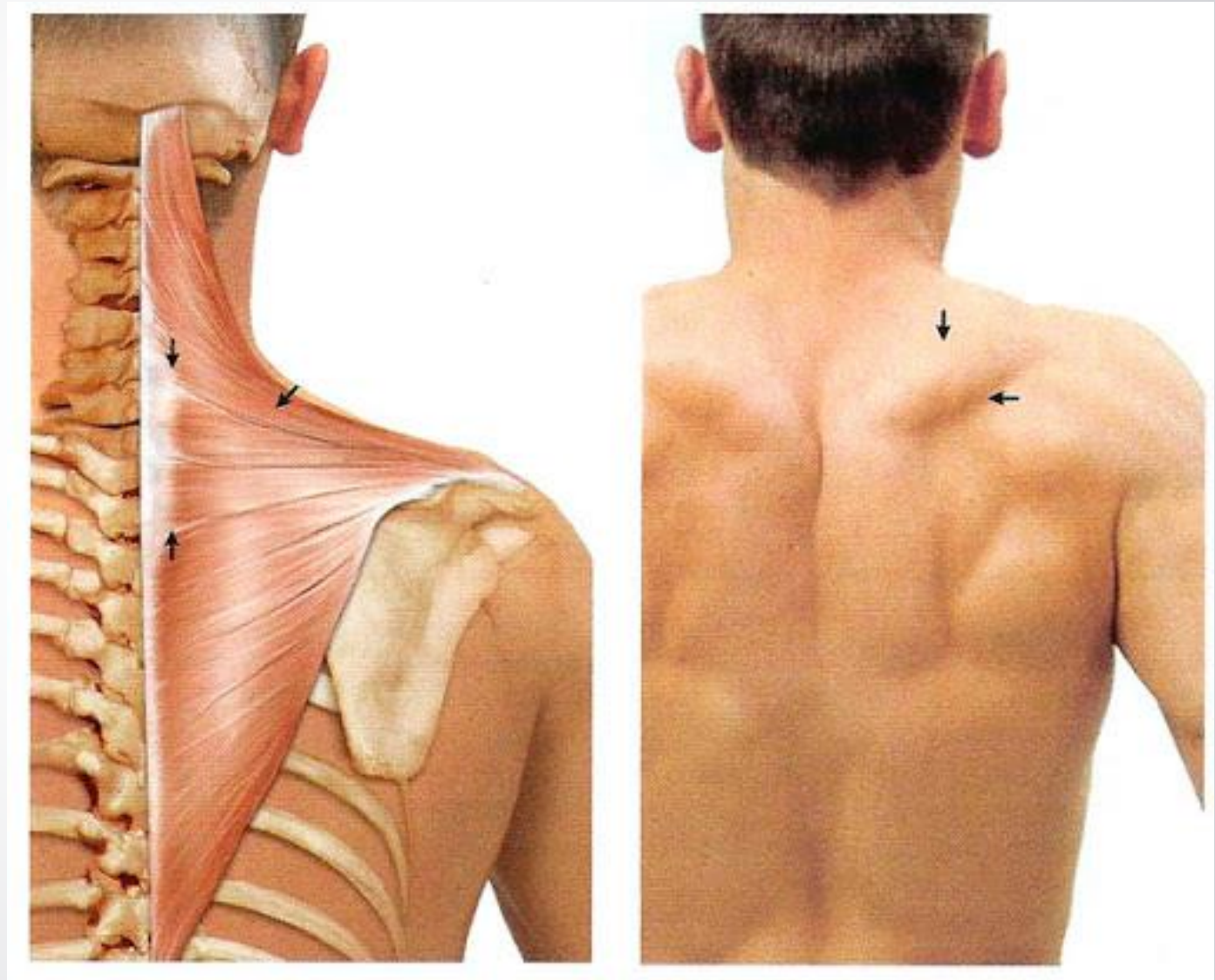
# М'язи СПИНИ



# Трапецієподібний м'яз

musculus trapezius

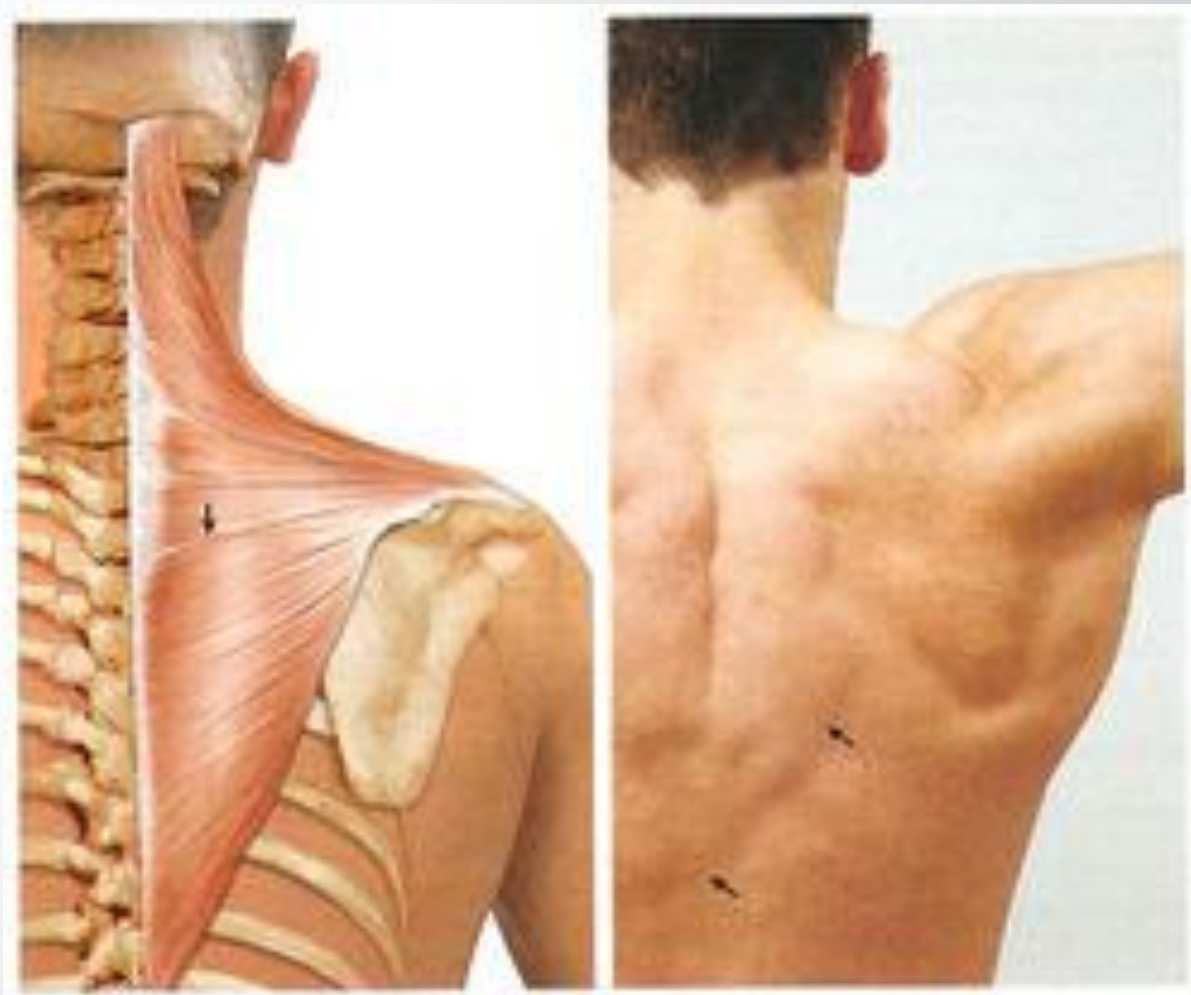
- Початок: верхня каркова лінія, потиличний бугор, каркова зв'язка, остисті відростки сьомого шийного та всіх грудних хребців
- Прикріплюється: до латеральної третини ключиці, до акроміона, до ості лопатки





- **Функції**

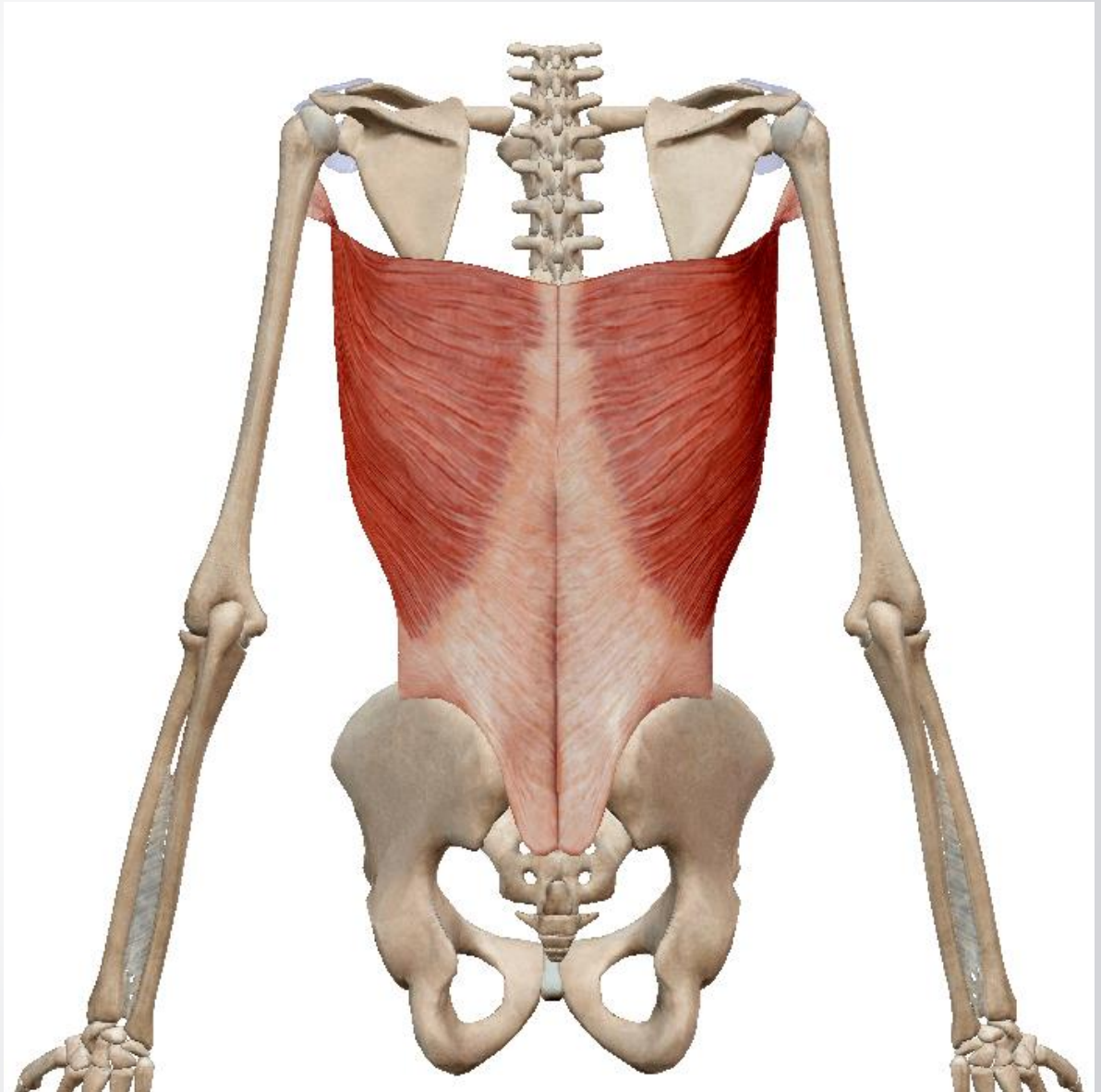
- **верхні волокна м'язу піднімають до верху пояс верхньої кінцівки. При чому лопатка повертається своїм нижнім кутом в латеральну сторону. Як це буває, наприклад, при піднятті руки вище горизонтальної лінії.**
- **Запобігають опусканню плечового поясу при перенесенні на плечі або в руці.**
- **Середні волокна приводять лопатку.**
- **Нижні волокна опускають лопатку донизу. При скороченні всіх волокон м'яз тягне пояс верхньої кінцівки до заду і до середини. При чому, обидві лопатки зближуються між собою, якщо м'яз скорочується на обох сторонах.**



# Найширший м'яз спини

*musculus latissimus dorsi*

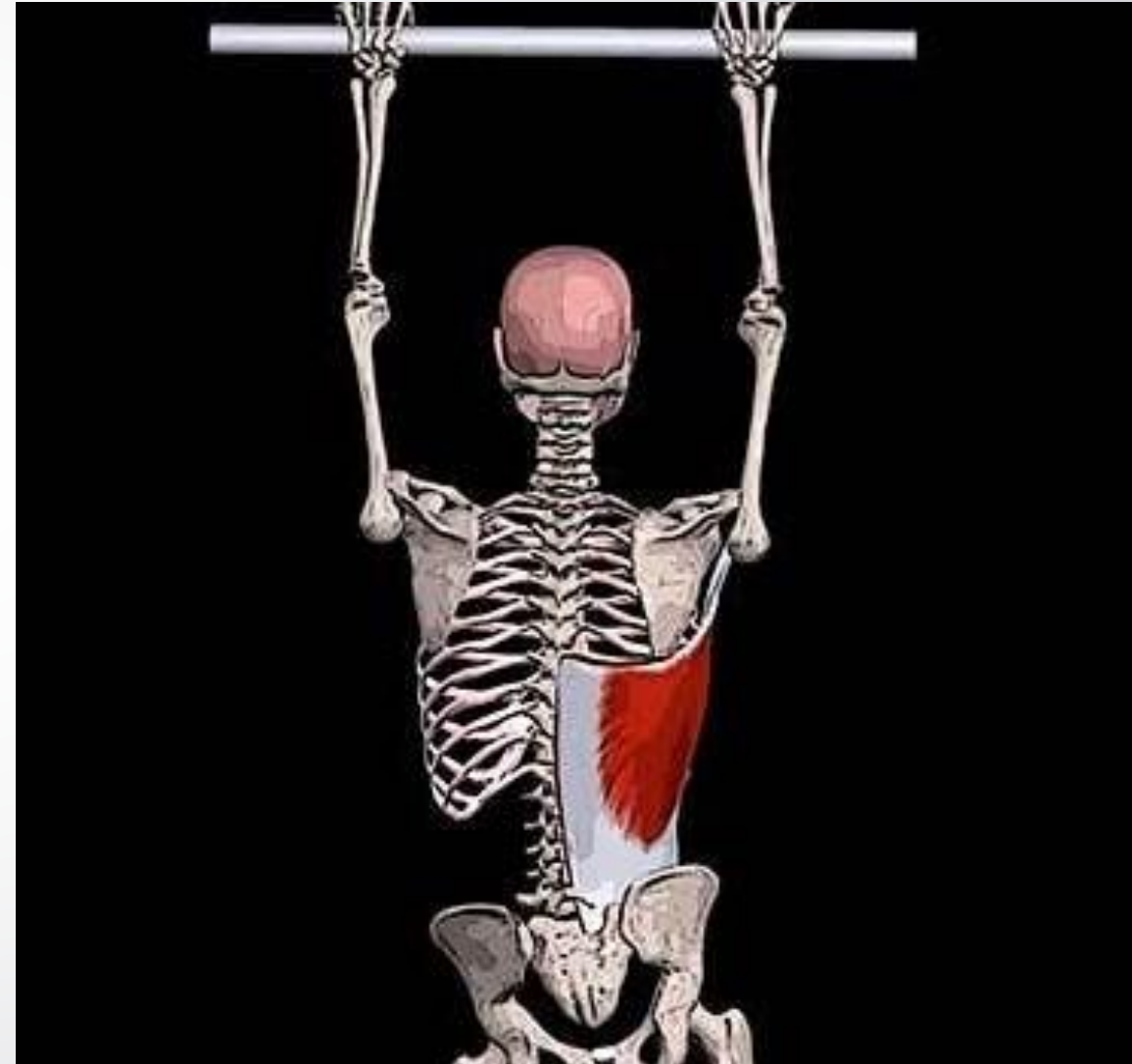
- Початок:
- апоневрозом на остистих відростках грудного відділу від T7 – T12, усіх поперекових та крижових
- Від заднього відділу клубового гребня
- Від чотирьох нижніх ребер (IX-XII ребра )
- Волокна направляються латерально та вгору. Прикриває нижній кут лопатки.
- Прикріплення: до гребеня малого горбка плечової кістки



## • Функції

- Розгинає та пронує плече,
- відведену руку приводить.
- А також підтягує тулуб до рук , наприклад, під-час підтягування.
- Вона сильний депресор лопатки, достатньо сильний для подолання всієї маси тіла, як при віджиманні.
- М`яз прикріплюється до ребер, та при фіксованих руках може розширювати грудну клітину, допомагаючи вдиху.

Найширший м`яз – потужний аддуктор плеча . Формує задню частину пахвової ямки.





# Ромбоподібний м'яз

musculus rhomboideus

Розташовується під трапецієподібним м'язом.  
Складається з двох частин.  
Мала ромбоподібна

Початок: Вийная зв'язка, остисті відростки C7-T1

Прикріплення: медіальний край лопатки нижче ості.

Великий ромбоподібний

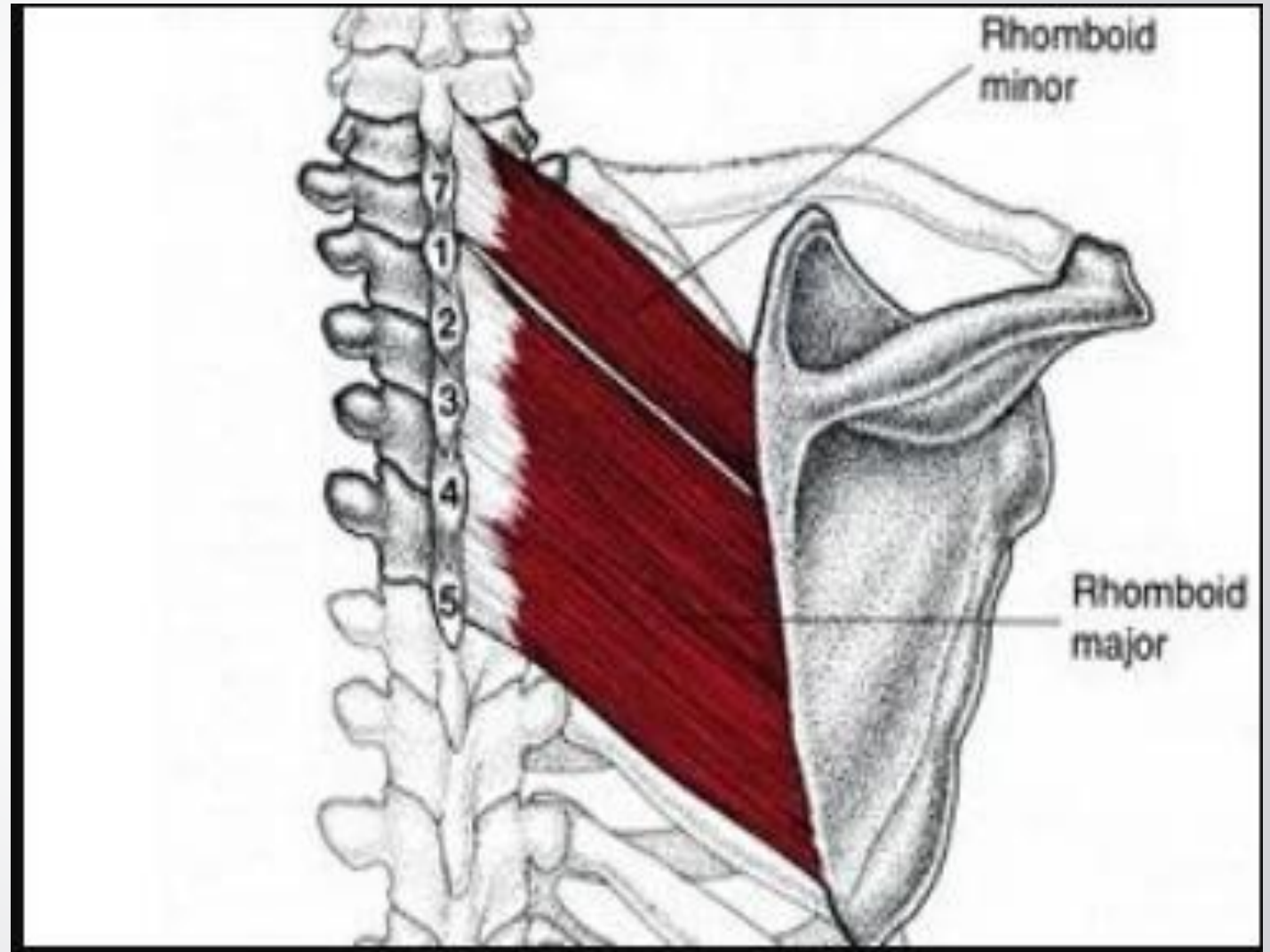
Початок: остисті відростки T1-T4, T5

Прикріплення: медіальний край лопатки нижче ості.



## Функції

- при скороченні ромбоподібний м'яз притягує лопатку до хребта і до верху.
- Оскільки він є антагоністом до переднього зубчастого м'язу, то вони разом фіксують медіальний край лопатки до грудної клітини.



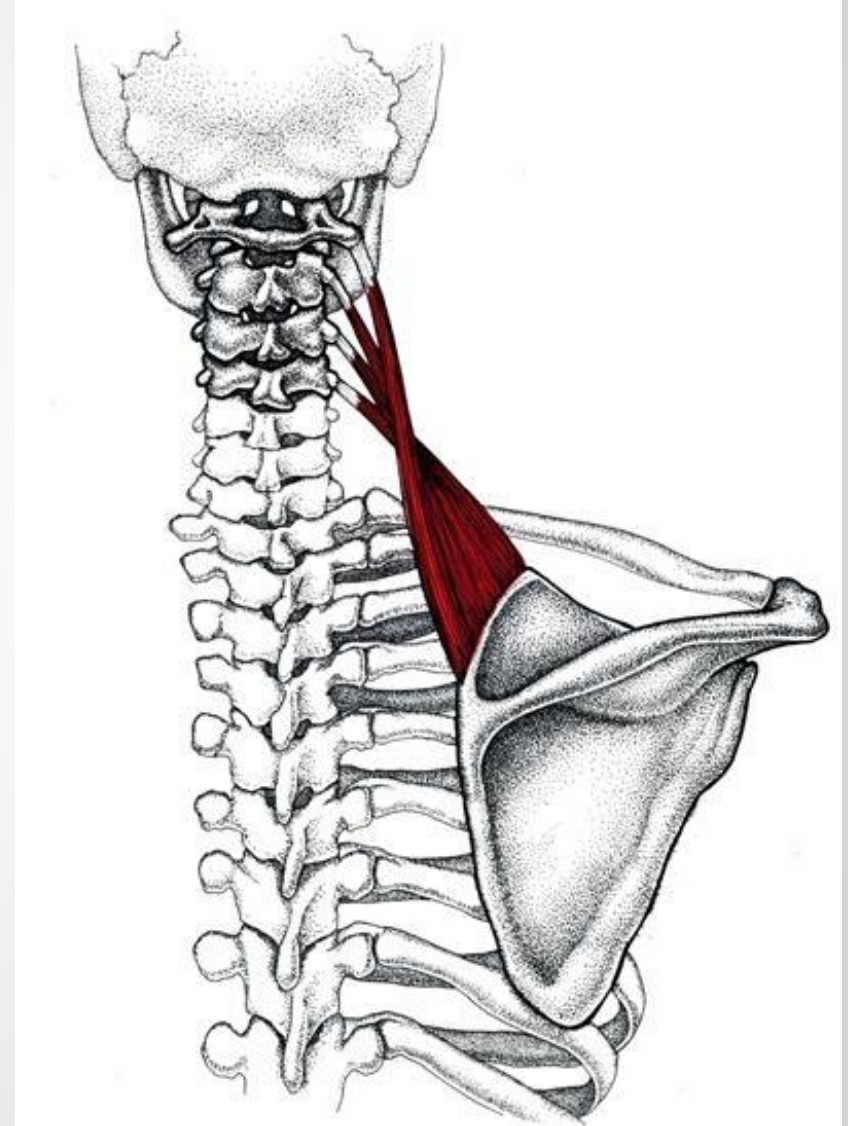
# М`яз підіймач лопатки

musculus levator scapulae

**Початок:** задні горбки поперечних відростків чотирьох верхніх шийних хребців

**Прикріплення:** верхній відділ медіального краю лопатки, верхній кут лопатки

**Функції**  
підіймає лопатку.





# Верхній задній зубчастий м'яз

*musculus serratus posterior superior*

**Початок:** каркова зв'язка, C6-T2

**Прикріплення:** 2-5 ребро

**Функції:**  
підіймає ребра.



# Нижній задній зубчастий м'яз

musculus serratus posterior inferior

**Початок:** остисті  
відростки T11-L2,L3

**Прикріплення:**  
зовнішня поверхня 9-12  
ребер

**Функції**  
опускає ребра.



# М`яз-випрямляч хребта

*Musculus erector spinae*

Цей м`яз заповнює заглиблення з боків від остистих відростків до кутів ребер.

Ділиться на три частини:

латерально розташовується клубово-реберний м'яз ,

медіально - остьовий м'яз ,

а між ними довгий розгинач спини .

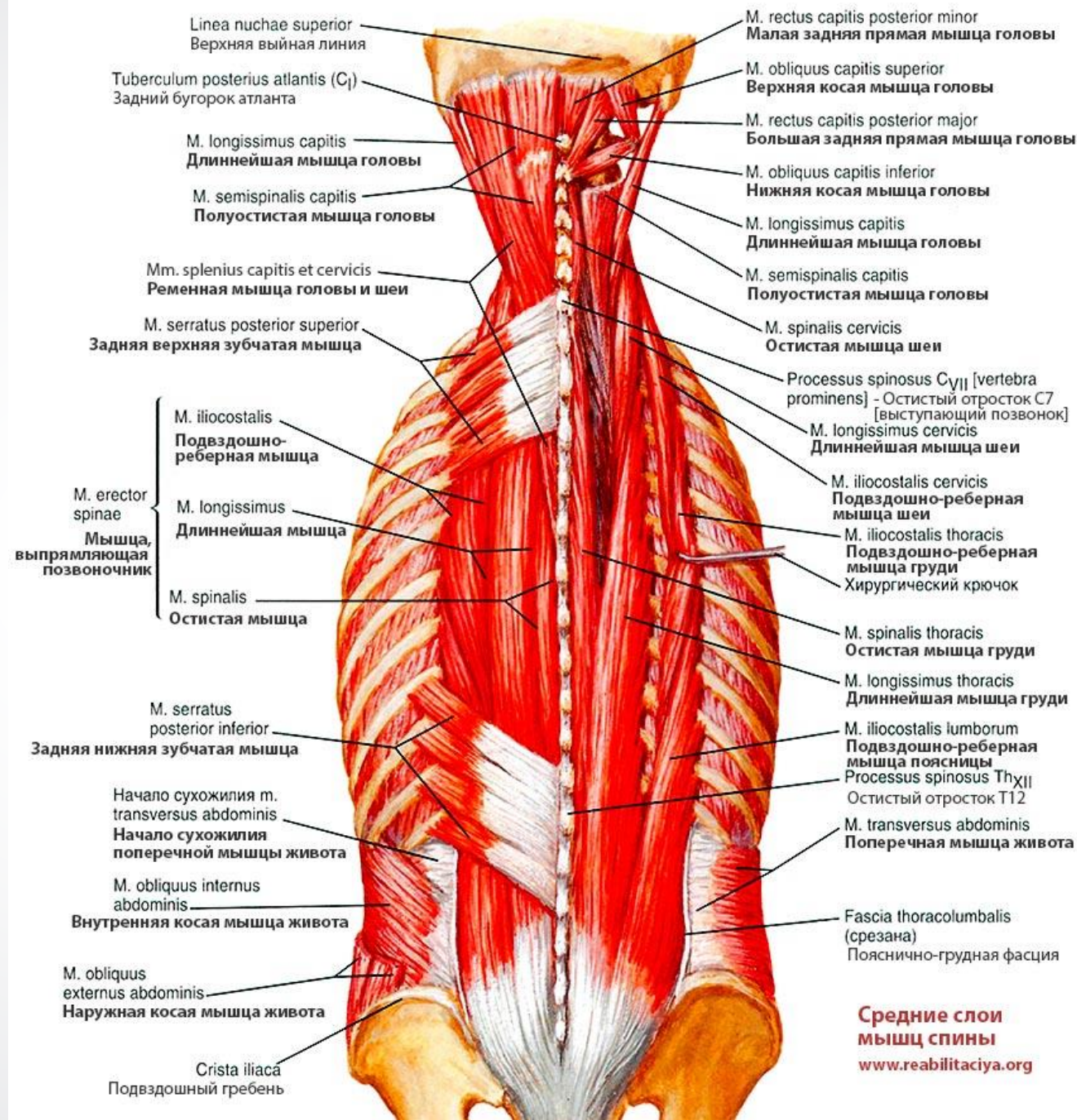
Початок: від дорсальної поверхні крижі, від остистих відростків L1-L5, гребеня клубових кісток, від поверхневого листка попереково-грудної фасції.

Прикріплення: тягнеться до самої потилиці. Кожна частина має своє кріплення: клубово-реберний - до кутів ребер; довгий розгинач - до поперечних відростків та до соскоподібного відростка скроневої кістки; остиста - до остистих відростків.



## Функції

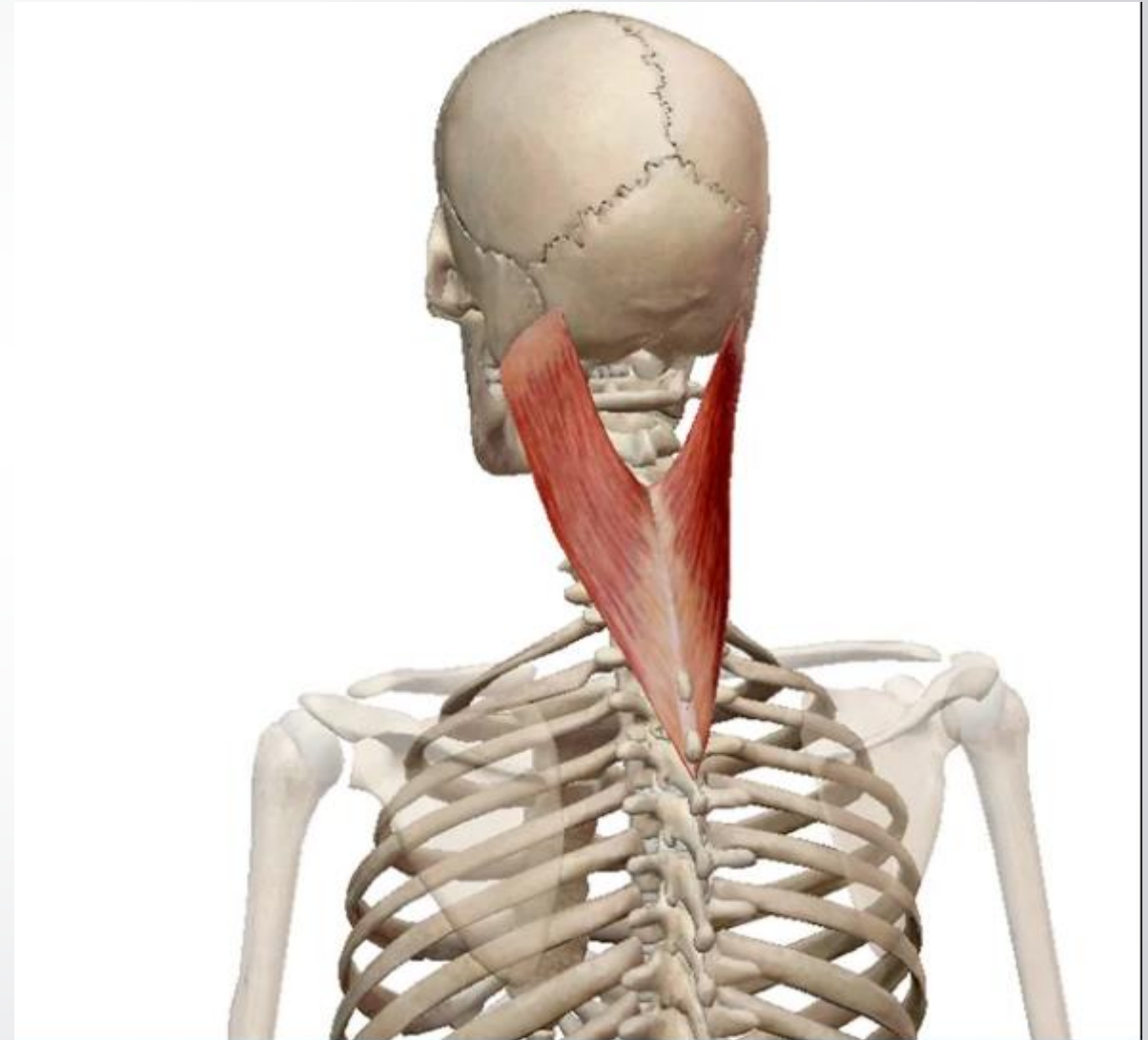
- При двосторонньому скороченні розгинає хребетний стовп, утримує тулуб у вертикальному положенні.
- При односторонньому скороченні нахиляє тулуб у відповідну сторону.
- Верхні пучки тягнуть голову в свою сторону.
- Частина пучків опускає ребра, таким чином, беручи участь в акті дихання.



# Ремінний м'яз голови

*M. splenius capitis*

- **Початок:** каркова зв'язка, остисті відростки C7 – T3 хребців
- **Прикріплення:** боковий відділ верхньої каркової лінії, задній край соскоподібного відростка
- **Функції**
  - При односторонньому скороченні м'яз повертає голову в свою сторону,
  - при двусторонньому скороченні м'яз розгинає шийний відділ хребта та закидає голову назад.





# Ремінний м'яз шиї

*musculus splenius cervicis*

- Прикрита трапецієподібною та верхньою задньою зубчастою м'язами.
- Початок: остисті відростки T3- T5
- Прикріплення: задні горбки поперечних відростків (C1) C2-C3
- Функції:
- При двосторонньому скороченні розгинає шийну частину хребта,
- при односторонньому скороченні м'яз повертає шийну частину хребта в свою сторону.

