

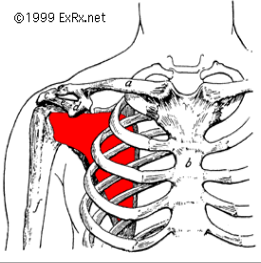


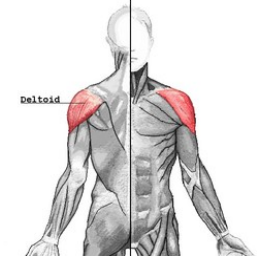
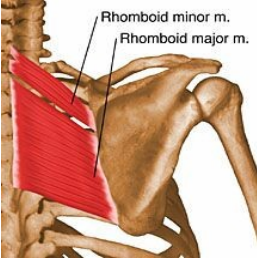

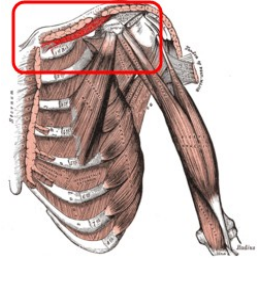

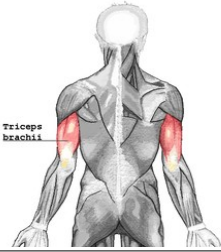








| Schultermuskulatur | | | | |
|--|---|--|---|--|
| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
| M. supraspinatus (Obergrätenmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Rotatorenmanschette • Arm: Abduktion und Außenrotation |
| M. infraspinatus (Untergrätenmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Rotatorenmanschette • Arm: Abduktion, Außenrotation |
| M. subscapularis (Unterschulterblatt- muskel) |  <small>©1999 ExRx.net</small> | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Rotatorenmanschette • Arm: Adduktion, Innenrotation |
| M. teres major (großer runder Muskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Unterer Rand des Schulterblattes | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderseite des Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Arm: Innenrotation, Retroversion, Adduktion |
| M. teres minor (kleiner runder Muskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Rotatorenmanschette • Arm: Adduktion, Außenrotation, Retroversion |

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| <p>M. deltoideus (dreieckiger Schultermuskel/ Deltamuskel)</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • Schlüsselbein • Acromion • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Arm: Abduktion, Anteversion, Retroversion • macht Kontur der Schulter aus |
| <p>M. rhomboideus minor et major</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • Dornfortsätze der Brustwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Zurückziehen des Schulterblattes |
| <p>M. levator scapulae (Schulterblattheber)</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • Halswirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula | <ul style="list-style-type: none"> • Hebung des Schulterblattes • Seitneigung des Kopfes |
| <p>M. subclavius (Unterschlüsselbein- muskel)</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • 1. Rippenknorpel | <ul style="list-style-type: none"> • Clavicula | <ul style="list-style-type: none"> • Senkung und Fixierung des Schlüsselbeins |
| <p>M. coracobrachialis (Rabenschnabel- oberarmmuskel)</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • Scapula (Processus coracoideus) | <ul style="list-style-type: none"> • Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Arm: Adduktion, Anteversion, Innenrotation |

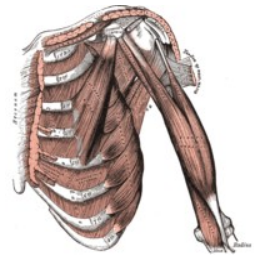
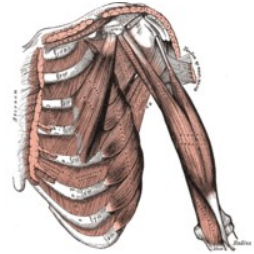
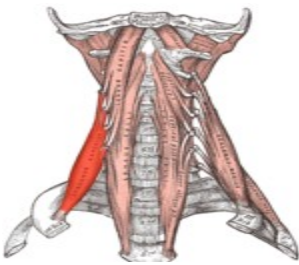
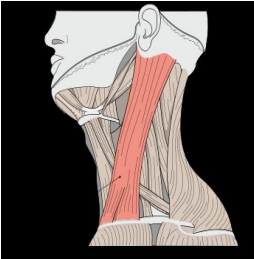
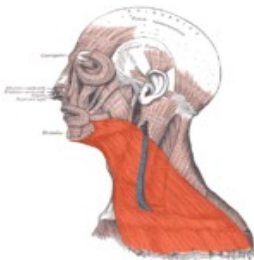
| | | | | |
|--------------------------------|--|--|--|--|
| weitere Schultermuskeln | | | | |
| M. serratus anterior | | | | |
| M. pectoralis minor et major | | | | |
| M. latissimus dorsi | | | | |
| M. biceps brachii | | | | |
| M. triceps brachii | | | | |

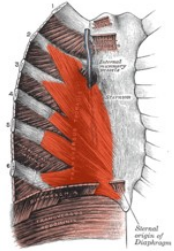
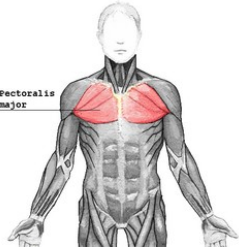
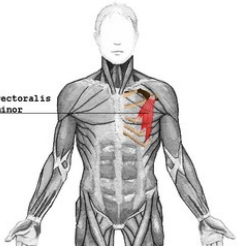
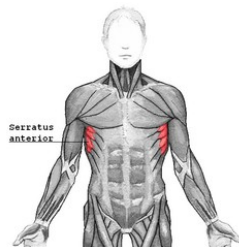
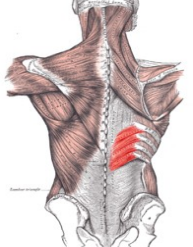
Armmuskulatur

| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|--|---|---|---|--|
| M. triceps brachii (dreiköpfiger Oberarmmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • longum: Scapula • medial, lateral: Humerusschaft | <ul style="list-style-type: none"> • Ulna | <ul style="list-style-type: none"> • Streckung des Unterarms im Ellenbogengelenk • Retroversion und Adduktion des Arms |
| M. brachialis (Oberarmmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderfläche Humerusschaft | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderfläche Ulna | <ul style="list-style-type: none"> • Flexion des Unterarms im Ellenbogengelenk |
| M. biceps brachii (zweiköpfiger Oberarmmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • longum: Scapula • breve: P. coracoideus | <ul style="list-style-type: none"> • Radius und über weitere Sehne an Ulna | <ul style="list-style-type: none"> • Ellenbogen: Beugung des Unterarms • Schultergelenk: Anteversion des Arms • Fixierung des Humeruskopfes |
| M. pronator teres (Einwärtsdreher) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Epycondylus des Humerus und Ulna | <ul style="list-style-type: none"> • Radius | <ul style="list-style-type: none"> • Pronation des Unterarms |
| M. pronator quadratus (Einwärtsdreher) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderfläche Ulna | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderfläche Radius | <ul style="list-style-type: none"> • Pronation des Unterarms • Zusammenhalt distales Radioulnargelenk |


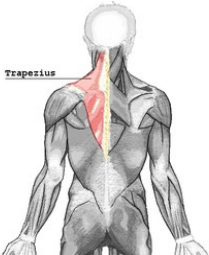
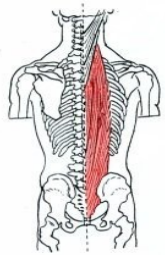
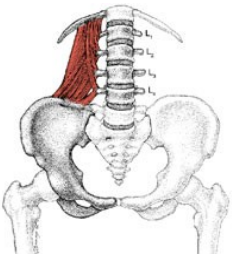
| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| <p>M. supinator (Auswärtsdreher)</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • Epycondylus des Humerus und Ulna | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderfläche Radius | <ul style="list-style-type: none"> • Supination des Unterarms |
| <p>M. brachioradialis (Oberarm-Speichen-Muskel)</p> |  | <ul style="list-style-type: none"> • äußerer Rand des Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Radius | <ul style="list-style-type: none"> • Supination und Flexion des Unterarms |

Brustmuskulatur

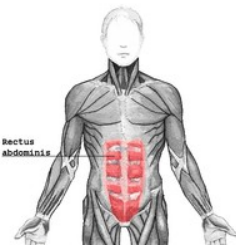
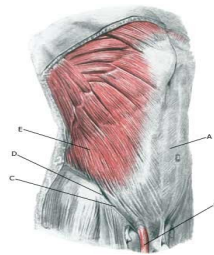
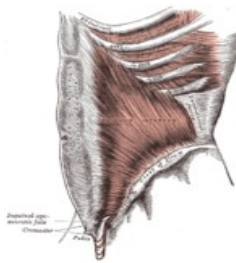
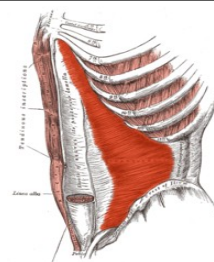
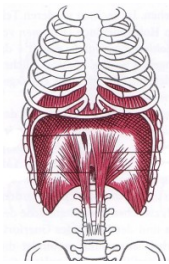
| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|--|---|--|--|--|
| Mm. intercostales externi (äußere Zwischenrippenmuskeln) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Rippe | <ul style="list-style-type: none"> • jeweils darauf folgende Rippe | <ul style="list-style-type: none"> • Atemmuskeln (Inspiration) • bilden mit Mm.intercostales interni die Brustwand |
| Mm. intercostales interni (innere Zwischenrippenmuskeln) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Rippe | <ul style="list-style-type: none"> • jeweils darauf folgende Rippe | <ul style="list-style-type: none"> • Atemmuskeln (Expiration) • bilden mit Mm.intercostales externi die Brustwand |
| Mm. Scaleni (Treppenmuskeln) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Halswirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Rippen 1-3 | <ul style="list-style-type: none"> • Atemhilfsmuskeln (heben Thorax) • Bewegung des Halses |
| M. sternocleidomastoideus (Kopfdreher) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Schlüsselbein • Brustbein | <ul style="list-style-type: none"> • Warzenfortsatz (Schädel) | <ul style="list-style-type: none"> • Neigung und Drehung des Kopfes • Atemhilfsmuskel (Inspiration) |
| Platysma (Halsmuskelplatte) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Faszien des M. pectoralis major und M. deltoideus • Haut von Brust und Schulter | <ul style="list-style-type: none"> • Faszien und Muskelansätze des Unterkiefers | <ul style="list-style-type: none"> • Mimik • Atemhilfsmuskel (forcierte Inspiration) |

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| M. transversus thoracis |  | <ul style="list-style-type: none"> • Sternum • Rippe 7 | <ul style="list-style-type: none"> • Rippe 2-6 | <ul style="list-style-type: none"> • Atemhilfsmuskel (Expiration) • Aufspannen der Brustwand |
| M. pectoralis major (großer Brustmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Schlüsselbein • Sternum • Rippen | <ul style="list-style-type: none"> • Unterhalb des großen Höckers am Oberarm | <ul style="list-style-type: none"> • Arm: Adduktion, Innenrotation, Anteversion • Atemhilfsmuskel (Inspiration) |
| M. pectoralis minor (kleiner Brustmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Rippe 3-5 | <ul style="list-style-type: none"> • Rabenschnabelfortsatz des Schulterblattes | <ul style="list-style-type: none"> • Bewegung der Schulter nach schräg vorn unten • Atemhilfsmuskel (Inspiration) |
| M. serratus anterior (vorderer Sägemuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Rippen 1-8 | <ul style="list-style-type: none"> • innerer Schulterblattrand | <ul style="list-style-type: none"> • Atemhilfsmuskel (Inspiration) • Hebung des Armes über Horizontale (Kippung des Schulterblatts) |
| M. serratus posterior inferior (hinterer unterer Sägemuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • 11. Brust – 3. Lendenwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Rippe 9-12 | <ul style="list-style-type: none"> • Atemhilfsmuskel |

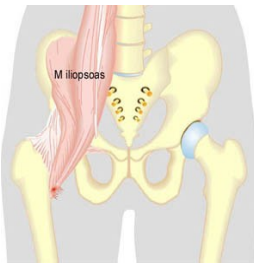

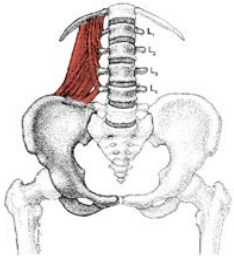
Rückenmuskulatur

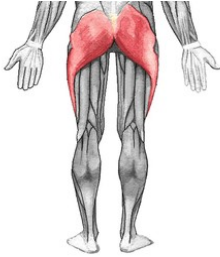


| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|--|---|---|--|---|
| M. latissimus dorsi (großer/breitester Rückenmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Dornfortsätze Brust- und Lendenwirbel • Darmbein | <ul style="list-style-type: none"> • Vorderseite des Humerus | <ul style="list-style-type: none"> • Arm: Adduktion, Retroversion, Innenrotation • Atemhilfsmuskel (Expiration) |
| M. trapezius (Trapezmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Hinterhauptbein • Dornfortsätze der Wirbelkörper | <ul style="list-style-type: none"> • Schlüsselbein (Clavicula) • Schulterhöhe (Acromion) • Schultergräte (Spina Scapulae) | <ul style="list-style-type: none"> • Bewegung des Schulterblattes • Atemhilfsmuskel (Inspiration) |
| M. erector spinae (Rückenstrecker) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbein • Kreuzbein • Wirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Wirbel • Rippen • Schläfenbein | <ul style="list-style-type: none"> • Wirbelsäule: Streckung, Rotation, Seitneigung • Atemhilfsmuskel (Expiration) |
| M. quadratus lumborum (quadratischer Lendenmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbeinkamm | <ul style="list-style-type: none"> • Rippenfortsätze der Lendenwirbel • 12. Rippe | <ul style="list-style-type: none"> • Atemhilfsmuskel (Expiration) • Seitneigung des Rumpfes |
| Weitere Rückenmuskeln | | | | |
| M. rhomboideus (major / minor) | | | | |
| M. serratus posterior inferior | | | | |
| | | | | |

Bauchmuskulatur

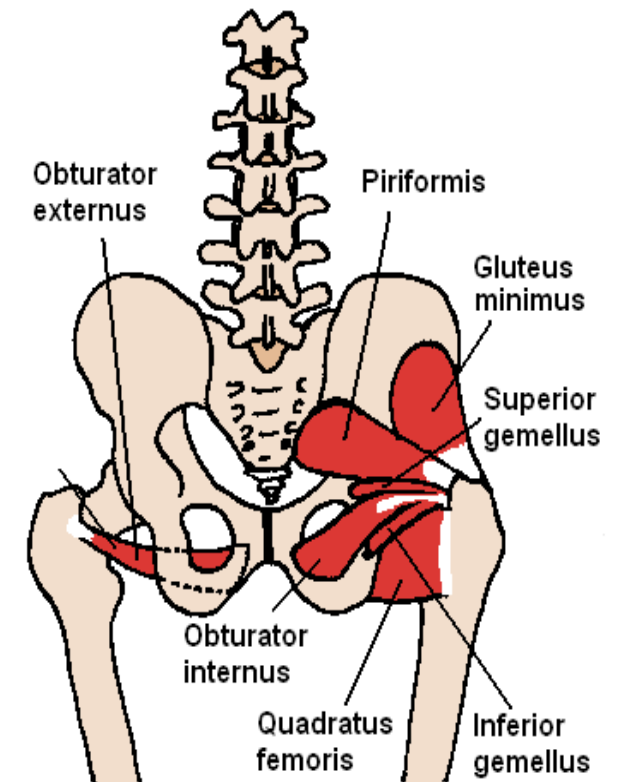
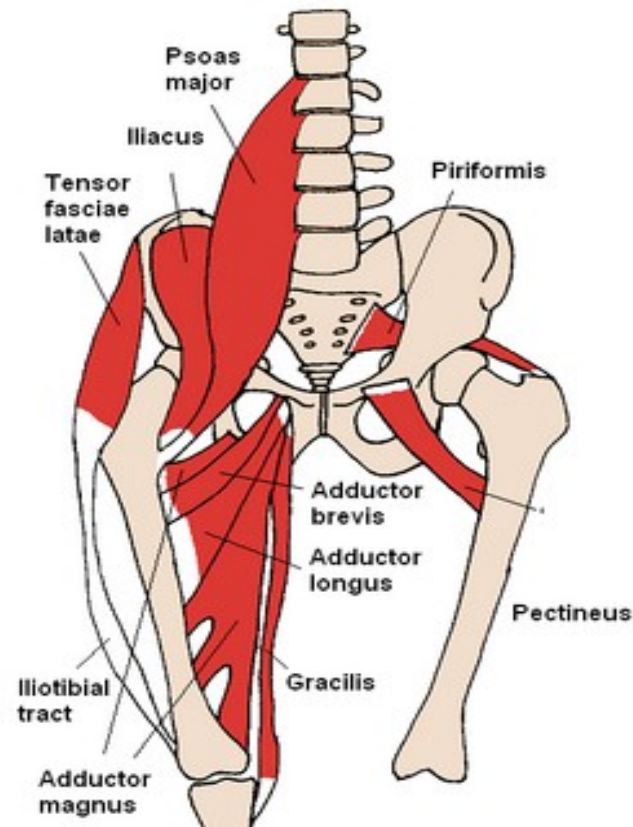
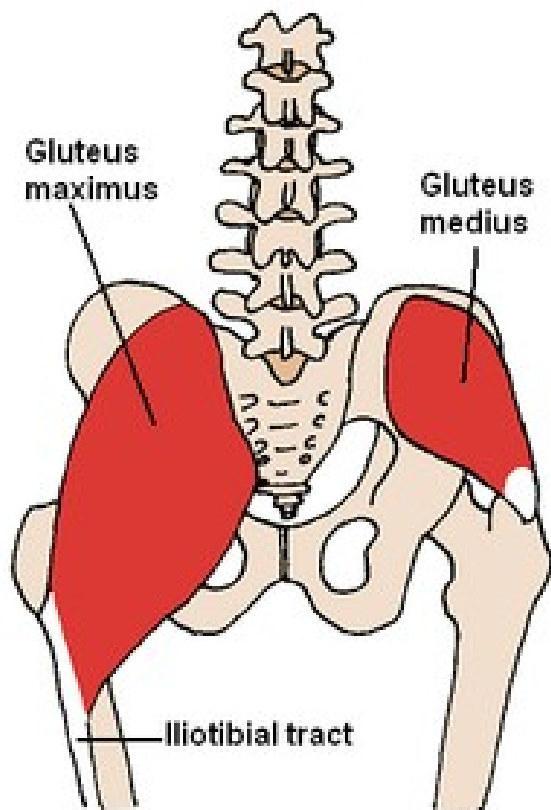
| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|--|---|---|---|---|
| M. rectus abdominis (gerader Bauchmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Rippen 5-7 • Brustbein | <ul style="list-style-type: none"> • Symphyse (Schambeinfuge) des Beckens | <ul style="list-style-type: none"> • Bauchpresse, Thoraxsenkung • Hebung des Beckens Rumpfbeugung • Atemhilfsmuskel (Expiration) |
| M. obliquus externus abdominis (äußerer Schräger Bauchmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • äußere Rippen 5-12 | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbeinkamm • Linea Alba | <ul style="list-style-type: none"> • Beugung und Seitwärtsdrehung des Rumpfes • Atemhilfsmuskel (Expiration) |
| M. obliquus internus abdominis (innerer Schräger Bauchmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Aponeurosis lumbalis • Darmbeinkamm • Leistenband | <ul style="list-style-type: none"> • Linea Alba • unterer Rand Rippe 9-12 | <ul style="list-style-type: none"> • Beugung des Rumpfes • Atemhilfsmuskel (Expiration) |
| M. transversus abdominis (querer Bauchmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Innenfläche Rippenknorpel 6-12 • Lendenwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Linea Alba • Schambein | <ul style="list-style-type: none"> • Zusammenpressen des Bauches • Absenken der Rippen • Atemhilfsmuskel (Expiration) |
| Diaphragma (Zwerchfell) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Brustbein • Rippe 7-12 • Lendenwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • zentrale Sehnenplatte | <ul style="list-style-type: none"> • wichtigster Atemmuskel bei der Inspiration |

Hüftmuskulatur



| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|---|---|--|--|--|
| M. iliopsoas |  | <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Ursprünge des M.iliacus und M.psoas major | <ul style="list-style-type: none"> • Trochanter minor des Femur (kleiner Rollhügel) | <ul style="list-style-type: none"> • insgesamt stärkster Beuger im Hüftgelenk |
| M. psoas major (großer Lendenmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Brustwirbel • Lendenwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Trochanter minor des Femur (kleiner Rollhügel) | <ul style="list-style-type: none"> • Beugung im Hüftgelenk |
| M. psoas minor (kleiner Lendenmuskel) | beim Menschen schlecht ausgebildet, gehört zur Gruppe des M.iliopsoas | <ul style="list-style-type: none"> • Brustwirbel • Lendenwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Faszie des M. psoas major | <ul style="list-style-type: none"> • schwacher Rumpfbeuger im Hüftgelenk |
| M. iliacus (Darmbeinmuskel) | mit M.psoas major verschmolzen und bildet mit ihm den M.iliopsoas | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbein | <ul style="list-style-type: none"> • Trochanter minor des Femur (kleiner Rollhügel) | <ul style="list-style-type: none"> • Beugung des Hüftgelenks • Adduktion des Oberschenkels |
| M. quadratus lumborum (quadratischer Lendenmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbein | <ul style="list-style-type: none"> • unterste Rippe • Lendenwirbel | <ul style="list-style-type: none"> • Seitneigung des Rumpfes |

| | | | | |
|---|---|--|---|--|
| M. gluteus maximus (größter Gesäßmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbeinschaukel • Kreuzbein • Steißbein | <ul style="list-style-type: none"> • Femur | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Streckung • Oberschenkel: Außenrotation, Abduktion, Adduktion, Retroversion |
| M. gluteus medius (mittlerer Gesäßmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Außenfläche des Darmbeins | <ul style="list-style-type: none"> • Trochanter major des Femur (großer Rollhügel) | <ul style="list-style-type: none"> • Oberschenkel: Innenrotation, Abduktion |
| M. gluteus minimus (kleiner Gesäßmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Außenfläche des Darmbeins | <ul style="list-style-type: none"> • Trochanter major des Femur (großer Rollhügel) | <ul style="list-style-type: none"> • Oberschenkel: Innenrotation, Abduktion |
| M. tensor fasciae latae (Spanner der Oberschenkelfaszie) | (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • Darmbein | <ul style="list-style-type: none"> • Epycondylus des Tibia | <ul style="list-style-type: none"> • Spanner der Oberschenkelfaszie • Hüftbeugung |
| M. quadratus femoris (viereckiger Schenkelmuskel) | (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • tuber ischiadicum | <ul style="list-style-type: none"> • Femur | <ul style="list-style-type: none"> • Oberschenkel: Außenrotation |
| M. piriformis (birnenförmiger Muskel) | (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • Kreuzbein und Darmbein | <ul style="list-style-type: none"> • Trochanter major des Femur (großer Rollhügel) | <ul style="list-style-type: none"> • Oberschenkel: Außenrotation |

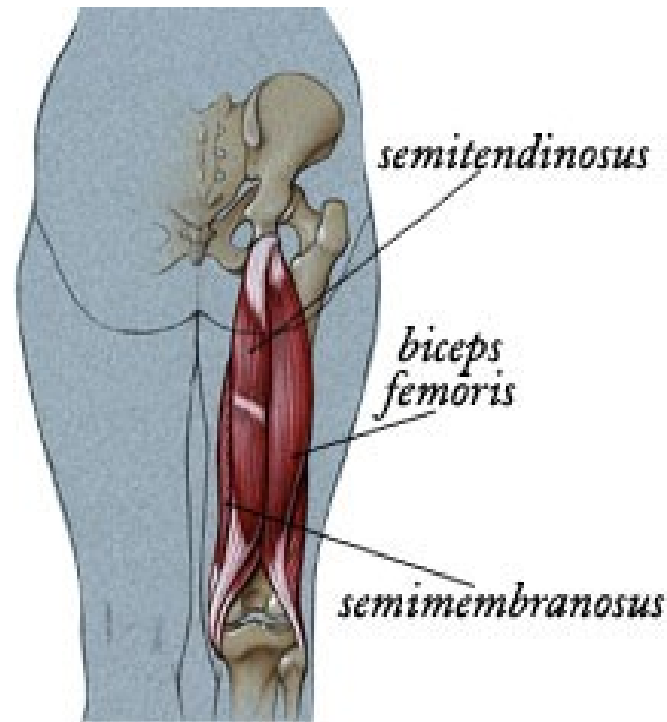
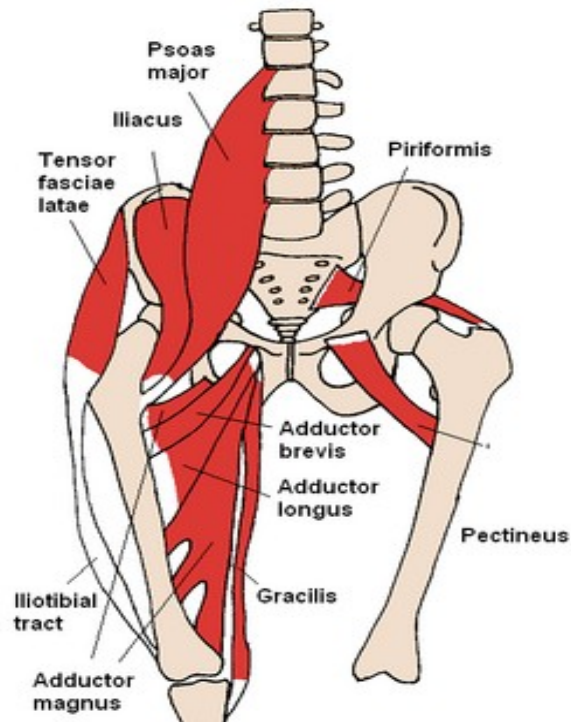
| | | | | |
|---|---------------|------------------------|---------|--|
| M. gemellus superior (oberer Zwillingsmuskel) | (siehe unten) | • spina ischiadica | • Femur | • Oberschenkel: Außenrotation |
| M. gemellus inferior (unterer Zwillingsmuskel) | (siehe unten) | • Sitzbein | • Femur | • Oberschenkel: Außenrotation |
| M. obturatorius externus (äußerer Hüftlochmuskel) | (siehe unten) | • membrana obturatoria | • Femur | • Oberschenkel: Außenrotation, Adduktion |
| M. obturatorius internus (innerer Hüftlochmuskel) | (siehe unten) | • membrana obturatoria | • Femur | • Außenrotation des Oberschenkels |



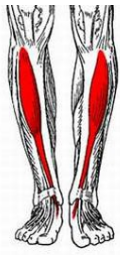

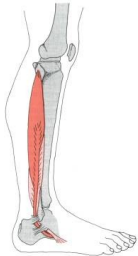


Oberschenkelmuskulatur

| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|---|---|---|--------------------------------------|---|
| M. adductor magnus (großer Adduktor) | Adduktorengruppe des Oberschenkels (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • Schambein • Sitzbein | • Femur | • Adduktion des Oberschenkels |
| M. adductor longus (langer Adduktor) | Adduktorengruppe des Oberschenkels (siehe unten) | • Schambein | • Femur | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Beugung • Oberschenkel: Adduktion |
| M. adductor brevis (kurzer Adduktor) | Adduktorengruppe des Oberschenkels (siehe unten) | • Schambein | • Femur | • Oberschenkel: Adduktion |
| M. gracilis (schlanker Muskel) | Adduktorengruppe des Oberschenkels (siehe unten) | • Schambein | • Tibia | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Beugung • Knie: Beugung • Oberschenkel: Innenrotation |
| M. pectineus (Kammmuskel) |  | • Schambein | • Femur | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Beugung • Oberschenkel: Adduktion |
| M. sartorius (Schneidermuskel) |  | • Becken | • Innenseite einer Oberschenkelsehne | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Beugung • Knie: Beugung • Oberschenkel: Adduktion und Innenrotation |

| | | | | |
|--|---|---|---|--|
| M. quadriceps femoris (vierköpfiger Oberschenkelmuskel) |  | <ul style="list-style-type: none"> • Femur • Darmbein | <ul style="list-style-type: none"> • Kniescheibe • Schienbein | <ul style="list-style-type: none"> • Streckung des Kniegelenks |
| M. semitendinosus (Halbsehnenmuskel) | (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • Sitzbein | <ul style="list-style-type: none"> • Tibia | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Streckung • Kniegelenk: Beugung |
| M. semimembranosus (halbmembranöser Muskel) | (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • Sitzbein | <ul style="list-style-type: none"> • Tibia | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Streckung • Kniegelenk: Beugung |
| M. biceps femoris (zweiköpfiger Muskel des Oberschenkels) | (siehe unten) | <ul style="list-style-type: none"> • Sitzbein | <ul style="list-style-type: none"> • Fibula | <ul style="list-style-type: none"> • Hüftgelenk: Streckung • Kniegelenk: Beugung |



Unterschenkelmuskulatur

| Name | Lage | Ursprung | Ansatz | Funktion |
|------------------------------|---|---|---|---|
| M. tibialis anterior |  | <ul style="list-style-type: none"> • Schienbein | <ul style="list-style-type: none"> • Fußknochen | <ul style="list-style-type: none"> • Fuß: Dorsalflexion, Supination |
| M. tibialis posterior |  | <ul style="list-style-type: none"> • Tibia, Fibula • Membrana Interossea | <ul style="list-style-type: none"> • Fußknochen | <ul style="list-style-type: none"> • Fuß: Plantarflexion, Supination |
| M. peroneus longus |  | <ul style="list-style-type: none"> • Fibula | <ul style="list-style-type: none"> • Fußknochen | <ul style="list-style-type: none"> • Fuß: Plantarflexion, Pronation |
| M. peroneus brevis |  | <ul style="list-style-type: none"> • Fibula | <ul style="list-style-type: none"> • Fußknochen | <ul style="list-style-type: none"> • Fuß: Plantarflexion, Pronation |
| M. triceps surae |  | <ul style="list-style-type: none"> • Femur (M. gastrocnemius) • Hinterfläche von Tibia und Fibula (M. soleus) | <ul style="list-style-type: none"> • Calcaneus (Ansatz über Achillessehne) | <ul style="list-style-type: none"> • Fuß: Plantarflexion • Beugung im Kniegelenk (nur M. gastrocnemius) |