

Функціональна анатомія суглобового апарату

Вступ

- Суглобовий апарат — це система, що забезпечує рухливість скелета.
- Складається з суглобів, зв'язок, капсул та інших допоміжних структур.

Основні елементи суглоба

- - Суглобові поверхні
- - Суглобова капсула
- - Синовіальна рідина
- - Зв'язки
- - Менізки, диски (у деяких суглобах)

Класифікація суглобів

- - За формою (кулясті, блокоподібні, плоскі)
- - За кількістю осей руху
- - За будовою (простий, складний)

Функції суглобів

- - Забезпечення рухів тіла
- - Підтримка стійкості
- - Амортизація
- - Забезпечення гнучкості скелета

Приклади суглобів

- - Плечовий суглоб — кулястий, рухливий
- - Колінний — складний, має меніски
- - Ліктьовий — блокоподібний

Порушення в роботі суглобів

- - Артрит
- - Артроз
- - Вивихи
- - Травми зв'язок

Профілактика та підтримка здоров'я суглобів

- - Фізична активність
- - Збалансоване харчування
- - Контроль ваги
- - Уникання травм

Висновки

- Суглобовий апарат є ключовим для рухливості та якості життя.
- Знання його функціональної анатомії — основа для збереження здоров'я.

