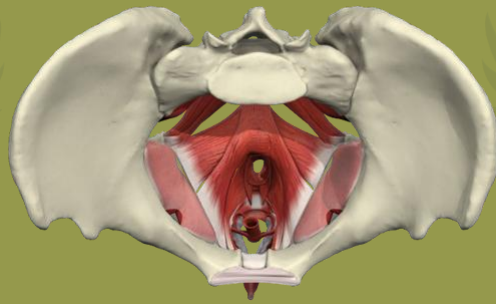
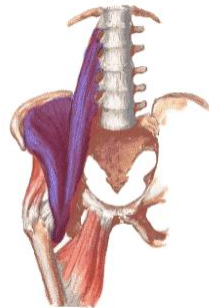


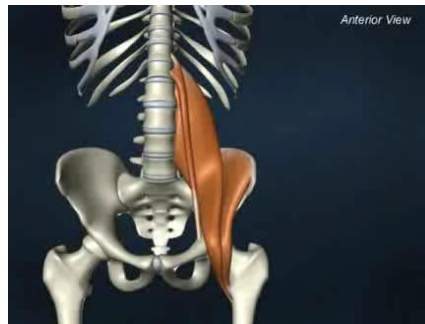
# VI-5. Muscular System (Pelvic)



## 골반내근



## 장요근(iliopsoas)



	근의 이름	기 시 부	정 지 부	기 능	지배신경
골반내근	장요근/엉덩허리근 Iliopsoas m.				
	장골근/엉덩근 Iliacus m.	장골악의 안쪽	대퇴골의 소전자	대퇴골의 굴곡과 동시에 외전한다	요신경총 (T <sub>12</sub> ~L <sub>4</sub> )
	대요근/큰허리근 Psoas major m.	제2흉추~4요추의 추체와 늑골돌기			
소요근/작은허리근 Psoas minor m.	제12흉추, 제1요추	치골융기			

## 1. 장굴근(Iliacus)



- 기시 - 장굴근 안쪽
- 정지 - 대퇴골의 소전자
- 기능 - 대퇴골의 굴곡과 동시에 외선
- 지배신경 - 요신경총(T12~L4)의 지배를 받는다.



3

## 2. 대요근 (psoas major)



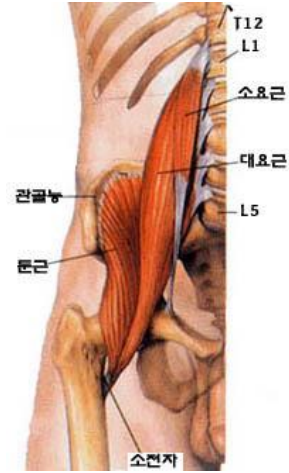
- 기시- 제12흉추~4요추의 추체와 늑골돌기
- 정지- 대퇴골의 소전자
- 지배신경- 요신경총 T12~L4
- 기능- 대퇴골의 굴곡과 동시에 외선



4

### 3. 소요근 (psoas minor)

- 기시- 제12흉추, 제1요추
- 정지- 치골융기
- 지배신경- 요신경총 T12~L4
- 지능- 대퇴골의 굴곡과 동시에 외선

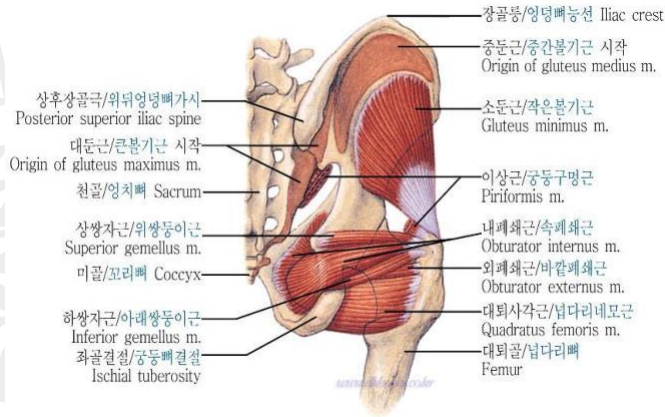


5

### 골반외근

골반외근	대퇴근막장근/ 넓다리근막긴장근 Tensor fasciae latae m.	상전장골극	장경인대	대퇴근막을 뻗힌다	상둔신경 (L <sub>4</sub> ~S <sub>2</sub> )
	대둔근/큰불기근 Gluteus maximus m.	장골익의 외측후부, 천골의 외측연	장경인대, 대퇴골의 둔 근조면	대퇴를 편다	하둔신경 (L <sub>4</sub> ~S <sub>2</sub> )
	중둔근/중간불기근 Gluteus medius m.	장골익의 외측앞쪽	대퇴골대전자	대퇴를 외전한다	상둔신경 (L <sub>4</sub> ~S <sub>2</sub> )
	소둔근/작은불기근 Gluteus minimus m.	장골익의 외측하방			
	내폐쇄근/속폐쇄근 Obturator internus m.	관골 안쪽의 폐쇄막	골반 밖으로 나와 대퇴 골전자와에 부착된다		
	이상근/궁둥구멍근 Piriformis m.	천골 앞면(전천골공 의 외측방)	골반 밖으로 나와서 대 퇴골대전자에 부착된다		
	상 및 하쌍자근/ 위 및 아래쌍둥이근 Superior and inferior gemellus m.	좌골극, 좌골결절	내폐쇄근의 건	대퇴를 외전한다	천골신경총 (L <sub>5</sub> ~S <sub>3</sub> )
	대퇴방형근/넓다리대모근 Quadratus femoris m.	좌골결절	대퇴골의 전자간릉		
외폐쇄근/바깥폐쇄근 Obturator externus m.	폐쇄막	전자와	대퇴를 외전한 다음 내전한다	폐쇄신경 (L <sub>3</sub> ~L <sub>4</sub> )	

6



## 골반외근

7

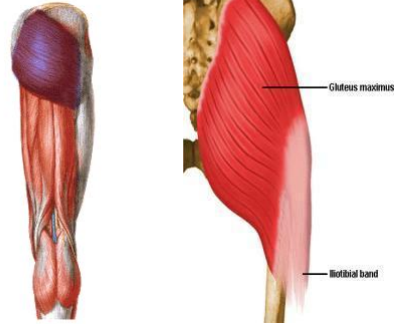
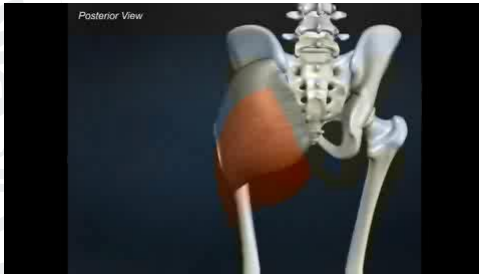
### 1. 대퇴근막장근(Tensor fasciae latae)



- 전상장골극 바로 외측의 장골에서부터 대퇴의 외측상과와 비골두까지 걸쳐있다.
- 근위와 원위의 부착점 사이에는 결합조직인 장경인대로 연결된다.
- 반듯이 누운 자세에서 고관절을 굽기시키고 내측으로 회전시키면 볼 수 있다. 고관절의 전방을 지나며, 다른 모든 전방근육처럼 굽기를 돕는다.
- 고관절 굽기, 수평외전, 굽기 된 상태에서 내측외전, 고관절 굽기 시 외측회전되는 것을 방지

8

## 2. 대둔근(Gluteus maximus)



대둔근은 골반후면에 있는 둔근 중에서는 가장 크고, 근육중사를 할 때 흔히 보이는 부위이다.

둔부의 **최표층에** 있으며, 결막조직이 내부에 들어가 여러 가닥으로 나누어져 있는데, 근육섬유는 조밀하지 않고 크다. 장골후면의 후둔근선, 후방에 있어서의 요근막, 천골과 미골의 바깥가장자리, 천골결인대 등으로부터 시작하여 대퇴 바깥쪽의 널따란 장경인대와 아래쪽은 대퇴골의 상부 후면의 둔근조면에 이르고 있다.

이 근육은 하지를 뒤쪽으로 당기는 작용을 하고, 하지를 고정시키며 골반과 체간을 뒤쪽으로 당기고 바로 서게 한다. 따라서 이 근육은 **직립자세를 취할 때 중요한 역할**을 한다. 그리고 장요근의 길항근으로서 대둔근은 고관절의 신전근인 데 반해 장요근은 그 굴근이고, 계단을 오르내리는 데는 양자가 번갈아 작용한다. 9

## 3. 중둔근(Gluteus medius)



대둔근 아층부에 있는 근. 위치는 대둔근 보다 약간 위에 있다.

고관절의 움직임을 안정시키는 근으로써 보행이나 운동시 균형을 잡는 기능도 있다. 이 근이 약하면 골반과 대퇴골이 안정성을 잃는다.

싸움, 레슬링, 야구의 내야수들은 허리로 균형을 유지하므로 이 근이 중요하다.

고관절 외전, 외전 된 상태에서 외측회전

중둔근은 고관절의 좌,우면에 똑바로 놓이면, 삼각근처럼 고관절을 가로지른다.

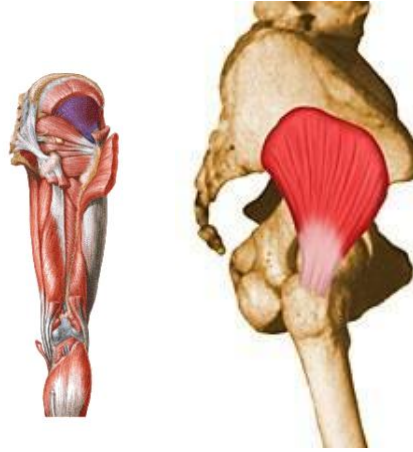
중둔근은 고관절에서 다리를 외전과 내,회전 시킨 후, 대퇴근막장근을 찾아 그 후방을 보면 중둔근을 찾을 수 있다.

• 기시- 장골의 외측앞쪽, 정지- 대퇴골 대전자, 기능- 대퇴 외전, 지배신경 - 상둔신경

#### 4. 소둔근(Gluteus minimus)

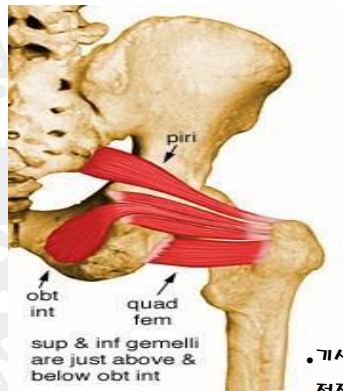
소둔근은 중둔근 보다 깊이 위치

- 기시- 장골익의 외측야방
- 정지- 대퇴골 대전자
- 기능- 대퇴 외전, 외전시 내측외전
- 지배신경 - 상둔신경



11

#### 5. 이상근(Piriformis)

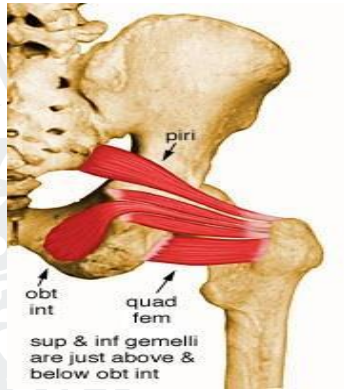


- 기시- 천골 앞면
- 정지- 대퇴골 대전자
- 기능- 대퇴 외전
- 지배신경 - 천골신경총



12

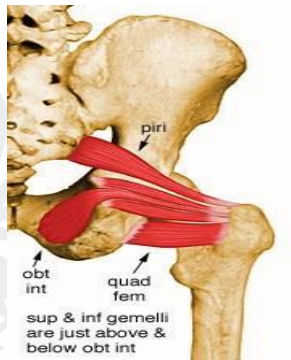
**b. 대퇴사각근 or 대퇴방형근(Quadratus Femoris)**



- 기시- 좌골결절
- 정지- 대퇴골 전자간릉
- 기능- 대퇴 외선
- 지배신경 - 천골신경총

13

**7. 내폐쇄근(Obturator Internus)**



- 기시- 관절 안쪽의 폐쇄막
- 정지- 골반 밖으로 나와 대퇴골 전자와
- 기능- 대퇴 외선
- 지배신경 - 천골신경총

14

### 8. 외폐쇄근(Obturator Externus)



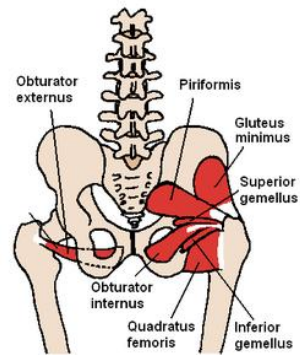
- 기시- 관골 폐쇄막
- 정지- 대퇴골 전자외에 부착
- 기능- 대퇴 외전, 내전
- 지배신경 - 폐쇄신경



15

### 9. 상, 하 쌍자근(Superior & Inferior gemellus)

- 기시- 좌골극, 좌골결절
- 정지- 내폐쇄근의 건
- 기능- 대퇴 외전
- 지배신경 - 천골신경총



16