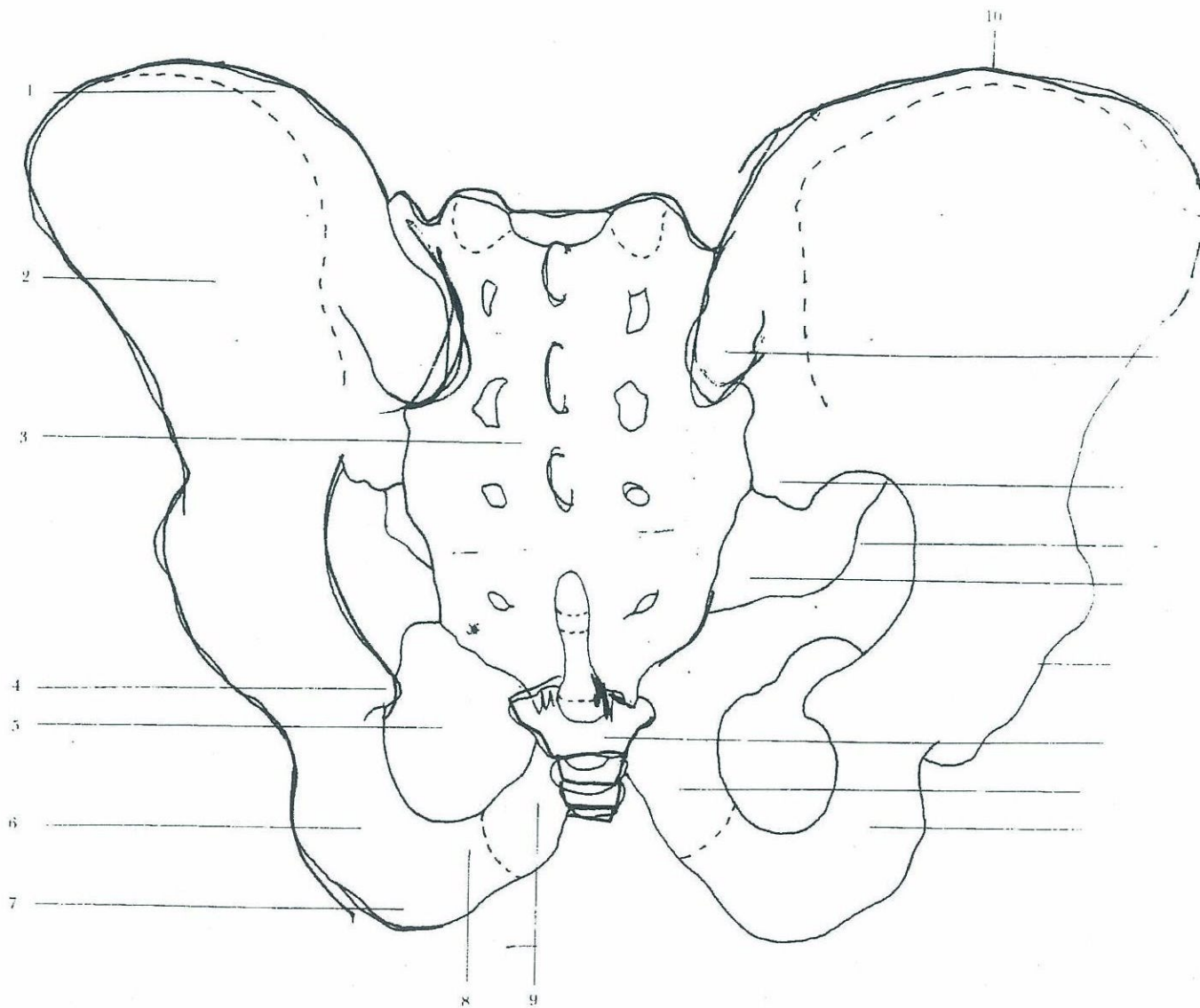


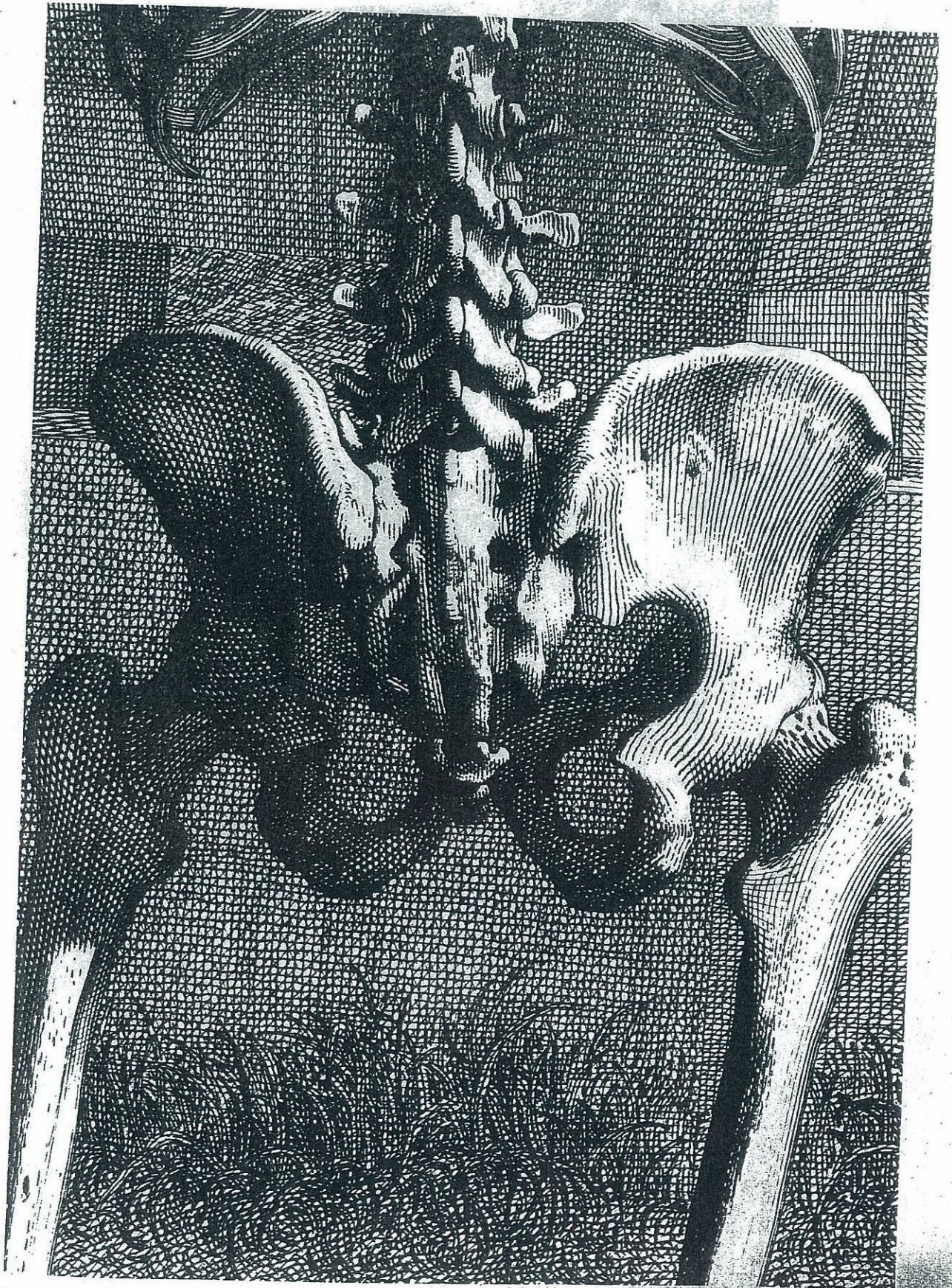
1. Iliac crest
2. Ilium
3. Sacrum
4. Ischial spine
5. Obturator foramen
6. Body of ischium
7. Base of ischium (Ischial tuberosity)
8. Ramus of ischium
9. Ramus of pubis
10. High point of iliac crest
11. Iliac tubercle (Wide point)
12. Posterior superior iliac spine (Back point)
13. Posterior inferior iliac spine
14. Arcuate (iliopectineal) line, pelvic brim
15. Inlet
16. Lip of acetabulum
17. Coccyx

# THE PELVIS, BACK VIEW



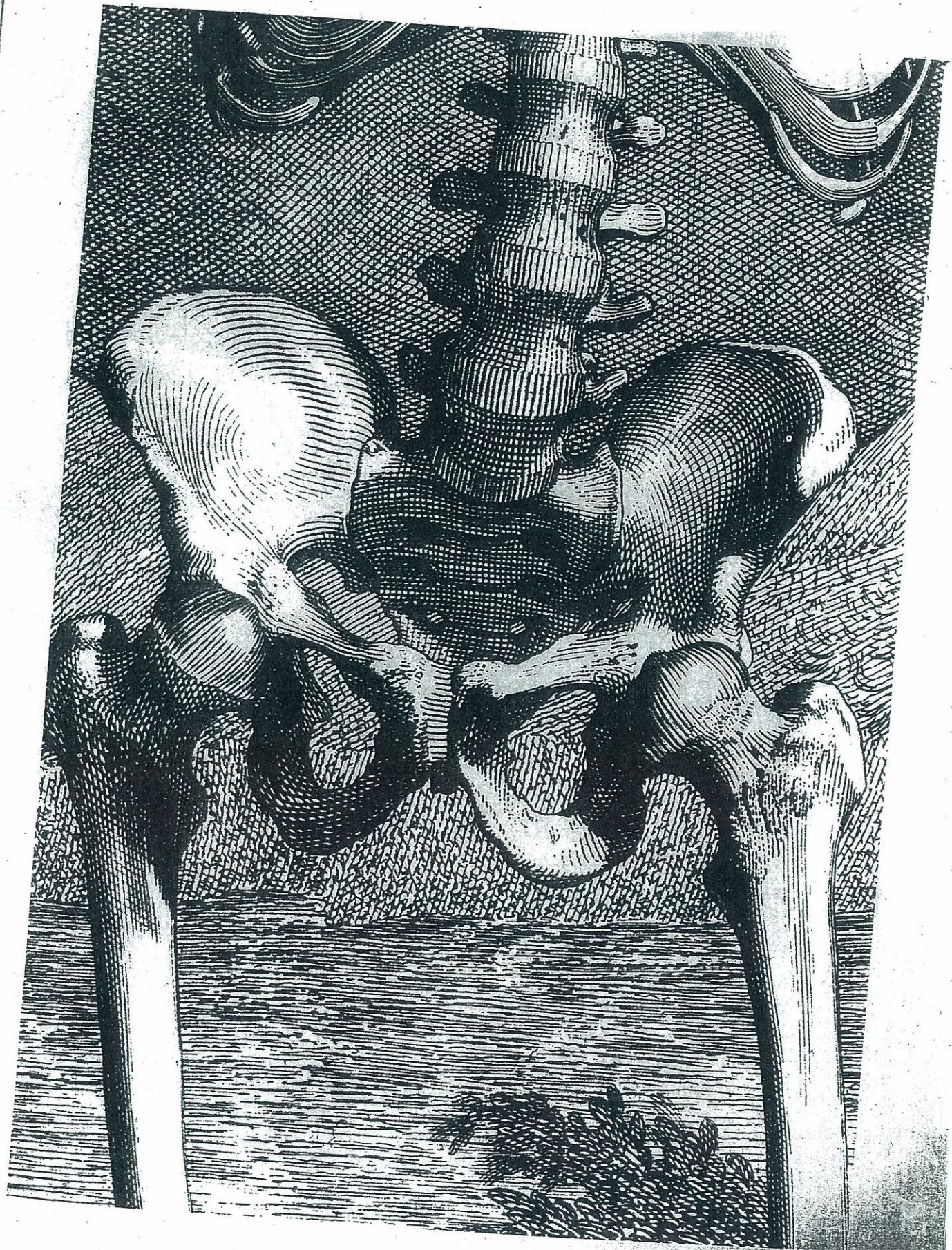
1. Iliac crest
2. Ilium
3. Sacrum
4. Ischial spine
5. Obturator foramen
6. Body of ischium
7. Base of ischium (Ischial tuberosity)
8. Ramus of ischium
9. Ramus of pubis
10. High point of iliac crest
11. Iliac tubercle (Wide point)
12. Posterior superior iliac spine (Back point)
13. Posterior inferior iliac spine
14. Arcuate (iliopectineal) line, pelvic brim
15. Inlet
16. Lip of acetabulum
17. Coccyx





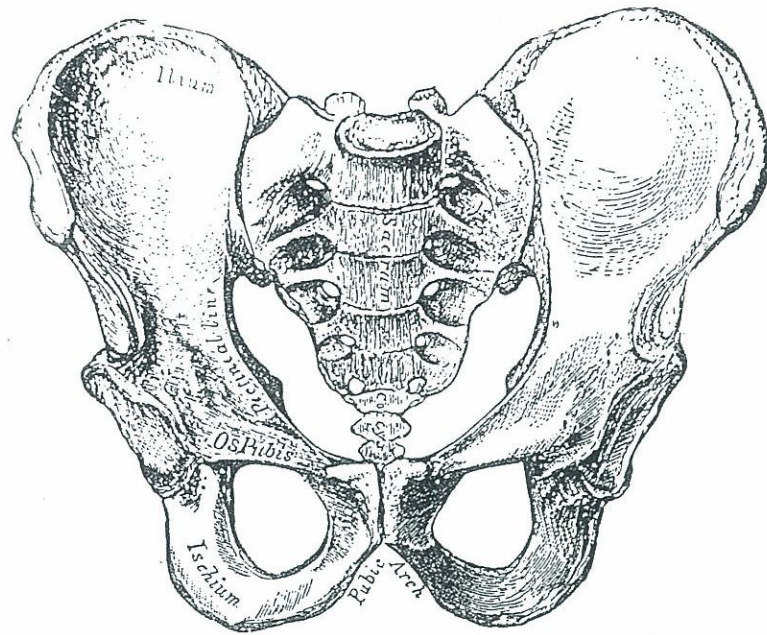
(2)



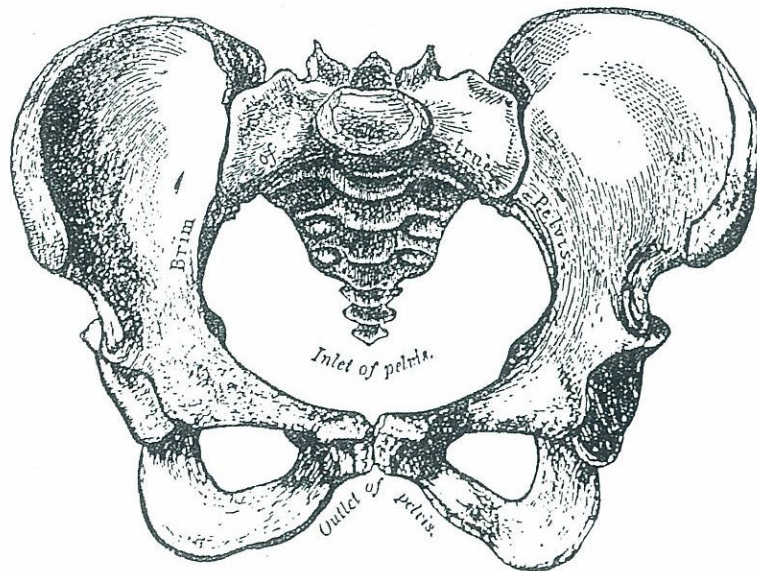


THE PELVIS AND THIGH 101





♂-Male pelvis.



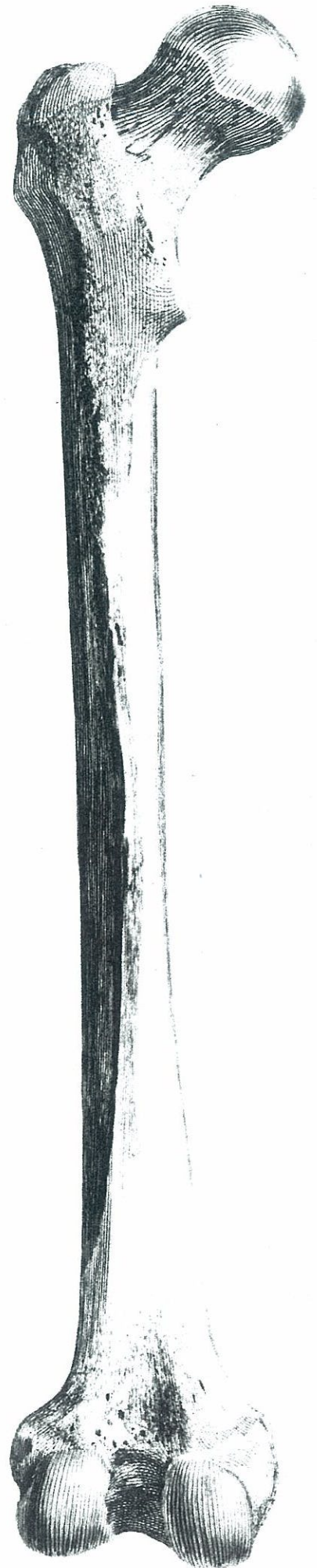
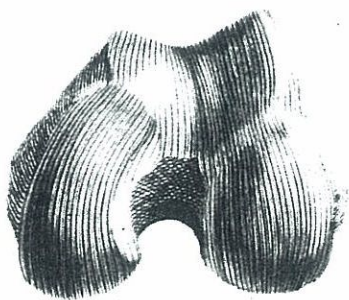
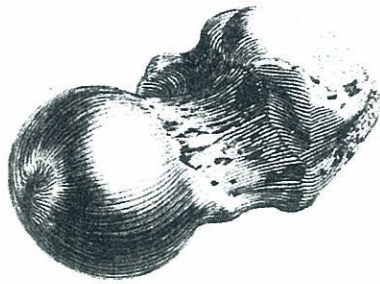
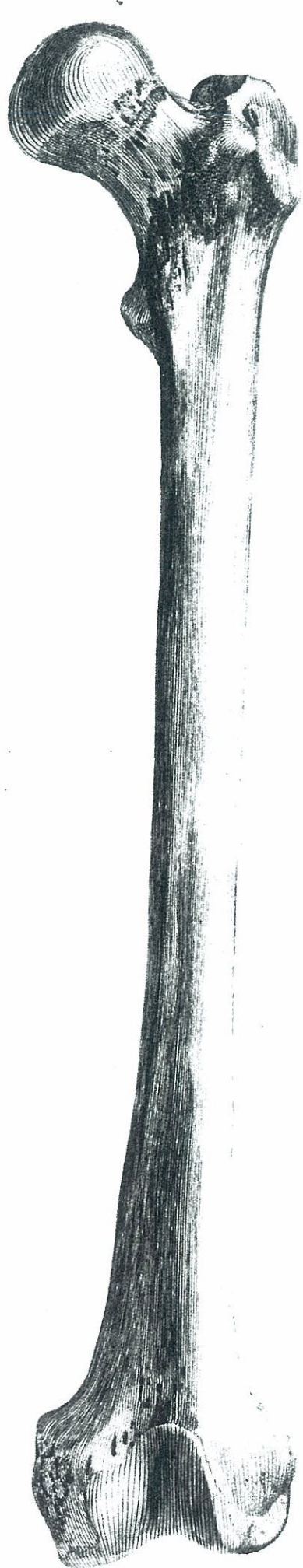
♀-Female pelvis.

6-5 Anterior views: A comparison of male and female pelvis. (From Goss, ed., GRAY'S ANATOMY OF THE HUMAN BODY, Figs. 4-175 and 4-176)

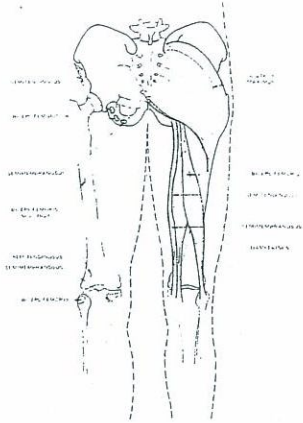




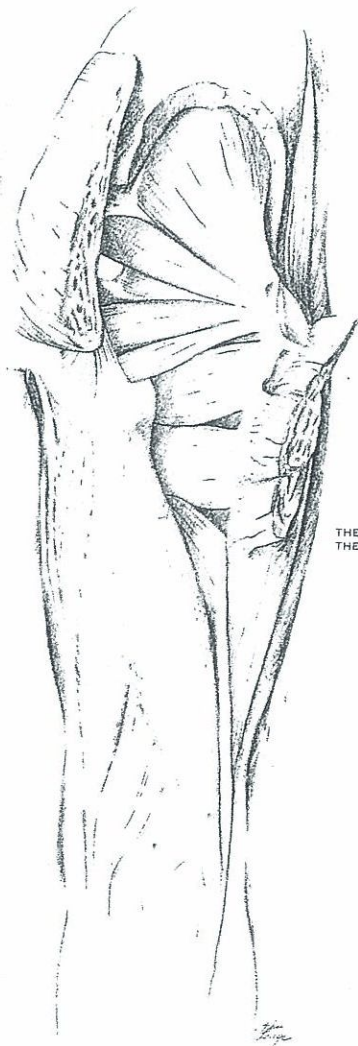




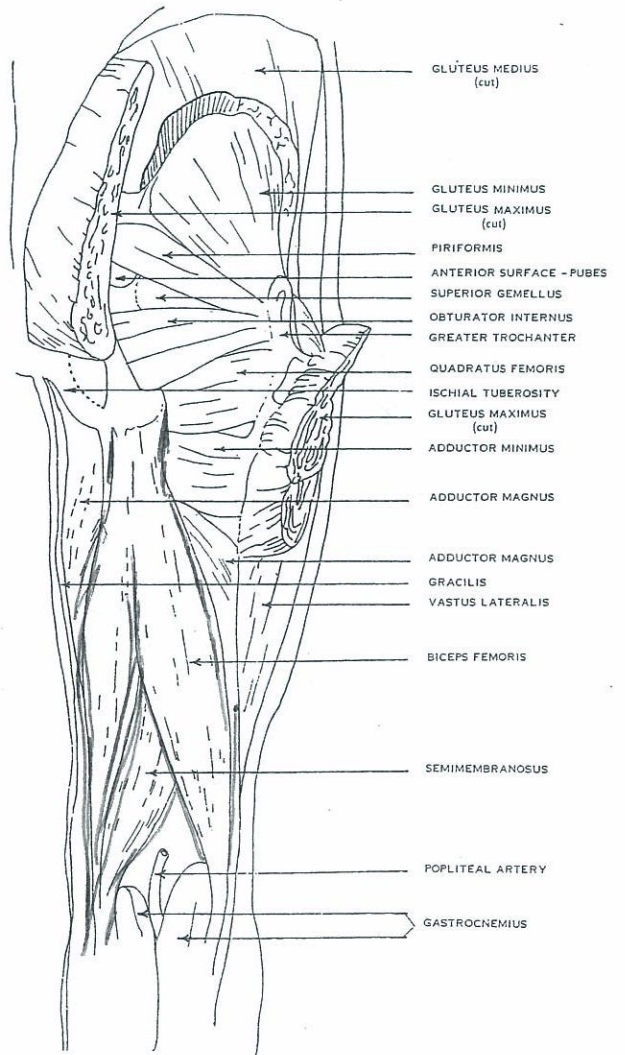




8-11

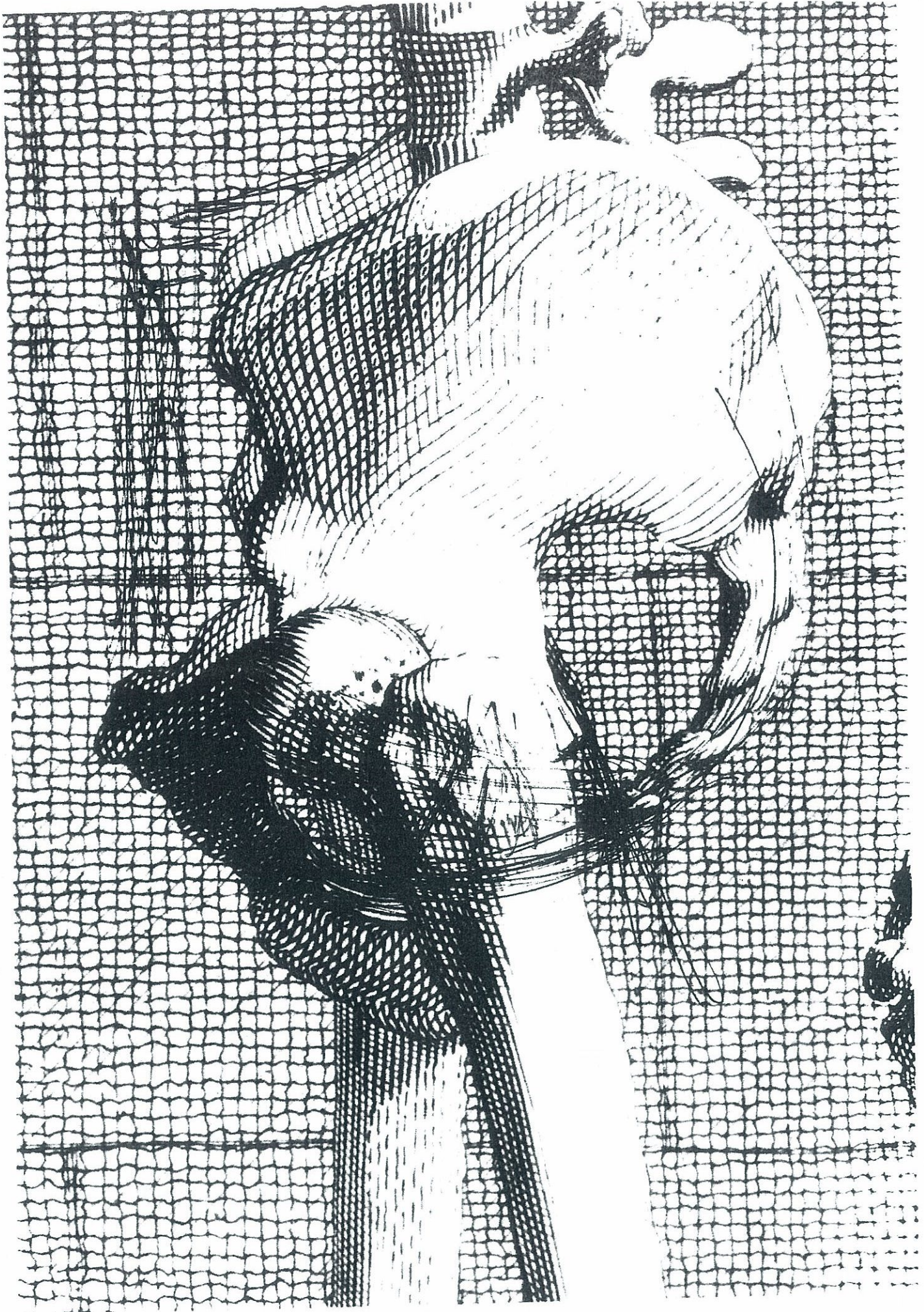


THE ROTATORS OF THE HIP AND THE HAMSTRINGS OF THE THIGH

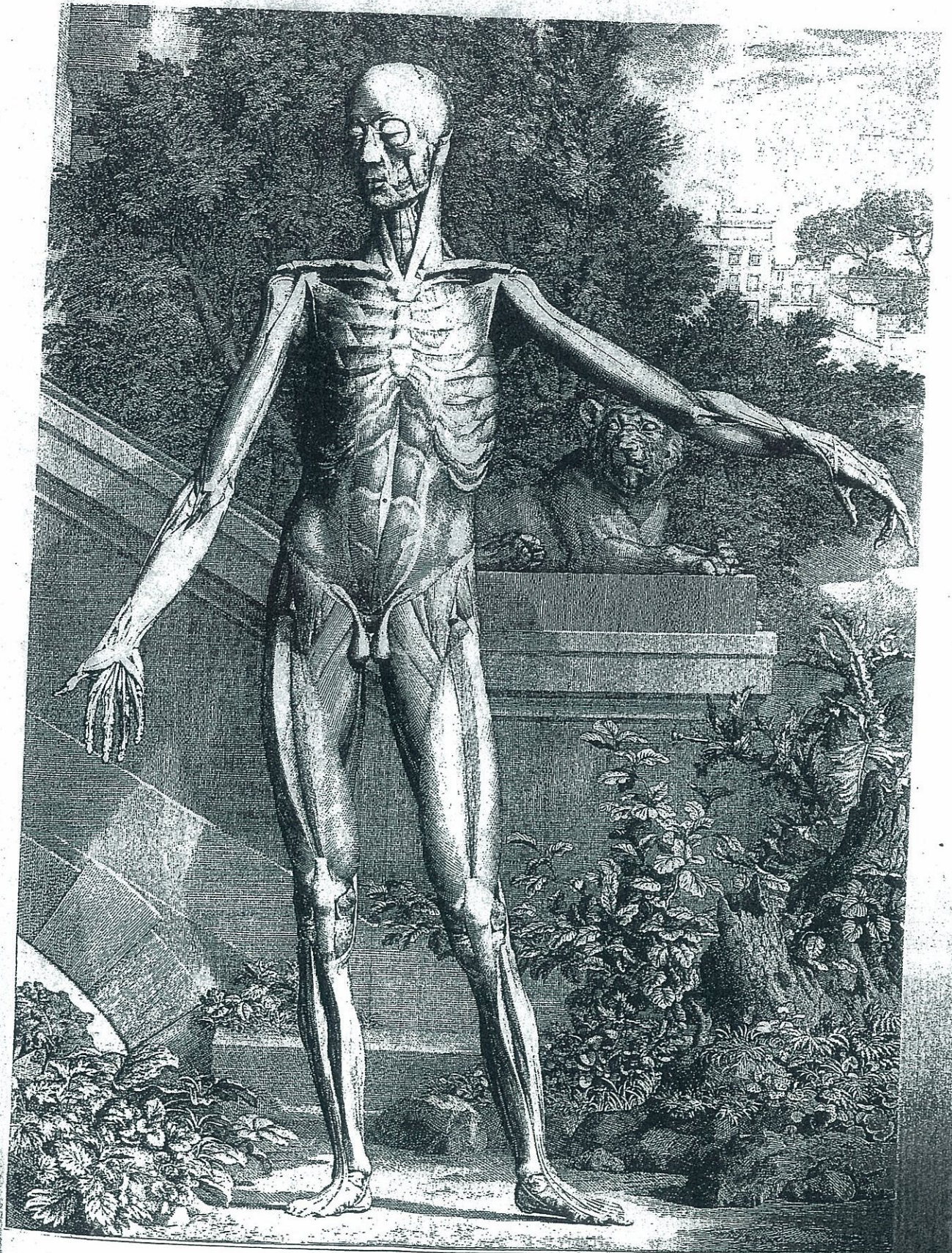


8-12 Posterior views: These schemata of the hamstrings and rotators emphasize the mechanism of "gluing." Individual muscles are encased in fascia, and groups of muscles are encased again in containing and restricting myofascial sheaths. Given the tendency of fascial sheaths to glue together when they are in trouble, the knots and thickenings that can be palpated below the skin become understandable.









er)

i)  
inus  
t)

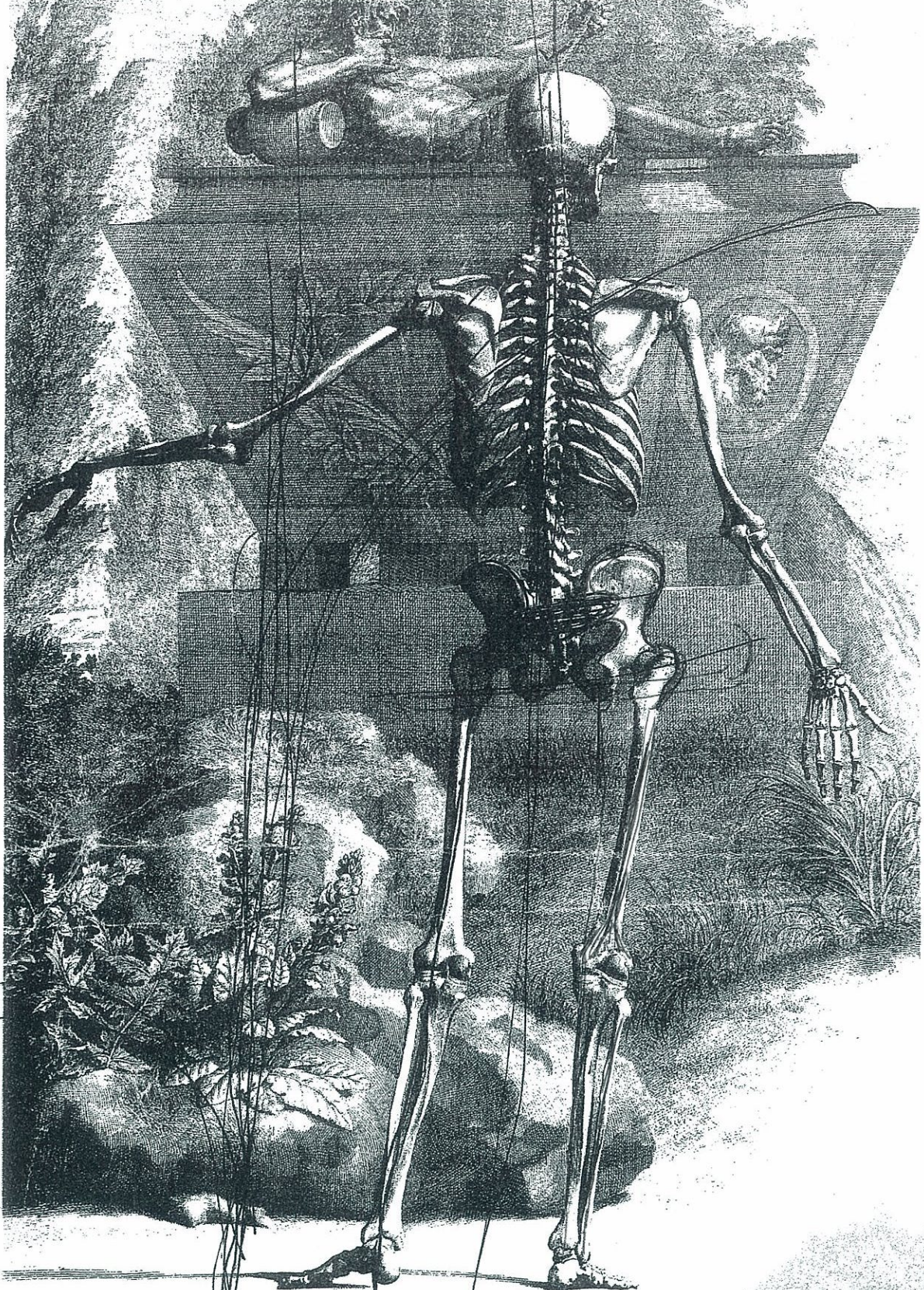
12





14





THE BONES AND MUSCLES



**下** (inferior)：遠離頭部。

**上** (superior)：朝向頭部。

**大腿** (thigh)：介於髖關節與膝關節之間的下肢部份。

**小腿** (leg)：介於膝蓋和跟關節之間的下肢部份。

**小腿肚的** (sural)：與小腿肚有關的。

**內側** (medial)：朝著身體中線。

**手臂** (arm)：上肢中介於肩膀和肘關節之間的部分。

**支持帶** (strutaculum)：網狀組織，通常和末狀結締組織有關。

**止端** (insertion)：肌肉連接到骨頭上較能活動的那一端；相反端為起端。

**水腫** (edema)：身體組織含有過量體液的局部或全身性狀況。

**主動肌** (prime mover)：主要完成動作的肌肉。

**主動活動範圍** (range of motion, active)：透過肌肉收縮所造成的關節自由活動範圍。

**可觸知的** (palpable)：可觸摸到、可接觸到的。

**外側** (lateral)：遠離身體中線。

**外傾** (lateral tilt)：某一邊的髖關節高於另一邊的骨盆傾斜現象。

**矢狀面** (sagittal plane)：將身體切分成左右兩個部分的面。

**矢狀軸** (sagittal axis)：前後向延伸的水平線，以此為軸線產生外展與內收動作。

**向心收縮** (concentric contraction)：肌肉在收縮時長度縮短的情況；為一種等張運動。

**收縮** (contraction)：肌肉張力增加，但整體長度不一定改變的情況。

**收縮** (isotonic contraction, dynamic)：肌肉向心或離心收縮；伴隨著肌肉移動的肌肉收縮情況。

**有觸覺的** (tactile)：與接觸有關的。

**肌肉** (muscle)：會收縮的器官，共分為骨骼肌、心肌、內臟肌三種肌肉組織型態。

**肌肉攣縮** (muscle contracture)：肌肉收縮機制活躍造成肌肉張力增加的現象。

**肌筋膜** (myofascial)：包裹骨骼肌的纖維性結締組織。

**肌腱** (tendon)：連接骨骼肌與骨頭的纖維組織。

**夾擠** (impingement)：原有空間受到神經或肌肉等軟組織壓迫的現象。

**尾側** (caudal)：朝下、遠離頭端 (朝向尾端)。

**肘前** (antecubital)：手肘前側。

**協同肌** (synergist)：協助主動肌的肌肉。

**枕骨髁** (occipital condyles)：在枕骨下部、位於枕骨大孔兩側之細長橢圓形面，和寰椎相連。

**沾黏** (adhesion)：在癒合期間，膠原纖維異常黏附於周圍結構，影響到該結構的正常彈性；通常是因外傷或手術併發症引起。

**表面解剖學** (surface anatomy)：研究可從體外辨識之身體結構的學科。

**近側** (proximal)：靠近身體中央或中線。

**附肢** (appendage)：附著於身體的結構，如上肢或下肢。

**冠狀** (coronal)：與矢狀面垂直的平面，將身體切分成前後兩部份，又稱為額狀面。

**冠狀軸** (coronal axis)：由左向右延伸的水平軸線，屈曲與伸展運動皆沿著此線進行。

**前** (anterior)：朝向前方或腹側表面。

**前凸** (lordosis)：從側面看，腰椎彎度異常彎曲的現象。

**前臂** (forearm)：上肢中介於手肘和腕關節的部份。

**後** (posterior)：朝向後面或背面。

**柔軟度** (flexibility)：順應姿勢或排列位置之改變的能力；可以「正常」、「有限」、或「過度」來表示。

**活動範圍** (range of motion)：關節能夠活動或被活動的範圍，通常以角度來表示。

**背側** (dorsal)：與背有關；又稱為「後」。

**面** (facet)：小的平面或凹面。

**胸廓** (thorax)：介於頸部和腹部之間的區域。

**脊柱後凸** (kyphosis)：從側面看，胸椎異常彎凸的現象。

**脊椎旁的** (paravertebral)：在脊柱旁邊或附近。

**起端** (origin)：較為固定的肌肉與骨頭相連處；相反端為止端。

**骨盆** (pelvis)：由兩塊髖骨、薦骨與尾骨組成。

**骨盆前傾** (anterior tilt of pelvis)：髖骨前上棘的垂直面傾斜至恥骨聯合垂直面前方的現象。

**骨盆後傾** (posterior tilt of pelvis)：髖骨前上棘的垂直面傾斜至恥骨聯合垂直面後方的現象。

**骨盆帶** (pelvic girdle)：兩個髖骨。

**骨盆傾斜** (pelvic tilt)：骨盆從原本正常姿勢往前 (向前)、後 (向後) 或外 (直向) 偏斜。

**骨膜** (periosteum)：包在骨頭表面的纖維狀結締組織。

**淺** (superficial)：接近身體表面；反之為深。

**淋巴結** (lymph node)：淋巴管上的小橢圓形結構。

**淋巴腺** (lymphatic)：排放體液 (淋巴液) 的腺體系統。

**深** (deep)：遠離體表；與淺相反。

**被動活動範圍** (range of motion, passive)：以外力讓關節自由活動的活動範圍。

**軟骨結合** (synchondrosis)：由透明軟骨或纖維軟骨構成的兩個骨頭的連結。

**軟骨關節** (cartilaginous joint)：以軟骨相接兩個骨狀表面的接合處，有軟骨結合 (synchondrosis) 與聯合 (symphysis) 兩種型態。

**軟組織** (soft tissue)：通常是指肌筋膜組織，或是任何不含礦質 (例如骨頭) 的組織。

**單邊** (unilateral)：一邊。

**掌側** (palmar)：朝向手掌。

**等長** (isometric)：肌肉張力增加但長度不變。

**等張** (isotonic)：肌肉張力增加且長度改變 (總體)；向心收縮。

**筋膜** (fascia)：一層或多層鬆散或緻密的纖維狀結締組織之總稱。

**結締組織** (connective tissue)：由膠狀基質與纖維狀組織組成的身體支撐組織，具有多種型態。

**間質液** (interstitial)：器官或組織之間的空隙。

**間質液** (interstitial fluid)：細胞周圍的液體。

**韌帶** (ligament)：連接兩個骨頭的纖維性結締組織。

**滑液囊** (bursa)：充滿液體的小囊袋，能減少兩個結構之間的摩擦。

**滑膜關節** (synovial joint)：含有液態物質 (滑液) 並有滑膜或滑液囊的關節。

**腹側** (ventral)：等同於前側，通常用於軀幹。

**腹部** (abdomen)：介於橫膈與骨盆之間的區域。

**解剖學姿勢** (anatomical position)：面向前方、手臂貼身、前臂朝前 (這樣手掌就會朝向前方)、手指張開的直立姿勢。

**運動學** (kinesiology)：研究運動的學科。

**對抗肌** (antagonist)：和原動肌與協同肌做相對動作的肌肉。

**種子骨** (sesamoid)：位於肌腱中、在骨狀表面活動的骨頭或纖維軟骨。

**緊** (tightness)：短；意指肌肉長度略為減少；肌肉伸長的幅度有限。

**腿部的** (cranial)：有關小腿或大腿的。

**遠側** (distal)：遠離中央線或胸廓。

**樞椎** (axis)：第二頸椎。

**膝內翻** (genu varum)：弓形腿為末端骨遠端在關節處往內移動的現象。

**膝外翻** (genu valgum)：X形腿為末端骨遠端在關節處往外移動的現象。

**膠原蛋白** (collagen)：結締組織的纖維蛋白質。

**齒突** (odontoid process)：在樞椎椎體上方的突起，寰椎以此做為旋轉軸。

**寰椎** (axis)：第一頸椎，與枕骨相接並環繞著樞椎齒突。

**橫切面** (transverse plane)：將身體切分成上下兩部份 (或靠近兩端) 的平面。

**頭側** (cephalic)：朝向頭部。

**縱軸** (longitudinal axis)：從頭側往尾側垂直延伸的直線，旋轉動作就是以此線為軸心。

**聯合** (symphysis)：由纖維軟骨構成的兩個骨頭之連結。

**軀幹** (trunk)：有上肢與下肢附著的身體部位。

**離心肌肉收縮** (eccentric muscle contraction)：當肌肉在收縮或對抗阻力時，肌肉總長度變長的情況。

**雙邊** (bilateral)：兩邊對稱。

**額狀面** (frontal plane)：與矢狀面成直角的垂直面，將身體切分成前後兩部份，又稱為冠狀面。

**髁** (condyle)：位於骨頭末端的圓狀關節表面。

**關節** (articulation)：骨頭的接合點或相連處。

**關節突** (articular process)：脊椎兩側之椎弓表面上的小突起，與關節表面相接。

**關節面** (articular facet)：骨頭的關節小面，尤指脊椎骨。

**關節學** (arthology)：研究關節之學科。

**按壓** (palpate)：以觸摸 (器官或身體某部位) 方式來檢查或探究，通常用來輔助診斷。

**纖維關節** (fibrous joint)：由纖維組織結合而成的關節。

**顛側** (cranial)：向上、朝著頭部。

**髑臼** (acetabulum)：位於髖骨外表面的圓形凹槽；股骨頭和髑臼相接形成髖關節。