

3 muscles glutéaux

	Petit glutéal	Moyen glutéal	Grand glutéal
Abducteur	OUI	OUI • Abducteur pur	OUI
Terminaison sur grand trochanter	Face antérieure	Face latérale (partie inf) ⇒ ∃ parfois pathologies d'insertion du moyen glutéal par expansion/inflammation de cette bourse séreuse (face latérale partie sup)	- Face postérieure - Ligne âpre du fémur - En continuité avec le tenseur du fascia luma
Innervation	• Nerf glutéal supérieur (L5) - passe au-dessus du piriforme		• Nerf glutéal inf (S1) - passe en dessous du piriforme avec le nerf sciatique
Rôles	Abduction du fémur/hanche		
	Rotation médiale (int) 45°		Rotation latérale (ext) de la hanche
			Muscle extenseur de la hanche

Ⓐ Loge des adducteurs + pelvi-trochantériens : rotat° latérale

MUSCLE	INSERTION	TRAJET	TERMINAISON	INNERVATION	ACTION
Grand glutéal (superficiel)	Fosse iliaque latérale	/	- Tubercule glutéal - Ligne âpre du fémur	Nerf glutéal inférieur	- Rotateur latéral - muscle extenseur de la hanche - Abducteur du fémur/hanche
Moyen glutéal (intermédiaire)	Fosse iliaque latérale	/	Face latérale du grand trochanter	Nerf glutéal supérieur : plexus sacral	Abducteur du fémur/hanche -Rotateur médial
Petit glutéal (profond)	Fosse iliaque latérale	/	Face antérieure du grand trochanter	Nerf glutéal supérieur	- Abducteur du fémur/hanche -Rotateur médial
Piriforme	Face antérieure du sacrum	Sort par la grande incisure ischiatique	Sommet du grand trochanter	Muscle pelvi-trochantérien	Rotateur latéral
Obturbateur médial	Surface quadrilatère	-Recouvre le foramen obturé et la membrane - Contourne le rebord postérieur de l'os coxal -Passe dans la petite échancrure ischiatique	Entre le col du fémur et le grand trochanter	Ⓐ : Muscles pelvi-trochantérien	Rotateur latéral

Obturbateur latéral	(Face exopelvienne du foramen obturé)	(-Passe en dessous et en arrière du col du fémur -Chemine plus distalement que l'obturbateur médial)	Entre le col du fémur et le grand trochanter	Parfois, prothèses de hanche métallique et implants l'irritent ⇒ douleur	Rotateur latéral
Jumeau supérieur	Rebord postérieur de l'os coxal	Satellite du muscle obturbateur médial	Entre le col du fémur et le grand trochanter	/	Rotateur latéral
Jumeau inférieur	Rebord postérieur de l'os coxal	Satellite du muscle obturbateur médial	Entre le col du fémur et le grand trochanter		Rotateur latéral
Carré fémoral	Tubérosité ischiatique		Entre le col du fémur et le grand trochanter		Rotateur latéral
Muscle ilio- psoas	• s'insère jusqu'en T12 • insertions vertébrales : ● corps vertébraux et processus transverses • insertion sur les disques : ● Notamment disque L4/L5		Petit trochanter		muscle fléchisseur de la hanche
Tenseur du fascia lata	Crête iliaque de l'ilion	Face latérale du fémur	Tubercule de Gerdy (tibia)		- fascia lata ou tractus ilio-tibial* : aponévrose. - muscle fléchisseur de la hanche - Abduction - Rotation médiale
Muscle sartorius (couturier ou muscle de la patte d'oie)	Épine iliaque antéro-supérieure	Contourne la face antérieure de la cuisse	-Face antéro-médiale du tibia -Au niveau de la patte d'oie	Branche du nerf fémoral	- Chemine au sein d'une enveloppe qui lui est propre. - ⚠ muscle fléchisseur de la hanche - ⚠ Extension de la jambe - Abduction - Rotateur latéral

Muscle quadriceps	4 chefs : - <u>Droit fémoral</u> / <u>antérieur</u> : juste au-dessus de l'acétabulum (épine iliaque antéro-inférieure) - <u>Vaste latéral</u> : face latérale inférieure du grand trochanter - <u>Vaste médial</u> : diaphyse fémorale / bord interne de la ligne âpre - <u>Vaste intermédiaire</u> : face antérieure de la diaphyse du fémur	- <u>Droit du fémur</u> : (longitudinal, biarticulaire) - <u>Vaste latéral</u> : base antérieur du grand trochanter - <u>Vaste médial</u> : (face médiale de la cuisse) - <u>Vaste intermédiaire</u> : (en profondeur du droit du fémur)	Tendon du quadriceps : = convergence des 4 chefs - vaste médial descend plus bas que le vaste latéral - <u>Droit du fémur</u> : base de la patella et du fémur - <u>Le reste</u> : la patella - Se continue par le ligament patellaire sur le tibia + Expansions des vastes participent au maintien de la patella	Nerf de quadriceps : Branche du nerf fémoral (L4)	- Extenseur du genou : forme l'appareil extenseur du genou avec le ligament patellaire et la patella - Maintien la patella vers le dedans. - <u>Droit du fémur</u> : muscle fléchisseur de la hanche
Muscle pectine	- Éminence ilio-pectinée - Branche ilio-pubienne	- Plan superficiel - En arrière du petit trochanter	En arrière du FÉMUR : sur la crête pectinéale	Nerf musculaire médial	- Adducteur - Rotateur latéral/ext
Muscle long adducteur	Pubis	Plan superficiel	En arrière du FÉMUR (sur la ligne âpre)	Nerf musculaire médial	- Adducteur : rapproche le membre de l'axe du corps - Rotateur latéral/ext
Muscle court adducteur	Pubis	- Passe en profondeur du muscle pectiné et du muscle long adducteur	face antérieure du grand trochanter	Nerf obturateur	- Adducteur - Rotateur latéral/ext
Muscle gracilis	Pubis	Vertical	Au niveau de la patte d'oie (face antéro-médiale du tibia)	Nerf obturateur	Adducteur
Muscle grand adducteur	branche ischio-pubienne en 3 faisceaux	Hiatus tendineux (pas trajet) : - Espace limité par le faisceau inférieur et le bord médial du fémur - Lieu de passage des vaisseaux fémoraux	(- <u>Supérieur</u> et <u>moyen</u> : en arrière du fémur) - <u>Inférieur</u> : tubercule du grand adducteur = sur le versant médial du fémur au-dessus du condyle médial	- Supérieur et moyen : nerf obturateur - Inférieur : nerf ischiatique	- Adducteur - Rotateur latéral/ext
Muscle biceps fémoral	2 chefs : - Long : tubérosité ischiatique - Court : ligne âpre du fémur	Oblique en bas et en dehors	TÊTE de la fibula	Nerf ischiatique Passe par les 2 chefs du biceps fémoral	Pr les 2 chefs : - Fléchisseur du genou/jambe - Rotateur latéral (ext)
Muscle semi-tendineux	Tubérosité ischiatique	En arrière du semi-membraneux	- Face antéro-médiale du tibia - Au niveau de la patte d'oie	Nerf ischiatique	- Fléchisseur du genou - Rotateur médial (int)

Muscle semi-membraneux	Tubérosité ischiatique Ⓐ communs à la loge des ischio-jambiers	/	3 tendons : épiphyse proximale du tibia -Direct : face médiale du tibia -Réfléchi : contourne la face médiale du tibia -Récurent : remonte en haut et en dehors vers la fabella	Nerf ischiatique	- Fléchisseur du genou - Rotateur médial (int)
------------------------	---	---	--	------------------	---

Muscle	Insertion	Trajet	Terminaison	Innervation	Action
Poplité	- Fémur : rampe condylaire latérale (condyle fémoral externe) - Un peu adhérent au ménisque latéral - extra-articulaire / extra-synovial - Intra-capsulaire		Face post du tibia		Ligament collatéral latéral (LCL) est séparé du ménisque latéral par le tendon du muscle poplité - Rotateur interne (méd) - Muscle de stabilisation en rotation : contraction > bloque le fémur sur le tibia - Flexion de la jambe
Gastrocnémien médial (triceps sural : 3 chefs)	Au-dessus de la coque condylienne médiale = Face postérieure de l'épiphyse distale du fémur	-Descend plus bas que le gastrocnémien latéral (Ⓐ comme pour les vastes médial et latéral) -Plus volumineux	-Par le tendon d'Achille ou tendon calcanéen -Sur la face postérieure du calcaneum	Nerf tibial	- Flexion de la jambe - Flexion plantaire - Moins bien accroché au solaire que le gastrocnémien lat
Gastrocnémien latéral (triceps sural : 3 chefs)	Au-dessus de la coque condylienne latérale = Face postérieure de l'épiphyse distale du fémur	(Fait le lien entre les 2 autres chefs)	-Par le tendon d'Achille ou tendon calcanéen -Sur la face postérieure du calcaneum	Nerf tibial	- Flexion de la jambe - Flexion plantaire
Solaire (triceps sural : 3 chefs)	-Sur la tête de la fibula -Sur le tibia -Forme une arcade	En profondeur des muscles gastrocnémiens	-Par le tendon d'Achille ou tendon calcanéen -Sur la face postérieure du calcaneum	Nerf tibial	/

Muscle plantaire	Annexé aux muscles gastrocnémiens : à proximité du muscle gastrocnémien latéral	-Oblique en bas et en dedans - Entre le muscle soléaire en profondeur et les muscles gastrocnémiens en superficie -En arrière du muscle poplité	-Médialement au tendon d'Achille -Satellite du muscle gastrocnémien médial	Nerf tibial	(Intérêt chirurgical)
Muscle tibial postérieur (cheville médiale)	- Tibia - Fibula -Membrane interosseuse	-Oblique en bas et en dedans -Retenu par le rétinaculum des fléchisseurs -Passe dans la gouttière calcanéenne : en haut -Tendon le + en avant par rapport aux autres -Passe derrière la malléole médiale : gouttière calcanéenne	- Os naviculaire -Autres os voisins du tarse	Nerf tibial	- Inverseur du pied - Soutien de la voûte plantaire et du talus = Stabilisateur de la cheville > atteinte = pied plat - Fléchisseur - Flexion plantaire
Muscle long fléchisseur des orteils (cheville médiale)	Tibia : versant médial de la loge dorsale profonde de la jambe	- Croise par en arrière le muscle tibiale postérieur -Retenu par le rétinaculum des fléchisseurs -Vertical -Tendon intermédiaire par rapport aux autres -Passe dans la gouttière calcanéenne : intermédiaire	Phalanges distales des orteils 2 à 5 Ⓐ Distale : loge post profonde	Nerf tibial	- Inverseur du pied - Fléchisseur des orteils - Stabilisateur de la cheville - Flexion plantaire
Muscle long fléchisseur de l'hallux (cheville médiale)	Fibula : versant latéral de la loge dorsale profonde la jambe	(-Oblique en bas et en dedans) -Retenu par le rétinaculum des fléchisseurs -Tendon très en arrière par rapport aux autres -Passe dans la gouttière calcanéenne : en bas	Phalange distale de l'hallux - Le + épais - Abimé chez les footballeurs et conducteurs automobiles	Nerf tibial	- Inverseur du pied - Fléchisseur de l'hallux - Flexion plantaire

Muscle tibial antérieur	Face antéro-latérale du tibia	Passe sous le rétinaculum des extenseurs : dans une cloison isolée/ propre > Se aux tendinites	-1 ^{er} cunéiforme -1 ^{er} métatarsien	- Nerf fibulaire profond - innervé par une racine de L4	- Fléchisseur dorsal du pied - Extenseur des orteils
Muscle long extenseur des orteils	Fibula	Passe sous le rétinaculum des extenseurs	-Phalanges moyennes ou P2 -Phalanges distales ou P3	- Nerf fibulaire profond - innervé par L5	- Fléchisseur dorsal du pied - Extenseur des orteils
Muscle long extenseur de l'hallux	1/3 moyen de la fibula	Passe sous le rétinaculum des extenseurs Ⓐ Loge des extenseurs du pied	-Phalange proximal ou P1 -Phalange distale ou P2	- Nerf fibulaire profond - innervé par L5	- Fléchisseur dorsal du pied - Extenseur de l'hallux
Muscle long fibulaire	Partie proximale de la fibula	Passe en arrière de la malléole latérale	Base du 1 ^{er} métatarsien	Nerf fibulaire superficiel	- Éverseur du pied - Soutien de la voûte plantaire mais ø du talus
Muscle court fibulaire	Partie moyenne de la fibula	Passe en arrière de la malléole latérale	Processus styloïde du 5e métatarsien	Nerf fibulaire superficiel	Éverseur du pied

⚠ Pouls tibial palpable entre les longs fléchisseurs des orteils et de l'hallux, et entre les tendons des extenseurs.

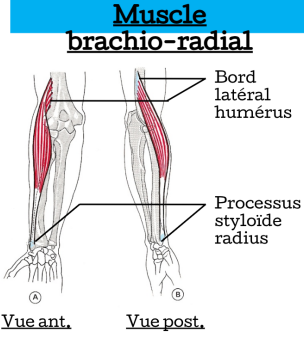
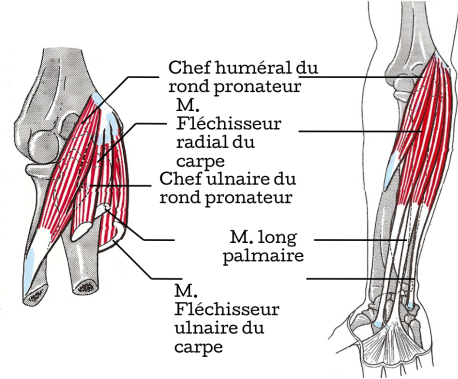
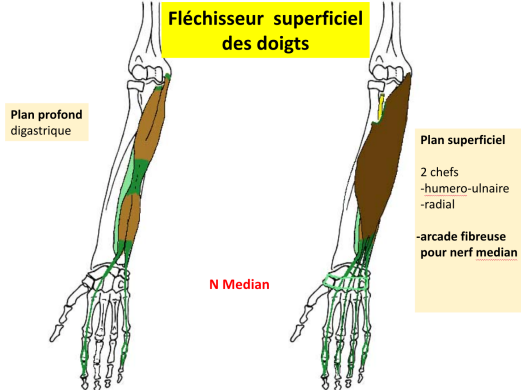
Face plantaire du pied	Plan superficiel	Plan profond	Autres
Muscles intrinsèques du pied	Abducteur de l'hallux	Carré plantaire	Court extenseur des orteils
	Abducteur du V		Court extenseur de l'hallux
	Court fléchisseur des orteils		4 lombricaux
2 Pédicules vasculo-nerveux interosseux	- plantaire médial - Plantaire latéral		

Muscles moteurs de l'épaule, du bras et de l'avant-bras

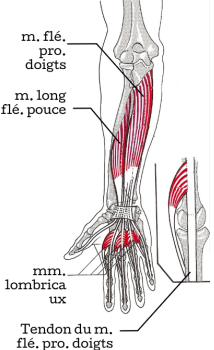
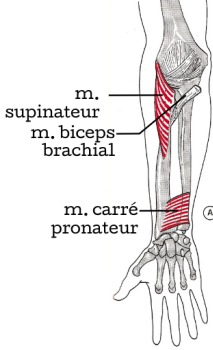
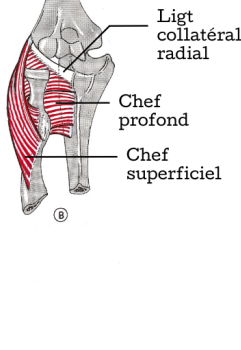
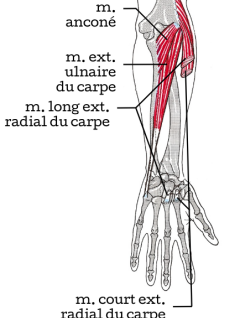
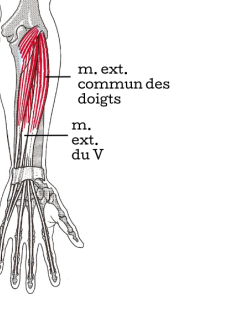
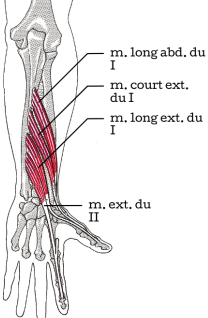
MUSCLE	ORIGINE	TRAJET	TERMINAISON	INNERVATION	ACTION
Trapèze	-Protubérance occipitale externe -Ligne nuchale sup. -Ligament nuchal -PE de C7 à T12 et ligts interépineux	- Triangulaire et large - trois faisceaux	-F. sup. : face sup. 1/3 lat. clavicule -F. moyen : bord médial acromion -F. inf. : versant sup. bord post. épine scapula	Nerf accessoire : C1, C2, C3, C4	-Fixateur scapula -Élévateur scapula -Adducteur scapula -F. sup. : élévateur et rot. latéral -F. moy : adducteur -F. inf. : abaisseur
Grand dorsal	Aponévrose thoraco-lombaire sur : -PE de T7 à L5 -Crête sacrale médiane -Crête iliaque : 1/3 post. de la lèvre ext.	Triangulaire	Tendon aplati contournant le grand rond, se fixant sur la crête du tub. mineur	Nerf thoraco-dorsal : C6, C7, et C8	- Extenseur - Adducteur - Rot. médial du bras - Élévateur homolatéral du bassin (si pt fixe sur l'humérus)
Levator scapulae	4 tendons sur les PT de C1 à C4	Allongé, oblique en bas et latéralement	Bord médial scapula au dessus de l'épine	Nerf dorsal de la scapula : C3 , C4, et C5	- Élévateur - Rotateur médial de la scapula
Petit rhomboïde	PE de C7 à T1	Oblique en bas et latéralement	Bord médial scapula au niveau de l'épine	Nerf dorsal de la scapula : C4 et C5	- Adducteur - Élévateur de la scapula - Fixateur de la scapula - Agoniste du trapèze
Grand rhomboïde	PE de T2 à T5	Oblique en bas et latéralement	Bord médial scapula au dessous de l'épine	Nerf dorsal de la scapula : C4 et C5	Identique au petit rhomboïde
Grand pectoral	- 2/3 médiaux, bord antérieur de la clavicule -face antérieure manubrium sternal -gaine du m. droit de l'abdomen	- Épais - triangulaire - trois faisceaux	Crête du tubercule majeur de l'humérus	Nerfs pectoraux latéral et médial : C5, C6, C7, C8, T1	<u>Sur le bras :</u> -Adducteur ⚠ -Fléchisseur acc. -Rotateur médial <u>Sur l'épaule :</u> -Fait avancer l'épaule <u>Sur le tronc :</u> - Élévateur du tronc

Subclavier	Jonction ostéocartilagineuse 1ère côte	fusiforme	Face inférieure clavicule (partie moyenne)	Nerf subclavier : C5 et C6	- Abaisseur clavicule - Inspirateur accessoire
Petit pectoral	Côtes 3 à 5	Aplati et triangulaire	Processus coracoïde scapula	Nerf pectoral médial : C7, C8 et T1	- Abaisseur épaule et scapula - Abducteur scapula - Inspirateur acc.
Grand dentelé = dentelé antérieur	Faces externes côtes 1 à 10	- Large et rayonné - 3 faisceaux	- F. sup : angle sup scapula - F. moyen : bord médial scapula - F. inf (puissant) : angle inf. scapula	Nerf thoracique long : C5, C6 et C7	- Fixateur de la scapula contre le thorax (synergie avec trapèze) - Abaisseur ⚠ : - Rotateur médial scapula - Abducteur
Deltoïde	- F. <u>claviculaire</u> : 1/3 latéral clavicule (bord ant. et face sup.) - F. <u>acromial</u> : bord latéral acromion - F. <u>épineux</u> : versant inférieur épine scapula	- Épais - en demi cône - 3 faisceaux	Tubérosité deltoïdienne humérus	Nerf axillaire : C5, C6	- F. <u>claviculaire</u> : Fléchisseur et rotateur médial du bras - F. <u>acromial</u> : Abducteur du bras - F. <u>épineux</u> : Extenseur et rotateur latéral du bras
Supra épineux	2/3 médiaux fosse supra épineuse	Épais et triangulaire	Partie > du tubercule majeur de l'humérus	Nerf supra-scapulaire : C4, C5, C6	- Abducteur du bras - Maintient la tête humérale contre la cavité
Infra épineux	-3/4 médiaux fosse infra épineuse	Large et triangulaire	Face postérieure tubercule majeur de l'humérus	Nerf supra-scapulaire : C5, C6	- Rotateur latéral du bras
Petit rond	-Fosse infra épineuse -1/2 sup. bord lat. scapula	Aplati et allongé	Facette inférieure du tubercule majeur de l'humérus	Nerf axillaire : C5, C6	- Rotateur latéral du bras - Adducteur ⚠ accessoire
Grand rond	-Fosse infra épineuse, 1/2 inf. bord lat. scapula	Épais et quadrangulR	Crête du tubercule mineur de l'humérus (en arrière du gd dorsal)	Nerf sub-scapulaire : C5, C6, C7	- Adducteur du bras - Rotateur médial - Extenseur accessoire du bras

Subscapulaire	-Fosse subscapulaire	- Épais - multipenné - triangulaire	Tubercule mineur de l'humérus	Nerf subscapulaire : C5, C6, C7	- Rotateur médial
---------------	----------------------	--	--------------------------------------	--	--------------------------

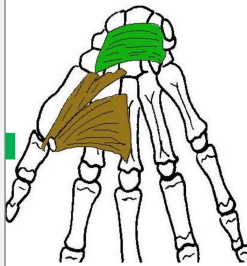
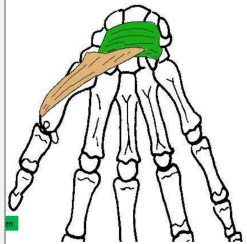
MUSCLE	ORIGINE	TRAJET	TERMINAISON	INNERVATION	ACTION
Coraco-brachial	Processus coracoïde	/	1/3 moyen de la face médiale de l' humérus	Nerf musculo cutané : C6-C7	- Fléchisseur accessoire du bras sur l'épaule (arti° scapulo-humérale)
Brachial	- 1/2 inf face médiale humérus	/	-face médiale de tubérosité ulnaire -Petite expansion aponévrotique sur le radius	Nerf musculo-cutané : C5 - C6	Fléchisseur de l'avant-bras sur le bras (f° en même temps que biceps)
Biceps brachial	2 Chefs : - <u>Court</u> : Processus coracoïde - <u>Long</u> : Tubercule supra-glénoïde	/	<u>Terminaison double</u> : - tubérosité bicipitale/radiale -aponévrose	Nerf musculo-cutané : C5 - C6	- Fléchisseur de l'avant-bras sur le bras - Supinateur quand l'avant-bras est en pronation - Intra-capsulaire - Extra-synovial
Triceps brachial	3 chefs : - <u>Chef long</u> : tubercule infra- glénoïdal - <u>Chef latéral</u> : face postérieure de l'humérus et septum intermusculaire latéral - <u>Chef médial</u> : large insertion sur la face post de l'humérus septum intermusculaire médial	Trajet du chef long : -En avant du muscle petit rond -En arrière du muscle grand rond	-tendon : face > de olécrâne de l'ulna -extens° fibreuses ds fascia antébrachial	Nerf radial C6,C7,C8,T1:	-Extenseur de l'avant-bras et du bras - Extra-capsulaire
Groupe musculaire antérieur	Muscle brachio-radial 				

Rond pronateur	-chef huméral : Tendon sur épicondyle médial + fascia antébrachial -chef ulnaire : processus coronoïde de l'ulna	-Forme avec fléchisseur superficiel des doigts une boutonnière pour le nerf médian : syndrome canalaire en cas de compression du nerf - Plan superficiel	- Tiers moyen de la face latérale du radius - Par tendon court	Nerf médian : C6, C7	Pronateur
Fléchisseur radial du carpe	Épicondyle médial fascia antébrachial	- Fusiforme - Plan superficiel	-Face antérieure de la base des 2^e et 3^e métacarpiens	Nerf médian : C6, C7	- Pronateur - Abducteur main (de façon accessoire, A terminaison latérale : abducteur)
Long palmaire	Épicondyle médial fascia antébrachial	- Plan superficiel - Grêle, entre fléchisseurs radial et ulnaire du carpe	- Sur le rétinaculum des fléchisseurs = aponévrose palmaire - tendon s'étalant au niveau du carpe	Nerf médian : C7, C8	-Repère dans le canal carpien - Tenseur de l'aponévrose palmaire
Fléchisseur ulnaire du carpe	-Chef huméral : épicondyle médial -Chef ulnaire : olécrâne, processus coronoïde 2/3 > bord postérieur de l'ulna	Forme une arcade fibreuse laissant passer le nerf ulnaire (possible syndrome canalaire) - Plan superficiel	-Sur l'os pisiforme -crochet de l'hamatum	Nerf ulnaire : C7, C8	- Fléchisseur poignet - Adducteur main A terminaison médiale : adducteur
Fléchisseur superficiel des doigts (plan superficiel)	-Chef huméro-ulnaire : épicondyle médial et ulna -Chef radial : 1/2 supérieure bord antérieur radius	-Les deux chefs du plan superficiel forment une arcade fibreuse (boutonnière) : livre le passage au nerf médian -Passage des tendons en arrière du rétinaculum des fléchisseurs	-Chef huméro-ulnaire : Donne les tendons pour les 3^e et 4^e doigts -Les deux tendons se divisent en deux languettes : (s'écartent au niveau de l'articulation métacarpo-phalangienne), s'insèrent sur la base de la phalange moyenne / intermédiaire	Nerf médian : C7, C8, T1	Fléchisseur de la phalange moyenne sur la phalange proximale

Fléchisseur superficiel des doigts (plan profond digastrique)	-Épicondyle médial et ulna -Par deux corps charnus qui se réunissent en 1 tendon intermédiaire avant de se reprojonger en 2 corps charnus	-Les deux chefs du plan superficiel forment une arcade fibreuse (boutonnière) : livre le passage au nerf médian -Passage des tendons en arrière du rétinaculum des fléchisseurs	-Chef radial : Donne les tendons pour les 2e et 5e doigts -Les deux tendons se divisent en deux languettes : (s'écartent au niveau de l'articulation métacarpo-phalangienne), s'insèrent sur la base de la phalange moyenne / intermédiaire	Nerf médian : C7, C8, T1	Fléchisseur de la phalange moyenne sur la phalange proximale
Loge antérieure de l'avant-bras					
Fléchisseur commun profond des doigts	-2/3 sup faces antérieure et médiale de l'ulna -membrane interosseuse antébrachiale -sous tubérosité radius	-Plus profond que les tendons du muscle fléchisseur superficiel puis passent dans l'écartement de leurs deux languettes	Terminaison par 4 tendons : -Pour les doigts 2 à 5 -Sur la base de la phalange distale	-Doigts 2 et 3 : Nerf médian C8, T1 -Doigts 4 et 5 : Nerf ulnaire C8, T1	-Fléchisseur de la phalange distale sur la phalange moyenne -Permet de discriminer le nerf médian du nerf ulnaire.
Long fléchisseur du pouce	-3/4 sup face antérieure du radius -membrane interosseuse antébrachiale	Épais et unipenné	Phalange distale du pouce	Nerf médian : C8, T1	Fléchisseur du pouce
Carré pronateur	1/4 inférieur de la face antérieure de l'ulna	Quadrilatère, transversal	1/4 inférieur de la face antérieure du radius	- Nerf interosseux antérieur - Nerf médian : C8, T1	Pronateur
Ⓐ loge postérieure et latérale profonde de l'avant-bras					

Long abducteur du pouce	-Face postérieure ulna - Membrane interosseuse -Partie moyenne face postérieure radius	Fusiforme	Versant latéral de la base du 1er métacarpien	Nerf radial : C7, C8	- Abducteur et extenseur du pouce -Abducteur main
Court extenseur du pouce	-1/3 moyen face postérieure radius - Membrane interosseuse	Grêle	Base de la phalange proximale du pouce	Nerf radial : C7, C8	-Extenseur phalange proximale pouce - Abducteur premier métacarpien
Long extenseur du pouce	-1/3 moyen face postérieure ulna - Membrane interosseuse	Fusiforme	Base de la phalange distale du pouce	Nerf radial : C7, C8	-Extenseur phalange distale pouce
Extenseur propre du II (index)	-1/3 moyen face postérieure ulna - Membrane interosseuse	Grêle	-Tendon commun avec le muscle extenseur commun des doigts -Articulation métacarpo-phalangienne index	Nerf radial : C7, C8	Renforce l'action de l'extenseur commun des doigts
Extenseur commun des doigts	Face antérieure et inférieure épicondyle latérale	- Volumineux - prolongé par un tendon se divisant au 1/3 inférieur avant-bras	-par un vinculum long à la base de la phalange proximale - expansions fibreuses des muscles interosseux et lombricaux -par des languettes sur faces dorsales phalanges moyennes et distales	Nerf radial : C7, C8	- Extenseur de toutes les phalanges des doigts 2 à 5 - Extenseur des interosseux
Extenseur propre du V	Épicondyle latérale	Grêle	Tendon commun avec le tendon 5 du muscle extenseur commun des doigts	Nerf radial : C7, C8	Extenseur du 5 ^e doigt
Extenseur ulnaire du carpe	- Épicondyle latérale - Bord post ulna	Allongé	Base du 5e métacarpien	Nerf radial : C7, C8	- Extenseur du poignet - Adducteur main
Anconé	Épicondyle latérale	/	Olécrâne	Nerf radial : C7, C8	Extenseur

Supinateur	-Faisceau <u>superficiel</u> : épicondyle latéral, ligament collatéral radial et branche de division postérieure proximale du bord interosseux de l'ulna -Faisceau <u>profond</u> : fosse supinatrice, entre les deux branches de division du bord interosseux de l'ulna	-Faisceau <u>superficiel</u> : contourne par l'arrière le radius -Faisceau <u>profond</u> : contourne par l'arrière le col du radius -Le rameau postérieur moteur du nerf radial passe entre les deux faisceaux	-Faisceau <u>superficiel</u> : partie > bord antérieur du radius -Faisceau <u>profond</u> : face postéro-latérale du col du radius	Nerf radial : C5, C6	Supinateur
Long extenseur radial du carpe	Épicondyle latéral de l'humérus (crête supra condylaïre)	Allongé	Base du 2e métacarpien	Nerf radial : C6, C7	- Extenseur du poignet - Abducteur main (accessoire)
Court extenseur radial du carpe	Face antérieure épicondyle latéral de l'humérus	Allongé	Base du 3e métacarpien	Nerf radial : C7, C8	- Extenseur main - Abducteur main
Brachio-radial	-Bord latéral de l'humérus -tendineuse : 1/3 inférieur bord latéral humérus -<u>musculaire</u> : septum intermusculaire latéral du bras	-Donne le galbe latéral de l'avant-bras - Plan superficiel -Allongé - tendon au 1/3 inférieur de l'avant-bras	- face latérale du processus styloïde du radius	Nerf radial : C5, C6, C7	-Fléchisseur du coude Test neuro : demander flexion du coude : possibilité de toujours avoir une flexion du coude grâce au brachio radial et ce, malgré une paralysie biceps -Supinateur lors de la pronation forcée et pronateur lors de la supination forcée Ⓐ comme biceps -Stabilisateur
4 muscles lombricaux	Tendons du muscle fléchisseur profond des doigts : Unipennés : -1er et 2ème lombricaux - Insertion : au bord latéral du tendon correspondant Bipennés : -3ème et 4ème lombricaux - Insertion : sur deux tendons adjacents mais passent au bord radial du doigt	/	Tendon extenseur du même doigt	-Nerf médian pour le 1 et le 2 -Nerf ulnaire pour le 3 et le 4	-Fléchisseurs de l'articulation métacarpo-phalangienne -Extenseurs des articulations inter-phalangiennes

Muscles interosseux (4 dorsaux et 4 palmaires)	4 dorsaux	Convergent vers l'axe de la main	Faisceau osseux : base de la phalange proximale : -du doigt proche de l'axe pour les dorsaux -du doigt du côté de l'insertion métacarpienne pour les palmaires -Faisceau capsulaire : capsule de l'articulation inter-phalangienne proximale -Faisceau dorsal : participe à l'aponévrose dorsale superficielle des doigts de l'appareil extenseur des doigts	Nerf ulnaire <u>Examen</u> : - Écartement/ rapprochement des doigts impossible ⇒ Atteinte du nerf ulnaire - Si paralysie : griffe cubitale	Écartent les doigts avec métacarpophalangN en extension * <u>Les interosseux</u> : - Fléchisseurs de P1 - Extenseurs de P2,P3 - seuls capables de fléchir la métacarpophalangienne ET d'étendre l'interphalangienne simultanément
	4 palmaires	Divergent par rapport à l'axe de la main			Rapprochent les doigts avec métacarpophalangN en extension * Ibid
Muscle adducteur du pouce	-Faisceau métacarpien : 2 ^e et 3 ^e métacarpiens -Faisceau carpien : trapèze, trapézoïde et capitatum		-Os sésamoïde médial -Base de la phalange proximale du pouce	Nerf ulnaire ⚠ car profond <u>Examen</u> : Adduction du pouce impossible ⇒ Atteinte du nerf ulnaire	- Adducteur de l'articulation trapézo-métacarpienne - Fléchisseur de l'articulation métacarpo-phalangienne
Muscle court fléchisseur du pouce	-Faisceau profond/ carpien : trapèze, trapézoïde et capitatum -Faisceau superficiel : rétinaculum des fléchisseurs	Ses deux faisceaux forment une gaine pour le tendon du muscle long fléchisseur du pouce	-Os sésamoïde latéral -Base de la phalange proximale du pouce	-Faisceau profond : nerf ulnaire -Faisceau superficiel : nerf médian	- Fléchisseur de l'articulation trapézo-métacarpienne - Fléchisseur de l'articulation métacarpo-phalangienne
Muscle opposant du pouce	- Groupe externe Ⓐ - Tubercule du trapèze - Rétinaculum des fléchisseurs		-Bord latéral du 1 ^{er} métacarpien -Face antérieure du 1 ^{er} métacarpien	Nerf médian	Bouge le pouce vers l'avant : flexion, abduction, rotation médiale de l'articulation métacarpo-phalangienne
Muscle court abducteur du pouce	- Groupe externe - Tubercule du trapèze - Rétinaculum des fléchisseurs	Le plus superficiel de la loge thénar	-Os sésamoïde latéral -Base de la phalange proximale du pouce	Nerf médian	-Abducteur de l'articulation trapézo-métacarpienne -Abducteur de l'articulation métacarpo-phalangienne du pouce