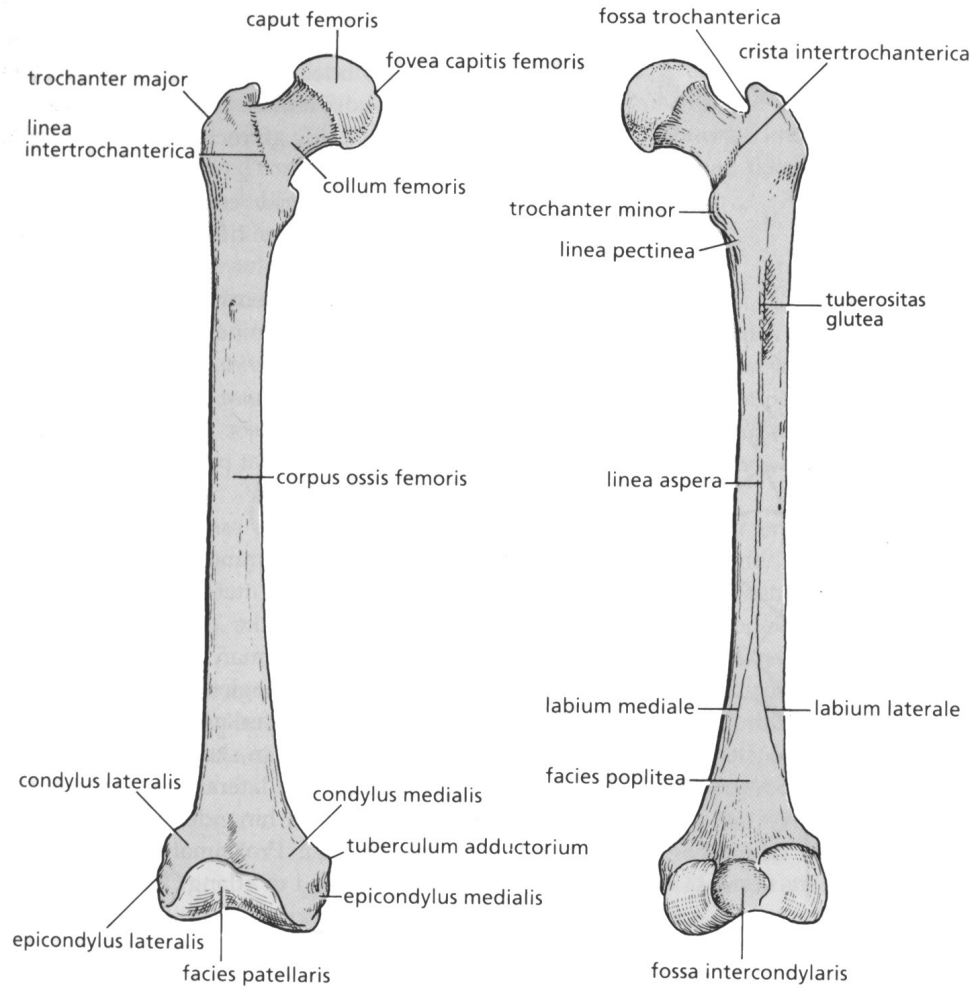
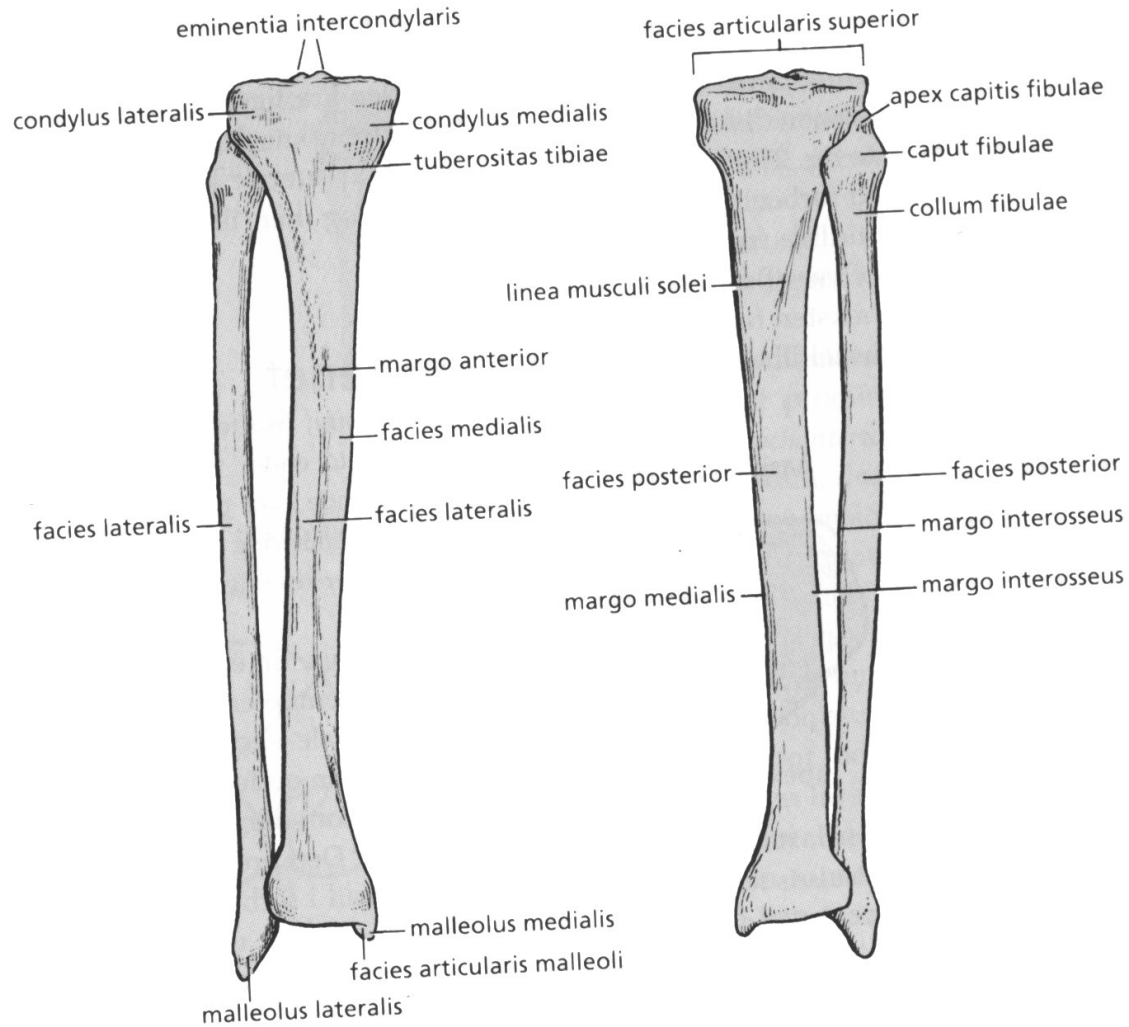


# Femur - Lårbenet



# Tibia – Skinnebenet Fibula- Leggbenet



**a. genus kneledd (x)**

Leddtype: Hengsel

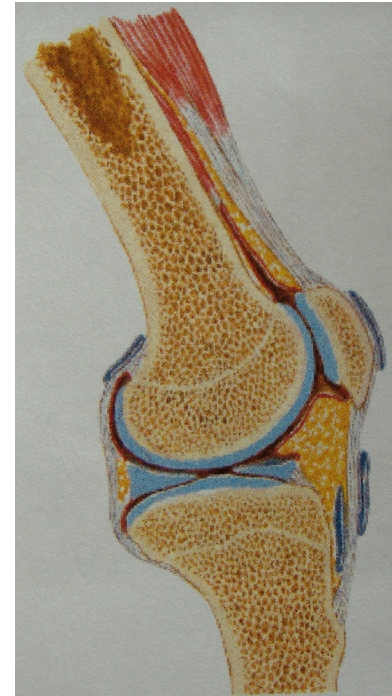
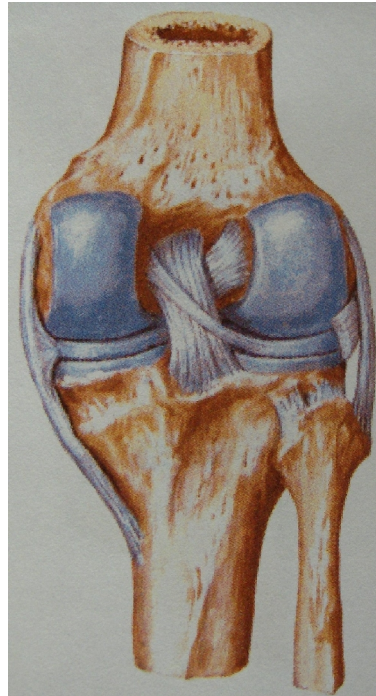
Bevegelse: Fleksjon-ekstensjon 135-0°

Leddender: Femur – tibia

Ligamenter: lig. cruratum ant./post. (korsbånd, fremre –ACL, bakre PCL)

lig. collaterale tib/fib ( laterale leddbånd LCL, mediale leddbånd MCL)

Annet: Meniscus lateralis/medialis



**art. genu (x)**

Genu varum – hjulbent

Genu valgus- kalvbent

q vinkel – vinkel mellom femur og tibia

Kvinner har noe større q vinkel enn menn

Flex. stoppes ved legg mot lår

Ex. stoppes av hamstrings, bakre kapsel, ACL, PCL bakre del,

75% av ACL skader har skade på mediale menisk

Lateral meniskskade er værre pga. større stabilitetsfunksjon

Blodsirkulasjon lateralt i menisken, mediale skader må ofte opereres

## KNELEDDET VENTRALT (5)

**m. vastus lateralis** (laterale brede lårmuskel) A

Utspring: på toppen av femur

Feste: øvre del av tibia

Funksjon: ekstensjon

**m. vastus medialis** (mediale brede lårmuskel) A

Utspring: Mediale/dorsale del av femurskaftet

Feste: tibia

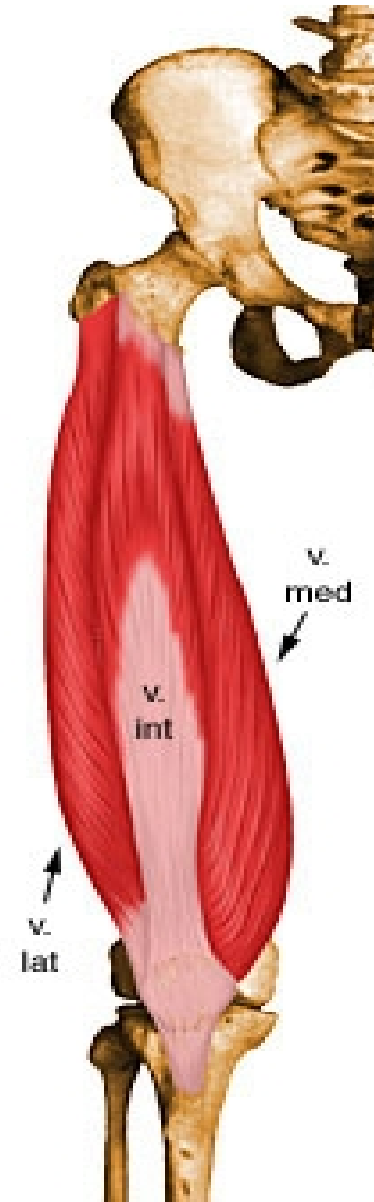
Funksjon: ekstensjon

**m. vastus intermedius** (midtre brede lårmuskel) A

Utspring: Ventral og lateralside av femur

Feste: tibia

Funksjon: ekstensjon



**m. rectus femoris** (rette lårmuskel) A

Utspring: fremre nedre del av hoftekammen

Feste: tibia

Funksjon: fleksjon i hoften, ekstensjon i kne

**m. sartorius** (skreddermuskelen) B

Utspring: Fremre del av hoftekam

Feste: øvre mediale del av tibia (pes anserinus)

Funksjon: Fleksjon i hofte og kne

**DORSALT (3A)**

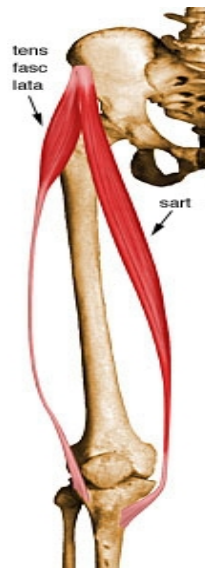
**m. biceps femoris** (tohodede knebøyer)

Utspring: lange hode – tuber ischiadicum (sitteknuten),

korte hode – øvre femurskaft

Feste: caput fibula

Funksjon: ekstensjon i hofte, fleksjon i kne, utadrotasjon i flektert kne



**m. semitendinosus** (halvsenete lårmuskel)

Utspring: tuber ischiadicum (sitteknuten)

Feste: Øverst medialt på tibia gåsefoten (pes anserinus)

Funksjon: ekstensjon i hofte, fleksjon og innadrotasjon i kne

**m. semimembranosus** (flatsenede lårmuskel)

Utspring: tuber ischiadicum (sitteknuten)

Feste: kneets leddkapsel, medialt på tibia

Funksjon: ekstensjon i hofte, fleksjon og innadrotasjon i kne



# Tibia, fibula

