

Gipko tijelo

Zahvaljujući dugim kostima tvojih udova (ruku i nogu) te malim kostima koje ti oblikuju zapešća, šake, gležnjeve i stopala, možeš izvesti mnoštvo različitih pokreta.

Kostur ruku i nogu čini 126 kostiju: dugih kosti ruku i nogu, malih kosti šaka i stopala te velikih kosti ramena i kuka. U ramenima ključne kosti i lopatice spajaju ruke s trupom. U kuku se zdjelica s jedne strane spaja s nogama, a s druge s kralježnicom. Usto, zdjelica poput posude podržava i štiti reproduktivne organe, mokraćni trakt te debelo crijevo.

106

ukupan je broj kostiju u tvojim šakama i stopalima. To je više od polovice kostiju u cijelome tijelu!

Kosti lakta

Lakat je vrlo složen zglob koji ramenu kost spaja s dvjema kostima podlaktice: lakatnom i palčanom kosti. Omogućuje svijanje i pružanje ruke, odnosno okretanje podlaktice gore ili dolje.

Palčana kost (radijus)

Nadlaktična kost (humerus)

Lakatna kost (ulna)

Ključna kost (klavikula)

Nadlaktična kost (humerus)

Lopatična kost (skapula)

Kosti ramena

Ruka se u ramenu spaja s trupom, a taj zglob omogućuje potpuni okret. Dvije lopatice i dvije ključne kosti oblikuju neku vrstu ovratnika oko vrata koji drži dvije ruke.

Kosti zastoplja

Kosti stopala

Stopala imaju nekoliko kostiju (kosti zastoplja, kosti sredostoplja i falange) koje im omogućuju da podrže težinu cijelog tijela, a nama da hodamo.

Kosti prstiju (falange)

Kosti noge

U bedrima svake noge nalazi se najdulja kost u čovjekovu tijelu: bedrena kost. Ona je preko koljena povezana s dvjema kostima donjeg dijela noge, goljeničnom i lisnom kosti. U tom se spoju noga može svinuti.

Bedrena kost (femur)

Goljenična kost (tibija)

Lisna kost (fibula)

Bočna (ilijačna) kost

Zdjelične kosti

Kukove oblikuju dvije velike simetrične kosti koje su spoj tri druge kosti. Zajedno oblikuju dvije šupljine u koje stanu dvije bedrene kosti. Kosti kuka, pričvršćene za križnu kost i za trticu, oblikuju zdjelicu.

Bedrena kost (femur)

Kosti zapešća (karpus)

Kosti šake

Te kosti omogućuju veliku pokretljivost svim prstima. Možeš zatvoriti ili otvoriti dlan, a palcem možeš dodirnuti ostala četiri prsta, oblikujući stezaljku. To šaci daje veliku sposobnost držanja predmeta i izvođenja vrlo preciznih zadataka.

Kosti sredopešća

Kosti prstiju