

MYOLOGIE DU RACHIS

1. Tous les muscles abdominaux sont des muscles :

- inspireurs. expirateurs.

2. Quelles sont les actions de leur rôle de « caisson abdominal » ?

-
-
-
-
-

3. Quels sont les trois muscles qui grâce à leur « contraction bilatérale » sont rétroverseurs du bassin et donc délordosants lombaires ?

- droit de l'abdomen. grand oblique.
 petit oblique. transverse de l'abdomen.

4. Quelle est l'action du muscle droit de l'abdomen ?

- fléchisseur. inclinateur. rotateur.

...du thorax et du rachis thoraco-lombaire sur le bassin.

5. Quelle est l'action du muscle oblique externe (grand oblique) ?

- fléchisseur. inclinateur homolatéral. inclinateur controlatéral.
 rotateur homolatéral. rotateur controlatéral.
...du rachis sur le bassin.
 inspireur+++ expirateur+++
 caisson abdominal

6. Quelle est l'action du muscle oblique interne (petit oblique) ?

- fléchisseur. inclinateur homolatéral. inclinateur controlatéral.
 rotateur homolatéral. rotateur controlatéral.
...du rachis sur le bassin.
 inspireur+++ expirateur+++
 caisson abdominal

7. Quelle est l'action du muscle transverse de l'abdomen ?

- fléchisseur. inclinateur homolatéral. inclinateur controlatéral.
 rotateur homolatéral. rotateur controlatéral.
...du rachis sur le bassin.
 inspireur+++ expirateur+++
 caisson abdominal

8. Quelle est l'action du muscle grand psoas ?

A) dans le cas d'un point fixe fémoral ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> fléchisseur du rachis lombaire. | <input type="checkbox"/> fléchisseur de la hanche. |
| <input type="checkbox"/> inclinateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> lordosant lombaire. | <input type="checkbox"/> délordosant lombaire. |

B) dans le cas d'un point fixe lombaire ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> fléchisseur du rachis lombaire. | <input type="checkbox"/> fléchisseur de la hanche. |
| <input type="checkbox"/> inclinateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> lordosant lombaire. | <input type="checkbox"/> délordosant lombaire. |

9. Quelle est l'action du muscle carré des lombes ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> fléchisseur du rachis lombaire. | <input type="checkbox"/> fléchisseur de la hanche. |
| <input type="checkbox"/> inclinateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
- ...du tronc.

10. Quelle est l'action du muscle dentelé postéro-supérieur ?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> inspirateur. | <input type="checkbox"/> expirateur. |
| <input type="checkbox"/> rotateur charnière cervico-thoracique. | <input type="checkbox"/> rotateur charnière dorso-lombaire. |

11. Quelle est l'action du muscle dentelé postéro-inférieur ?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> inspirateur. | <input type="checkbox"/> expirateur. |
| <input type="checkbox"/> rotateur charnière cervico-thoracique. | <input type="checkbox"/> rotateur charnière dorso-lombaire. |

12. Quelles sont les actions principales des muscles spinaux ?

A) Par leur tonus : -

B) Par leur contraction bi-latérale : -

C) Par leur contraction unilatérale : -

13. Quelles sont les actions principales des muscles transversaires-épineux ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> incitateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> extenseur. | <input type="checkbox"/> fléchisseur. |

14. Classe les muscles de la paroi abdominale du plus superficiel au plus profond :

___: transverse. ___: grand droit ___: grand oblique. ___: petit oblique.

CORRECTIONS

1. Tous les muscles abdominaux sont des muscles :

- inspireurs. expirateurs.

2. Quelles sont les actions de leur rôle de « caisson abdominal » ?

- diminution des contraintes sur le rachis thoraco-lombaire
- facilite la miction
- facilite la défécation
- facilite la parturition
- facilite la toux

3. Quels sont les trois muscles qui grâce à leur « contraction bilatérale » sont rétroverseurs du bassin et donc délordosants lombaires ?

- droit de l'abdomen. grand oblique.
 petit oblique. transverse de l'abdomen.

4. Quelle est l'action du muscle droit de l'abdomen ?

- fléchisseur. inclinateur. rotateur.

...du thorax et du rachis thoraco-lombaire sur le bassin.

5. Quelle est l'action du muscle oblique externe (grand oblique) ?

- fléchisseur. inclinateur homolatéral. inclinateur controlatéral.
 rotateur homolatéral. rotateur controlatéral.
...du rachis sur le bassin.
 inspireur+++. expirateur+++.
 caisson abdominal

6. Quelle est l'action du muscle oblique interne (petit oblique) ?

- fléchisseur. inclinateur homolatéral. inclinateur controlatéral.
 rotateur homolatéral. rotateur controlatéral.
...du rachis sur le bassin.
 inspireur+++. expirateur+++.
 caisson abdominal

7. Quelle est l'action du muscle transverse de l'abdomen ?

- fléchisseur. inclinateur homolatéral. inclinateur controlatéral.
 rotateur homolatéral. rotateur controlatéral.
...du rachis sur le bassin.
 inspireur+++. expirateur+++.
 caisson abdominal

8. Quelle est l'action du muscle grand psoas ?

A) dans le cas d'un point fixe fémoral ?

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> fléchisseur du rachis lombaire. | <input type="checkbox"/> fléchisseur de la hanche. |
| <input checked="" type="checkbox"/> inclinateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input checked="" type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
| <input checked="" type="checkbox"/> lordosant lombaire. | <input type="checkbox"/> délordosant lombaire. |

B) dans le cas d'un point fixe lombaire ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> fléchisseur du rachis lombaire. | <input checked="" type="checkbox"/> fléchisseur de la hanche. |
| <input type="checkbox"/> inclinateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> lordosant lombaire. | <input type="checkbox"/> délordosant lombaire. |

9. Quelle est l'action du muscle carré des lombes ?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> fléchisseur du rachis lombaire. | <input type="checkbox"/> fléchisseur de la hanche. |
| <input checked="" type="checkbox"/> inclinateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
- ...du tronc.

10. Quelle est l'action du muscle dentelé postéro-supérieur ?

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> inspireur. | <input type="checkbox"/> expirateur. |
| <input checked="" type="checkbox"/> rotateur charnière cervico-thoracique. | <input type="checkbox"/> rotateur charnière dorso-lombaire. |

11. Quelle est l'action du muscle dentelé postéro-inférieur ?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> inspireur. | <input checked="" type="checkbox"/> expirateur. |
| <input type="checkbox"/> rotateur charnière cervico-thoracique. | <input checked="" type="checkbox"/> rotateur charnière dorso-lombaire. |

12. Quelles sont les actions principales des muscles spinaux ?

A) Par leur tonus : - l'équilibre du tronc pendant la position érigée et la marche

B) Par leur contraction bi-latérale : - l'extension du rachis

C) Par leur contraction unilatérale : - l'inclinaison homolatérale du rachis

13. Quelles sont les actions principales des muscles transversaires-épineux ?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> rotateur homolatéral. | <input checked="" type="checkbox"/> rotateur controlatéral. |
| <input checked="" type="checkbox"/> incitateur homolatéral. | <input type="checkbox"/> inclinateur controlatéral. |
| <input checked="" type="checkbox"/> extenseur. | <input type="checkbox"/> fléchisseur. |

14. Classe les muscles de la paroi abdominale du plus superficiel au plus profond :

4 : transverse. 1 : grand droit 2 : grand oblique. 3 : petit oblique.