

DİZ EKLEMİ KİNEZYOLOJİ

Doç.Dr.Senem Güner

- Diz eklemi vücuttaki en büyük eklemdir.
- Diz eklemi femur, tibia ve patella olmak üzere üç kemikten oluşmaktadır.
- Tek bir boşluk içerisinde femur ve tibia arasında iki kondiler tip ve patella ile femur arasında sellar tip olmak üzere üç ayrı eklem içerir. Polisentrik bir eklemdir.
- Kemik yapılar, kapsül, menisküs ve bağlar diz ekleminde statik stabiliteyi sağlarken, kas ve tendonlarda dinamik stabiliteden sorumludur. Tüm bu yapılar dize altı ayrı hareket özgürlüğü tanır.
- Femur kondillerinden geçen transvers eksen etrafında fleksiyon ve ekstansiyon hareketleri yapılır. Diz fleksiyonda iken abdüksiyon ve addüksiyon (diz ekleminde kayma hareketi), aynı zamanda internal ve eksternal rotasyon hareketleri yapılır

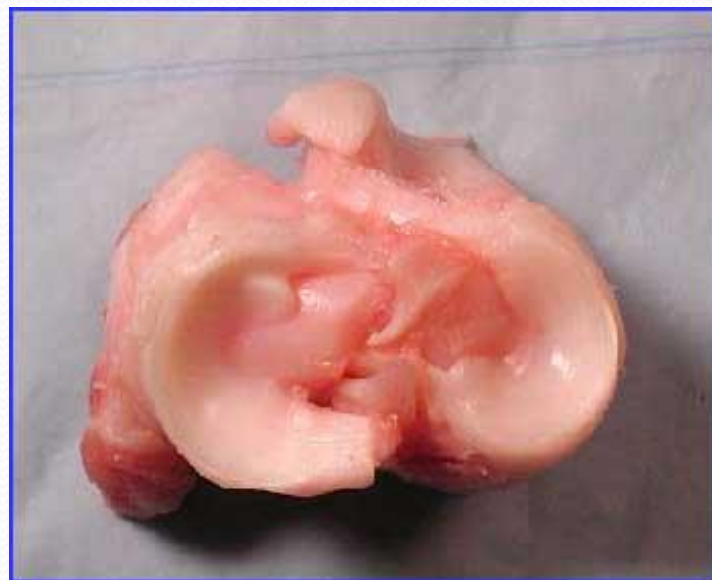
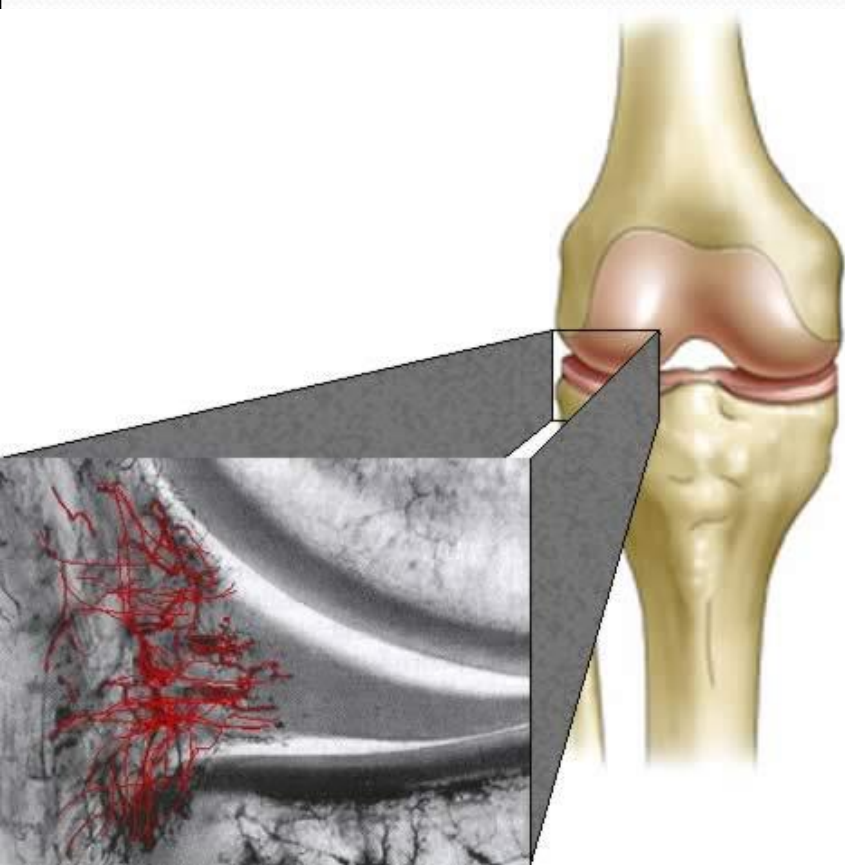
DİZİN ANATOMİK YAPILARI

- Femoral kondil-med, lat
- Artiküler kartilaj
- Tibial plato
- Patella
- Menisküs-lat, med
- Ligament
- Muskulotendinöz yapılar
- Fibula başı
- Eklem kapsülü

MENİSKÜSLER

- Diz ekleminde eklem yüzeylerinin düzensizliğini ortadan kaldırmak amacıyla eklem yüzeyleri arasında iki tane fibrokartilajinöz yapı vardır.
- Medial menisküs, hilal şeklindedir ve açıklığı laterale bakar
- Lateral menisküs ovaldir ve açıklığı mediale bakar.
- Menisküsler avasküler yapılardır.





Diz Eklemi Baęları

- 1- kollateral bağlar
- 2- Çapraz bağlar
- 3- anterior-posterior bağlar

- **Kollateral bağlar**

- 1-Medial Kollateral Bağ:

Lokasyonu

- Femurun medial tuberositası
- Tibia şaftının mediali

Fonksiyonu

- Valgus streslerine karşı stabilizasyonu saęlar
- Tibianın eksternal rotasyonunu engeller
- Anterior tibial translasyonu engeller

- 2-Lateral Kollateral Bağ

Lokasyonu

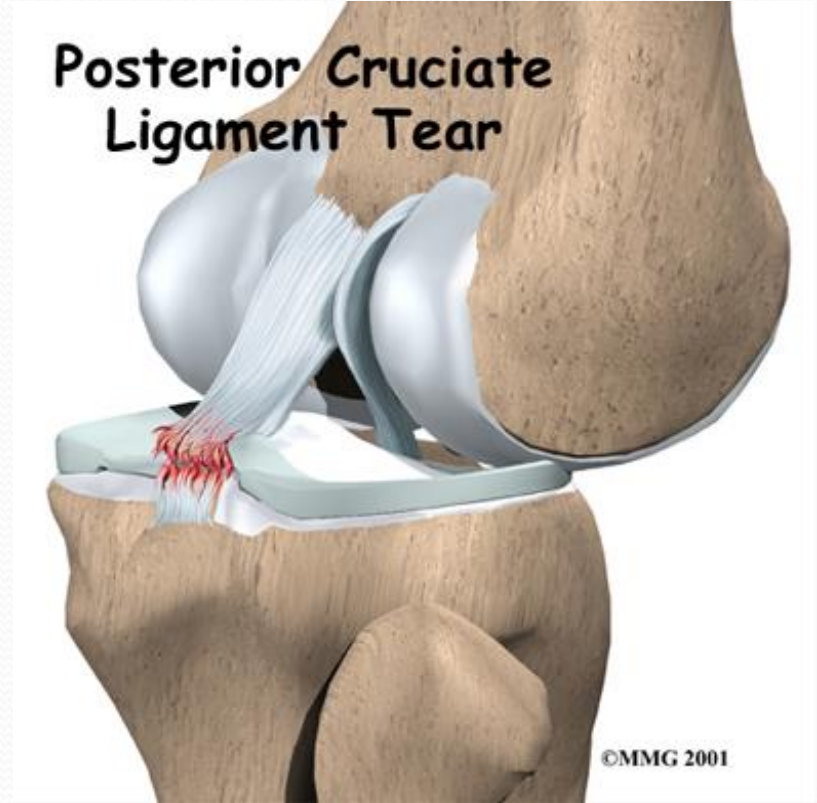
- Femurun lateral tuberositası
- Fibula başı

Fonksiyonu


- Varus streslerine karşı stabilizasyonu sağlar
- Tibianın eksternal rotasyonu kontrol eder

- **Çapraz bağlar**

- 1-anterior cruciate bağ; femurun interkondiler oluğunun lateral kısmından başlar, medilae ve öne doğru seyreder, tibianın anterior spinasına tutunur.
- 2-posterior cruciate bağ; interkondiler oluğun medialinden başlar ve tibianın posterior spinasına tutunur.



- Anterior –posterior bağlar
- 1-transvers bağ : menisküsleri birleştiren bağdır.
- 2-popliteal bağ: ekstansiyonu kontrol eder.
- 3-coroner bağ : lateral kollateralin altında bulunur.

- 
- Nordin M, Frankel VH.: Basic biomechanics of the musculoskeletal system. Philadelphia, 1989.
 - Steinder A: Kinesiology of the human body under normal and pathological conditions, Springfield, 1977.
 - Soderberg G.L.: Kinesiology-application to pathological motion, New York 1977.