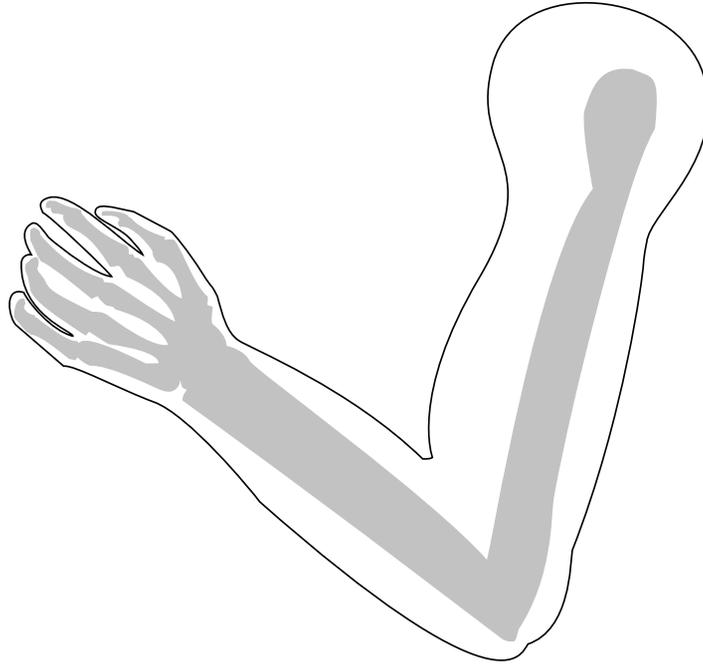


1

Am Ellenbogengelenk setzen zwei Muskeln an: der Beugemuskel (Bizeps) und der Streckmuskel (Trizeps). Sehnen verbinden Knochen und Muskel miteinander.

a) Zeichne die zwei Muskeln und ihre vier Sehnen in die Skizze ein!



b) Wird ein Muskel angespannt, verkürzt er sich. Beuge- und Streckmuskel sind Antagonisten. Definiere den Fachbegriff!

.....

.....

.....

2

Kontraktur

Verkürzen sich Muskeln und/oder Sehnen am Gelenk dauerhaft, ist eine Kontraktur die Folge. Kreuze die richtigen Aussagen an!

- Die Bewegung am Gelenk ist eingeschränkt.
- Die Muskeln sind dauerhaft angespannt, ein Krampf entsteht.
- Die vollständige Versteifung des Gelenks ist möglich.
- Durch einen längeren Krankenhausaufenthalt im Liegen kann eine Kontraktur entstehen.
- Kontrakturen können angeboren sein.
- Durch Leistungssport kann eine Kontraktur entstehen.
- Ein betroffener Muskel kann langfristig verknöchern (Ossifikation).
- Massagen sind eine wirkungsvolle Prophylaxe gegen eine Kontraktur.