



股関節の動き方

～股関節の動く方向と角度を確認～

股関節の動き方

- 屈曲(くつきょく)
- 伸展(しんてん)
- 外転(がいてん)
- 内転(ないてん)
- 外旋(がいせん)
- 内旋(ないせん)

(こかんせつくつきよく)

股関節屈曲

可動域は125°

(にかんせつしんでん)

股関節伸展

可動域は20°

(こかんせつがいてん)

股関節外転

可動域は45°

(こかんせつないてん)

股関節内転

可動域は25°

(こかんせつがいせん)

股関節外旋

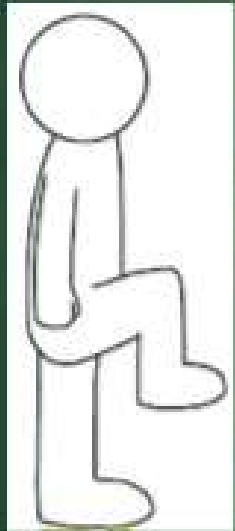
可動域は45°

(こかんせつないせん)

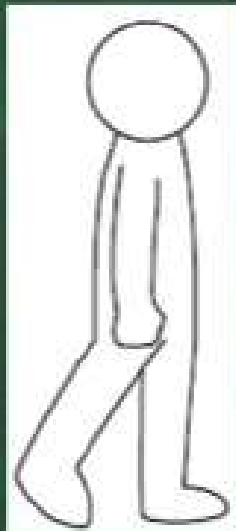
股関節内旋

可動域は35°

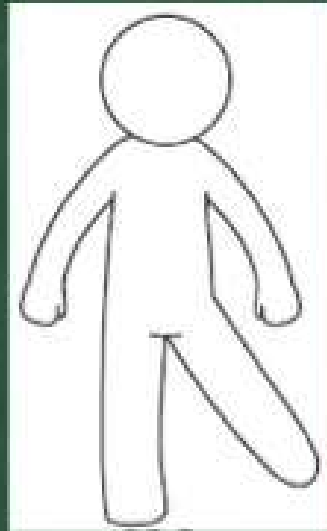
股関節の動き方まとめ



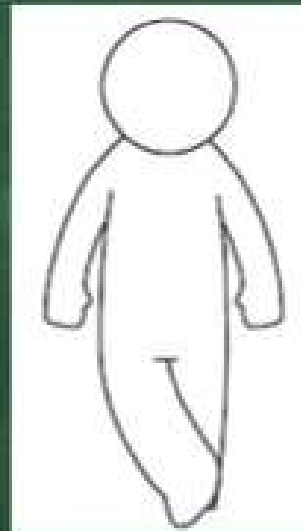
屈曲
(くつきよく)
125°



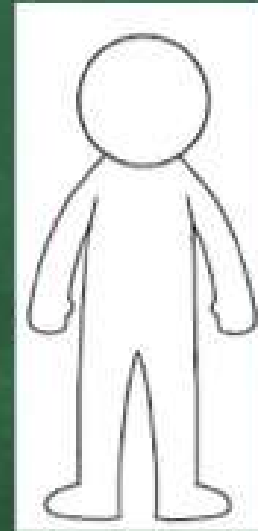
伸展
(しんてん)
20°



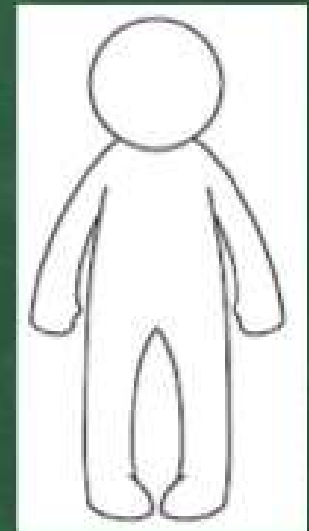
外転
(がいてん)
45°



内転
(ないてん)
25°



外旋
(がいせん)
45°



内旋
(ないせん)
35°