

LES MUSCLES DE LA JAMBE

1. GENERALITES

Les muscles de la jambe se répartissent dans trois loges disposées de part et d'autre du squelette de la jambe: loge ventrale, loge latérale, loge dorsale.

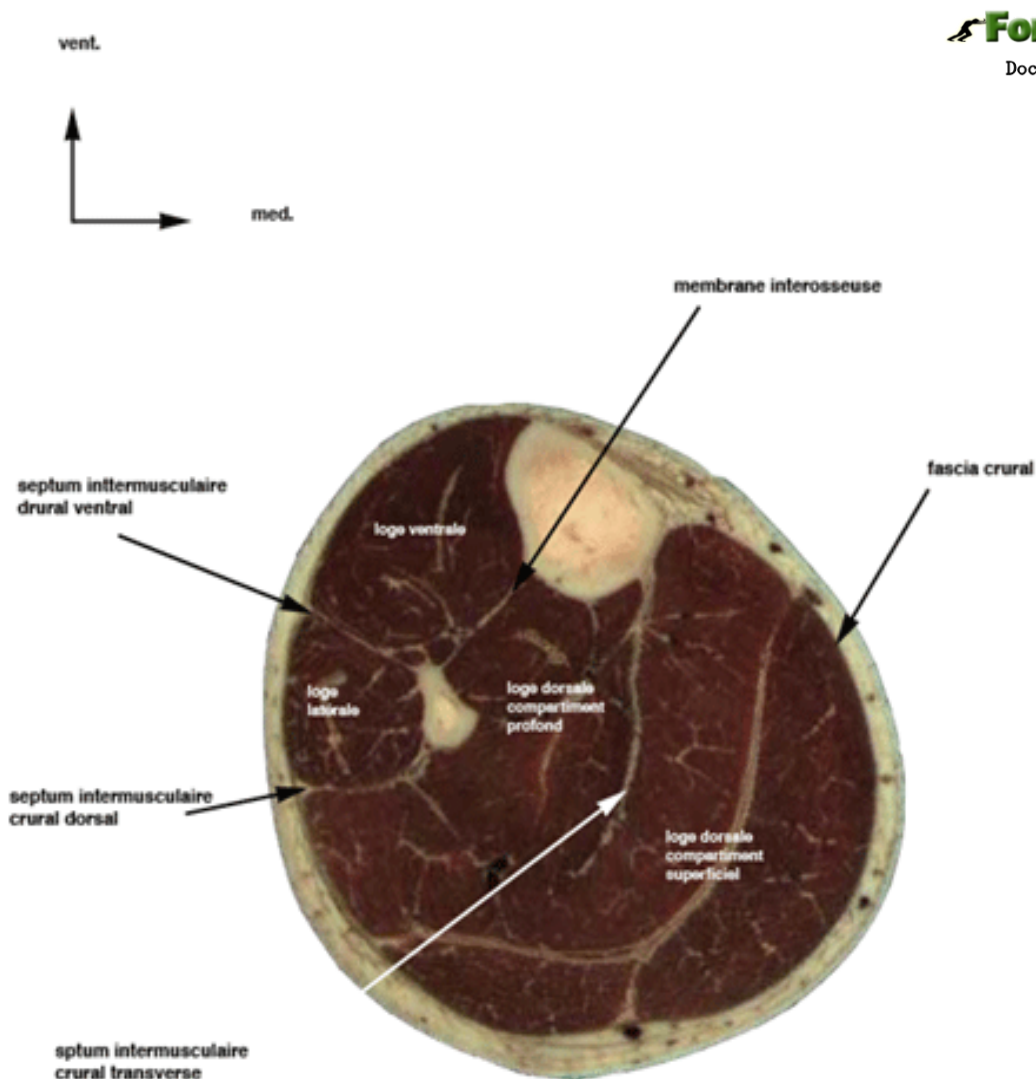
Tibia et fibula sont solidarisés étroitement par la membrane interosseuse qui sépare les muscles de la loge ventrale de ceux de la loge dorsale

tout autour de ce muscles se place le fascia crural

du bord ventral de la fibula naît le septum intermusculaire crural ventral ; il rejoint le fascia crural et sépare les muscles de la loge ventrale de ceux de la loge latérale

du bord dorso-latéral de la fibula naît le septum intermusculaire crural dorsal ; il rejoint le fascia crural et sépare les muscles de la loge latérale de ceux de la loge dorsale.

la loge dorsale est elle même subdivisée en deux compartiments superficiel et profond par le septum intermusculaire crural transverse



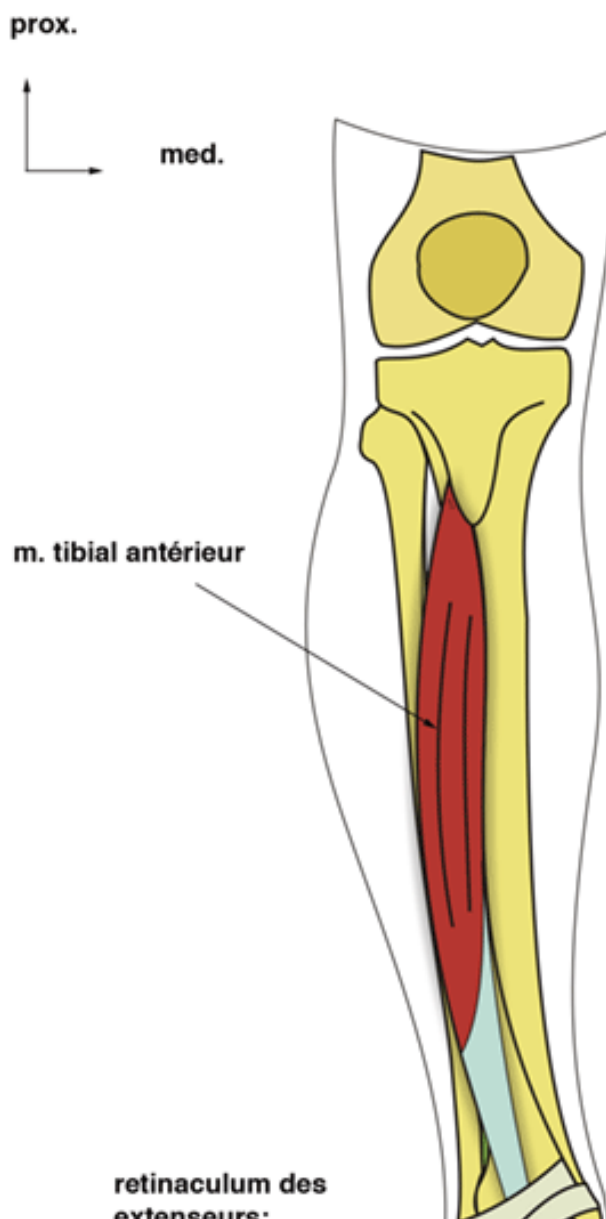
2. ANATOMIE DESCRIPTIVE

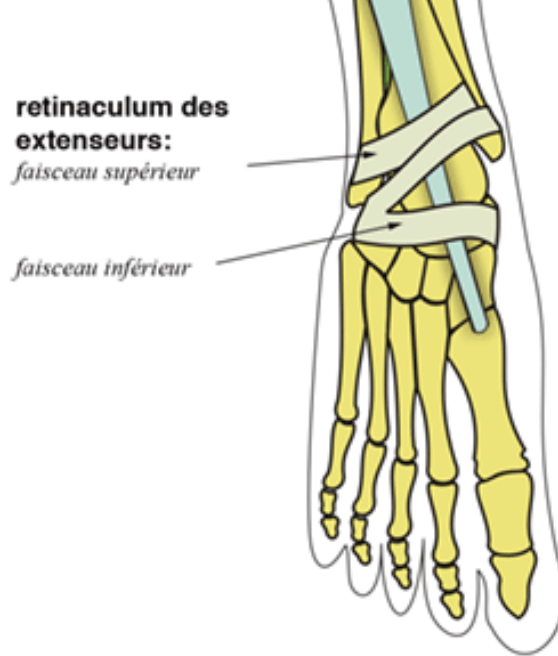
2.1 - LA LOGE VENTRALE :

comprend quatre muscles:

- m.tibial antérieur
- m.long extenseur des orteils
- m.long extenseur de l'hallux
- m.troisième fibulaire

2.1.1 - Le Muscle TIBIAL ANTERIEUR





origine:

- pour l'essentiel de ses fibres sur les deux tiers craniaux de la membrane interosseuse
- par ses fibres les plus hautes sur le versant latéral de la tubérosité tibiale
- sur le fascia crural

Fomesoutra.com
ça suture !
 Docs à portée de main

trajet:

- vertical : corps prismatique triangulaire ; se prolonge par un tendon qui passe la cheville sous le retinaculum des extenseurs

terminaison:

- sur le bord médial du cunéiforme médial
- sur la base du premier métatarsien (versant dorsal)

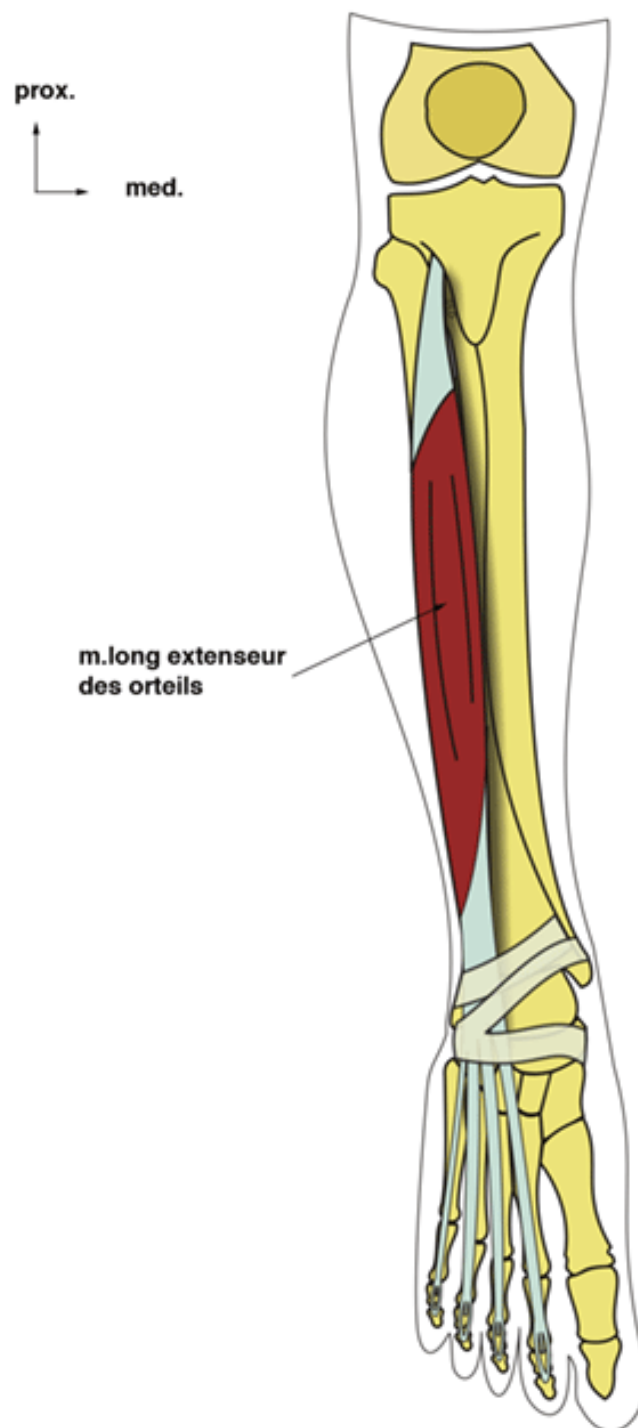
innervation:

- nerf fibulaire profond

action:

- flexion dorsale du pied
- inversion de la plante du pied

2.1.2 - Le Muscle LONG EXTENSEUR DES ORTEILS:



Fomesoutra.com
ça s'entraîne !
Docs à portée de main

origine:

- par ses fibres les plus hautes : sur le condyle latéral du tibia
- sur la fibula : deux tiers craniaux de la face médiale

- sur la membrane interosseuse
- sur le septum intermusculaire crural ventral

trajet:

- vertical; le corps musculaire fusiforme se prolonge au tiers caudal par un tendon qui passe sous le retinaculum des extenseurs avant de se diviser en quatre tendons destinés aux quatre derniers orteils

terminaison:

- au niveau des phalanges P2 et P3 par trois languettes:
 - une languette centrale se termine sur la base de la deuxième phalange
 - deux languettes latérale et médiale qui passent en pont au dessus de P2 pour se rejoindre sur la base de P3

innervation:

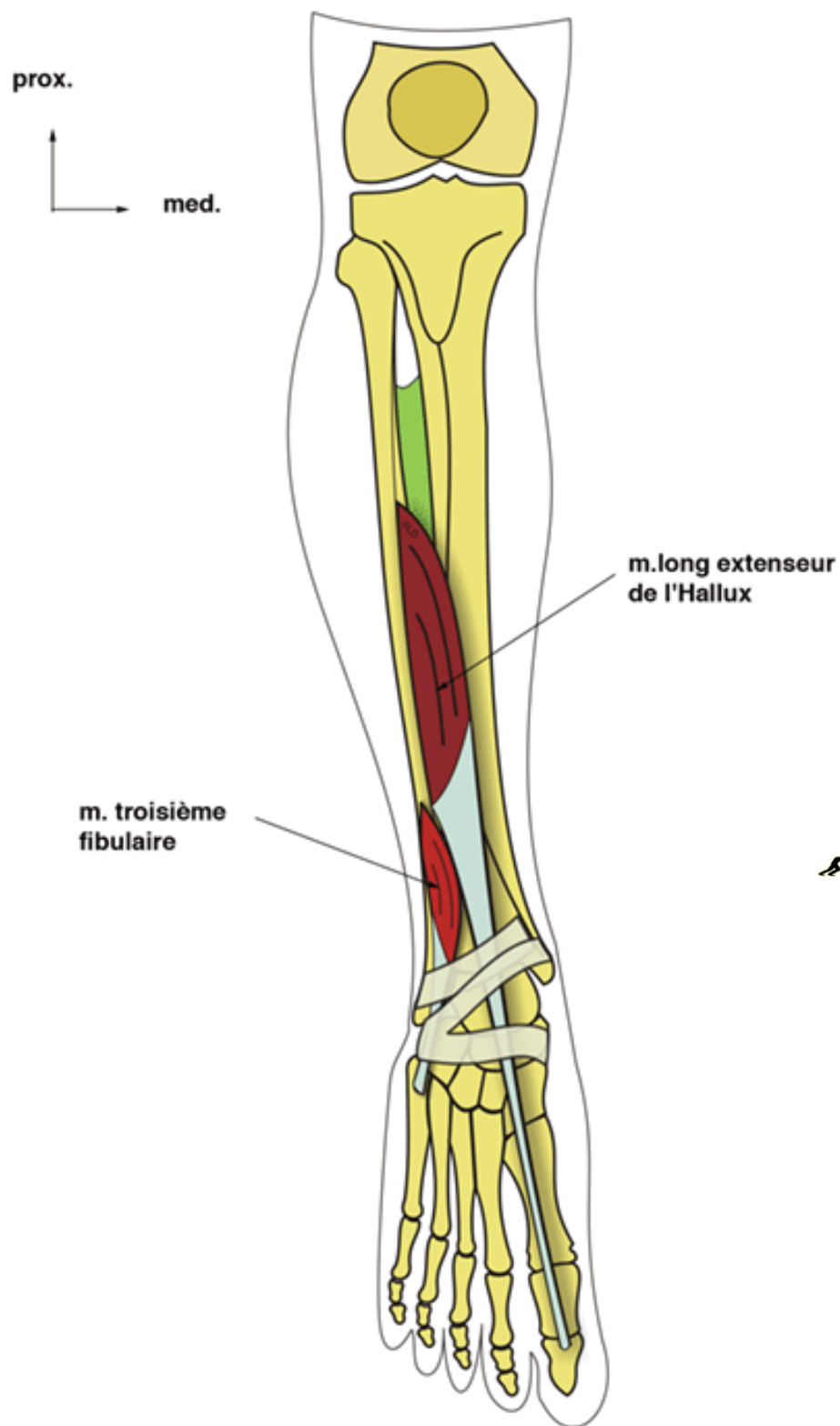
- nerf fibulaire profond



action:

- extenseur des orteils
- flexion dorsale du pied

2.1.3 - Le Muscle LONG EXTENSEUR DE L'HALLUX:



Fomesoutra.com
 ça suture !
 Docs à portée de main

origine:

- partie moyenne de la face médiale de la fibula
- membrane interosseuse

trajet:

-vertical : corps musculaire allongé : se poursuit par un tendon
au tiers distal qui franchit le retinaculum des extenseurs

terminaison:

- sur la base de la phalange distale de l'hallux
- deux expansion sur la phalange proximale

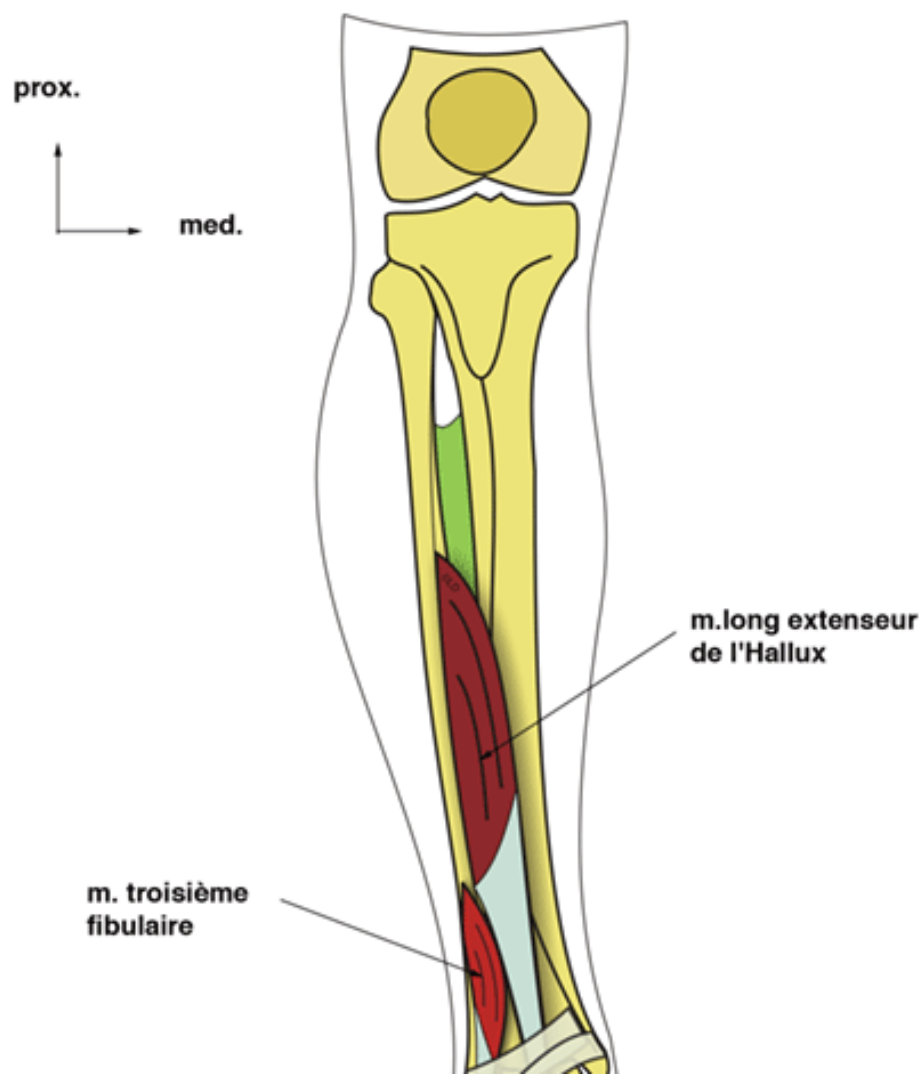
innervation:

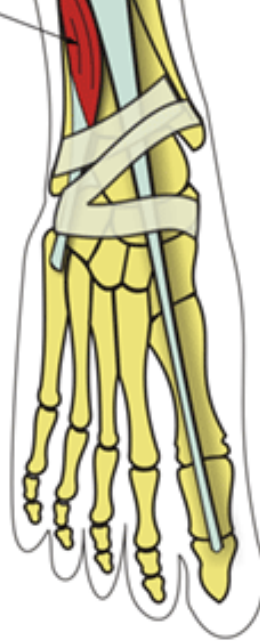
- nerf fibulaire profond

action:

- flexion dorsale du pied
- extension de l'hallux

2.1.4 - Le Muscle TROISIEME FIBULAIRE:





origine:

- partie distale de la face médiale de la fibula
- membrane interosseuse

trajet:

- corps musculaire grêle

Fomesoutra.com
ça suture !
 Docs à portée de main

terminaison:

- sur la face dorsale du cinquième métatarsien

innervation:

- nerf fibulaire profond

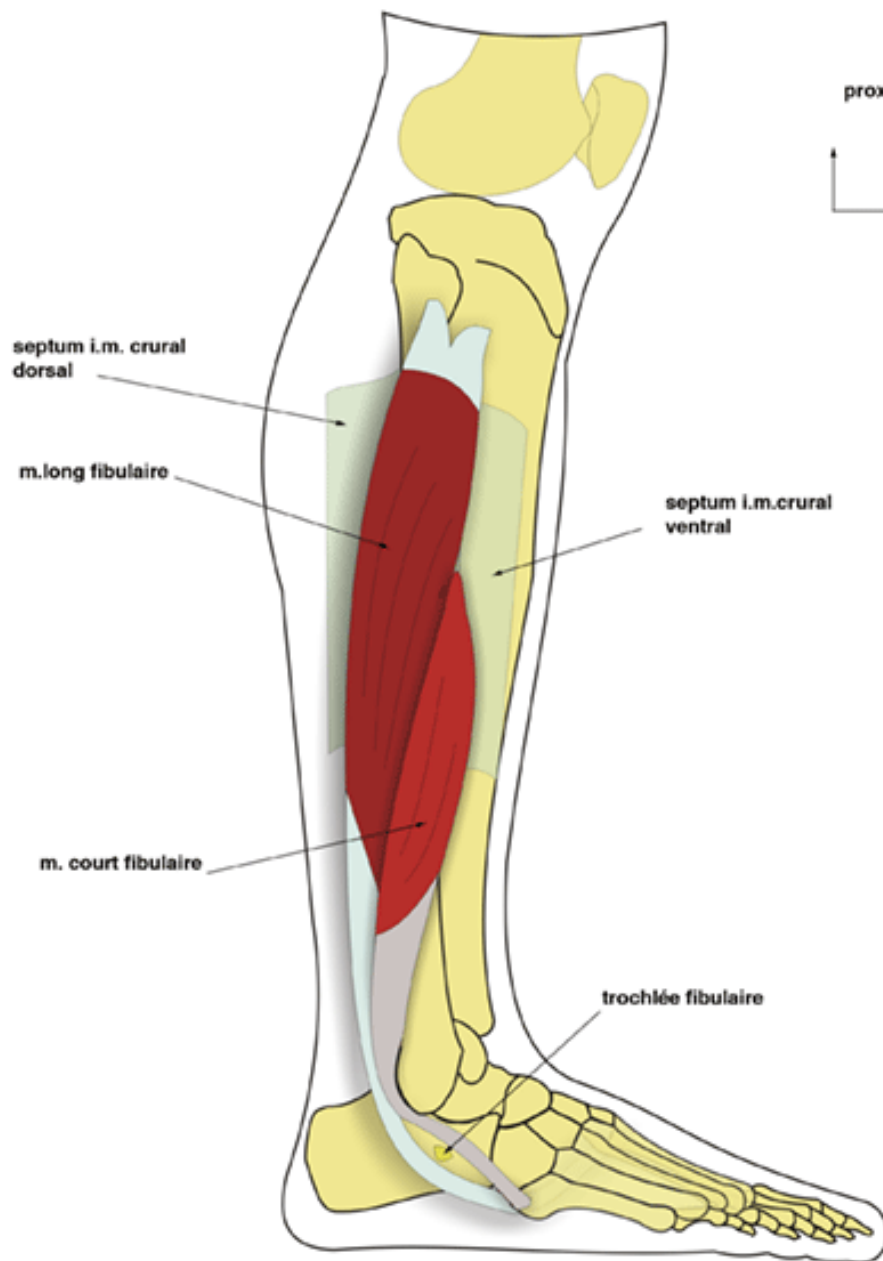
action:

- flexion dorsale
- éversion du pied

2.2 - LA LOGE LATÉRALE:

comprend deux muscles : le long et le court
fibulaire

2.2.1 - Le Muscle LONG FIBULAIRE:



Fomesoutra.com
ça s'entraîne !
 Docs à portée de main

origine:

- naît par trois chefs sur les insertions suivantes:
 - condyle latéral du tibia
 - tête de la fibula
 - corps de la fibula ; face latérale (2/3 supérieurs)
 - septum intermusculaire crural dorsal et ventral

trajet:

-le corps musculaire prismatique triangulaire à base supérieure est globalement oblique en dorsal et caudal

- il se poursuit par un tendon qui passe en dorsal de la malléole fibulaire, puis sur la face latérale du calcaneus en caudal de la trochlée fibulaire , au bord latéral du cuboïde en plantaire sous les métatarsiens

terminaison:

- tubérosité et base du premier métatarsien (face plantaire)

-expansion sur le cunéiforme médial

innervation:

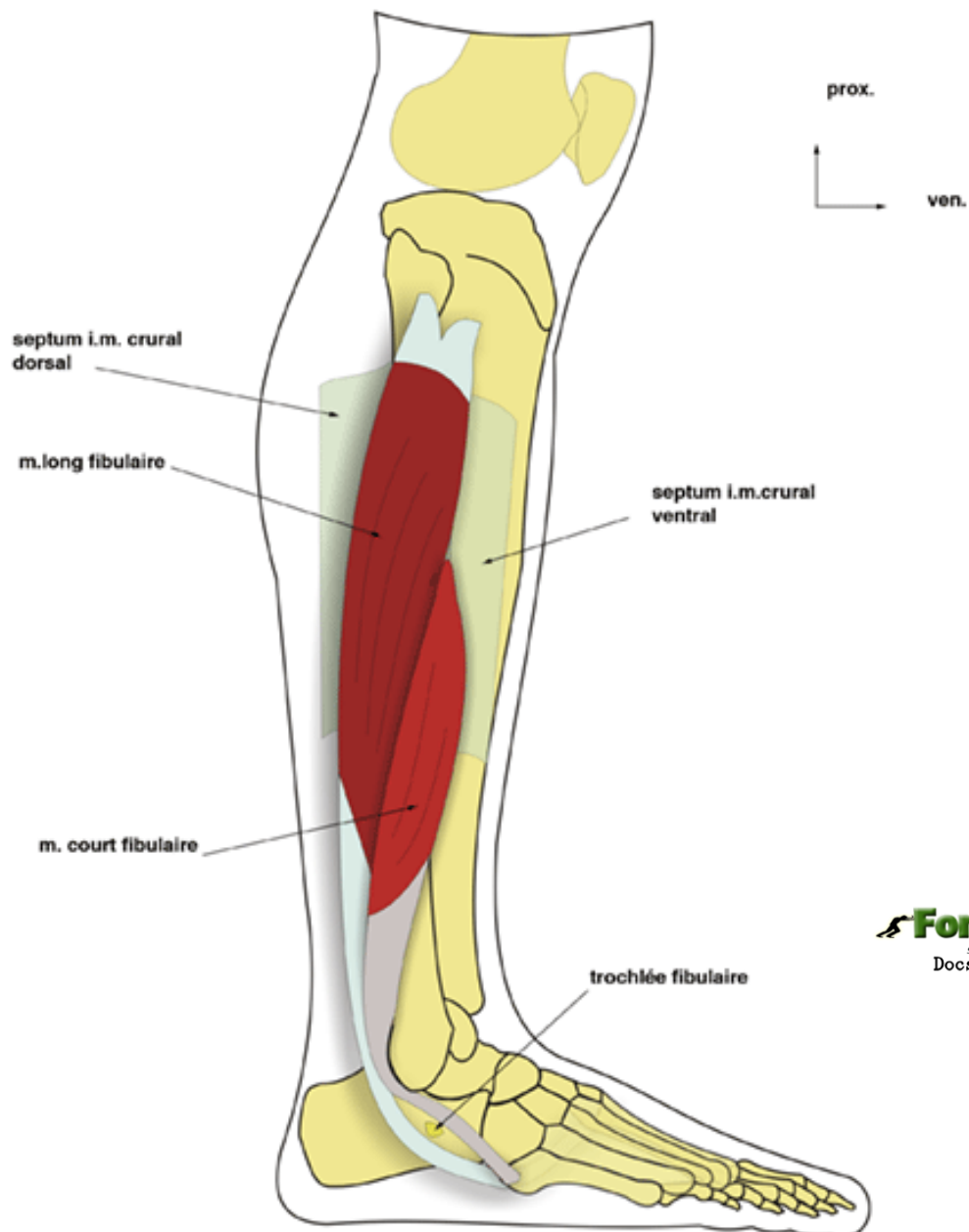
-nerf fibulaire superficiel

action:

-flexion plantaire

- éversion du pied

**2.2.2 - Le Muscle COURT
FIBULAIRE :**



Fomesoutra.com
ça s'entraîne !
 Docs à portée de main

origine:

- face latérale du corps de la fibula: moitié distale
- septum intermusculaire crural dorsal et ventral

trajet:

- par un corps musculaire aplati et penniforme qui se poursuit par un tendon passant en dorsal de la malléole fibulaire, sur la face latérale du calcaneus, au dessus de la trochlée fibulaire

terminaison:

-sur la tubérosité du cinquième métatarsien

innervation:

-nerf fibulaire superficiel

action:

-éversion du pied

-flexion plantaire

2.3 - LA LOGE DORSALE:

la loge dorsale est la plus développée; son rôle est essentiel pour la marche

elle est structurée en deux compartiments superficiel et profond

le compartiment profond

est placé entre le fascia transverse profond et le squelette jambier solidarisé par la membrane interosseuse .

il comprend trois muscles profonds:

- **le muscle tibial postérieur**

-**le muscle long fléchisseur des orteils**

-**le muscle long fléchisseur de l'hallux**

on leur rattache **le muscle poplité** qui en fait se place en proximal de l'arcade du m. soléaire et donc dans la fosse poplitée.

le compartiment superficiel

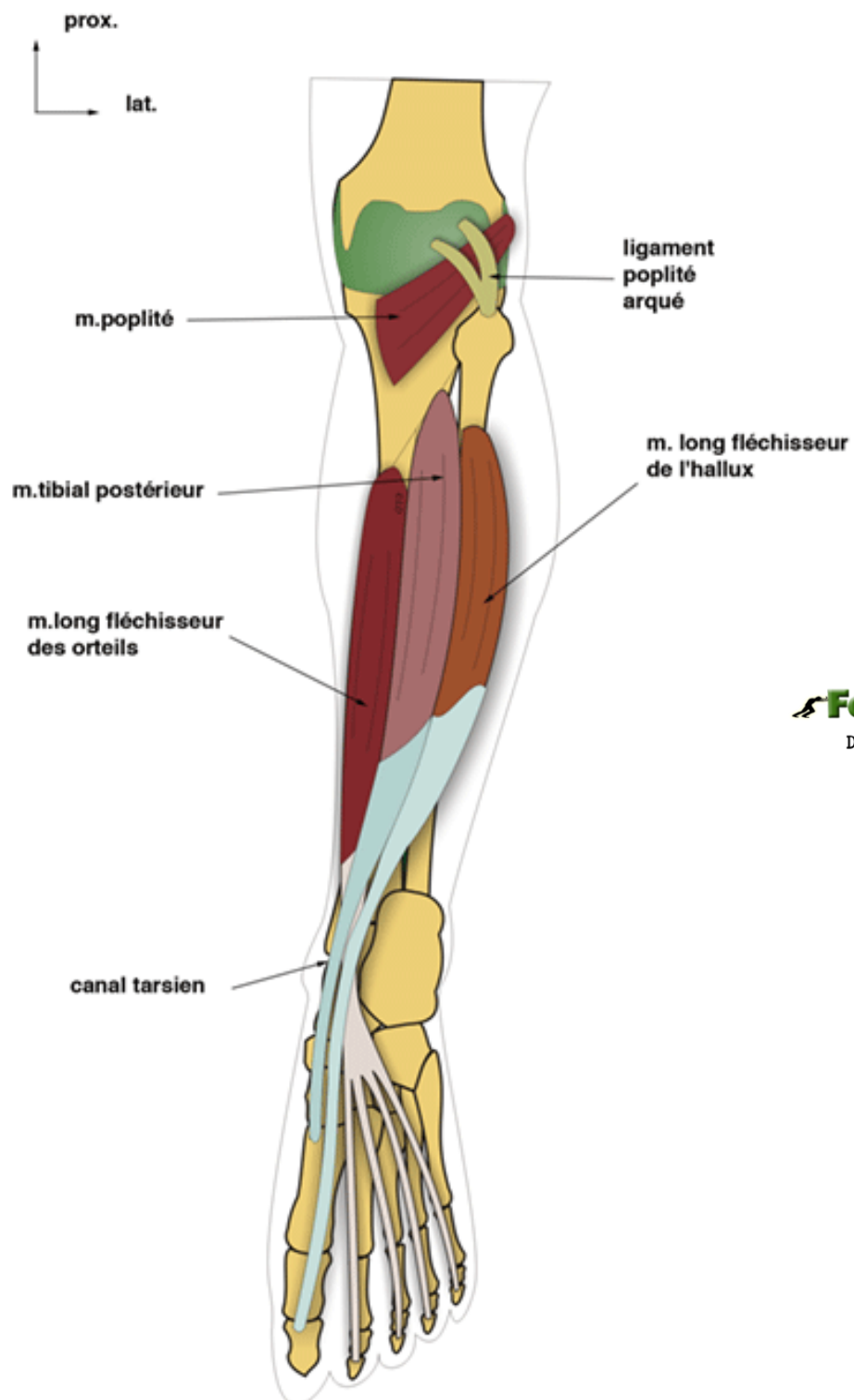
est compris entre les téguments et le fascia transverse profond; il regroupe les muscles :

-**triceps sural**

-**plantaire**

**-Le compartiment profond :*

2.3.1 - Le m.POPLITE :



origine:

- naît de la fossette poplitée localisée en caudal de la tubérosité latérale du fémur

trajet:

-oblique en caudal et médial

corps triangulaire à base médiale

chemine en dorsal de la capsule articulaire du genou contre laquelle il est appliqué ; il passe entre cette dernière et le ligament poplité arqué

terminaison:

-face dorsale du tibia en proximal de la ligne poplitée oblique (crête du muscle soléaire)

innervation:

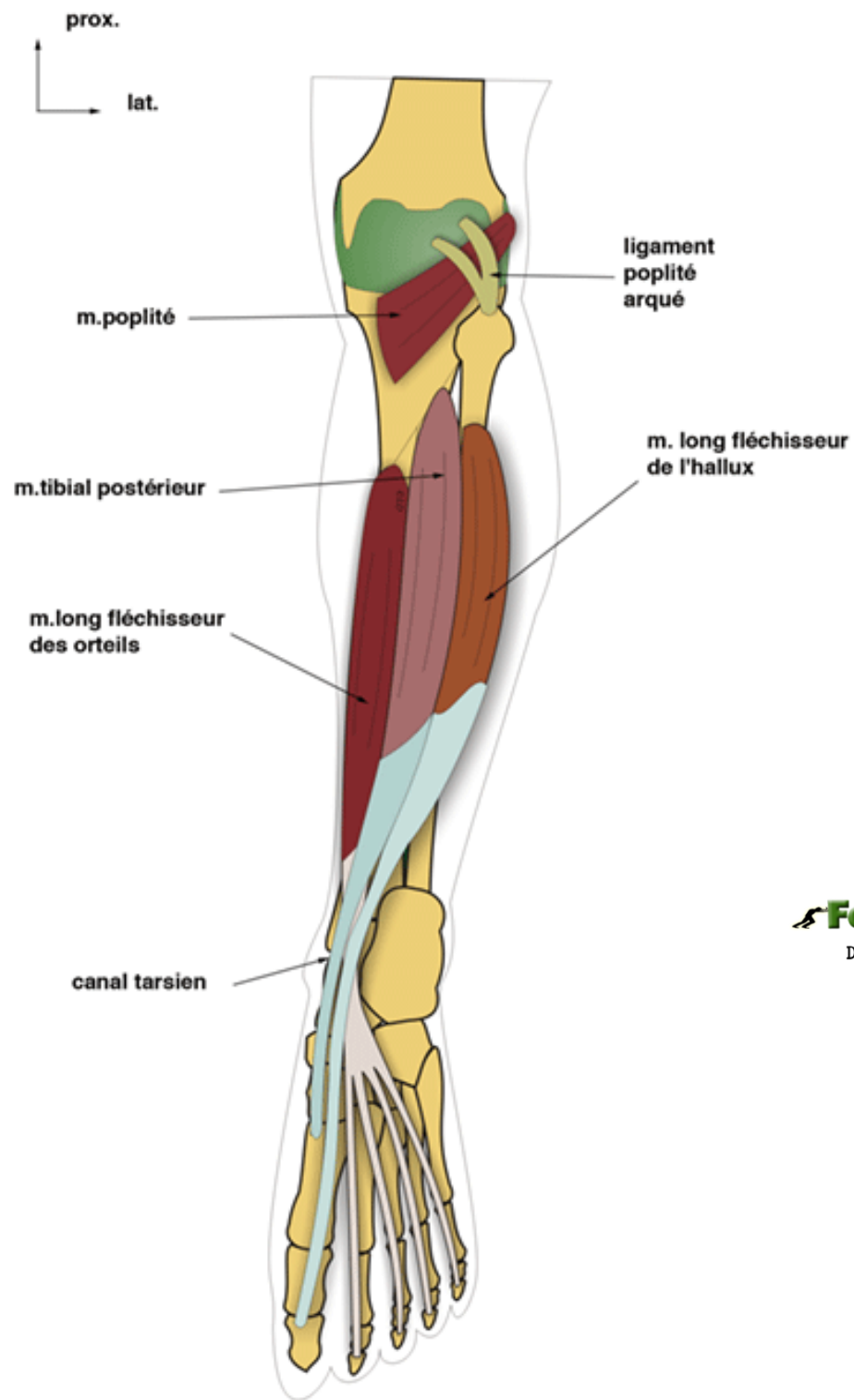
-nerf tibial

action:

-fléchisseur accessoire du genou

- rotateur médial du genou

**2.3.2 - Le m. TIBIAL
POSTERIEUR :**



origine:

- membrane interosseuse
- face médiale du corps de la fibula (2/3 proximaux)
- face dorsale du corps du tibia (2/3 proximaux)

trajet:

- oblique en caudal et médial

se poursuit par un tendon qui chemine en dorsal de la malléole médiale dans la gouttière des muscles fléchisseurs (sillon rétro malléolaire médial) puis en cranial du sustentaculum tali, le long de la face médiale de l'os naviculaire

terminaison:

- os naviculaire (face plantaire)et expansions aux os de voisinage

innervation:

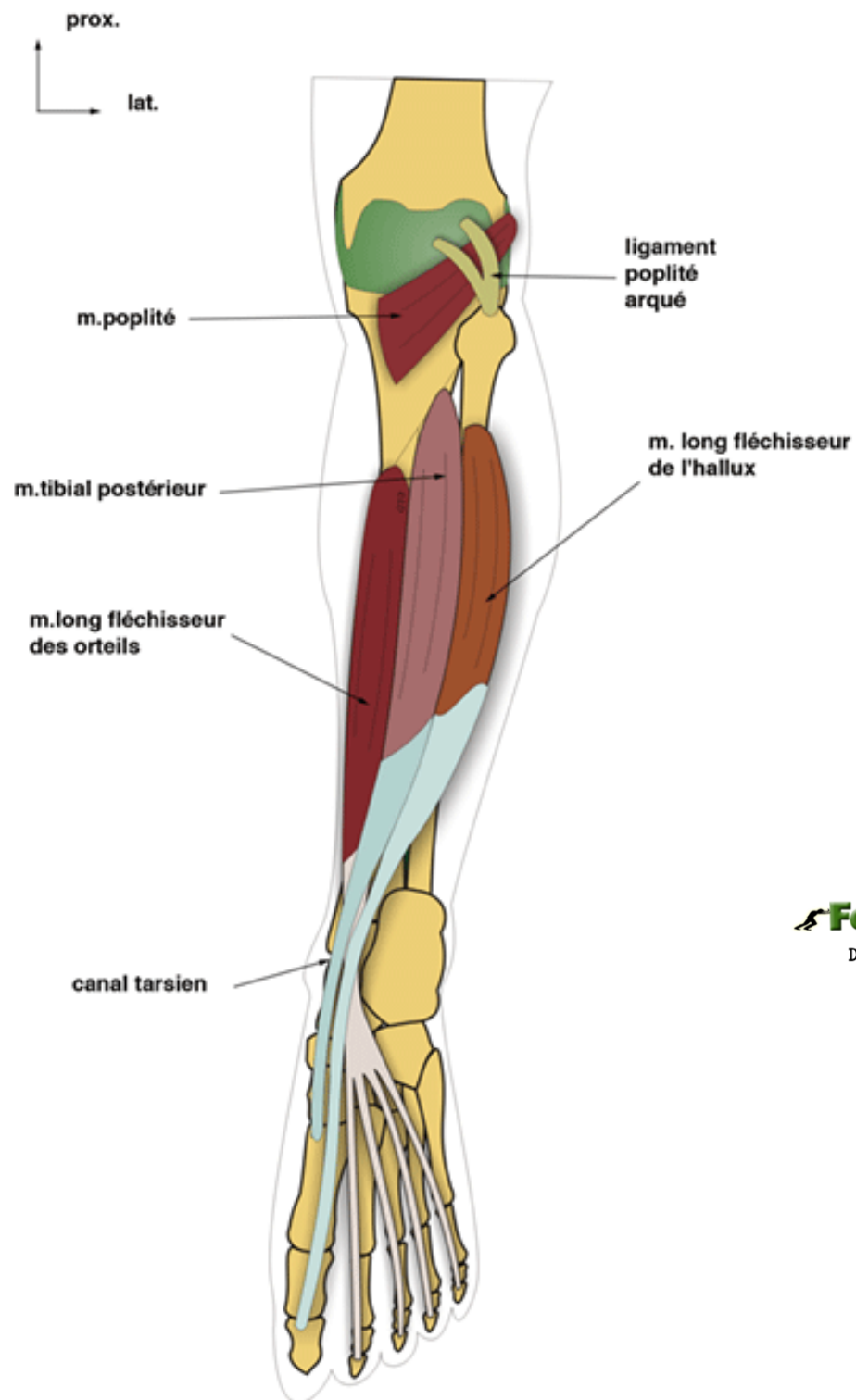
- nerf tibial

action:

- inversion du pied
- flexion plantaire

2.3.3 - Le m.LONG FLECHISSEUR DES ORTEILS :

 **Fomesoutra.com**
sa sūtra !
Des à portée de main



Fomesoutra.com
 ça s'entraîne !
 Docs à portée de main

situé en médial du m. tibial postérieur

origine:

- face dorsale du corps du tibia au niveau de son tiers moyen
 en médial du m. tibial postérieur

trajet:

- vertical et médial; son tendon surcroise le tendon du m. tibial

postérieur , passe en dorsal de la malléole médiale dans la gouttière des muscles fléchisseurs puis au niveau du bord médial du sustentaculum tali

terminaison:

- au niveau plantaire, le tendon se divise en quatre languettes qui vont chacune rejoindre la phalange distale des quatre derniers orteils en perforant le tendon homologue du m. court fléchisseur des orteils

innervation:

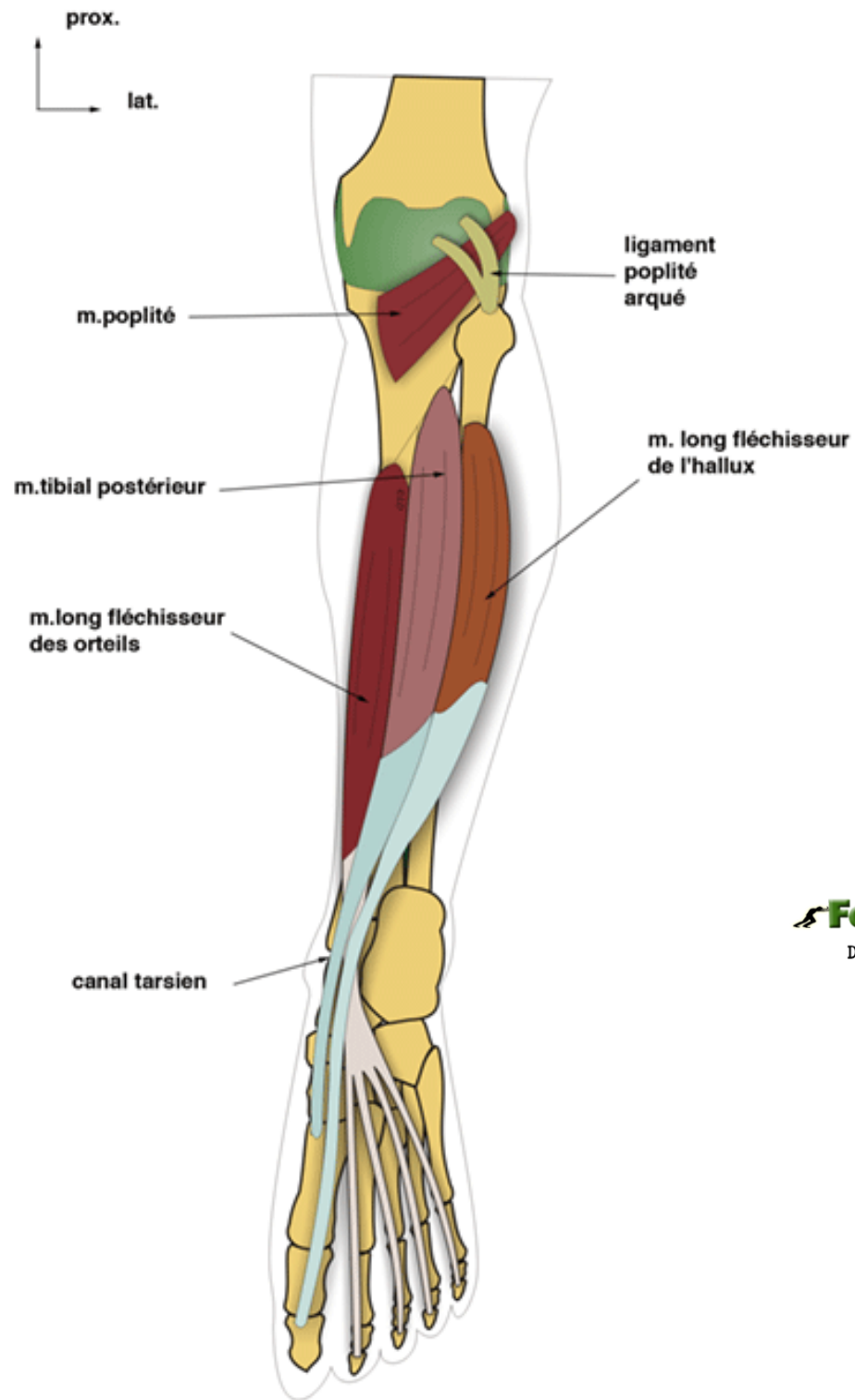
- nerf tibial

action:

- fléchisseur des orteils
- fléchisseur accessoire du pied
- stabilisation du corps en position debout

2.3.4 - Le m.LONG FLECHISSEUR DE L'HALLUX :

 **Fomesoutra.com**
sa sūtra !
Docs à portée de main



en latéral du muscle tibial postérieur

origine:

- corps de la fibula face dorsale 2/3 distaux

trajet:

- oblique en distal et dorsal; le tendon va atteindre la région rétro malléolaire, passer en dorsal de la malléole médiale, puis

sous le sustentaculum tali, croise le versant plantaire du pied entre le plan osseux et celui du long fléchisseur des orteils et va rejoindre l'hallux

terminaison:

- face plantaire de la phalange distale de l'hallux

innervation:

- nerf tibial

action:

- fléchisseur de l'hallux
- accessoirement fléchisseur plantaire et inverseur du pied

**** Le compartiment superficiel :***

comprend deux muscles d'inégale importance:

- **le muscle triceps sural** , lui même composé de trois faisceaux:

- le muscle gastrocnémien et ses deux chefs médial et latéral
- le muscle soléaire



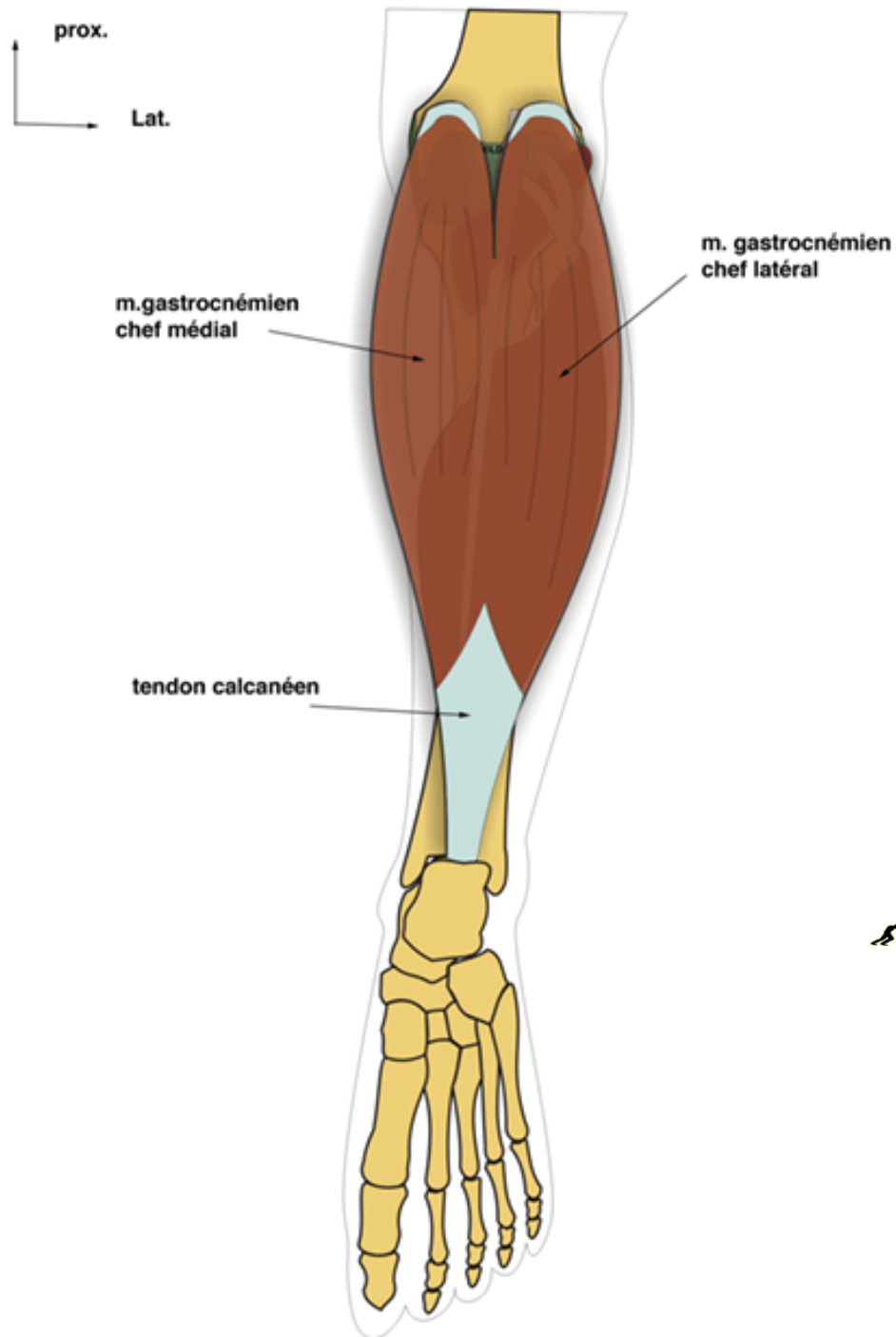
le muscle plantaire

inconstant placé entre le muscle soléaire et le gastrocnémien

2.3.5 - Le m.TRICEPS SURAL :

c'est le muscle le plus puissant du mollet; son action est indispensable à la marche et son rôle dans la propulsion du sang veineux est primordial. Il se compose de deux éléments distincts:

**** Le m. gastrocnémien :***



origine:

- par deux chefs sur les tubercules supra condylaires médial et latéral de l'épiphyse distale du fémur à partir de deux courts tendons

trajet:

- chaque corps musculaire se moule sur la convexité des coques condylaires avant de rejoindre celui du côté opposé pour former un muscle unique

le chef médial est en général plus gros et descend plus caudalement que le latéral; les fibres rejoignent la face dorsal du tendon terminal

terminaison:

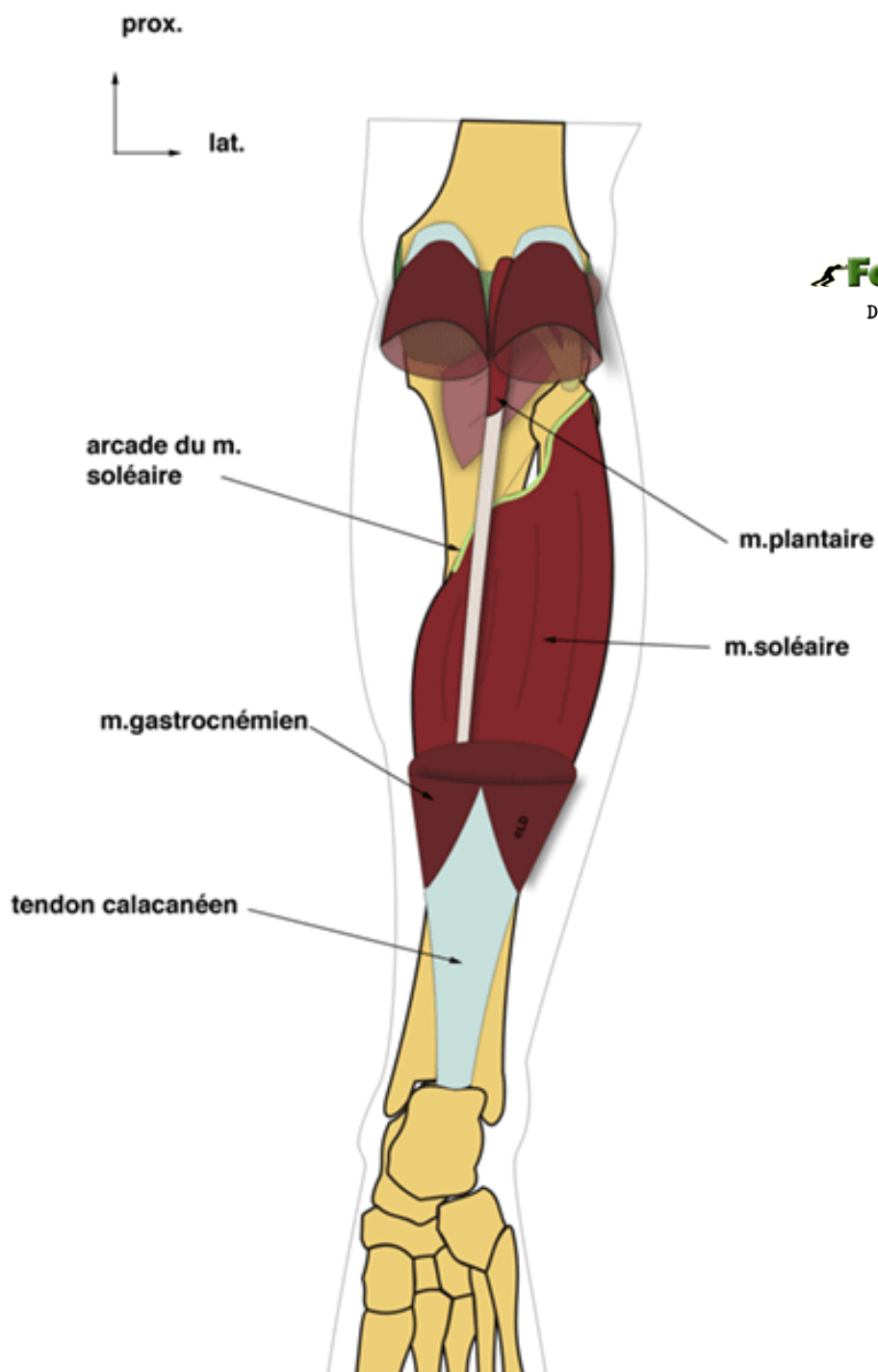
-par un fort tendon qui de plat devient arrondi et constitue le tendon calcanéen commun à l'ensemble des chefs du m. triceps

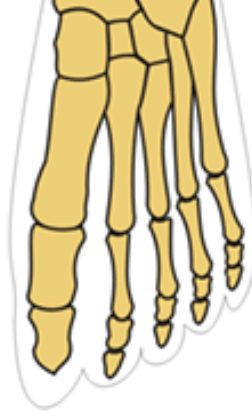
sa terminaison se fait sur la tubérosité du calcaneus

innervation:

-nerf tibial

**** Le m. soléaire :***





origine:

- par une arcade fibreuse (arcade du m. soléaire)
sur :

- la tête de la fibula
- le quart proximal du corps
- la ligne oblique du tibia
- l'arcade fibreuse qui relie les deux os
et laisse passage au pédicule
vasculaire destiné à la jambe et au pied

trajet:

- fait de fibres courtes obliques en dorsal et caudal,
très denses et qui rejoignent la lame tendineuse à
l'origine du tendon calcanéen par sa face ventrale

terminaison:

- sur la tubérosité du calcaneus

innervation:

- nerf tibial

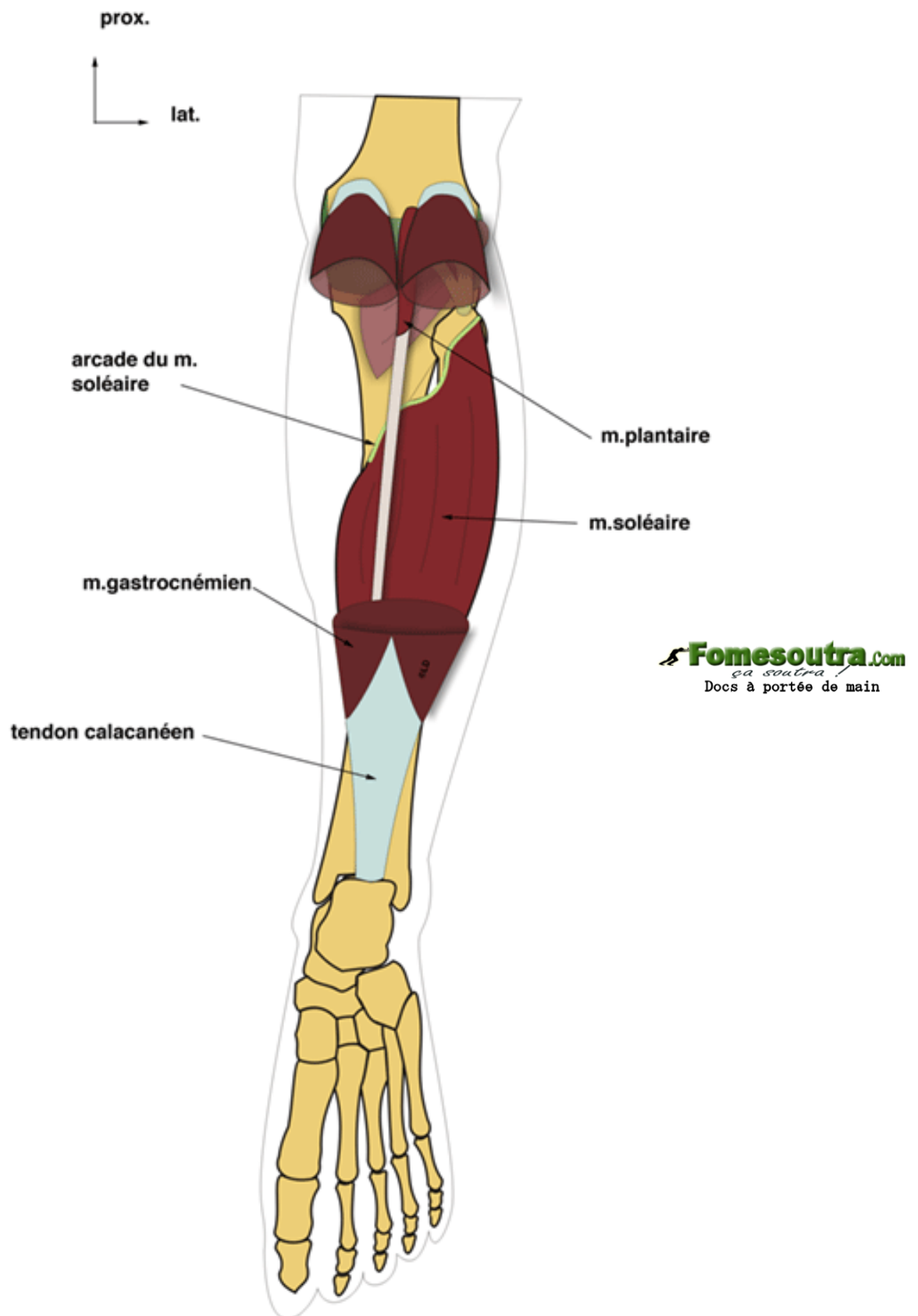
action:

le triceps agit sur le genou et la cheville:

- sur le genou : il est fléchisseur du genou par le
chef gastrocnémien
- sur la cheville: il est fléchisseur plantaire de la
cheville, donne l'impulsion du pas ou de la course

et stabilise le corps en position debout

2.3.6 - Le m.PLANTAIRE :



origine:

- muscle inconstant dont l'insertion se situe sur la surface

poplitée du fémur à proximité de la ligne supra condylaire latérale

trajet:

-le corps musculaire très grêle se poursuit par un très long tendon qui chemine entre le chef soléaire en ventral et le chef gastrocnémien en dorsal

terminaison:

- sur le versant médial du tendon calcanéen

innervation:

-nerf tibial

action:

aucune mais son tendon peut servir de matériel pour la réparation des ruptures du tendon calcanéen

3. SYNTHÈSE: ACTIONS MUSCULAIRES ET INNERVATION

muscle	action principale	action accessoire	innervation
tibial antérieur	fléchisseur dorsale du pied	inversion	n. fibulaire profond
long extenseur des orteils	extenseur des orteils	flexion dorsale du pied	n. fibulaire profond
long extenseur de l'hallux	extenseur de l'hallux	flexion dorsale du pied	n. fibulaire profond
troisième fibulaire	adducteur	fléchisseur	n. fibulaire profond
long fibulaire	éversion du pied	flexion plantaire du pied	n. fibulaire superficiel
court fibulaire	éversion du pied	flexion plantaire du pied	n. fibulaire superficiel
poplitée	rotateur médial du genou	fléchisseur accessoire du genou	n. tibial
tibial postérieur	flexion plantaire	inversion du pied	n. tibial
long fléchisseur des orteils	fléchisseur des orteils	fléchisseur plantaire accessoire	n. tibial
long fléchisseur de l'hallux	fléchisseur de l'hallux	fléchisseur plantaire inversion	n. tibial
triceps fémoral	fléchisseur du genou fléchisseur plantaire du pied	-	n. tibial

plantaire	aucune	-	n tibial
-----------	--------	---	----------