

Kas Anatomisi

Kas anatomisi insan vücudunda bulunan iskelet sistemini oluşturan ve vücudun hareket etmesini sağlayan kasların sistemsel bütünlüğüdür. **Kas anatomisinde** bulunan Her kas, **lif** (fibril) denen binlerce silindirik kas hücresinden oluşur. **Kas Anatomisi** yapısı bakımından 3 şekilde incelenmektedir. Bunlar çizgili kaslar, düz kaslar ve kalp kasıdır.

Web site görünümü için tıklayın. [Kas anatomisi](#)

Kas Nasıl oluşur

Kasın oluşumu % 75'i sudan, % 20'si proteinden ve % 5'i de inorganik tuzlardan, yüksek enerjili demirlerden, üre ve LA'dan, kalsiyum-magnezyum-fosfor gibi minerallerden, bazı enzim ve pigmentlerden, sodyum-potasyum ve klor iyonlarından, aminoasit-yağ ve CHO'lardan oluşur.

Kasları inceleyen bilim dalına, **myologia-miyoloji** denir. Latince **musculus** kas demektir. Kısaca "M" harfi ile gösterilir (M. Deltoideus gibi)

Kasların Görevleri

Hareket, kasların en başta gelen fonksiyonudur. İskelet sistemi, kasların yardımıyla vücudun hareketini sağlar. İskeletin üzerine yapışarak vücuda şekil verir. İskelet kasları, kasılma esnasında ısı oluşturur. (Vücut ısısının %85"ini kaslar oluşturur organların yapısında bulunan kaslar (kalp, dolaşım, solunum, sindirim, üriner, genital sistem, göz) bu organların önemli fonksiyonlarını yapmasını ve organizmanın düzenli olarak çalışmasını sağlar.

Kas Anatomisi

Kaslar Üç Şekilde incelenir.

- Çizgili Kas
- Düz Kas
- Kalp Kası



Çizgili Kaslar

- Bir kas teli boyunca birden çok çekirdek bulunur
- Düz kasa oranla daha hızlı kasılırlar
- Çizgili kas hücreleri, uzun ve silindirik şeklinde hücrelerdir
- Beyin kontrolünde, isteğimiz dahilinde çalışırlar
- Kas hücrelerinin sınırları belirli değildir ve sitokinez (sitoplazma bölünmesi) görülmez

İskelet kasının yapısı

İskelet kası olarak bilinen, İsteğimiz dahilinde beyin omur ilik sistemi kontrolünde çalışan, birden fazla çekirdekli olan ve iskelet sistemimizi oluşturan kas grubudur. Çok sayıda kas lifinden oluşurlar. Kas lifleri kalın ve uzundur. Çok sayıda hücre çekirdeğine sahiptir

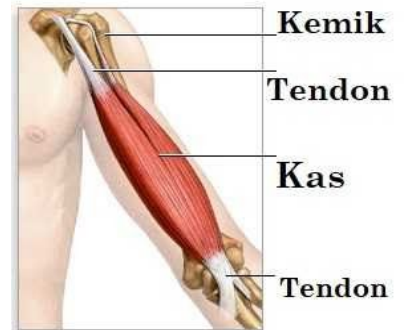
Hipertrofi ve Atrofi Nedir?

İskelet kasları vücut ağırlığının %40' ını oluşturur. Kasların yaklaşık %75' i sudan ibarettir. Düzenli çalışma sonucunda kas dokusunda meydana gelen kitlesel artışa **hipertrofi** denir. Eğer kas dokusu uzun süre hareketsiz olarak kalırsa ya da kas dokusunda bir hasar meydana gelirse kas dokusunda kitlesel olarak azalma ve gerileme ortaya çıkar. Bu duruma **atrofi** denir.

Her hangi Bir kasın hareketi oluşturabilmesi için en az iki ayrı kemiğe bağlı olması ve bir eklemi çaprazlaması gerekmektedir.

Tendon Nedir ?

İskelet kasını incelediğimizde kasın iki ucu ve bir de gövdesinin (karın bölgesinin) olduğunu görürüz. Kasların kemiklere tutunmasını sağlayan yerlere Tendon veya Kiriş denir. Bu yapılar kasların meydana getirdiği kuvveti kemiklere aktarır. Tendonlar genellikle yuvarlaktır.



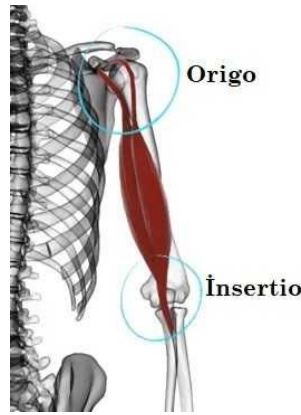
Bursae: Tendonlarla kemikler arasında bulunan, içi sıvı dolu kaygan keselerdir. Bursalar kas ve tendonların kolay kaymalarını sağlayarak fonksiyonlarını kolaylaştırır.

Vagina tendinis: Tendonların çevresini saran iki yapraklı, içi synovia (eklem sıvısı) dolu keselerdir.

Origo ve İnsertio Nedir?

Kasın kemiklere yapışan uçlarından başlangıç olanına Origo (başlangıç), bitiş olanına ise İnsertio (sonlanış) denir. Origo genellikle gövdeye yakın, insertio ise gövdeye uzakta kalan kısımdır.

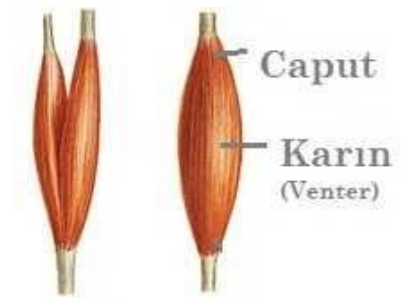
Origo, kas hareket ettiğinde sabit kalan uç kısımdan başlar. İnsertio ise kas hareket ettiğinde hareket eden ucu tarif eder



Kas Gövdesi Venter Nedir?

Kasın tendonları arasında bulunan ve kas lifinin şişkin kısmına kasın gövdesi yani Karın (venter) denir. Kaslar genellikle tek karınlıdır, ancak iki karınlı olan kaslar da vardır.

Kas gövdesinin origoya yakın kısmına Caput (baş) denir. Bazı kas yapıları iki, üç veya dört başlı olabilir.

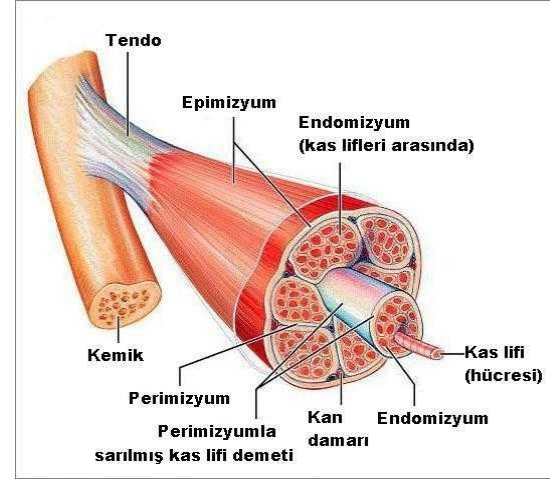


Örn: m. biceps brachii, m. triceps brachii, m. quadriceps femoris

Epimisyum Nedir?

Kas gövdesinin dışını saran bağ dokusuna epimisyum denir. Epimisyum ile sarılı olan kas gövdesinden enine, daha küçük lif demetlerinden meydana gelen yere fasciculus denir.

Her bir fasciculusu saran bağ dokusuna perimisyum denir. Her bir fasciculus'ta çok sayıda kas lifinden meydana gelmiştir. Her bir kas lifini saran bağ dokusuna endomisyum denir. Kas hücrelerine ise Sarkolemma denir



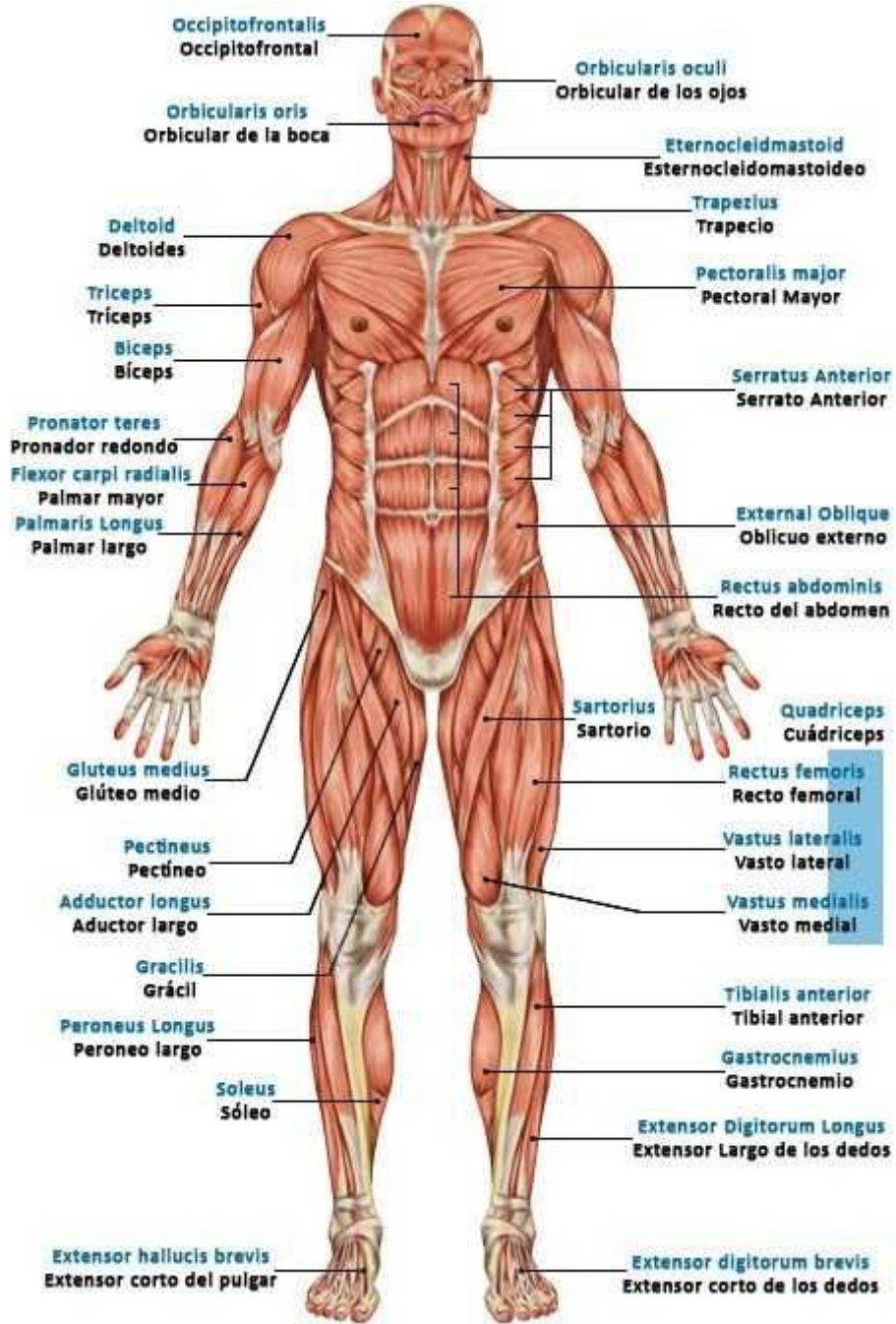
Sinergist kaslar – Kas tonusu – Antagonist – İskemi – Nekroz Nedir?



Aynı fonksiyona yönelik görev yapan kaslara **sinergist** kaslar denir. Birbirine zıt bir şekilde görev yapan kaslara ise **antagonist** kaslar denir. Kasların dinlenme halinde sahip olduğu istem dışı gerginliğe **kas tonusu** denir. Kas dokusunun aktif olarak çalışabilmesi için gerekli olan oksijeni ve besini çevredeki kan damarlarından alır. Kas dokusunun yeterince kan alamadığı zaman oluşan duruma **İskemi** denir. Kasın motor innervasyonu spinal ve kranial sinirlerle sağlanır. İskemi zamanında kontrol altına alınmadığında ve kas

dokusuna yeterli kan gitmediğinde dokunun çürüyerek ölmesine sebep olan **Nekroz** oluşur.

Hangi Kas Nerededir



Kas anatomisi

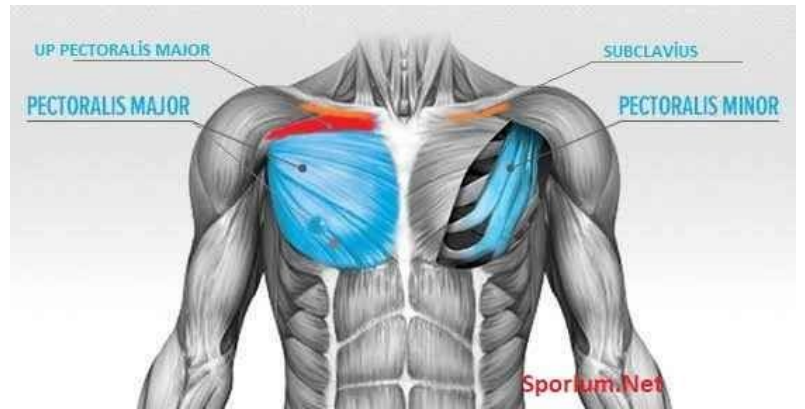
Omuz Kasları Nelerdir

- Anterior Deltoid (Ön Omuz)
- Side Deltoid (Yan Omuz)
- Pasterior Deltoid (Arka Omuz)



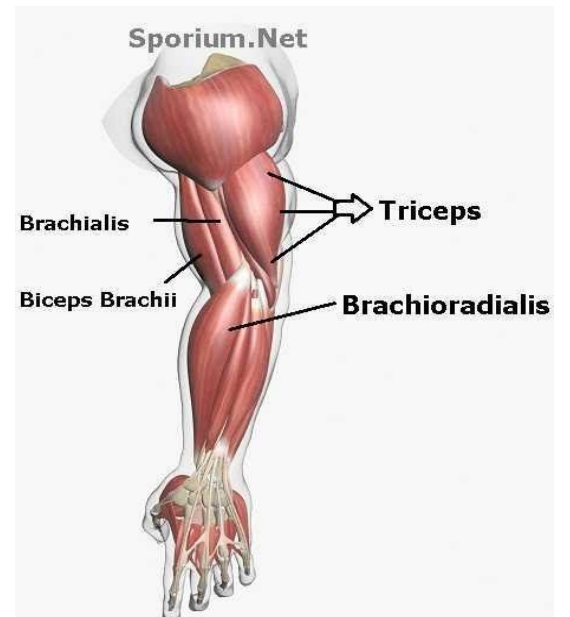
Göğüs Kasları Nelerdir

- Pectoralis Majör
- Pectoralis Minör
- Serratus Magnus



Kol Kasları Nelerdir

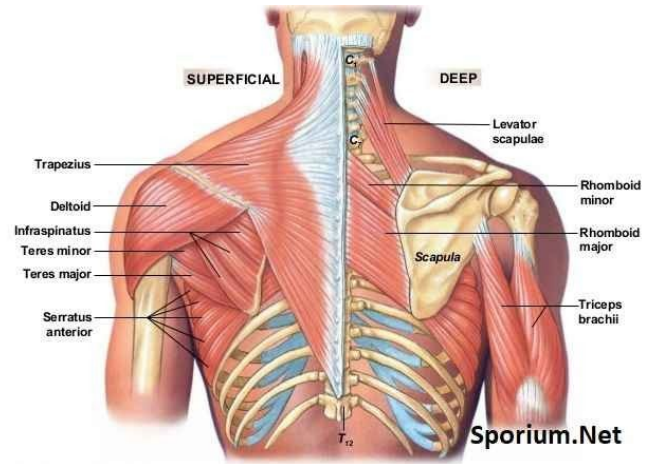
- Biceps (İki başlı kas-Pazu)
- Triceps (Üç başlı kas)
- Coracobrachialis



- Brachioradialis (Ön kol kası)
- Flexor Carpi Radialis
- Palmaris Longus
- Entensor Carpi Ulnaris
- Extensor Policis Brevis

Sırt Kasları Nelerdir

- Latissimus Dorsi
- Teres Majör
- Teres Minor
- Rhomboidus
- Infraspınatus



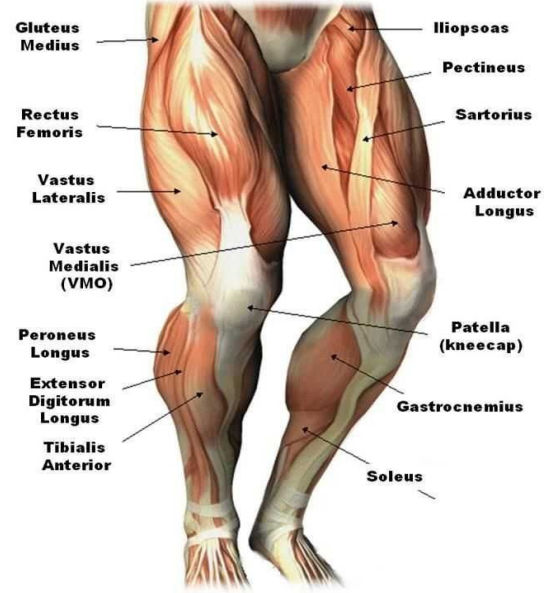
Mide ve Bel Kasları Nelerdir

- Rectus Abdominus –
- Internal Oblique
- External Oblique
- Serratus Anterior



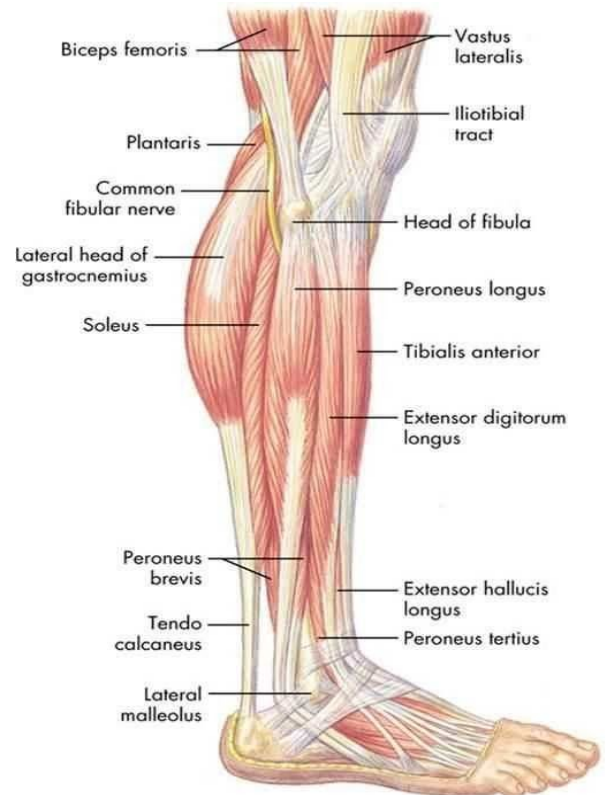
Bacak Kasları Nelerdir

- Rectus Femoris
- Pectineus
- Vastus Lateralis
- Vastus Medialis
- Sartorius
- Adductor Longus
- Adductor Magnus
- Gluteus Maximus
- Biceps Femoris
- Tibialis



Arka bacak, ve Topuk Kasları Nelerdir

- Gastrocnemius
- Soleus
- Peroneus Longus
- Tendon Tibialis Posterior
- Extensor digitorum longus
- Extensor Hallucis Longus
- Peroneus tertius
- Peroneus brevis



Düz kas

İsteğimiz dışında çalışan, tek çekirdekli olan düz kaslar bağırsakların, damarların ve iç organlarımızda bulunan kas gruplarıdır.

- Hücreleri Mekik şeklindedir
- Otonom sinir sisteminin kontrolünde, İsteğimiz dışında çalışırlar
- Kasılmaları yavaş ve düzenlidir
- Omurgalılarda sindirim, solunum, dolaşım, üreme ve boşaltım sistemlerinin duvarlarında bulunurlar
- Eklem bacaklılar hariç, omurgasız hayvanlar düz kaslara sahiptir
- Her hücrede bir tane çekirdek bulunur

Kalp Kası

İsteğimiz dışında çalışan, yapı olarak çizgili kaslara benzeyen, hızlı ve ritmik bir şekilde çalışan kas türüdür.

- Çizgili kas yapısındadır ve istek dışı çalışır
- Liflerindeki telcikler tek çekirdeklidir
- Çekirdekler hücrenin ortasında bulunur
- Kalp kası dallanmış bir yapıya sahiptir
- **Kas telleri kısa boyludur. Birbirine bağlandıkları yerlerde ara diskler bulunur. [Sporium](#)**