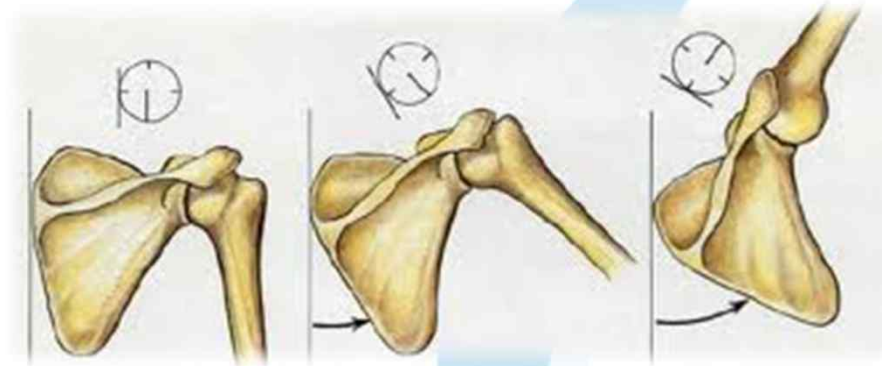


# First Aid (응급처치)

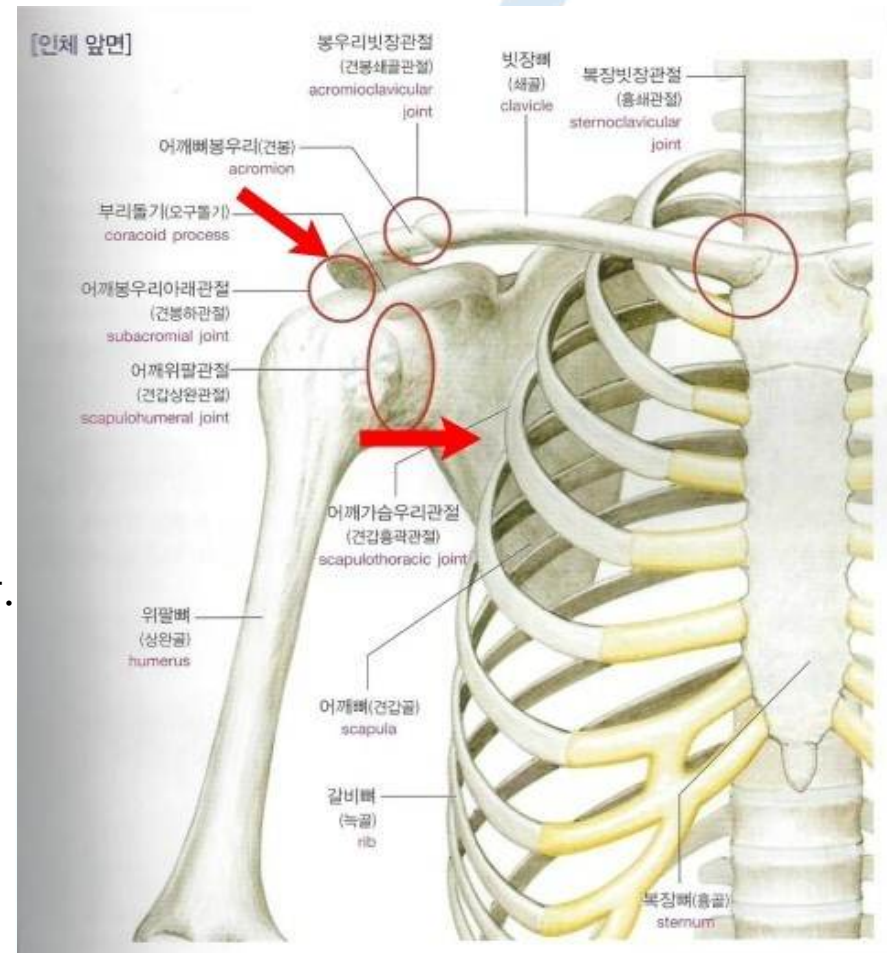
## - 어깨 -



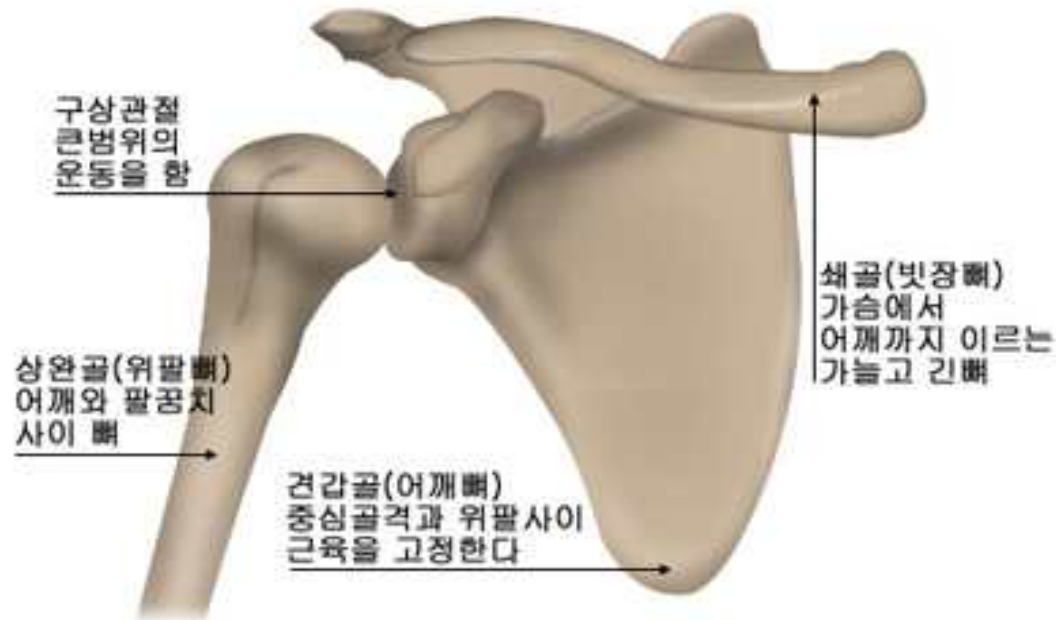
# 1. 어깨 해부학(총론)

어깨는 머리, 목, 그리고 팔의 움직임을 지지하는 견고한 기반을 제공한다.

뿐만 아니라 어깨는 몸의 위치와 필요한 움직임에 따라 안정성 또는 운동성의 증가를 제공하기 위해 여러 개의 강한 근육들과 쌍을 이루는 뼈들로 구성되어있다.

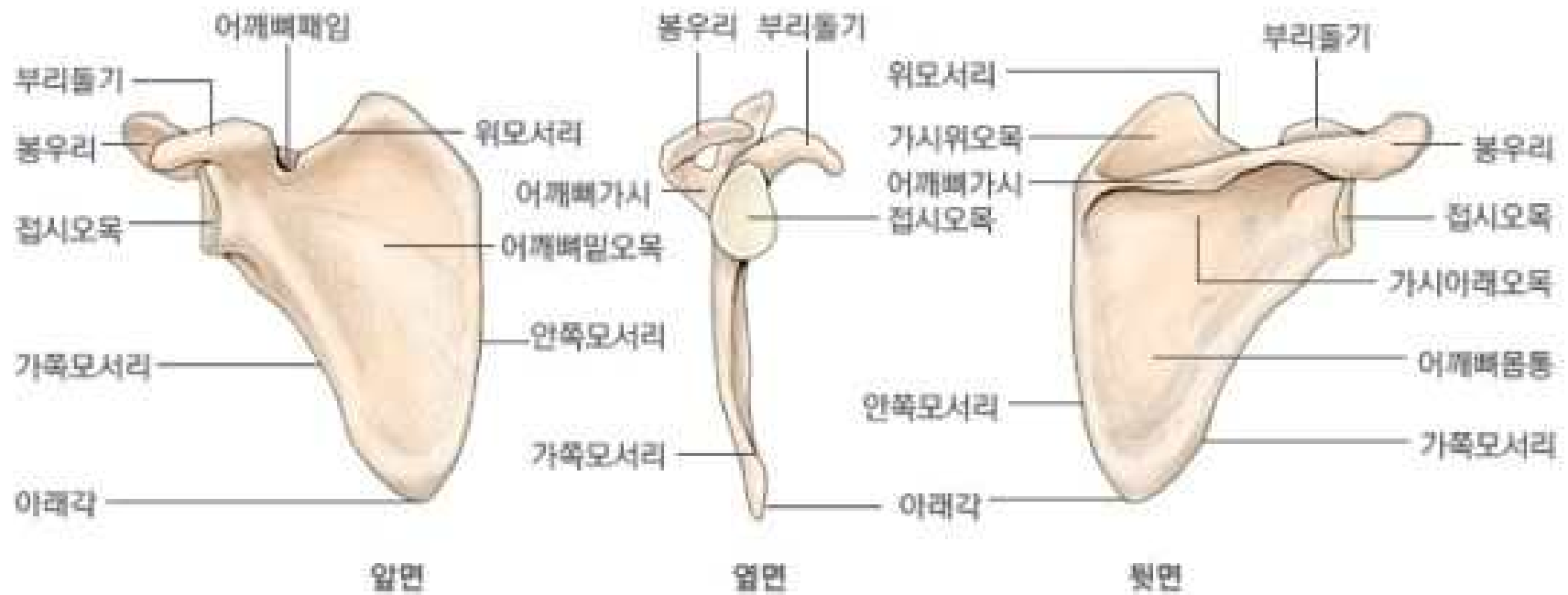


# 1. 어깨 해부학(뼈)



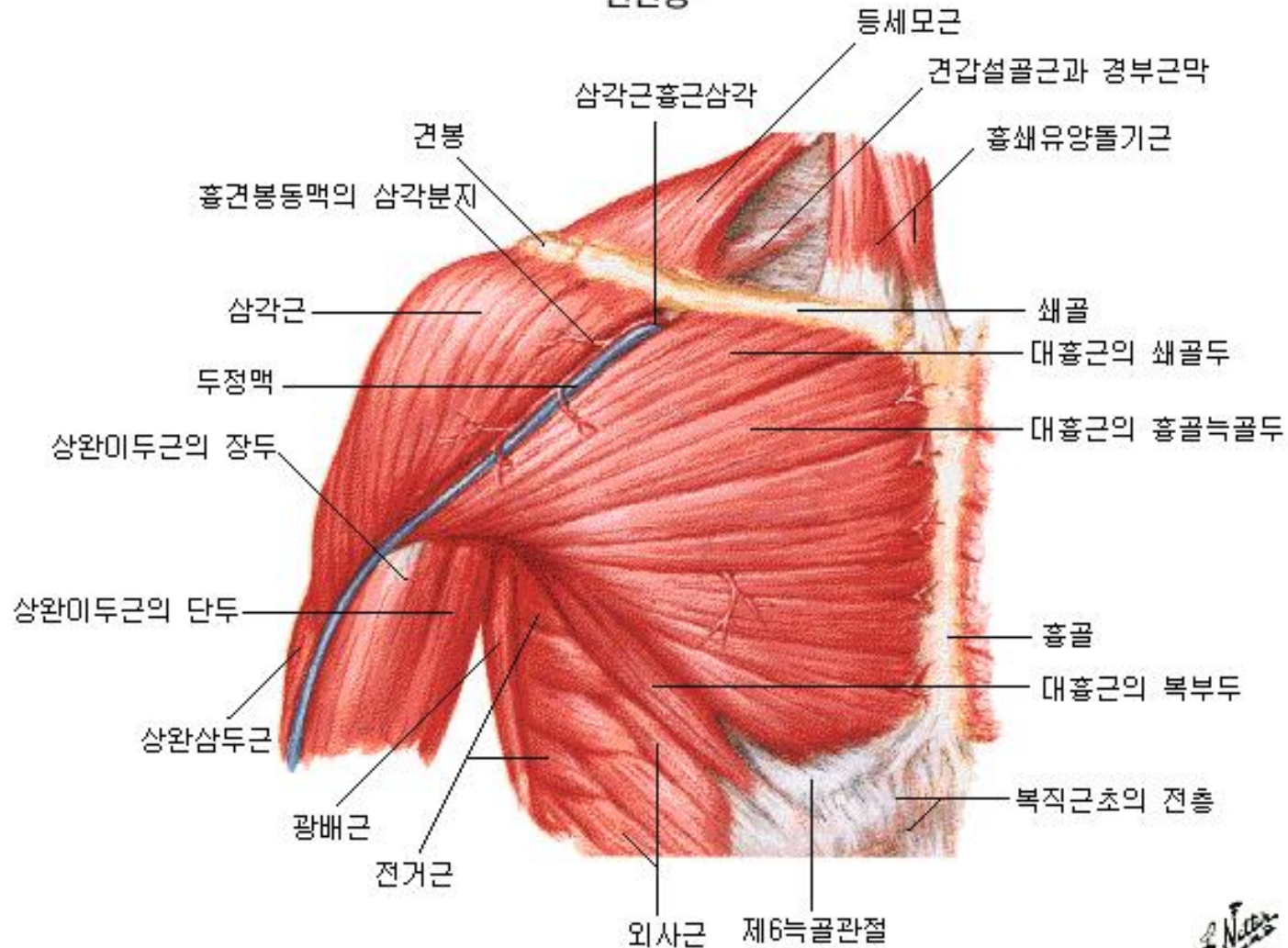
어깨는 쇄골과 견갑골, 상완골(위팔뼈)을 잇는 구조로 되어있다.  
어깨는 팔다리처럼 골격 관절 형태가 고정된 것이 아니고 충분히 변형이 가능한 구조이다. 그래서 주변 근육과 인대, 특히 견갑골을 뒤에서 잡아당겨주는 등 상부 발달에 따라 골격이 오그라질 수도 완전히 퍼질 수도 있다.

# 1. 어깨 해부학(뼈)



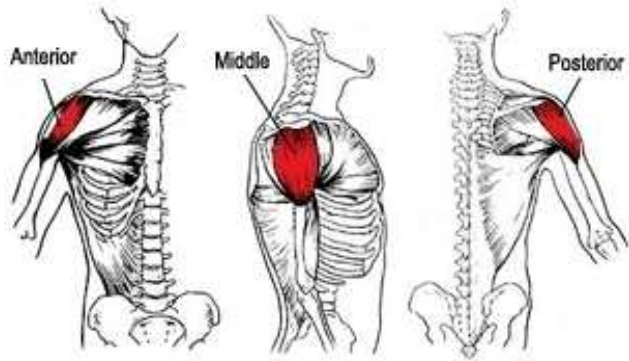
# 1. 어깨 해부학(근육 - 앞면)

## 어깨의 근육 전면상





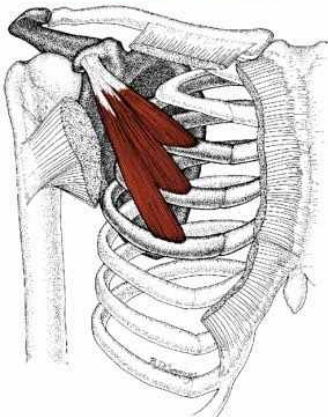
# 1. 어깨 해부학(근육 - 앞면)



## 삼각근(어깨세모근)

어깨를 대부분 덮고 있는 근육으로  
앞면, 옆면, 뒷면 세개의 그룹으로 나뉘어 함께 조직을 이룬다.  
앞면 - 팔을 앞으로 올릴 때 사용되며 대부분 미는 동작에 쓰임  
옆면 - 팔을 옆으로 올릴 때 사용된다  
후면 - 팔을 뒤로 벌릴 때 사용되며 당기는 동작에 쓰인다

Pectoralis Minor

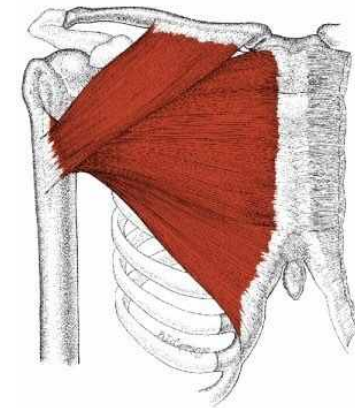


## 소흉근(작은가슴근)

대흉근 안쪽에 있는 근육으로 팔이 벌려질 때 날개뼈를 바깥쪽으로 움직이게 해주고 날개뼈가 아래로 움직일 때 쓰인다. 또한 다양한 신경과 혈관을 보호하는 역할을 담당한다.

## 대흉근(큰가슴근)

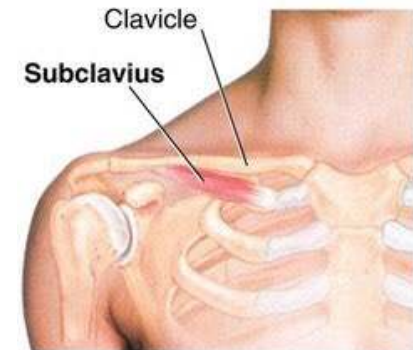
가슴을 덮고 있는 큰 근육으로 갑뼈 라고 불린다.  
팔을 안쪽으로 모으는 기능을 하며, 무언가를 밀거나 던지거나 안으로 모아서 압축시킬 때 쓰인다



Pectoralis Major

## 쇄골하근(빗장밑근)

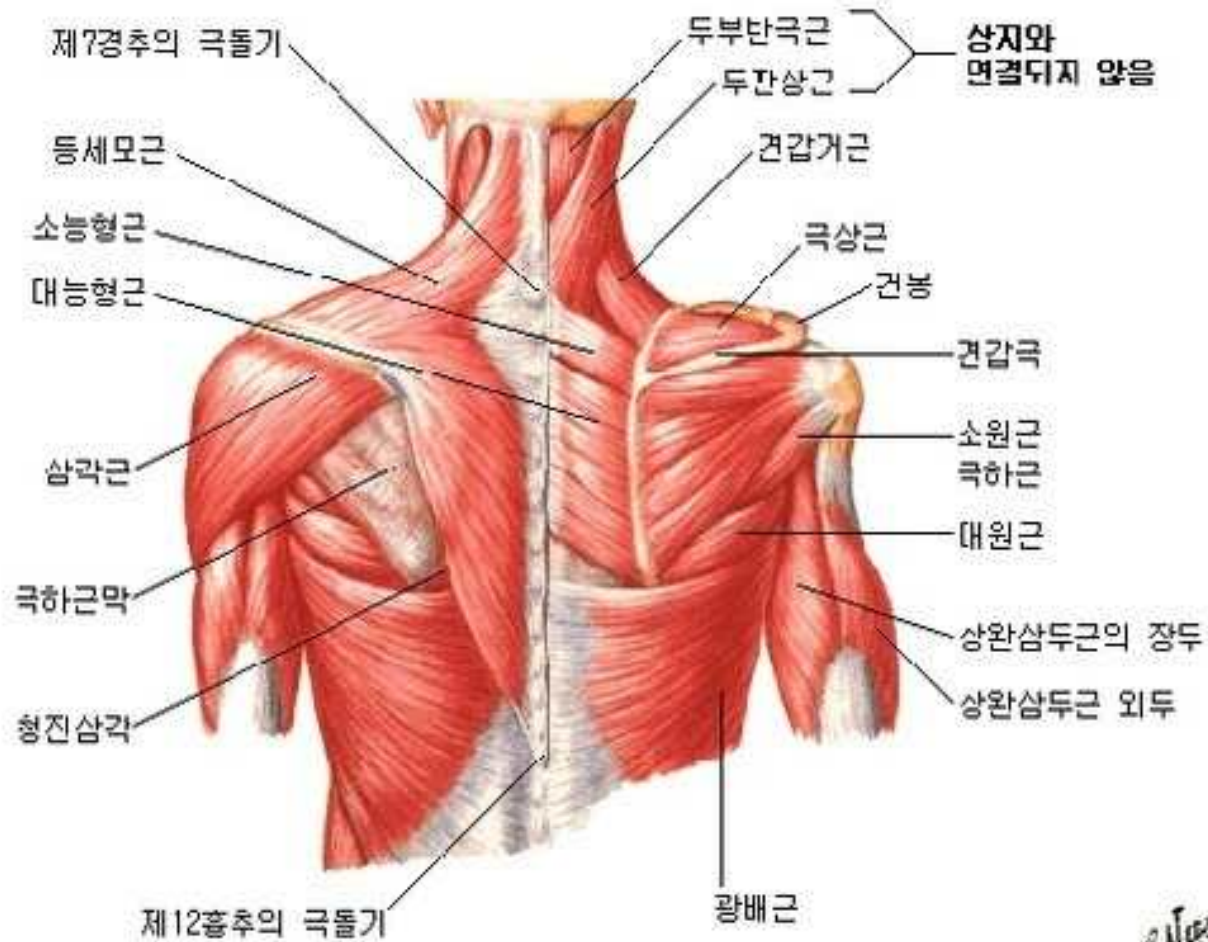
쇄골 아래에 있는 근육으로  
쇄골이 정상적인 위치에 있을 수 있도록 잡아준다.



# 1. 어깨 해부학(근육 - 뒷면)

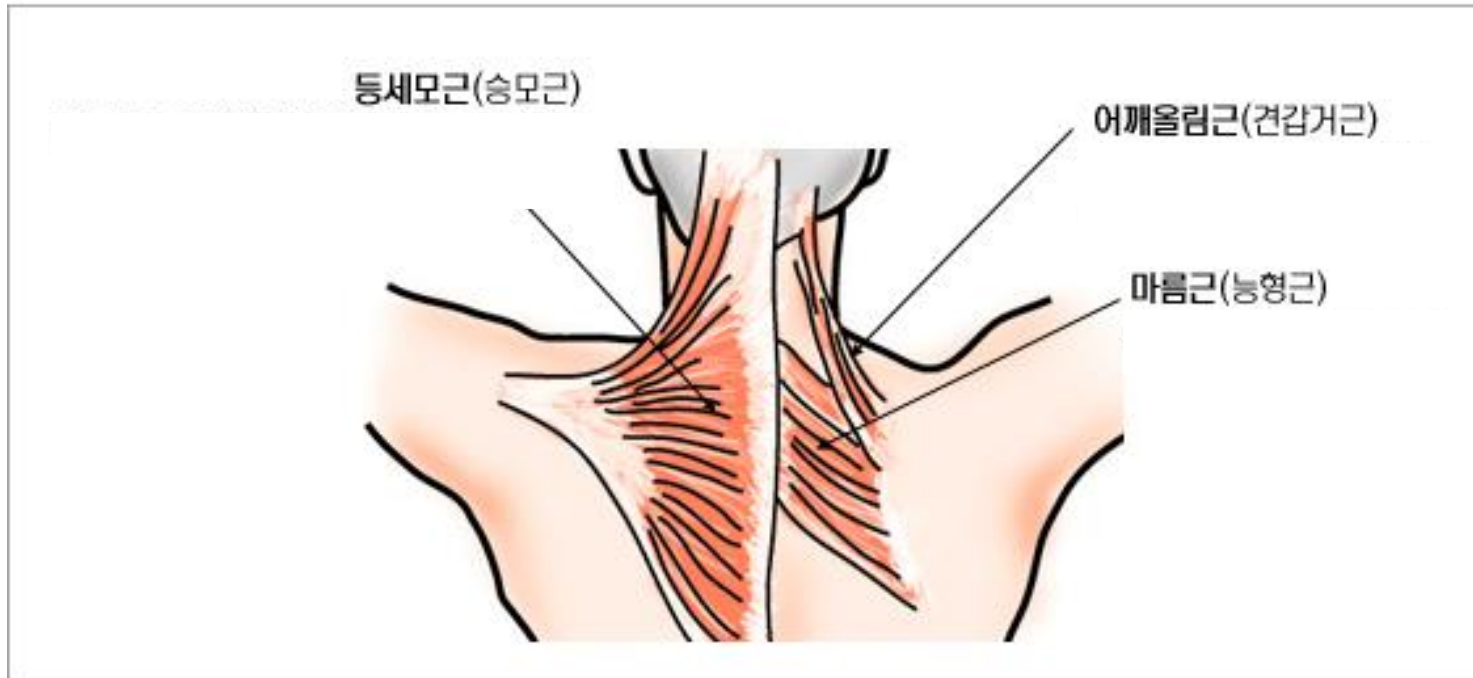
@Newartis

## 어깨의 근육 후면상



 @Newartis

# 1. 어깨 해부학(근육 - 뒷면)



## 승모근(등세모근)

양쪽으로 사용할 경우 머리와 목을 쪽 펴게 만들고, 한쪽만 사용시에는 목을 회전시킨다.

## 견갑거근(어깨올림근)

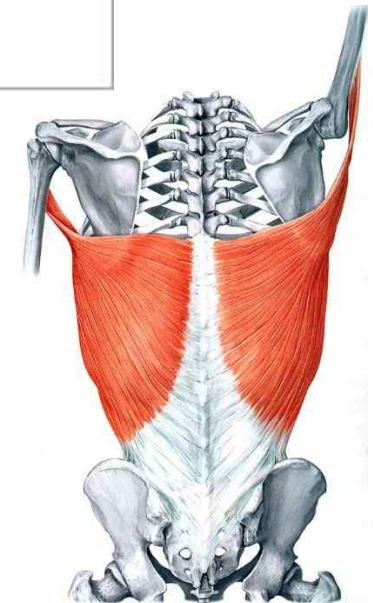
어깨를 으쓱하는 움직임을 한다.

## 능형근(마름근)

날개뼈를 모으거나 벌리는 움직임을 한다.

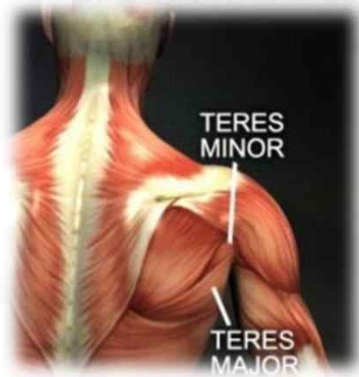
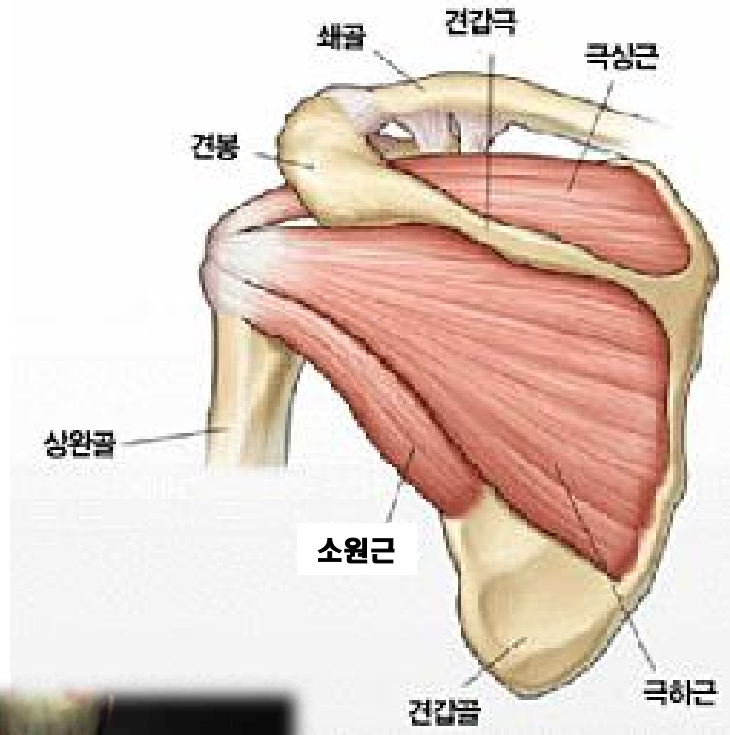
## 광배근(넓은등근)

구부러진 팔을 강하게 펴는 근육이다. 날개뼈를 아래로 당기는 움직임과 목발을 짚을 때나 양손으로 체중을 들어 이동할 때도 사용된다





# 1. 어깨 해부학(근육 - 뒷면)



## 극상근(가시위근)

팔을 벌리는 움직임을 한다

## 극하근(가시아래근)

팔을 바깥쪽으로 돌리는 움직임을 한다

## 대원근(큰원근)

팔을 벌리고 모으는 움직임과,  
안쪽으로 돌리는 움직임을 한다

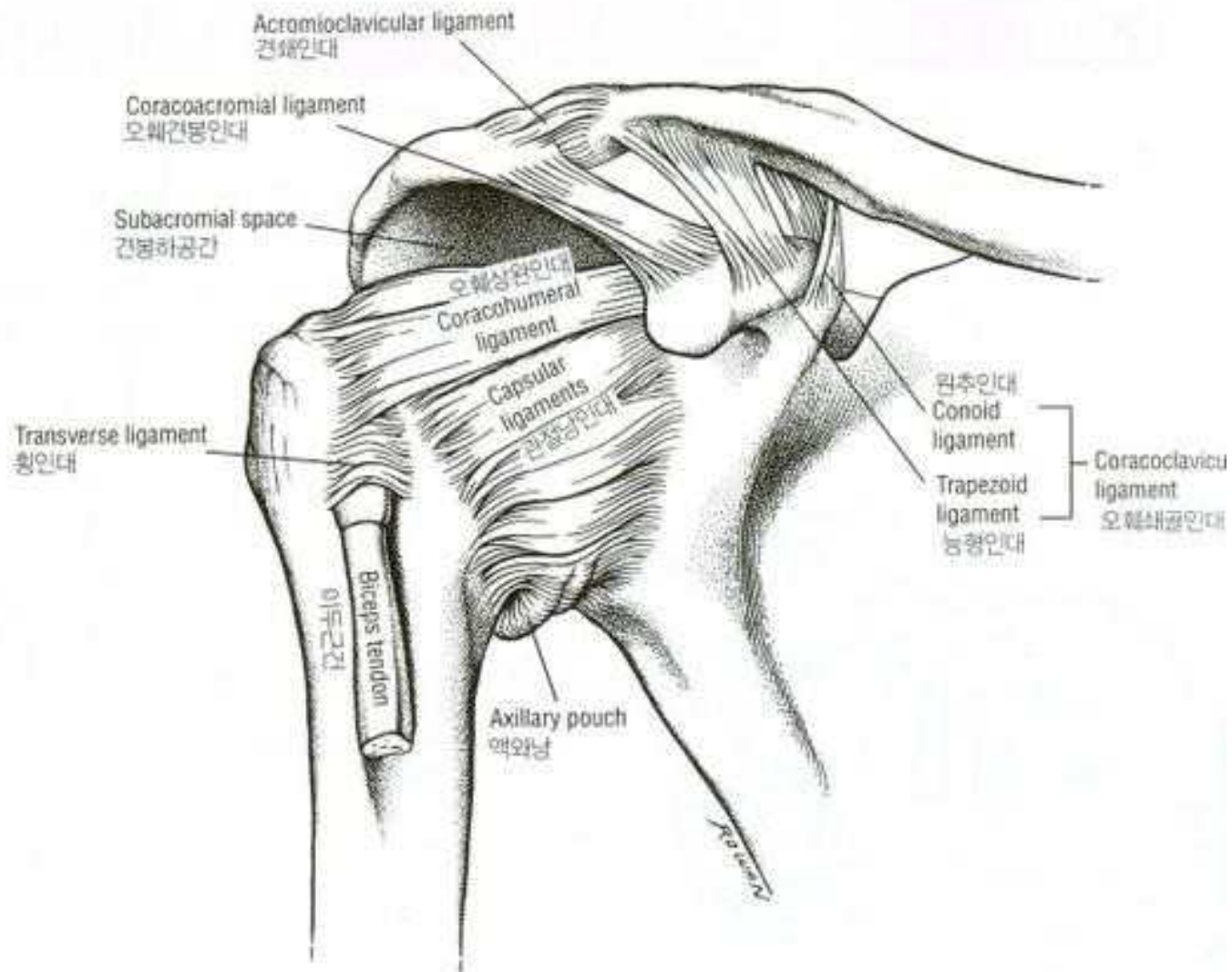
## 소원근(작은원근)

팔을 바깥쪽으로 돌리는 움직임을 한다

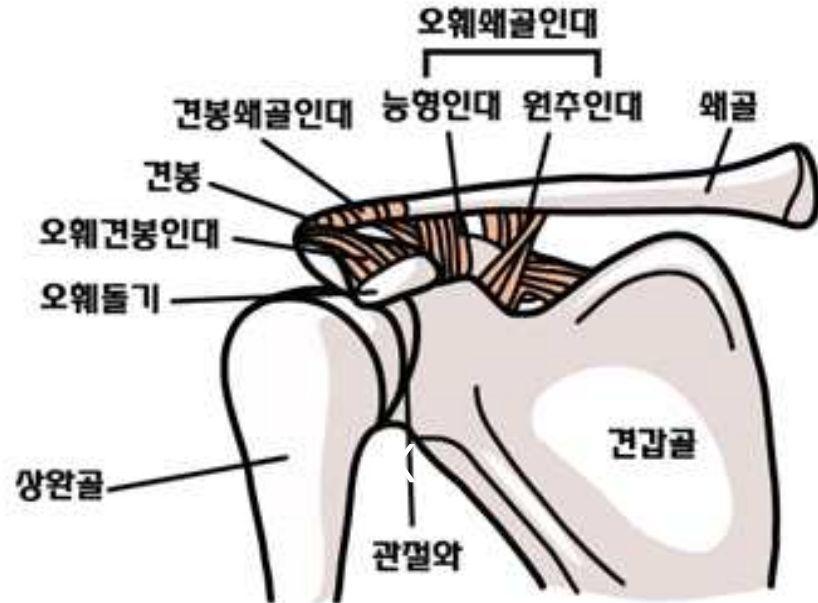
## 견갑하근(어깨아래근)

팔을 안쪽으로 돌리는 움직임을 한다

# 1. 어깨 해부학(인대)



# 1. 어깨 해부학(인대)



## 오구견봉인대

날개뼈 부분 오구돌기와 견봉 사이에 있는 넓고 강한 인대이며, 견관절을 상방에서 보호하고 견관절낭과 더불어 상완골이 수평면보다 상방으로 올라가는 것을 막는다



## 견봉쇄골인대

관절낭의 상후면에 있는 인대로 견갑골의 견봉과 쇄골이 이루는 견쇄관절을 보강해주는 인대이다