

# **MUSCLES DE LA JAMBE**

## **Objectifs**

- Connaitre les muscles de la jambe
- Etre capable de classer ces muscles selon leurs actions
- Connaitre leur innervation

## **Plan d'étude**

### I- Introduction

### II- Anatomie descriptive

#### A- La loge antérieure

- 1- Tibial antérieur (jambier antérieur)
- 2- Long extenseur de l'hallux (extenseur propre du gros orteil)
- 3- Long extenseur des orteils (extenseur commun des orteils)
- 4- Troisième fibulaire (péronier antérieur)

#### B- La loge latérale

- 1- Court fibulaire (court péronier latéral)
- 2- Long fibulaire (long péronier latéral)

#### C- La loge postérieure

- 1- Poplité
- 2- Long fléchisseur des orteils (long fléchisseur commun des orteils)
- 3- Tibial postérieur (jambier postérieur)
- 4- Long fléchisseur de l'hallux (long fléchisseur propre du gros orteil)
- 5- le soléaire
- 6- Muscles gastrocnémiens médial et latérale (jumeaux interne et externe)

### 7- Plantaire (plantaire grêle)

### III- Références

---

## **I- Introduction**

La jambe est divisée en trois loges musculaires (antérieure, latérale et postérieure) par deux septums intermusculaires antérieur et postérieur (cloisons intermusculaires antérieure et postérieure), tendues des bords antérieur et postérieur de la fibula (péroné) à la face profonde du fascia crural (aponévrose jambière).

## **II- Anatomie descriptive**

### **A- La loge antérieure ou loge des extenseurs**

La loge antérieure comprend le groupe musculaire antérieur : composé de 4 muscles juxtaposés de dedans en dehors :

- \*Tibial antérieur (jambier antérieur)
- \*Long extenseur de l'hallux (extenseur propre du gros orteil)
- \*Long extenseur des orteils (extenseur commun des orteils)
- \*Troisième fibulaire (péronier antérieur)

Cette loge est limitée : en dedans par la face latérale du tibia ; en dehors par le septum intermusculaire antérieur (cloison intermusculaire antérieure) ; en avant par le fascia crural

(aponévrose jambière) ; en arrière par la membrane interosseuse crurale (ligament interosseux)

**1- Tibial antérieur (jambier antérieur) :** C'est un muscle long, épais et prismatique triangulaire

Origine : Sur le tubercule infracondyloire, sur le condyle latéral du tibia.

Sur la crête oblique de la tubérosité tibiale et la face latérale du tibia

Terminaison : Par un tendon sur la face médiale de l'os cunéiforme médial et la base du 1<sup>er</sup> métatarsien.

Action : Fléchisseur puis adducteur et rotateur médial du pied.

Innervation : Par le nerf fibulaire ou nerf tibial antérieur branche du nerf fibulaire commun ou nerf sciatique poplité externe.

**2- Long extenseur de l'hallux (extenseur propre du gros orteil)**

C'est un muscle allongé et aplati transversalement.

Origine : Sur la face médiale de la fibula

Terminaison : Par un tendon sur la face dorsale de la phalange distale de l'hallux, sur les bords latéraux de P1

Action : Extenseur de P2 sur P1 et P1 sur le premier métatarsien.

Fléchisseur et rotateur latéral du pied.

Innervation : Par le nerf fibulaire ou nerf tibial antérieur branche du nerf fibulaire commun ou nerf sciatique poplité externe.

**3- Long extenseur des orteils (extenseur commun des orteils)**

C'est un muscle allongé et aplati transversalement

Origine : Il s'insère sur le condyle et sur la face médiale de la fibula

Terminaison : Par 4 tendons destinés aux 4 derniers orteils

Action : Extenseur des orteils et fléchisseur et rotateur latéral du pied.

Innervation : Par le nerf fibulaire ou nerf tibial antérieur branche du nerf fibulaire commun ou nerf sciatique poplité externe.

**4- Troisième fibulaire (péronier antérieur) :** C'est un muscle allongé et aplati transversalement

Origine : Il s'insère sur la face médiale de la fibula

Terminaison : Sur la face dorsale de la base du 5<sup>ème</sup> métatarsien

Action : Fléchisseur, abducteur et rotateur latéral du pied.

Innervation : Par le nerf fibulaire ou nerf tibial antérieur.

## **B- La loge latérale**

La loge latérale comprend le groupe musculaire latéral : composé de 2 muscles disposés en 2 plans :

Plan profond : court fibulaire (court péronier latérale)

Plan superficiel : long fibulaire (long péronier latéral)

Cette loge est limitée : en dedans par la fibula (péroné) ; en dehors par le septum intermusculaire postérieur (cloison intermusculaire postérieure)

**1- Court fibulaire (court péronier latéral) :** C'est un muscle aplati

Origine : Sur la face latérale de la fibula

Terminaison : Par un tendon sur la tubérosité du 5<sup>ème</sup> métatarsien et une expansion pour le 4<sup>ème</sup> métatarsien.

Action : Abducteur et rotateur latéral du pied

Innervation : Par le nerf fibulaire superficiel ou nerf musculo-cutané.

**2- Long fibulaire (long péronier latéral) :** C'est un muscle allongé, épais et mince en bas.

Origine : Le condyle latéral du tibia. La tête de la fibula. La face latérale de la fibula sur le tiers supérieur

Terminaison : Par un tendon qui passe sous la plante du pied pour aller se fixer sur le tubercule latéral de la base du 1<sup>er</sup> métatarsien et une expansion sur l'os cunéiforme médial ou 1<sup>er</sup> cunéiforme

Action : Extenseur du pied et abducteur et rotateur latéral du pied

Innervation : Par le nerf fibulaire superficiel ou nerf musculo-cutané.

### **C- La loge postérieure**

La loge postérieure comprend le groupe musculaire postérieur : composé de 8 muscles disposés en 2 plans :

#### **Plan profond (4 muscles) :**

\*Poplité

\*Long fléchisseur des orteils (long fléchisseur commun des orteils)

\*Tibial postérieur (jambier postérieur)

\*Long fléchisseur de l'hallux (long fléchisseur propre du gros orteil )

#### **Plan superficiel (4 muscles) :**

\*Triceps sural (composé de 3 muscles) : les muscles gastrocnémiens médial et latérale (jumeaux interne et externe) et le soléaire

\*Plantaire (plantaire grêle)

Cette loge est limitée : en avant par la membrane interosseuse crurale (ligament interosseux) et les os de la jambe ; en arrière par le fascia crural (aponévrose jambière) ; en dehors par le septum intermusculaire postérieur (cloison intermusculaire postérieure)

Le fascia crural postérieur profond (septum intermusculaire transverse crural ou aponévrose jambière profonde) divise cette loge en deux plans, profond et superficiel.

**1- Poplité** : C'est un muscle aplati court et triangulaire

Origine : Il s'insère dans une fossette osseuse, située au dessous et en arrière de la tubérosité du condyle externe du fémur

Trajet : Il se porte en bas et en dedans

Terminaison : Sur la face postérieure du tibia au dessus de la ligne oblique

Action : Il fléchit la jambe et lui imprime un mouvement de rotation en dedans

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral

#### **2- Long fléchisseur des orteils (long fléchisseur commun des orteils)**

C'est un muscle allongé et divisé en 4 tendons.

Origine : De la partie interne de la lèvre inférieure de la ligne oblique du tibia ;

Du tiers moyen de la face postérieure du tibia !

Terminaison : Par 4 tendons sur la face plantaire de la base de P3 des 4 derniers doigts

Action : Fléchisseur des orteils puis extenseurs du pied

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral

**3- Tibial postérieur (jambier postérieur)** : C'est un muscle aplati et charnu et charnu en haut, tendineux en bas

Origine : Sur les deux supérieurs de la face postérieure du tibia ;

Sur la partie externe de la lèvre inférieure de la crête oblique du tibia ;

Sur les deux supérieurs de la face interne du péroné

Terminaison : Sur la tubérosité de l'os naviculaire ou tubercule du scaphoïde

Par des expansions irradiées sur les 3 cunéiformes, le cuboïde, le sustentaculum tali, la base des métatarsiens II, III, IV

Action : Il est adducteur et rotateur du pied en dedans

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral

#### **4- Long fléchisseur de l'hallux (long fléchisseur propre du gros orteil)**

C'est le plus externe des muscles du plan profond. Il est allongé, épais et charnu en haut et tendineux en bas.

Origine : Des trois quarts inférieurs de la face postérieure du péroné

Membrane interosseuse

Terminaison : Sur la face plantaire de la base de P2 de l'hallux et par des expansions au long fléchisseur des orteils

Action : Il fléchit la deuxième phalange du gros orteil sur la première et celle-ci sur le 1<sup>er</sup> métatarsien

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral

NB/ Les lombricaux sont au nombre de 4 et sont annexés aux tendons du long fléchisseur des orteils. Ils se terminent sur la face médiale de la base de P1. Chaque muscle est fléchisseur de P1 et extenseur de P2 et P3

### **5- le soléaire**

C'est un muscle volumineux et large situé en arrière du plan profond des muscles postérieurs de la jambe

Origine : Pour le chef péronier : Sur la face postérieure de la tête du péroné

Pour le chef tibial : Sur la lèvre inférieure de la moitié inférieure environ de la ligne oblique du tibia et au tiers moyen du bord interne de cet os

Trajet : Les deux lames tendineuses d'origine du soléaire se fusionnent en une lame unique

Terminaison

Par une lame terminale qui s'unie à celle des gastrocnémiens pour former le tendon calcanéen ou tendon d'Achille qui se termine sur la tubérosité du calcanéus

Action : Extension du pied et fléchisseur de la jambe sur la cuisse et adducteur et rotateur médial du pied

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral

**6- Muscles gastrocnémiens médial et latérale (jumeaux interne et externe)** : Epais et aplatis

Origine : Sur les tubercules supra-condylaires médial et latéral et les coques condylaires.

Terminaison

La lame tendineuse des deux gastrocnémiens se réunit à la lame tendineuse terminale du soléaire pour former le tendon calcanéen ou le tendon d'Achille

Action : Extension du pied et fléchisseur de la jambe sur la cuisse et adducteur et rotateur médial du pied

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral

**NB/ Le triceps sural est composé de 3 muscles qui sont : le soléaire et Les muscles gastrocnémiens médial et latérale (jumeaux interne et externe)**

### **7- Plantaire (plantaire grêle)**

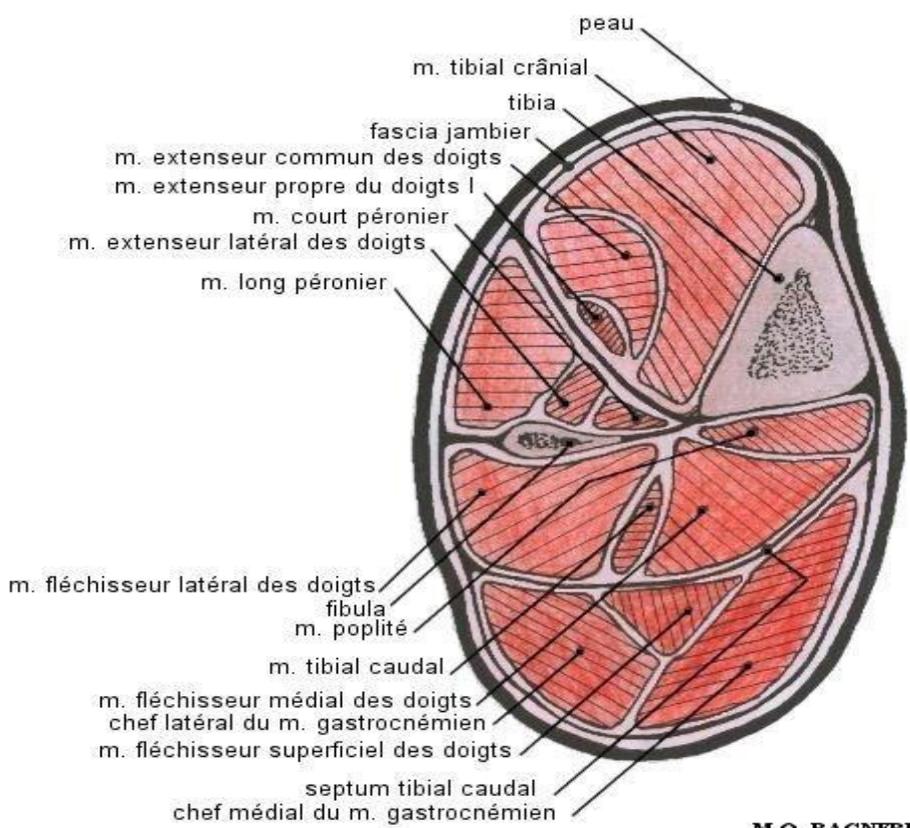
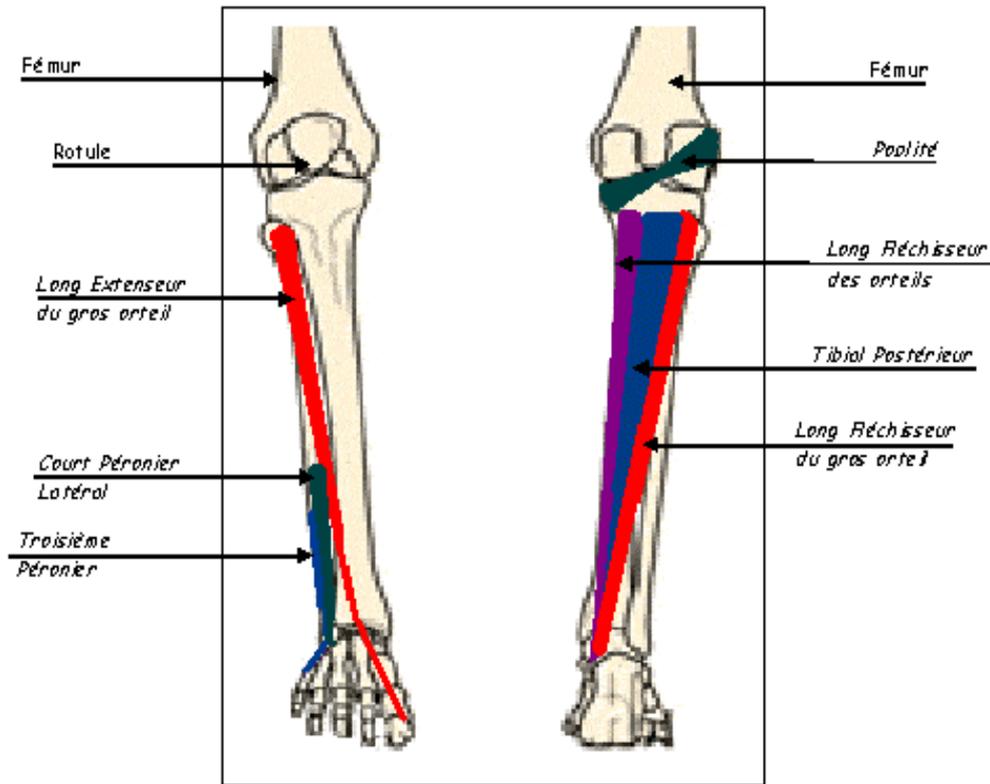
C'est un muscle très allongé et tendineux

Origine : Sur la surface poplitée au niveau du condyle latéral du fémur et la coque condylaire

Terminaison : Sur la tubérosité du calcanéus en dedans du tendon d'Achille

Action : Axillaire du triceps sural cependant l'action reste très faible

Innervation : Par le nerf tibial ou nerf sciatique poplité interne branche du plexus sacral



M.O. BAGNERES

**Coupe transversale au niveau de la jambe**

# MUSCLES DU PIED

## Objectifs

- Connaitre les muscles du pied
- Etre capable de classer ces muscles selon leurs actions
- Connaitre leur innervation

## Plan d'étude

### I- INTRODUCTION

### II- LES MUSCLES DU PIED

#### A- La région dorsale

##### 1- Le muscle pédieux ou court extenseur des orteils

#### B- La région plantaire

##### 1- Groupe musculaire moyen

###### 1.1- Plan profond

###### 1.1.1- Muscles interosseux

###### 1.2- Plan moyen

###### 1.2.1- Le muscle accessoire du long fléchisseur

###### 1.3- Plan superficiel

###### 1.3.1- Le muscle court fléchisseur plantaire

##### 2- Groupe musculaire interne

###### 2.1- Plan profond

###### 2.1.1- Le muscle court fléchisseur

###### 2.1.2- Le muscle abducteur du gros orteil.

###### 2.2- Plan superficiel

###### 2.2.1- Le muscle adducteur du gros orteil

##### 3- Groupe musculaire externe

###### 3.1- Plan profond

###### 3.1.1- Le muscle court fléchisseur du petit orteil

###### 3.1.2- Le muscle opposant du petit orteil.

###### 3.2- Plan superficiel

###### 3.2.1- Le muscle abducteur du petit orteil

### III- RÉFÉRENCES

---

## I- INTRODUCTION

Les muscles du pied se répartissent en muscles de la région dorsale et en muscle de la région plantaire.

### A- La région dorsale

Elle ne comprend que le muscle pédieux

#### 1- Le muscle pédieux ou court extenseur des orteils

C'est un muscle court aplati formé de trois faisceaux

#### Origine

Dans le creux astragalo- calcanéen :

Sur la face supérieure de la grande apophyse du calcanéus

En avant et en dehors du sinus du tarse

Sur le rétinaculum des extenseurs ou ligament annulaire du cou-de- pied

#### Terminaison

Les trois tendons s'unissent aux bords latéraux des 2,3 et 4èmes tendons du long extenseur des orteils

#### Action

Il étend les premières phalanges et les incline en dehors

#### Innervation

Nerf fibulaire profond ou nerf tibial antérieur.

### **B- La région plantaire**

Les muscles de la région plantaire se divisent en trois groupes (moyen, externe et interne), qui correspondent aux trois groupes musculaires de la région plantaire.

#### **1- Groupe musculaire moyen**

Ce groupe musculaire moyen comprend 13 muscles séparés des groupes musculaires externe et interne par des cloisons fibreuses intermusculaires qui vont de l'aponévrose superficielle au squelette. Ces muscles sont disposés sur trois plans :

- Un plan profond ou plan des muscles interosseux
- Un plan moyen formé par les faisceaux accessoires du long fléchisseur commun des orteils et par les lombricaux.
- Un plan superficiel constitué par le court fléchisseur plantaire.

#### **1.1- Plan profond**

##### **1.1.1- Muscles interosseux**

##### **\* Muscles interosseux dorsaux**

Ce sont des muscles courts, prismatiques et triangulaires

Ils sont situés dans les espaces inter-métatarsiens

#### Origine

Ils s'insèrent sur les faces latérales et médiales des deux métatarsiens qui limitent l'espace interosseux

#### Terminaison

Par un petit tendon sur la face latérale de la base de la phalange proximale (P1)

#### Innervation

Nerf plantaire latéral

##### **\*Muscles interosseux plantaires**

Ce sont des muscles courts, prismatiques et triangulaires

Ils sont situés dans les espaces inter-métatarsiens au dessous des interosseux dorsaux

#### Origine

Ils s'insèrent sur les faces médiales des 3 derniers métatarsiens

#### Terminaison

Par un petit tendon sur la face médiale de la base de la phalange proximale (P1) de l'orteil correspondant

#### Innervation

Nerf plantaire latéral

#### **NB/ Action**

Les interosseux fléchissent la première phalange des orteils. De plus les interosseux dorsaux écartent les orteils de l'axe du pied, c'est-à-dire, du deuxième orteil ; les interosseux plantaires rapprochent les trois derniers orteils de cet axe.

#### **1.2- Plan moyen**

Ce plan est constitué par 5 muscles annexés au long fléchisseur commun des orteils. Ce sont les 4 lombricaux (déjà décrits) et l'accessoire du long fléchisseur ou chair carré de Sylvius.

#### **1.2.1- Le muscle accessoire du long fléchisseur ou chair carré de Sylvius ou muscle carré plantaire**

C'est un muscle court, aplati

Il est situé à la partie postérieure de la plante du pied en arrière des tendons du long fléchisseur des orteils

#### Origine

Insertions par deux chefs :

\*Un chef médial sur le sillon calcanéen

\*Un chef latéral sur la tubérosité postéro-latérale de la face inférieure du calcaneus.

#### Terminaison

Sur le tendon du long fléchisseur des orteils

#### Action

L'accessoire corrige la déviation que le long fléchisseur imprimerait aux orteils et au pied en raison de son obliquité. Il produit aussi mais faiblement la flexion des 4 derniers orteils

#### Innervation

Nerfs plantaires médial et latéral

### **1.3- Plan superficiel**

Ce plan est formé par un seul muscle : Le court fléchisseur plantaire

#### **1.3.1- Le muscle court fléchisseur plantaire ou le court fléchisseur des orteils**

C'est un muscle long mince et aplati.

#### Origine

Sur la tubérosité postéro-médiale de la face inférieure du calcaneus

Sur la face profonde du fascia plantaire

Les septums intermusculaires plantaires médial et latéral

#### Terminaison

Il se termine par 4 tendons aux derniers 4 orteils

#### Action

Il fléchit la deuxième phalange des 4 derniers orteils sur la première et celle-ci sur le métatarsien correspondant

#### Innervation

Nerf plantaire médial

### **2- Groupe musculaire interne**

Ce groupe comprend trois muscles

#### **2.1- Plan profond**

##### **2.1.1- Le muscle court fléchisseur de l'hallux ou du gros orteil**

C'est un muscle épais plaqué sur le 2<sup>ème</sup> métatarsien

#### Origine

Sur l'os cunéiforme latéral et intermédiaire et sur le cuboïde

Sur le ligament calcanéocuboidien plantaire

#### Terminaison

Par deux tendons :

\*Le tendon latéral : il se fusionne avec le tendon de l'adducteur de l'hallux et se termine avec lui sur l'os sésamoïde latéral et la base de P1

\* Le tendon médial : se fusionne avec le tendon de l'abducteur de l'hallux et se termine avec lui sur l'os sésamoïde médial et la base de P1

#### Action

Fléchisseur de l'hallux

#### Innervation

Nerf plantaire médial

##### **2.1.2- Le muscle abducteur du gros orteil ou de l'hallux**

C'est un muscle allongé, aplati et épais

### Origine

Sur la tubérosité postéro-médiale du calcaneus et la face profonde de l'aponévrose plantaire

### Terminaison

Par un tendon sur le sésamoïde médial et sur la face médiale de la base de P1 de l'hallux

### Action

Fléchisseur de l'abducteur de l'hallux

### Innervation

Nerf plantaire médial

## **2.2- Plan superficiel**

### **2.2.1- Le muscle adducteur du gros orteil ou de l'hallux**

#### Origine

\*Chef oblique s'insère sur le cuboïde, sur le ligament calcanéocuboidien plantaire, sur le 3<sup>ème</sup> cunéiforme et la base du 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> métatarsiens.

\*Chef transverse s'insère sur le ligament glénoïdien des 3<sup>èmes</sup>, 4<sup>èmes</sup> et 5<sup>èmes</sup> articulations métatarso-phalangiennes et le métatarsien transverse profond.

#### Terminaison

\*Chef oblique s'unit au tendon du faisceau latéral du court fléchisseur de l'hallux et s'insère sur le sésamoïde latéral et sur la face latérale de la base de P1 de l'hallux.

Chef transverse se termine par un tendon sur le sésamoïde latéral sur la face latérale de la base de P1 de l'hallux

#### Action

Fléchisseur de l'adducteur de l'hallux

#### Innervation

Nerf plantaire latéral

## **3- Groupe musculaire externe**

### **3.1- Plan profond**

#### **3.1.1- Le muscle court fléchisseur du petit orteil**

C'est un muscle fusiforme

#### Origine

Sur la base du 5<sup>ème</sup> métatarsien et la face inférieure du cuboïde

#### Terminaison

Par un tendon sur la face inférieure de la base de P1 du petit orteil

#### Action

Fléchisseur de P1 du 5<sup>ème</sup> orteil

#### Innervation

Nerf plantaire latéral

#### **3.1.2- Le muscle opposant du petit orteil.**

C'est un muscle court et aplati

#### Origine

Sur la face inférieure du cuboïde

#### Terminaison

Sur le bord latéral du métatarsien

#### Action

Attire le 5<sup>ème</sup> métatarsien en dedans

#### Innervation

Nerf plantaire latéral

## **3.2- Plan superficiel**

### **3.2.1- Le muscle abducteur du petit orteil**

C'est un muscle allongé et épais

### Origine

Sur la tubérosité postéro-latérale du calcanéus et sur la tubérosité latérale du 5<sup>ème</sup> métatarsien

### Terminaison

Par un tendon long et aplati sur la face latérale de la base de la phalange proximale du petit orteil.

### Action

Fléchisseur et abducteur du petit orteil

### Innervation

Nerf plantaire latéral

## **III- RÉFÉRENCES**

1- BRIZON J, CASTAING J. Les Feuilles d'Anatomie. Muscles du membre inférieur.

Fascicule V. Librairie Maloine SA. Paris 1953.

2- HAMMOUDI SS. Le cours d'Anatomie, appareil locomoteur 2, membre inférieur. Auto édition.2004. p202-220.

3- ROUVIERE H. Anatomie Humaine. Descriptive, topographique et fonctionnelle. Tome troisième. Membres. 13<sup>ème</sup> Ed. Masson éd. Paris 2002: p378-390.

