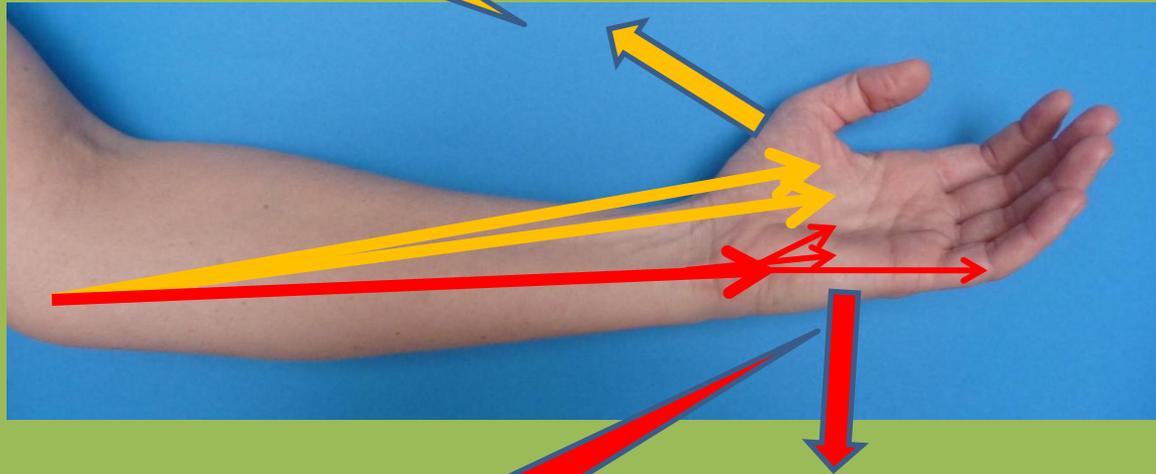


# Flexion du poignet

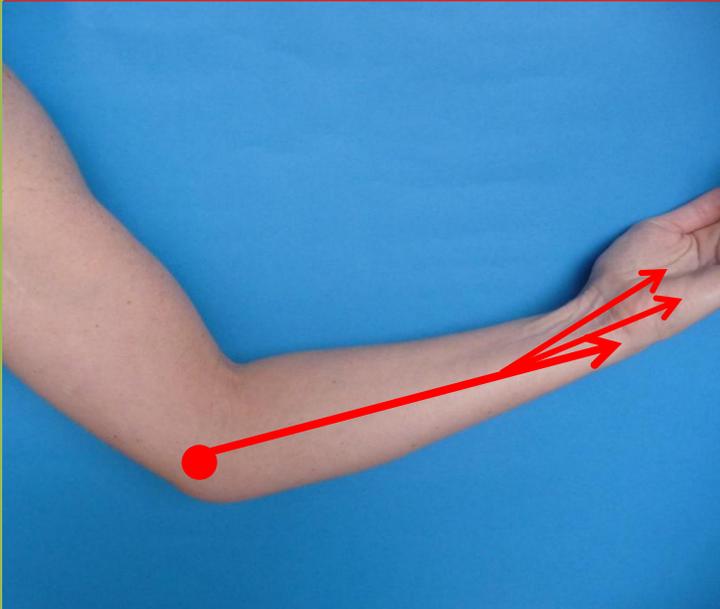
**FCR**  
+  
Inclinaison  
radiale



**FCU**  
+  
Inclinaison  
ulnaire

# Flexion du poignet

Fléchisseur ulnaire du carpe  
**FCU**

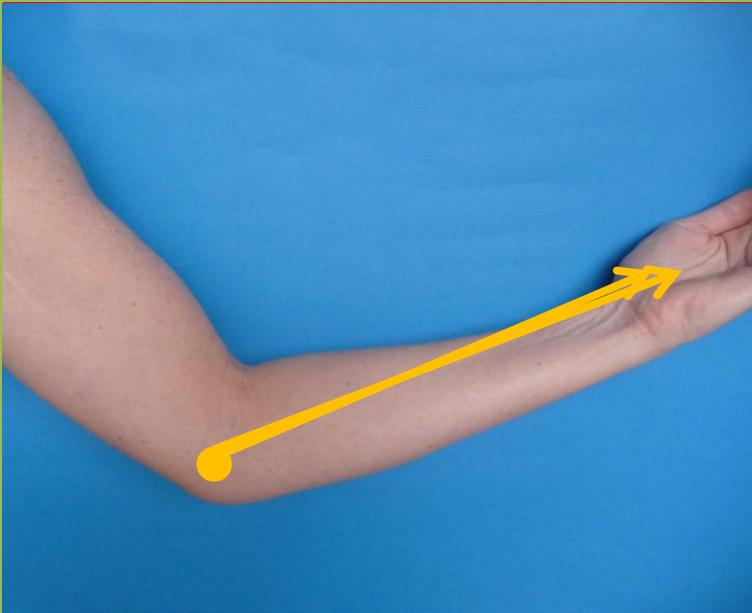


**O:** \* *Humérus, extrémité inf. épicondyle.*  
\* *Extrémité sup. de l'Ulna*

**T:** \* *Os pisiforme*  
\* *métacarpiens, IV et Vème*

# Flexion du poignet

Fléchisseur radial du carpe  
**FCR**



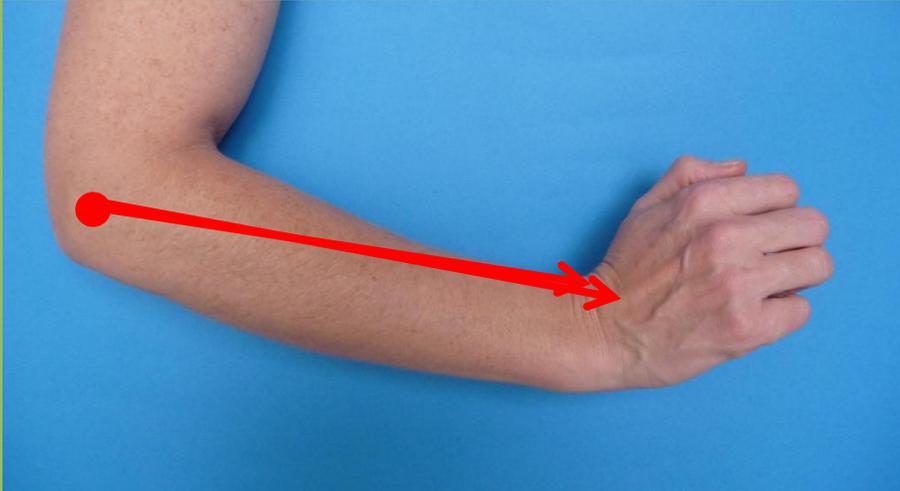
**O:** *Humérus, extrémité inf. épicondyle*

**T:** \* *Métacarpiens, base 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>,  
face palmaire.*

\* *Carpe: Trapèze*

# Extension du poignet

Court et long  
extenseurs du carpe  
**ECR**

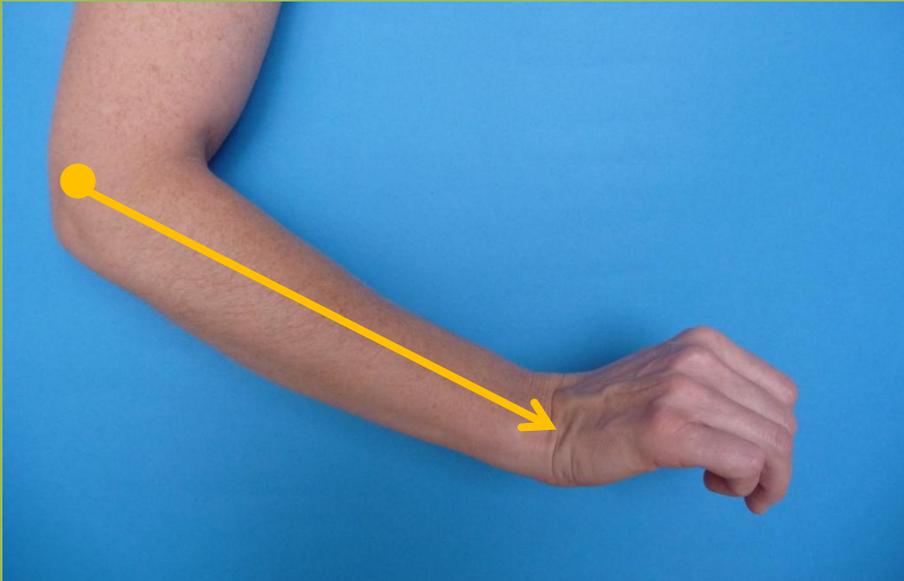


*O: Humérus, extrémité inf. épicondyle*

*T: Métacarpiens, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>, face dorsale*

# Extension du poignet

Extenseur ulnaire  
du carpe  
**ECU**

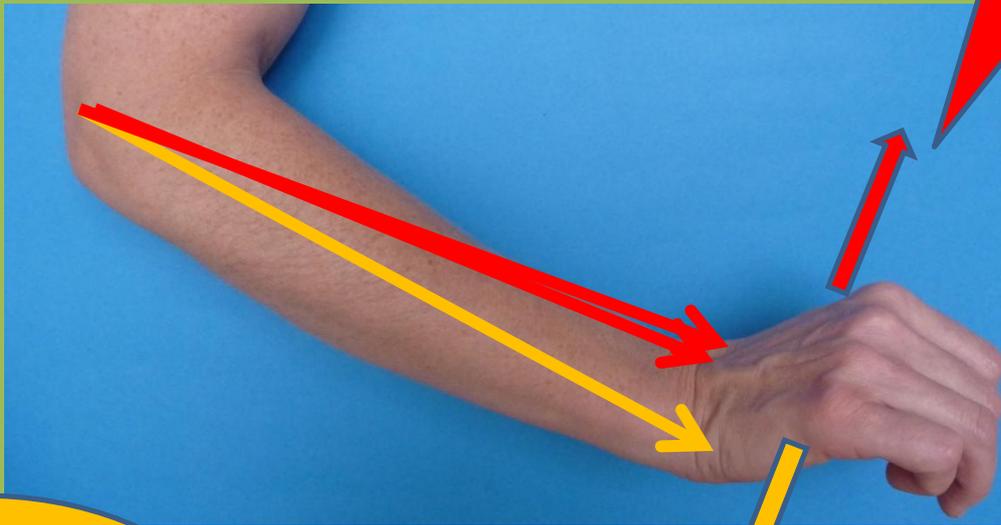


- O:** \* Humérus, extrémité inférieure ,  
épicondyle  
\* Ulna, 2/3 sup. bord post.
- T:** Base 5ème métacarpien  
(face dorsale)

# Extension du poignet

**ECR** + **ECU**

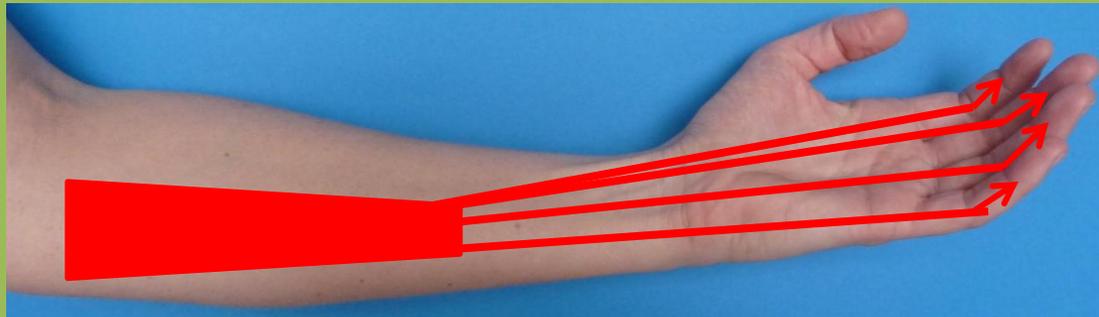
**ECR**  
inclinaison  
radiale



**ECU**  
Inclinaison  
ulnaire

# Flexion des doigts

Fléchisseurs communs  
profonds des doigts  
**FDP**

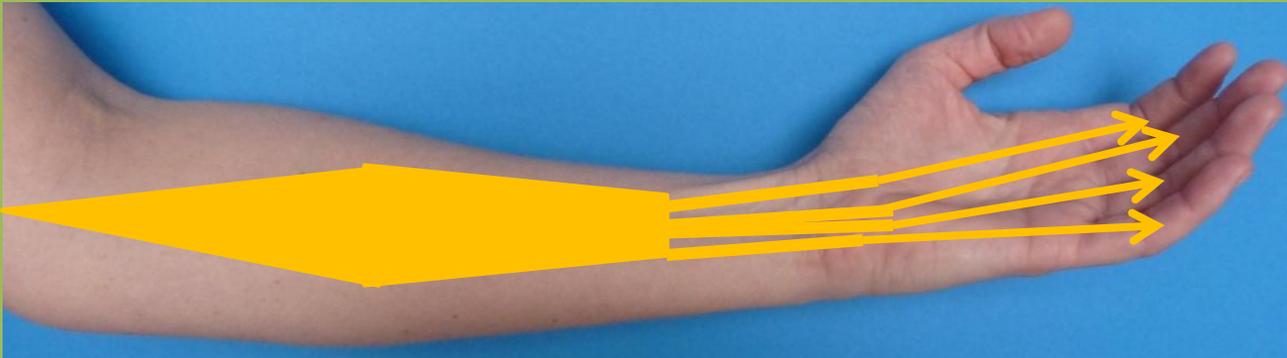


**O:** Ulna, faces médiane et antérieures,  $\frac{3}{4}$  sup.

**T:** Phalanges distales (2 à 5), base de face antérieure

# Flexion des doigts

Fléchisseurs communs  
superficiels des doigts  
**FDS**



**O:** \* Humérus, extrémité inférieure, épicondyle.  
\* Ulna, extrémité sup.  
\* Radius, bord antérieur.

**T:** Phalanges moyenne (2 à 5), base de face ant.

# Extension des doigts

Extenseur commun des doigts  
+  
Lombrireaux + Interosseaux

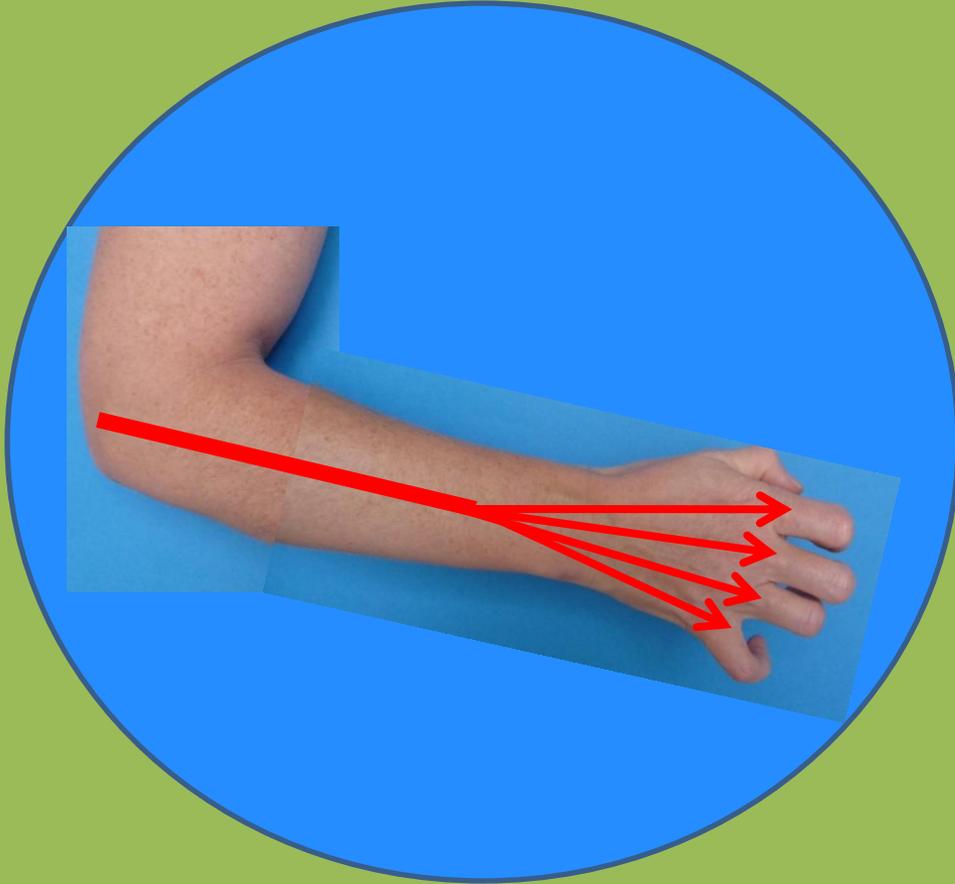


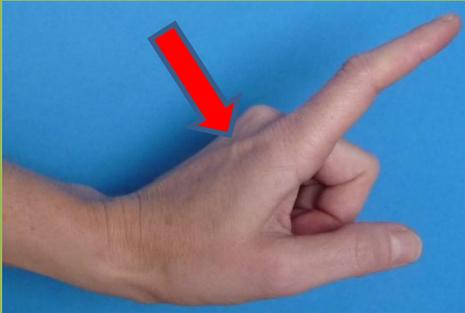
# Extension des méta-carpophallangiennes

**Extenseurs commun  
des doigts**

**O:** *Humérus, extrémité inf. épicondyle*

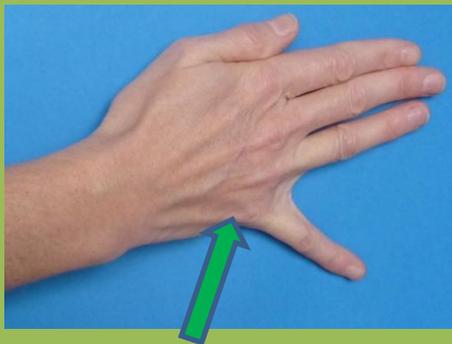
**T:** *Quatre derniers doigts faces dorsales  
des 3 phalanges*



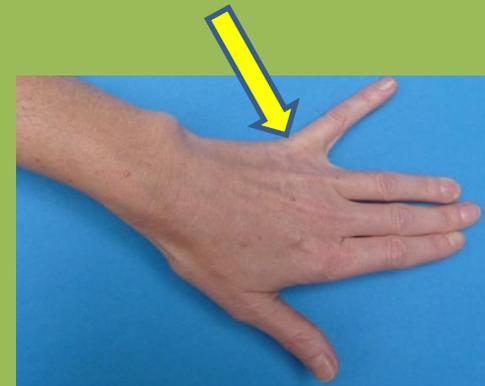


**Extenseur de  
l'index**

**Abducteur du  
petit doigt**

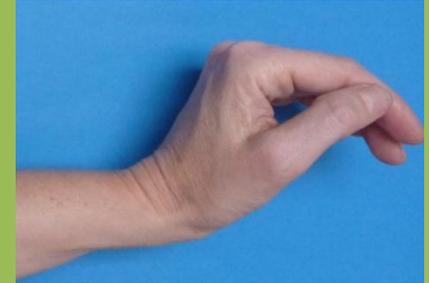


**Il existe aussi:**



**Extenseur du  
petit doigt**

# Main intrinsèque



**Extension IPP IPD**



**Flexion MP**

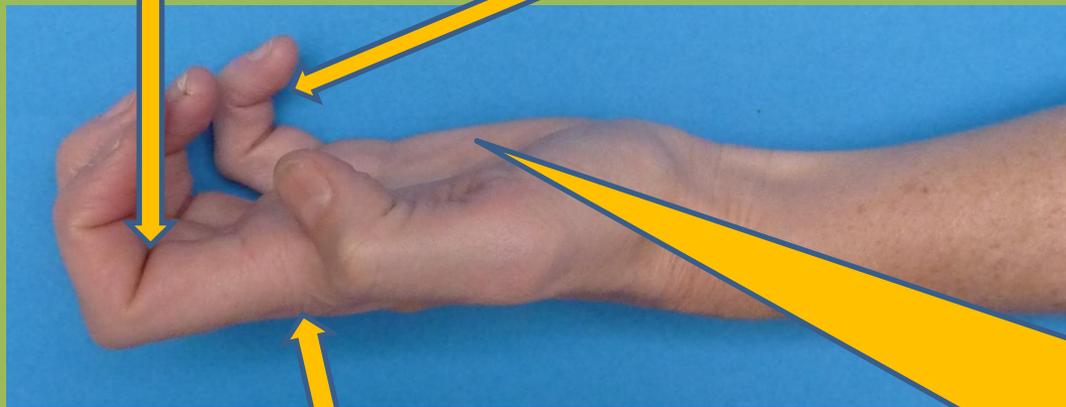
**Interosseux  
+  
lombricaux**

# Main extrinsèque



Flexion FDS

Flexion FDP



Extension  
MP

Fl. communs profonds  
+  
Fl. Communs superficiels  
+  
Extenseur commun

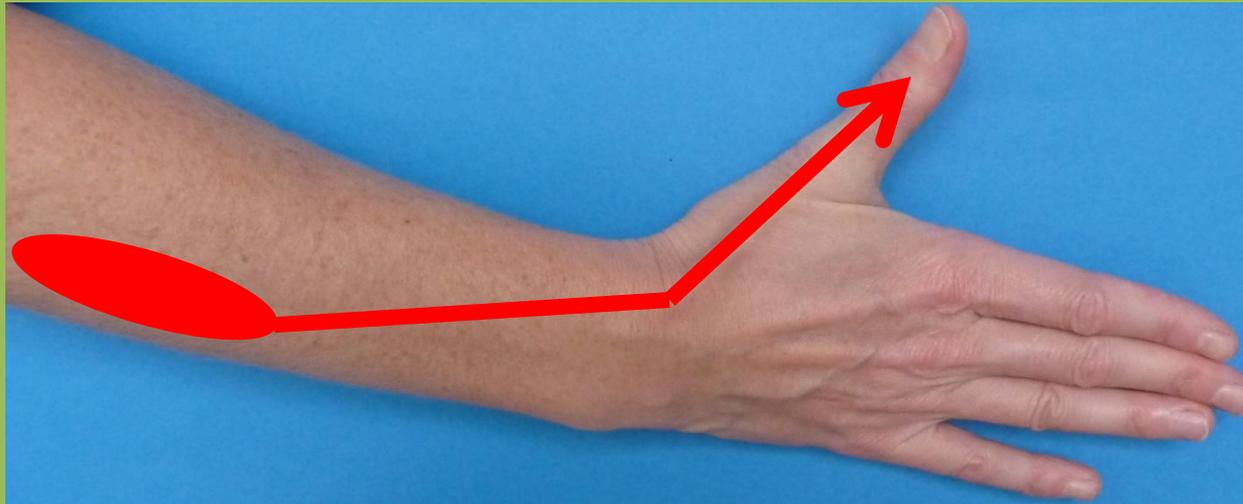
# LE POUCE

# Extension du pouce: extension IPD

**O:** Ulna, 1/3 moyen, face postérieur.

**T:** 1<sup>ère</sup> phalange du pouce, base, face postérieure

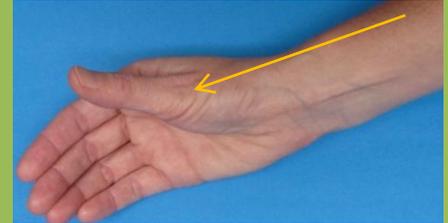
Long extenseur  
du pouce



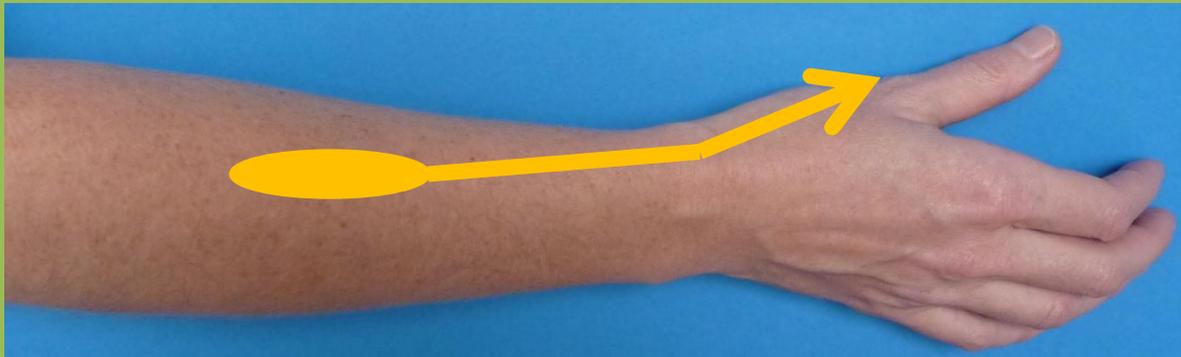
# Abduction du pouce + Extension IPP

**O:** Radius, 1/3 moyen,  
face postérieure

**T:** 1<sup>ère</sup> phalange du pouce, base,  
face postérieure



**Court extenseur  
du pouce**



# Antépulsion / Abduction du 1<sup>er</sup> Métacarpien

- O:** \* Ulna, face postérieure  
\* Radius, 1/3 moyen, face postérieure
- T:** \* Premier métacarpien, base.

**Long Abducteur  
du pouce**

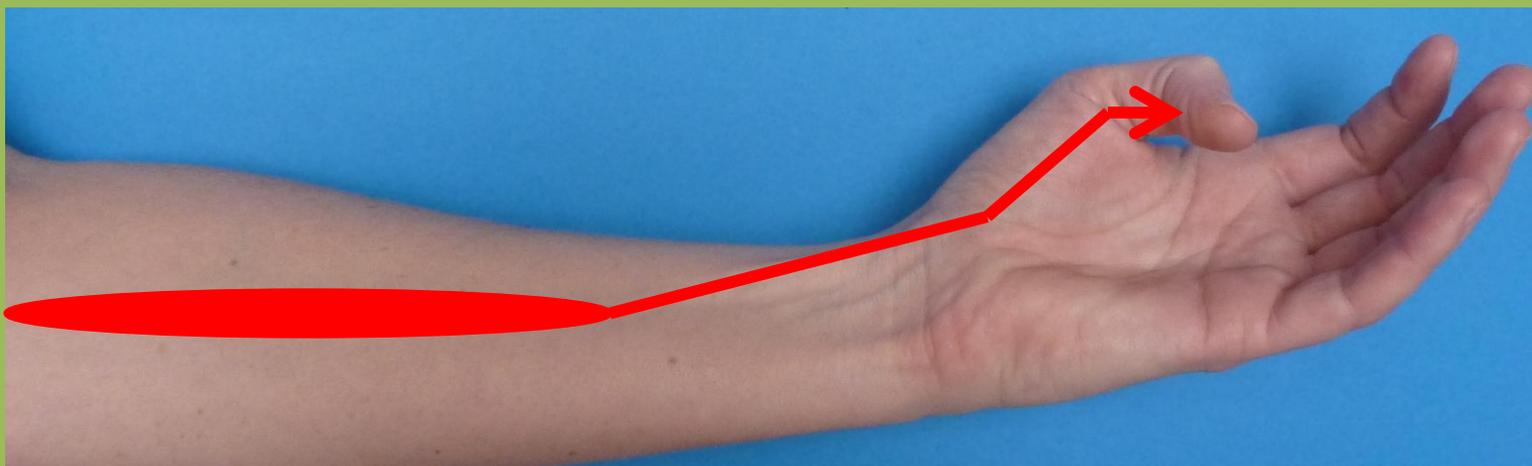


# Flexion inter-phalangienne du pouce

**O:** Radius, face antérieure,  
 $\frac{3}{4}$  supérieur.

**T:** Base de la 2<sup>ème</sup> phalange  
du pouce, face antérieure.

Long fléchisseur du pouce

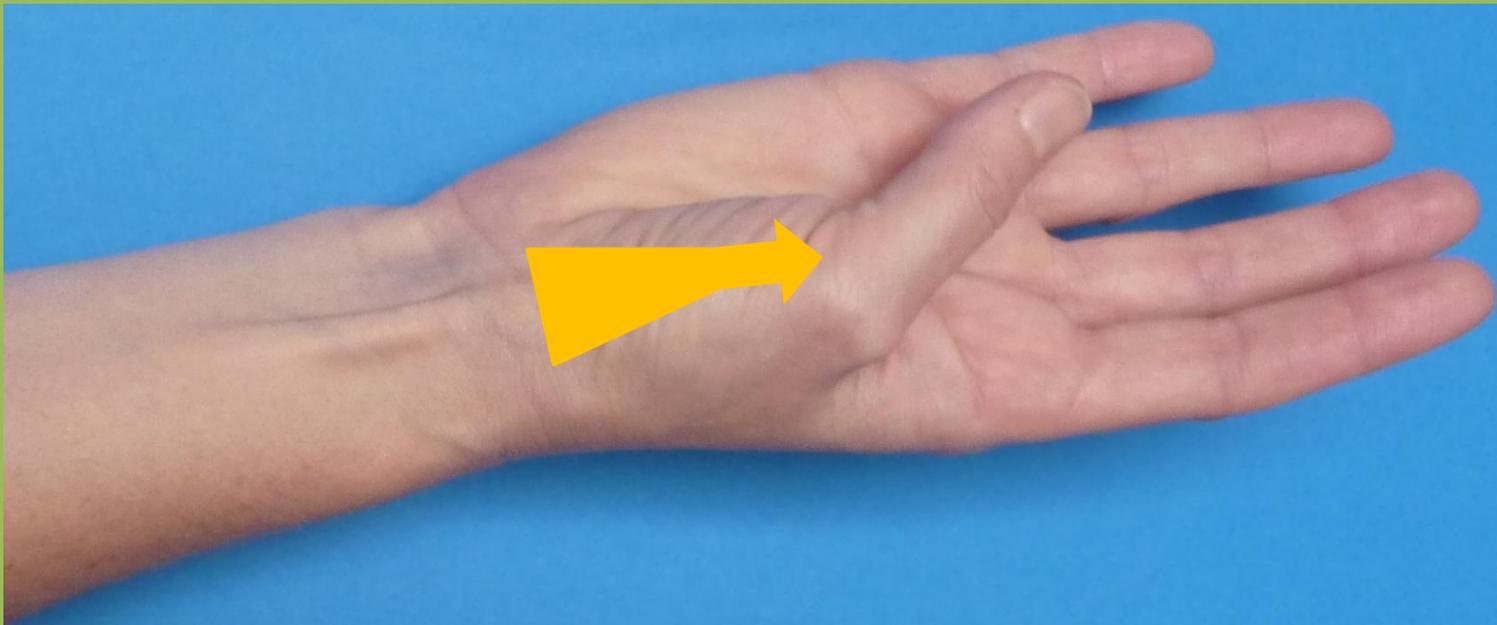


# Flexion de la métacarpo-phalangienne du pouce

**O:** Os du carpe: Trapèze + Trapézoïde + Grand os

**T:** Os sésamoïde MP, base P1 du pouce.

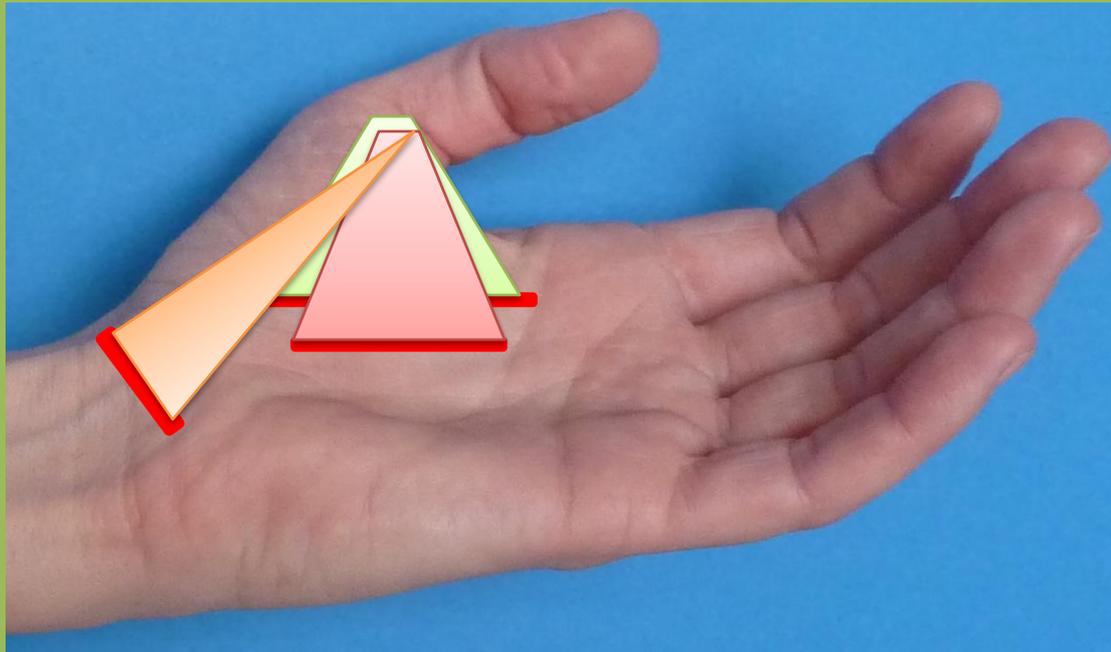
**Court Fléchisseur  
du pouce**



# Adduction du pouce

- O:** \* Os du carpe: Grand os, Trapézoïde  
\* Métacarpiens: base des 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup>
- T:** \* Os sésamoïde de la MCP du pouce  
\* Base de P1 du pouce

Adducteur  
du pouce



# Rotation axiale / Opposition du pouce

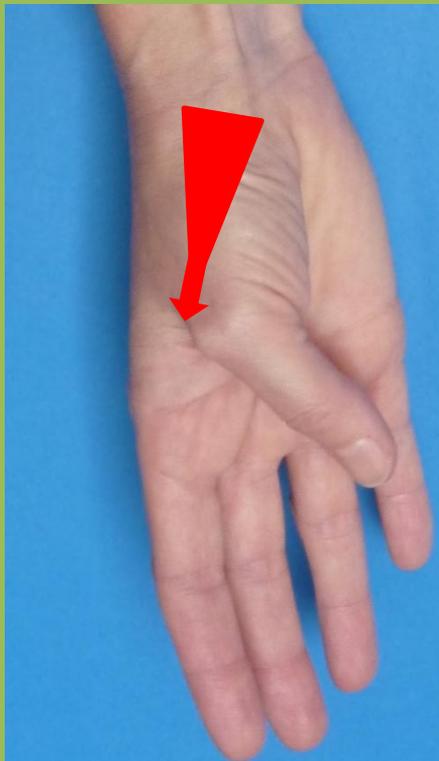
**O:** Scaphoïde

**T:** Base latérale P1  
du pouce

**Court  
abducteur**

**O:** \* Os du carpe: Trapèze  
\* Base 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> Méta

**T:** 1<sup>er</sup> Méta., toute la  
longueur bord latéral



**Opposant**

