

3.3 Ellbogen – Unterarm

Der Ellbogen setzt sich aus drei Gelenken zusammen:

- A. *Humeroulnaris* ⇒ Scharniergelenk
- A. *Humeroradialis* ⇒ Kugelgelenk (*Form nicht Funktion!*)
- A. *Radioulnaris proximalis* ⇒ Zapfengelenk

⇒ **Diese drei Gelenke haben eine gemeinsame Gelenkkapsel**

Das distale Radioulnargelenk zählt funktionell auch dazu, da jede Pronation-Supination immer im proximalen und im distalen Radioulnargelenk stattfindet

- A. *Radioulnaris distalis* ⇒ Radgelenk

Beweglichkeit:

Flexion/Extension 150° / 10°
Pro-/Supination 80-90°/80-90°

Gelenkkapsel:

⇒ schlaff, dadurch grosse Bewegungsfreiheit

Bandapparat:

⇒ straff, da das Gelenk nicht in alle Richtungen muskulär stabilisiert werden kann.

- Kollateralbänder gewähren seitliche Stabilisation
- Lig. Anulare stabilisiert Radiusköpfchen



Anterior view of the elbow joint.



