

بحث عن العضلات الهيكلية

بحث عن العضلات الهيكلية يبرز أهم وظائف العضلات بمختلف أنواعها، ودورها في القيام بالعديد من الوظائف، مع العلم أنه في حالة حدوث أي خلل لهذا الجهاز الحركي الهام، يصبح من الصعب ممارسة الأنشطة اليومية، ولا يمكن استمرار الحياة لذا نوضح طرق الحفاظ على العضلات الهيكلية عبر موقع فكرة.

عناصر بحث عن العضلات الهيكلية

- مقدمة خصائص العضلات الهيكلية
- خصائص العضلات الهيكلية
- أنواع العضلات الهيكلية
- أمراض العضلات الهيكلية
- وظائف العضلات الهيكلية
- خاتمة خصائص العضلات الهيكلية

مقدمة بحث عن العضلات الهيكلية

العضلات الهيكلية أو العضلات المخططة Skeletal muscle أو striated muscle تعد هي المحرك الرئيسي للجسم، حيث تشمل أغلب عضلات جسم الإنسان، فهي تشمل أكثر من 40% من وزن الجسم، ويصل عددها إلى نحو 475 عضلة.

خصائص العضلات الهيكلية

الخلية العضلية هي خلية أسطوانية الشكل طويلة تحتوي على مئات الأنايب الموجودة على سطح الخلية.

- التحكم في جميع حركات الجسم.
- تعرف باسم العضلات الإرادية.
- ترتبط العضلات الهيكلية بالعظام من خلال الأوتار.
- تتكون من ألياف رفيعة وطويلة متعددة النوى وتأخذ الشكل المخطط.

أنواع العضلات الهيكلية

هناك نوعين رئيسيين من العضلات الهيكلية لكل منهما دور في بناء الهيكل العضلي، ولكل منهما وظيفة محددة لا تختلط عن غيرها.

أولاً: الألياف بطيئة الانقباض

- هذه العضلة غنية بالميتوكوندريا والميوجلوبين والأوعية.

- يوجد بها نسبة كبيرة من الأكسدة والإنزيمات والميتكوندريا، وينخفض نشاط تحلل السكريات لديها.
- من أهم وظائفها أنها مقاومة للتعب.
- تنقبض هذه الألياف ببطيء وتوجد هذه الألياف بكثافة عند السباحين.

ثانياً: الألياف سريعة الانقباض

- تتعرض للإرهاق والشلل العضلي بسرعة.
- سريعة الانقباض وتساعد في ممارسة الأنشطة الرياضية والأعمال الشاقة.
- لها قدرة عالية على تحليل السكر.
- تبرز هذه العضلة عند الرياضيين ورافعي الأثقال.

أمراض العضلات الهيكلية

يوجد مجموعة من الأمراض التي تصيب العضلات الهيكلية مما يتسبب في خلل كبير في حياة الإنسان مهنيًا وتنعكس بالتالي على حالته النفسية، كما تعد من أصعب الأمراض علاجياً وقد يصل الأمر إلى الجراحة في الكثير من الأحيان.

أولاً: الاعتلال العضلي الخلقي

- ذلك المرض من الأمراض النادرة.
- تكون نتيجة من العيوب الخلقية التي من الوارد أن تحدث عند الولادة.
- من أكثر العلامة شيوعاً لذلك المرض وجود تقلصات عضلية وتأخر المهارات الحركية وضعف عضلات الوجه بشكل ملحوظ فيه.

ثانياً: ضمور العضلات

- من أكثر أنواع الأمراض الوراثية انتشاراً.
- تعمل على ضعف وتدهور العضلات نتيجة نقص بروتين الديستروفين في الجسم.
- يعتبر بروتين الديستروفين من أهم البروتينات التي يجب أن تتوافر في الجسم لعمل العضلات وعدم حدوث ضمور فيها.

وظائف العضلات الهيكلية

- مسئولة عن تعبيرات الوجه الدائرية الفموية المسؤولة التي تحرك الشفاه، وإغلاق العين ومضغ الطعام.
- لها دور مهم في آلية التنفس وعملية الشهيق والزفير.
- هي المحركة الأساسية للحاجبين وعمليات المضغ هي الجناحية والصدغية والشدقية.

- كما أنها تساعد على البلع.
- تعمل هذه العضلة على تحريك الجسم وتسمح به بالتقلص.
- يوجد نوع آخر من العضلات الهيكلية وهي العضلات الموجودة في الجهاز الهضمي والبولي.
- أحد الوظائف الأساسية للعضلة هي تحقيق التوازن أي جعل البيئة الداخلية للجسم ثابتة.
- تعمل على الحفاظ على درجة الحرارة الطبيعية للجسم التي تعادل 85% من الحرارة التي يولدها الجسم نتيجة التقلصات.

خاتمة بحث عن العضلات

بعد البحث عن العضلات الهيكلية نستنتج أهمية الحفاظ على الصحة العامة للجسم لا سيما كفاءة العضلات وقوتها من الناحية الغذائية وممارسة النشاط الرياضي باستمرار لكي نتجنب الأمراض التي تصيب الجهاز العضلي.

تقوم العضلات الهيكلية بالعديد من الوظائف مثل الحفاظ على درجة الحرارة وحركة الجسم بشكل طبيعي، مع الأخذ في الاعتبار أن وجود أي خلل سوف يعوق حركة الجسم وعمليات المضغ وتحقيق توازن الجسم.