

Osteo- und Arthrokinematik

Die **Osteokinematik** beschreibt deutliche, von aussen sichtbare Knochenbewegungen, die durch Rotation um die Gelenkachse(n) entstehen. Dazu zählen:

- Flexion (Beugung) und Extension (Streckung)
- Abduktion (Abspreizung) und Adduktion (Anziehung)
- Innenrotation (Drehung nach innen) und Aussenrotation (Drehung nach aussen)

Von der Osteokinematik wird die Arthrokinematik abgegrenzt.

Die **Arthrokinematik** beschreibt die relative Bewegung der Gelenkflächen zueinander bei einem osteokinematischen Bewegungsvorgang. Sie bezeichnet das Geschehen innerhalb eines Gelenks, wenn sich die Knochen im Raum bewegen. Zur Arthrokinematik zählen die Roll- und Gleitbewegungen innerhalb des Gelenkes, die bei der Rotation auftreten.

Jedes Gelenk besitzt eigene Faktoren bzw. Strukturen, welche die Arthrokinematik während einer Bewegung des Knochens intraartikulär (innerhalb der Gelenkkapsel eines Gelenkes befindlich) steuern. So wird z.B. beim Schultergelenk die Arthrokinematik weitestgehend von Muskulatur gesteuert („Rotatorenmanschette“), beim Kniegelenk hingegen geschieht die Steuerung über die zentralen Ligamenta (Bänder).