

Becken und Hüftgelenk

Das **Becken** (Pelvis) steht über das straffe Iliosakralgelenk mit dem Kreuzbein in Verbindung. Die Hüftgelenke bilden den Übergang zu den Beinen. Das Becken besteht aus einem linken und einem rechten **Hüftbein**. Die beiden Hüftbeine bilden zusammen mit dem Kreuzbein den sog. Beckenring. Jedes Hüftbein ist aus 3 Knochen aufgebaut: dem Darmbein mit der mächtigen Beckenschaukel, dem Sitzbein und dem Schambein. Zwischen dem Schambein der linken und der rechten Seite befindet sich die Schambeinfuge (Symphyse).

Becken und Oberschenkel sind über das Hüftgelenk miteinander verbunden. Das proximale Ende des Oberschenkelknochens bildet eine Halbkugel, den **Hüftkopf**. Er stellt den Gelenkkopf des Hüftgelenks dar. Der Hüftkopf ist über den **Schenkelhals** mit dem Knochenschaft des Oberschenkelknochens verbunden. Am proximalen Ende des Knochenschafts ist auf dessen Außenseite ein mächtiger Knochenvorsprung ausgebildet, der sog. Trochanter major. Er dient verschiedenen Hüftmuskeln als Ansatzstelle. Ihm gegenüber auf der Innenseite liegt sein kleineres Gegenstück, der Trochanter minor.

An der Gelenkpfanne sind mit Darm-, Sitz- und Schambein alle 3 Beckenkochen beteiligt. Die Gelenkpfanne ist sehr tief ausgeprägt und besitzt an ihrem Rand eine Knorpellippe, sodass der Hüftkopf fast vollständig von der Pfanne umschlossen wird. Die Gelenkkapsel wird von kräftigen Bändern verstärkt. Dieser Aufbau schützt das Gelenk sehr wirksam davor, dass der Gelenkkopf aus der Pfanne gleitet.

Das gibt's zu tun

Aus welchen Knochen setzt sich ein Hüftbein zusammen und wie heißen die einzelnen Knochenstrukturen am Becken? Vervollständige die Beschriftung! Ist der Bleistift noch gespitzt? Schraffiere doch einmal den Trochanter major! Dadurch lernst du seine Struktur kennen. Man kann ihn übrigens knapp unter dem Hüftgelenk unter der Haut tasten.

