



UE 2.2

Le système Osseux en bref

Le club des Os

- **Os longs** : fémur, clavicule, humérus, tibia...
- **Os courts** : rotule, calcanéum, os du poignet...
- **Os plats** : omoplate, sternum, côtes, crâne...
- **Os irréguliers** : vertèbres, sphénoïde, bassin...

Astuce mnémotechnique : LCPIR (comme un « Le Cœur Parle IRrégulièrement »)

L = Longs (fémur, humérus)

C = Courts (rotule)

P = Plats (sternum)

IR = Irréguliers (vertèbres, bassin)



L'architecture des Os

- **Périoste** : La coque extérieure.
- **Os compact** : La partie super dense, le blindage.
- **Os spongieux** : L'intérieur léger, façon éponge.
- **Moelle rouge** : L'usine à cellules sanguines.
- **Moelle jaune** : Le stock de graisses.



Truc pour retenir : Imagine une barre chocolatée : l'extérieur (périoste), l'intérieur croustillant (os compact), et la garniture aérée (os spongieux) avec deux types de "fourrage" (moelle rouge et jaune) selon l'âge !

Leurs super pouvoirs aka fonctions

- **Soutien** : Le squelette sert de charpente pour le corps et soutient les muscles.
- **Protection** : Le crâne protège le cerveau, la cage thoracique protège le cœur et les poumons.
- **Stockage** : Les os stockent le calcium et le phosphore, essentiels pour la solidité.
- **Hématopoïèse** : La production de globules rouges et blancs se fait dans la moelle rouge.

Les articulations

- **Synarthrose** : Les immobiles (comme le crâne).
- **Amphiarthrose** : Les semi-mobiles (comme la symphyse pubienne).
- **Diarthrose** : Les mobiles (comme les genoux et épaules).

Truc pour retenir : SAD : Synarthrose, Amphiarthrose, Diarthrose. Facile à imaginer, non ?



UE 2.2

Le système Osseux en bref

Le club des Os

- **Flexion** : Plier.
- **Extension** : Déplier.
- **Abduction** : Écarter (abandonner ton corps).
- **Adduction** : Rapprocher (accueillir)
- **Rotation** : Tourner sur soi-même

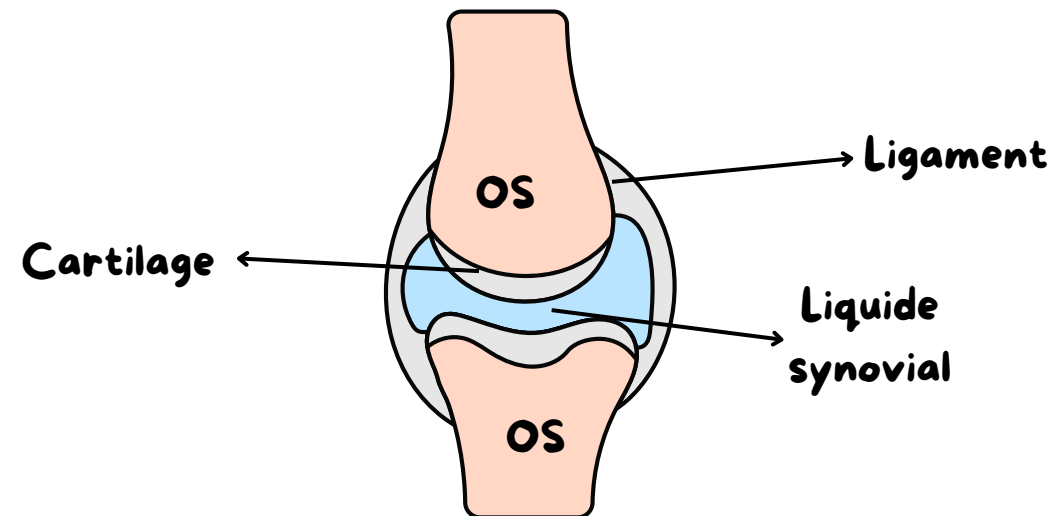
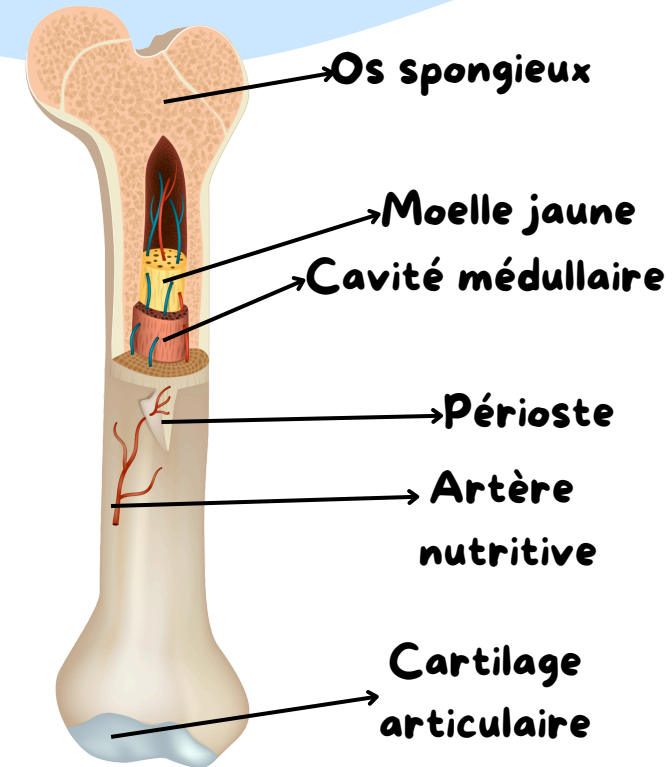
La croissance des OS

- **Hormone de croissance** : Chef d'orchestre, elle donne le rythme de la croissance.
- **Calcitonine** : Freine la destruction des os.
- **Parathormone** : Active les démolisseurs pour libérer du calcium.
- **Testostérone/œstrogènes** : Boostent la construction pendant la puberté.

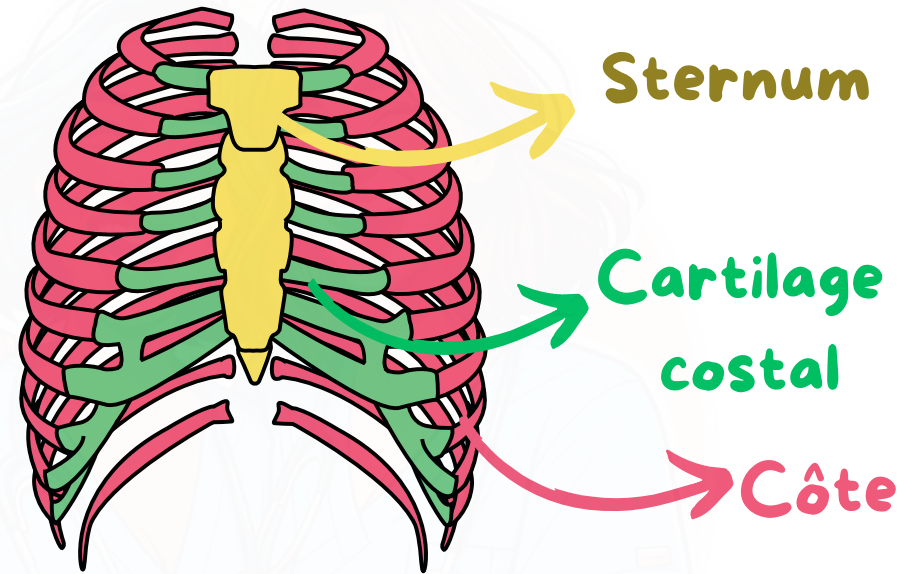
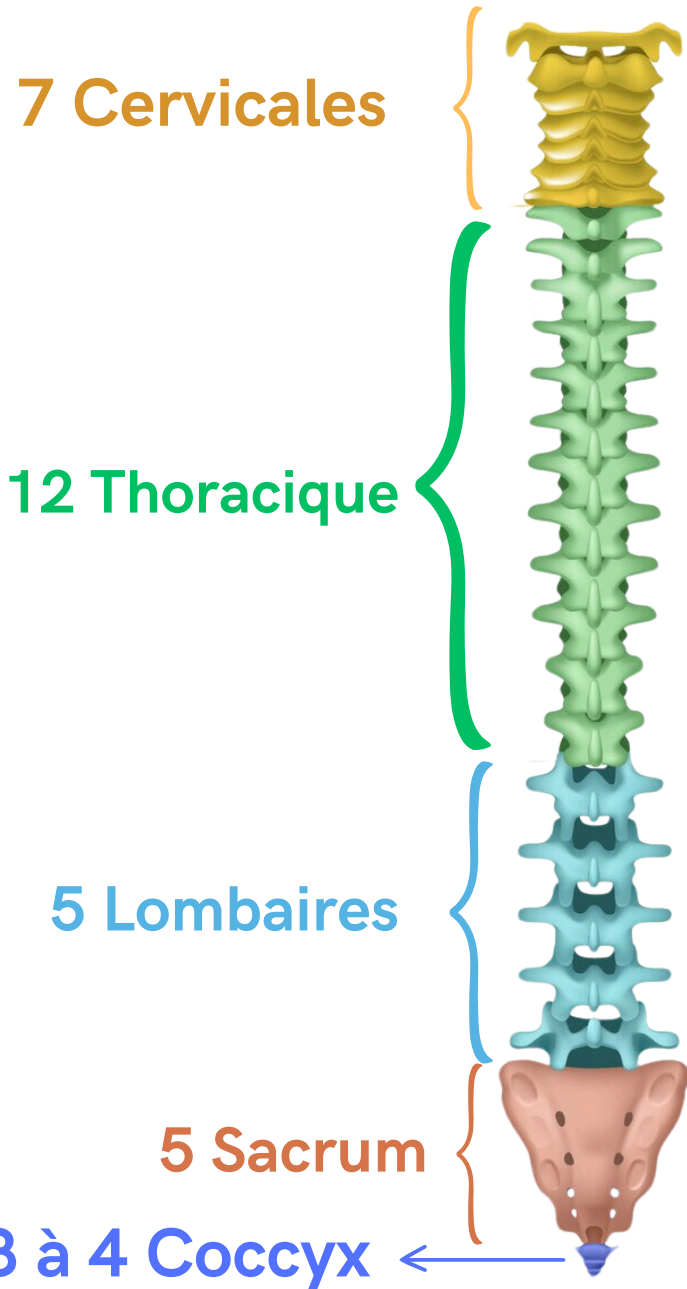
Les os sont comme une construction Lego gérée par des hormones : certaines ajoutent des briques, d'autres en retirent pour ajuster.

Les ennemis des Os

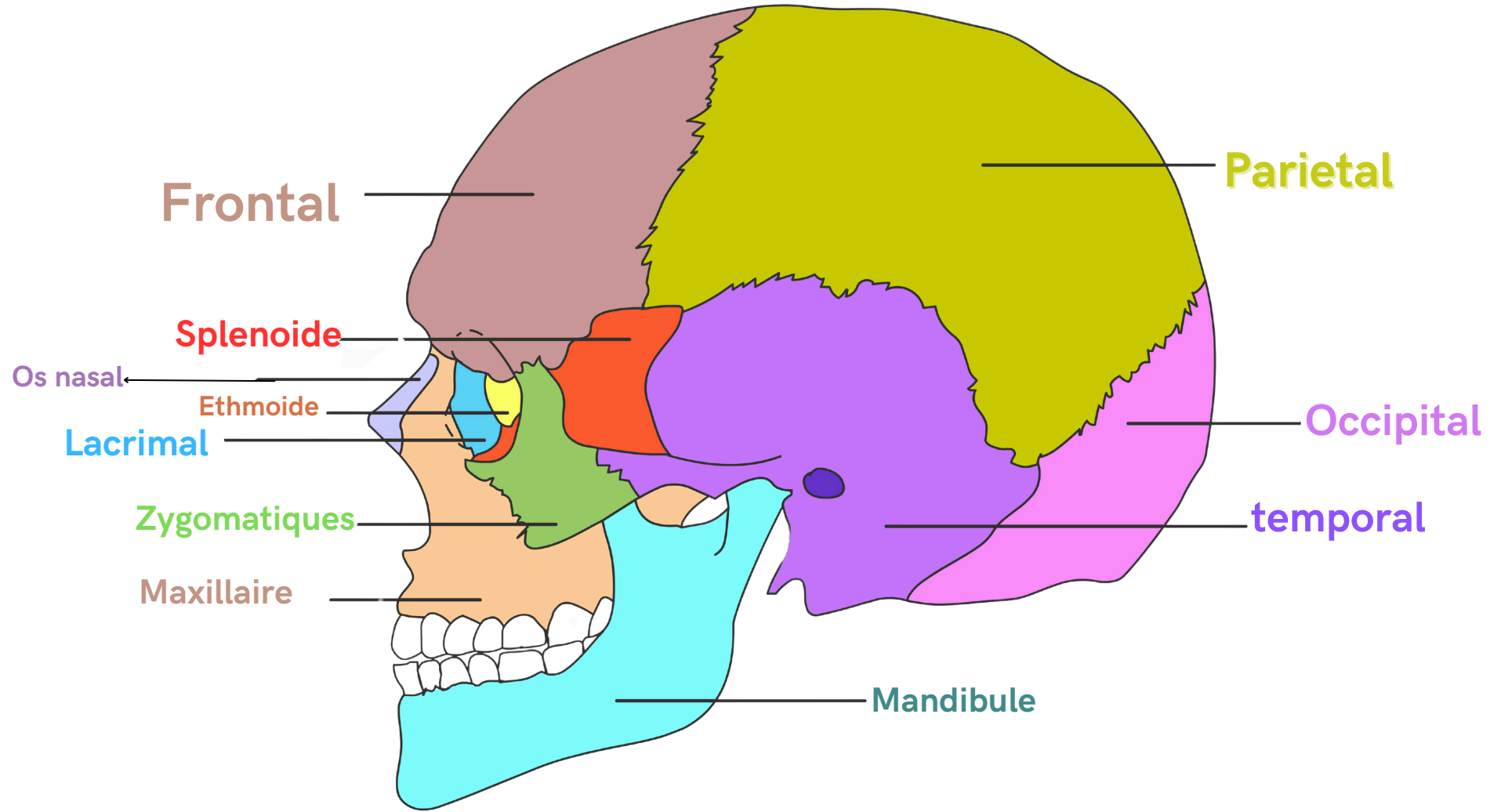
- **Fractures** : La casse, souvent accidentelle.
- **Ostéoporose** : Fragilisation des os après la ménopause.
- **Sarcome** : La tumeur qui attaque les os.



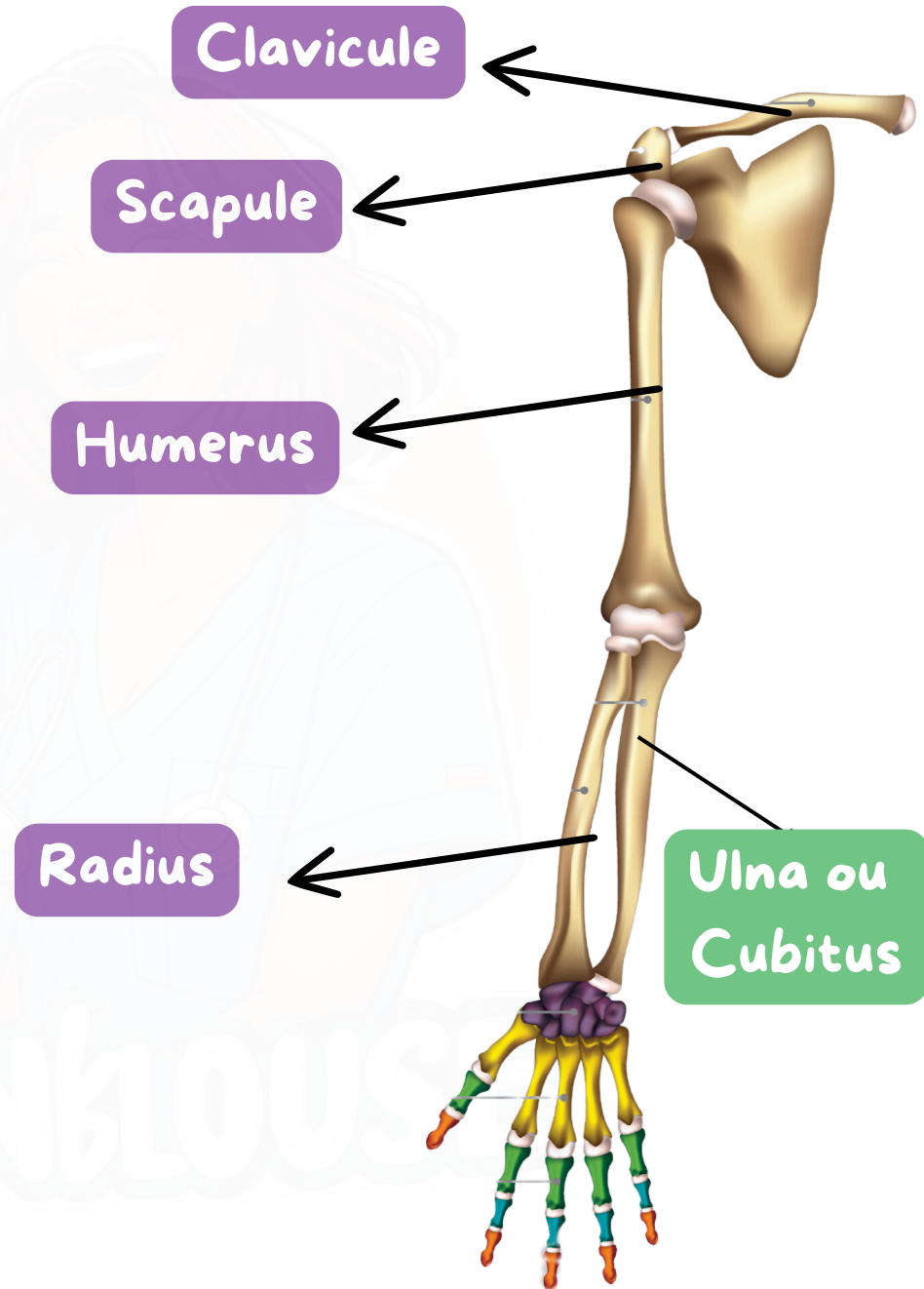
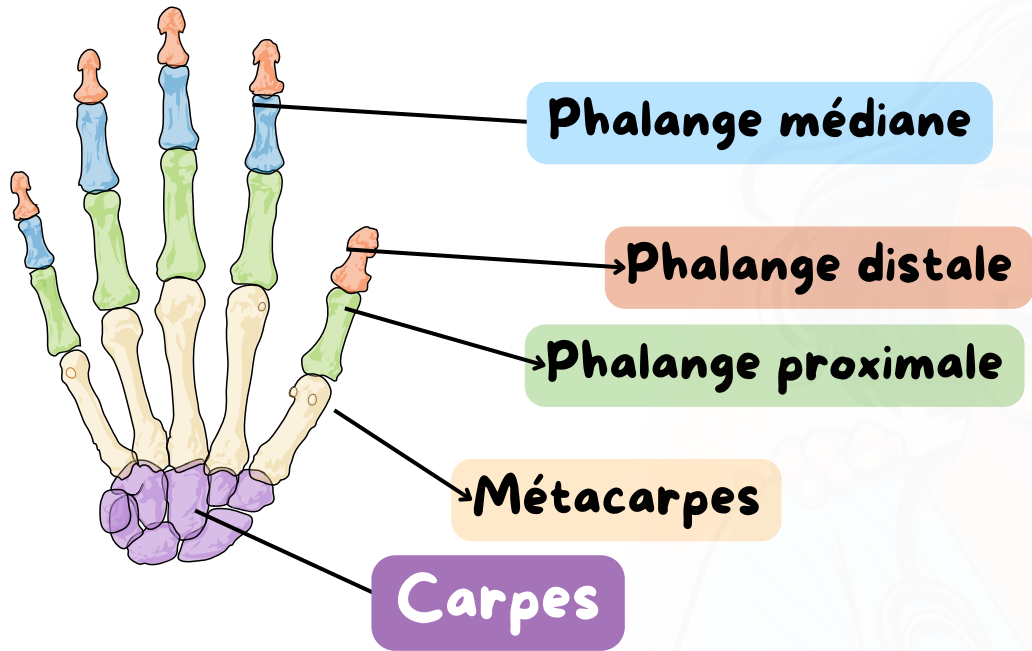
Cage thoracique et vertèbre



OS du crâne



OS membre supérieur



OS membre supérieur

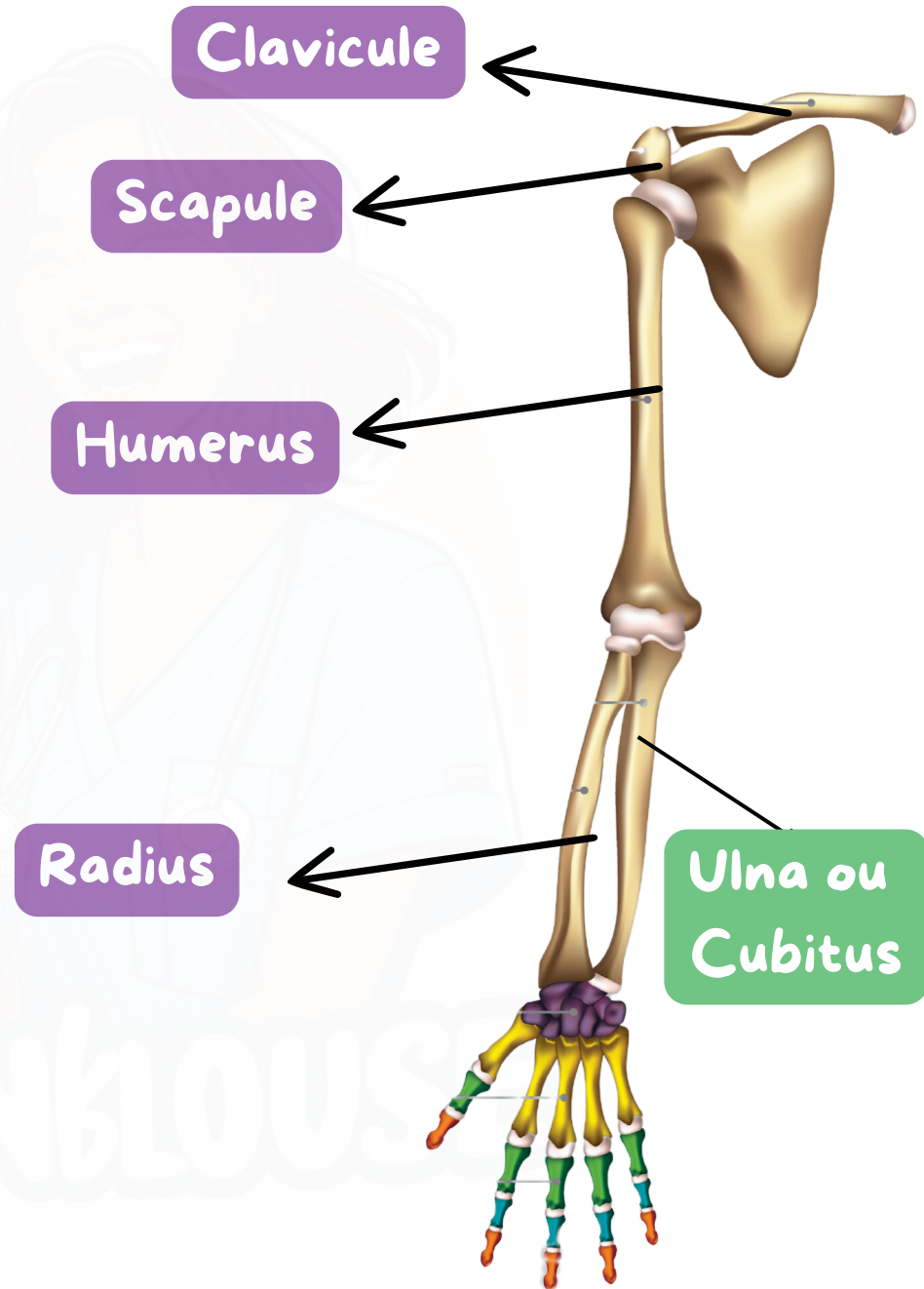
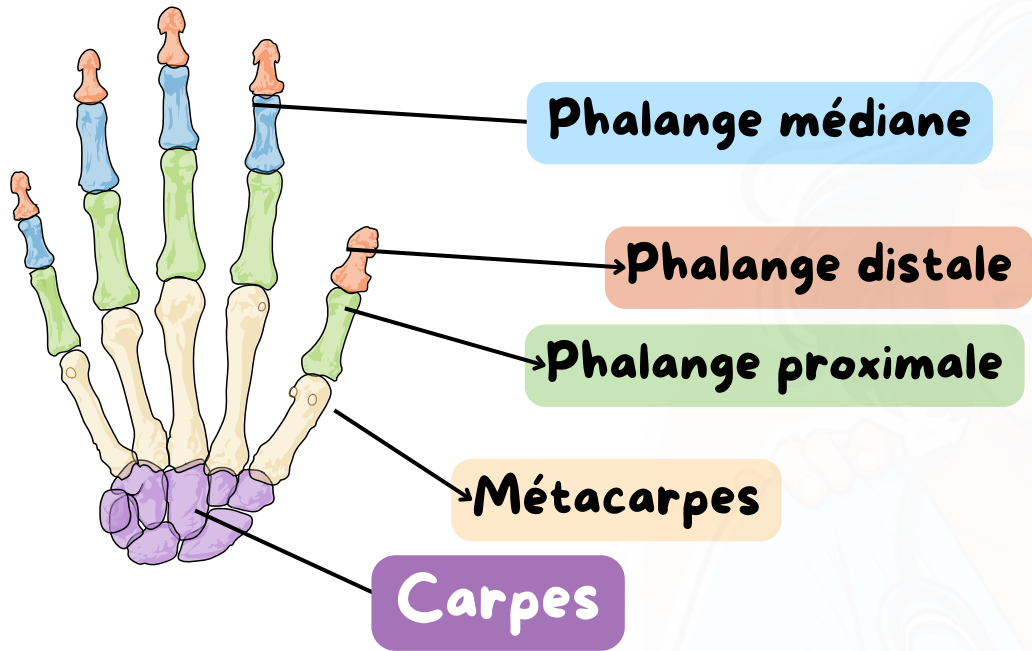
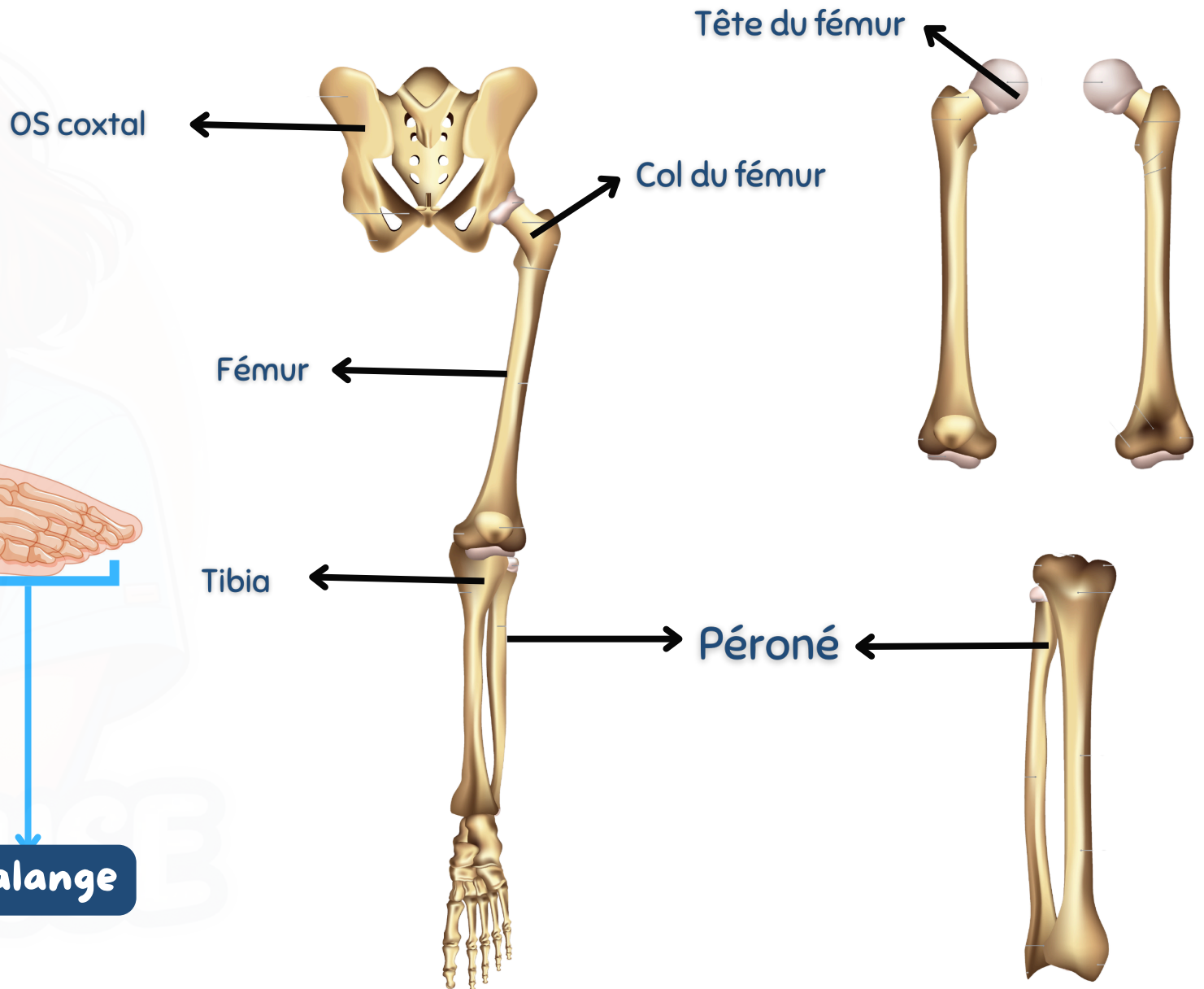
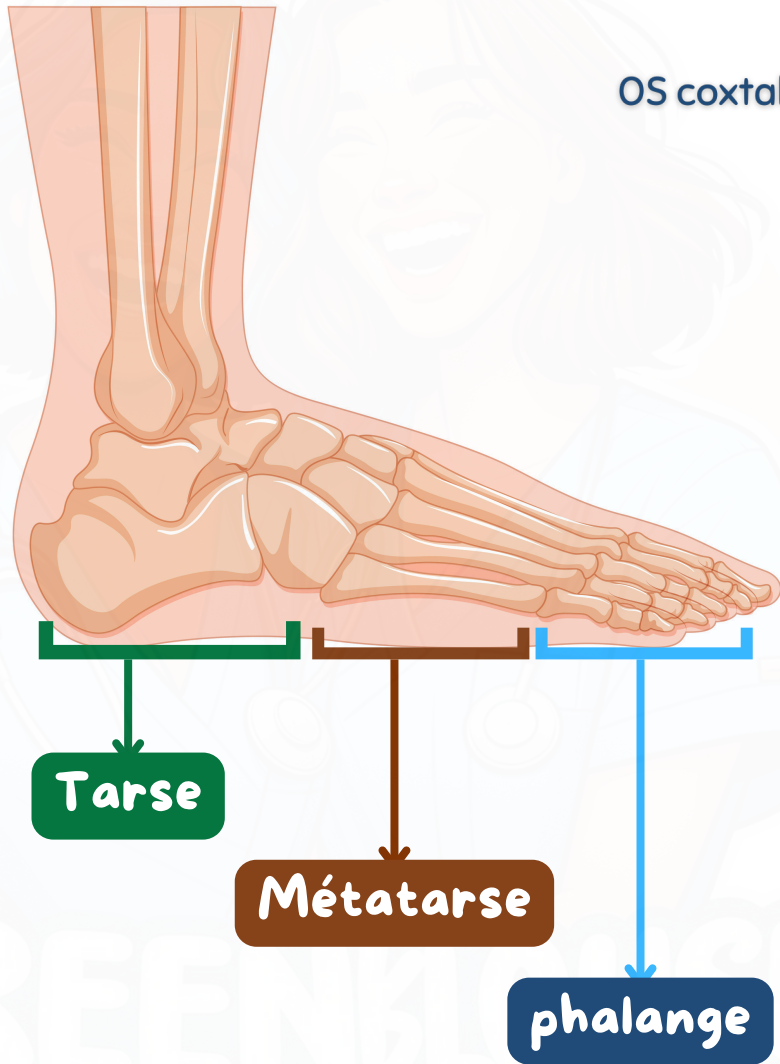


Schéma à légender

OS du membre inférieur





UE 2.2

Cage thoracique et vertèbre

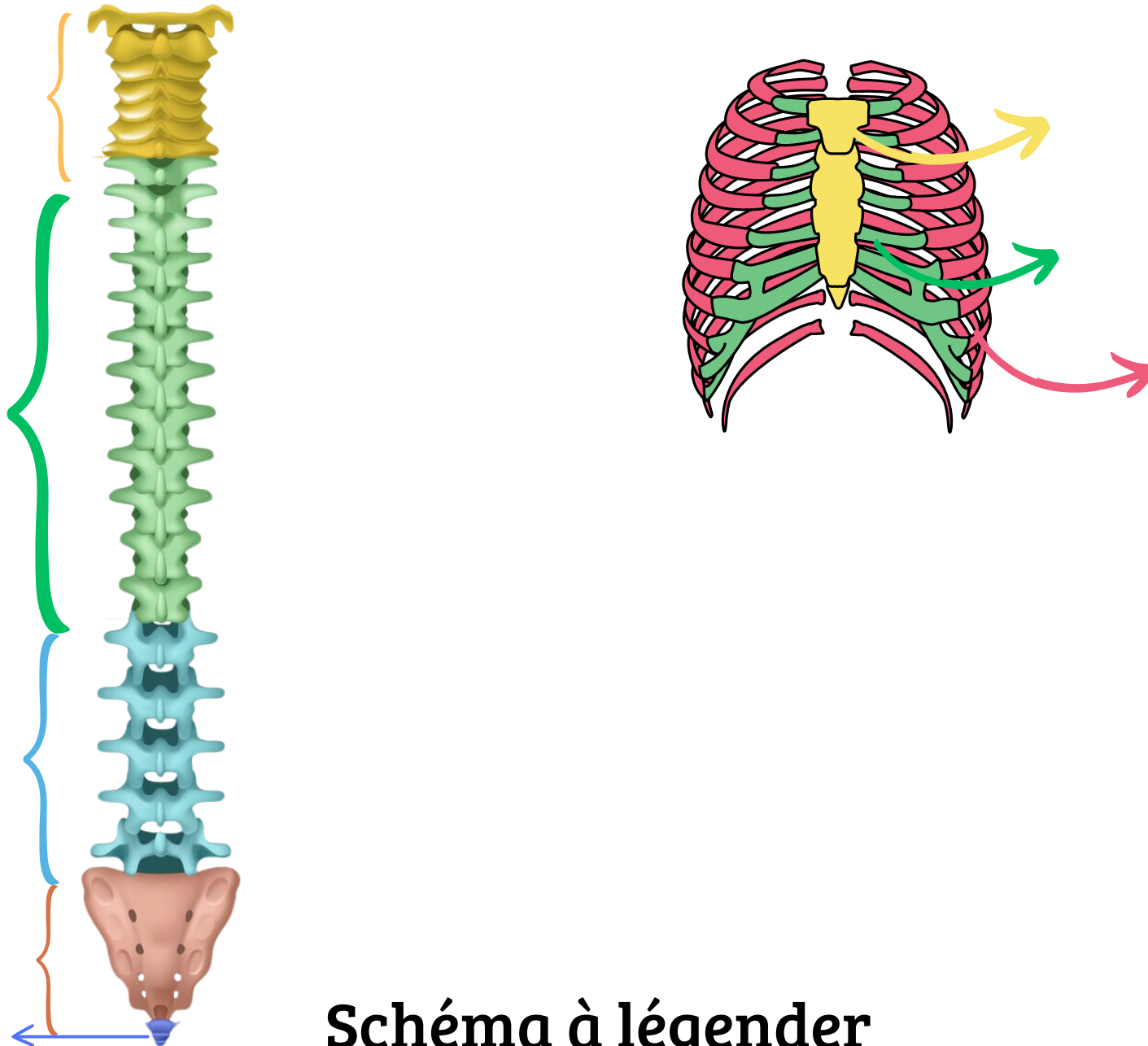


Schéma à légender

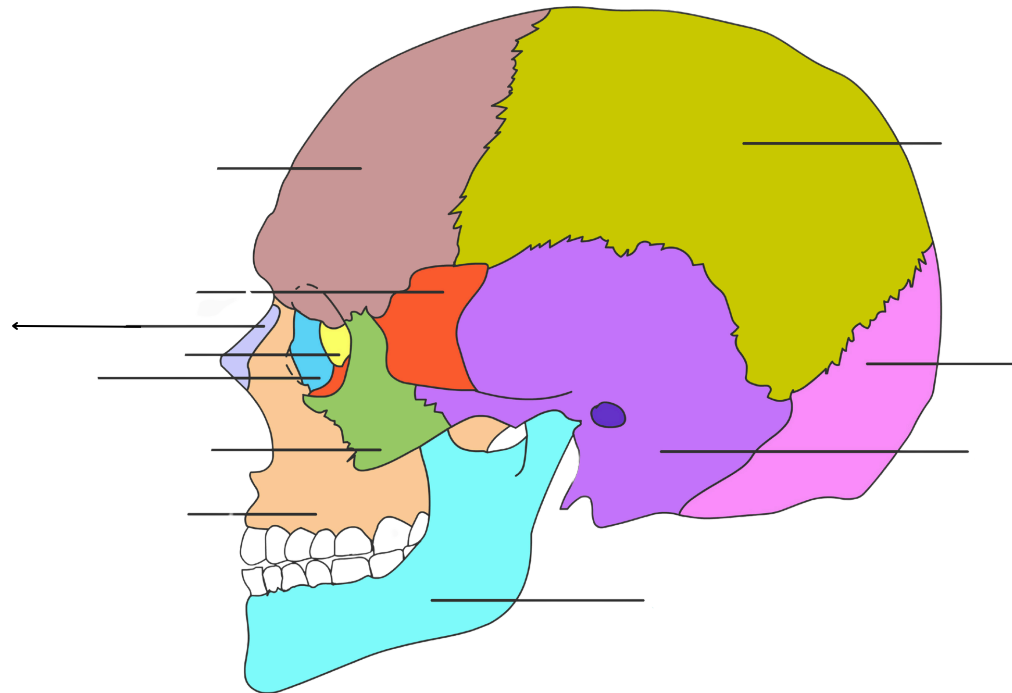
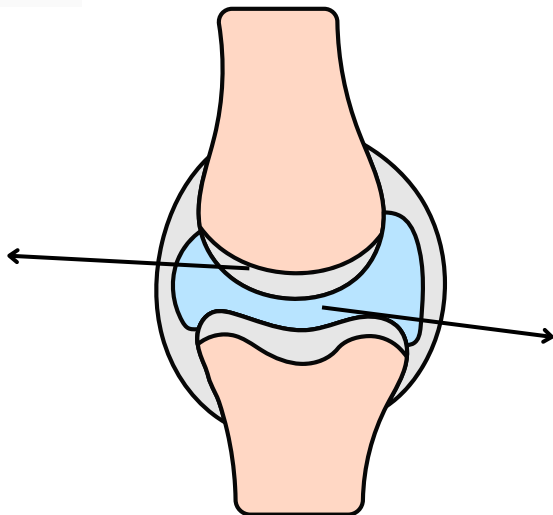
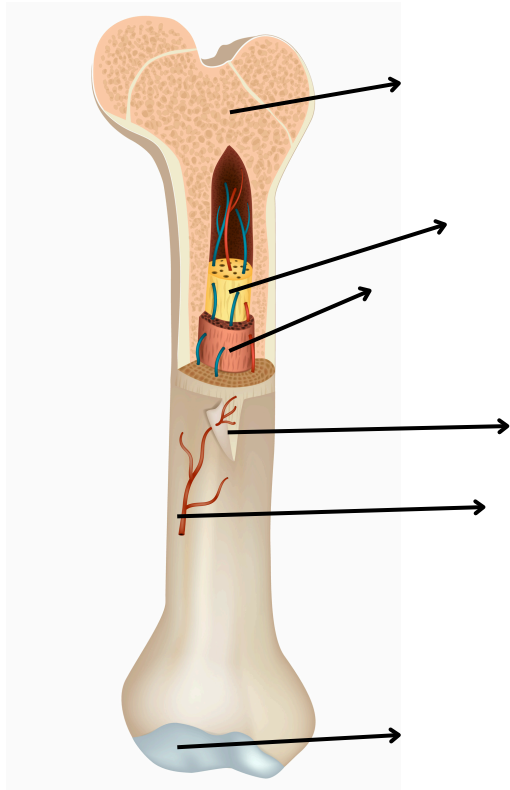
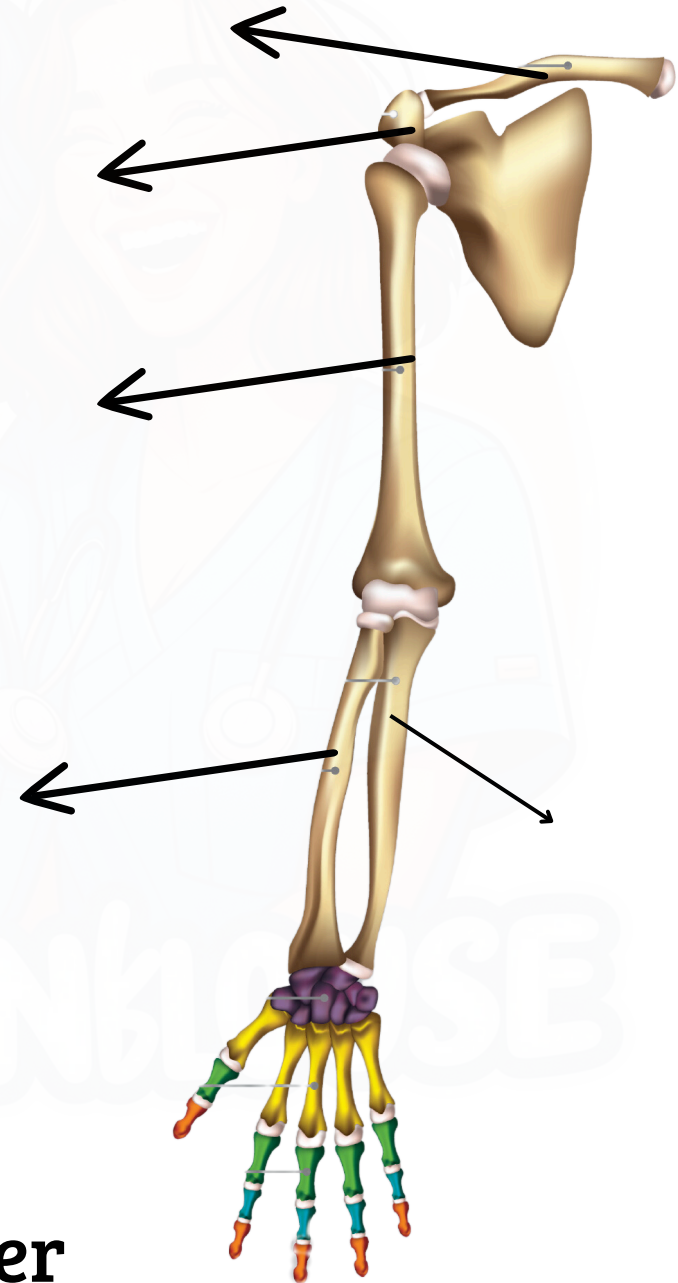


Schéma à légender



Schéma à légènder



OS du membre inférieur

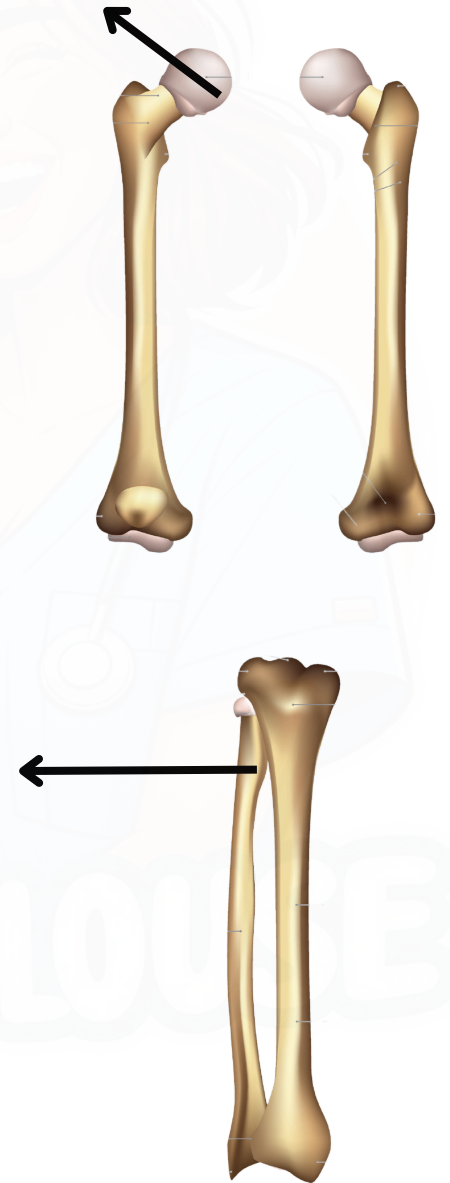
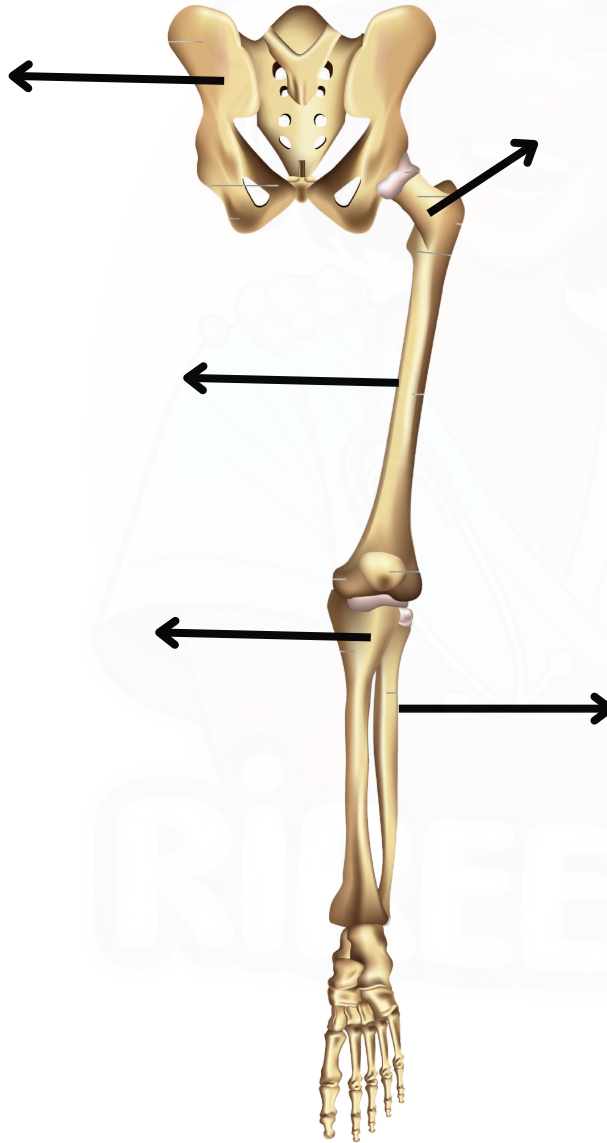
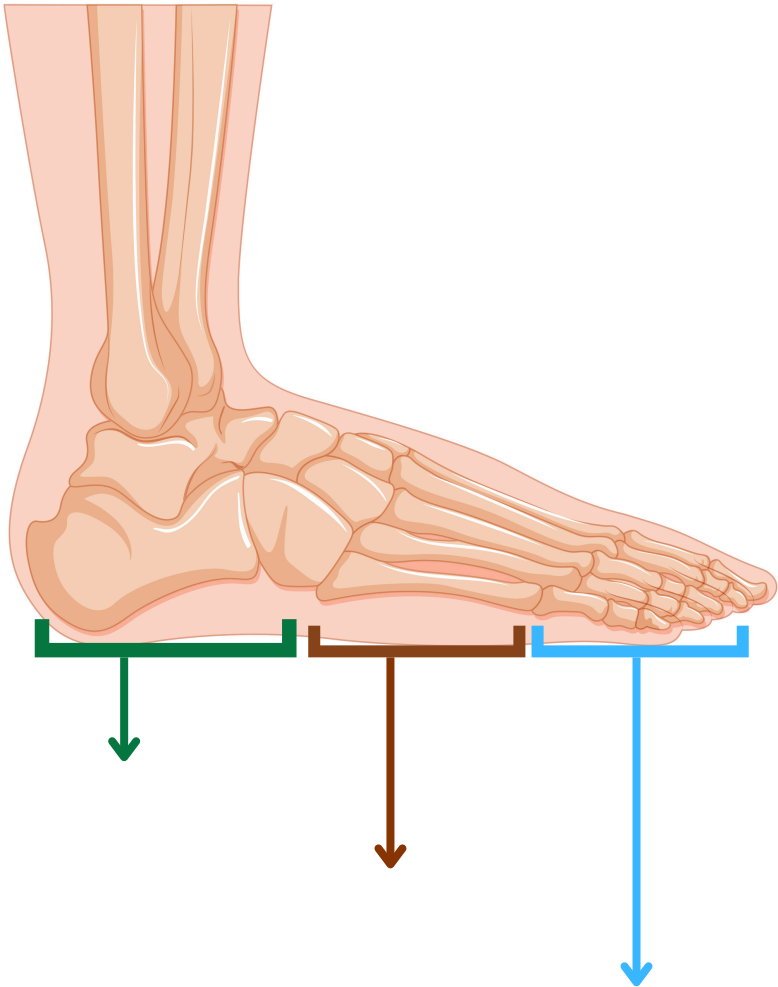


Schéma à légender