

# LE MUSCLE PSOAS : UN MUSCLE CLE

## DEFINITION

c'est un muscle profond de l'abdomen.  
il est constitué de 2 parties superficielle et profonde.  
il rejoint le muscle iliaque pour former le muscle ilio-psyas.

### MUSCLE PSOAS :

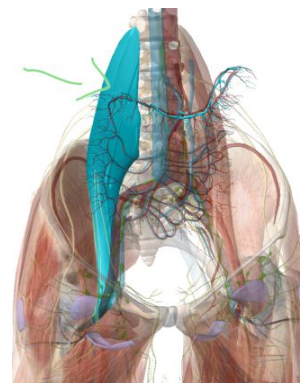
A pour origine la **face latérale des vertèbres T12 à L4** et disques intervertébraux correspondants ( partie superficielle)et les processus costiformes de L1 à L5 ( partie profonde).

Il est **descendant, en avant, en dehors, en bas**. passe en avant de l'articulation sacro-iliaque, glisse sur l'éminence ilio-pubienne, passe en arrière de l'arc ilio-pectiné et du ligament inguinal.

Il se termine sur le **petit trochanter**.

### MUSCLE ILIAQUE:

Prend naissance dans la **fosse iliaque** et dans la région de l'épine iliaque antéro-inférieure ;  
Il est **descendant, en avant et en bas** puis en bas et en dehors sous ligament inguinal où il rejoint le muscle psyas pour se terminer sur le **petit trochanter**, en avant du muscle psyas et s'étend en distal.



## ROLE

en décharge (chaîne ouverte) : flexion de la cuisse / hanche.

en charge (chaîne fermée) : flexion du tronc avec contraction bilat.  
si contraction unilatérale, flexion, inclinaison homolatérale et rotation controlatérale.

effet lordosant du rachis Lombaire.

au niveau du bassin le psyas iliaque est donc responsable d'une antéversion iliaque du côté contracté.

## CONCLUSION

IL faut toujours pensé au Psoas en podologie car il peut masquer des inégalités de longueur de membres inférieurs.

dans le milieu sportif, le Psoas est à l'origine de pathologies comme des pubalgies( football, athlé, course à pieds).

à l'origine de douleurs inguinales ou lombaires basses.