

# Obsah

Úvod	5	Kostra volné horní končetiny	58
Buňka (Linc - Fleischmann)	7	Spoje a svaly horní končetiny	60
Skladba buňky	7	Spoje a svaly ramena	61
Velikost a tvar buněk	8	Přehled pohybů paže	67
Dělení buňky	8	Klouby a svaly lokte	67
Tkáně	9	Klouby ruky a svaly kloubů ruky	72
Výstelka	9	Přehled inervace svalstva horní končetiny	81
Pojiva	11	Fascie horní končetiny	82
Tkáň svalová	13	Kostra dolní končetiny	83
Tkáň nervová	14	Pletenec dolní končetiny	83
Orgány, orgánové soustavy, organismus	15	Kostra volné dolní končetiny	84
Anatomické názvosloví	16	Spoje a svaly dolní končetiny	88
Obecná nauka o kostech a jejich spojích	17	Spojení pánevní	88
Obecný popis kostí	18	Kloub kyčelní a svaly kyčle	90
Vývoj a růst kostí	20	Kloub kolenní a svaly stehna	94
Spojení kostí	21	Klouby a svaly bérce a nohy	99
Obecná nauka o svalích	24	Klenba nožní	107
Zevní tvar svalu, pomocná svalová zařízení, názvosloví svalů	26	Přehled inervace svalstva dolní končetiny	109
Obecná svalová mechanika	27	Fascie dolní končetiny	110
Kostra osová	30	Složení lidského těla	111
Obratle	30	Krev, tkáňový mok, míza (Seliger)	112
Spojení na páteři	32	Krev	112
Tvar a pohyblivost páteře	34	Červené krvinky	115
Kost hrudní	35	Bílé krvinky	117
Žebra	36	Krevní destičky	118
Spojení žeber	36	Tkáňový mok	119
Hrudník	36	Míza	119
Lebka	36	Krevní oběh	121
Kloub čelistní	37	Srdce	122
Svaly kmene tělního	42	Cévy	128
Skupina dorzální	43	Dýchání	137
Skupina ventrální	43	Plicní ventilace	138
Svaly východu pánevního	45	Převod dýchacích plynů v plicích	143
Svaly břišní	45	Přenos dýchacích plynů krví	144
Svaly hrudníku	45	Vnitřní dýchání	146
Svaly krční	48	Trávení	148
Svaly hlavy	50	Zuby (Linc)	149
Kostra končetin	52	Vstřebávání	154
Kostra horní končetiny	56	Přeměna látek a energií (Vinařický)	156
Pletenec horní končetiny	56	Přeměna látek	156
		Metabolismus glycidů	156

Metabolismus tuků	158	Nácvik	238
Metabolismus bílkovin	158	Funkční přízpůsobení	239
Metabolismus nerostných látek	161	Přetrénování	240
Přeměna energie	164	Úvod do hygieny tělesné výchovy (Tintéra)	241
Výživa	168	Hygiena vzduchu	242
Termoregulace	174	Hygiena vody	248
Močové ústrojí (Seliger)	177	Epidemiologie. Předcházení nakažlivým chorobám	250
Žlázy s vnitřní sekrecí	182	Hygiena výživy	254
Podvěsek mozkový	183	Kvantitativní stránka výživy	254
Štitná žláza	184	Osobní hygiena	257
Příštitná tělíska	185	Hygiena cvičebního prostředí	262
Slinivka břišní	185	Hygiena tělesné výchovy dětí a dorostu	269
Nadledvinka	186	Vliv sportu na mládež a hygienické závěry pro ranou specializaci	279
Rozmnožování (Vinařický)	188	Úrazy při tělesné výchově a jejich předcházení (Schmid)	282
Obecná fyziologie nervů a svalů (Seliger)	192	Úrazy při různých sportech	285
Svaly	196	Úrazová zábrana ve sportu	285
Struktura svalového vlákna	196	Povšechné zásady první pomoci	287
Fyzikální vlastnosti svalu	197	Poskytování první pomoci při sportovních nehodách	290
Svalový stah	198	Úrazy hlavy	290
Projevy svalové činnosti	200	Úrazy krku	290
Chemismus svalové činnosti	201	Úrazy hrudníku	291
Mechanismus svalového stahu	203	Vyražení dechu	291
Svalová síla a práce	204	Úrazy břicha a pánve	291
Nervová soustava (Vinařický)	207	Poranění ledvin	292
Reflex	208	Poškození ženského ústrojí	292
Míšňní nervy (Linc)	209	Úder do varlat	292
Funkce hřbetní míchy	211	Úrazy páteře a pánve	292
Vegetativní nervová soustava	211	Úrazy horních končetin	292
Funkce prodloužené míchy	213	Úrazy dolních končetin	293
Funkce mozečku	215	Svalová křeč	294
Funkce středního mozku	215	Poškození kůže (teplem, chladem, vlhkostí, vodou, suchem, mechanickými silami, cizopasnky a hmyzem)	295
Funkce mezimozku a bazálních ganglií	216	Spáleniny	295
Funkce mozkových hemisfér	216	Omrzliny	295
Tvoření dočasných spojů — podmíněný reflex	219	Bezvědomí	297
Útlum	221	Doprava zraněných a nemocných	300
Analýza a syntéza	222	Doprava doprovodem	300
Signální soustavy	224	nesením	300
Činnost čidel	225	vezením	300
Zrak	226	Skříňka první pomoci	301
Sluch	227	Administrativa první pomoci	302
Čidla polohová a pohybová	229	Rejstřík	303
Chuť	229	Seznam obrázků	316
Čich	229	Obsah	318
Čidla kožní	230		
Čidla pohybového ústrojí	231		
Únava	232		
Startovní stav, rozcvičení	237		
Trénink	238		