

**Zeitschrift:** Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseur, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie

**Herausgeber:** Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseur, Heilgymnasten und Physiopraktiker

**Band:** - (1950)

**Heft:** 112

**Artikel:** Orthopädie für Masseur, Physiopraktiker und Heilgymnasten : die Fussmuskeln : (Fortsetzung)

**Autor:** Knellwolf, H.C.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-930799>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 25.11.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

(Fortsetzung)

## Die Fussmuskeln

**Funktion:** Er hebt den äussern Fussrand, hilft den Fuss beugen und nach ausen ziehen. Als Gegenspieler des vordern Schienbeinmuskels bildet er mit diesem die steigbügelartige Umfassung des Fusses. Seine Lage prädestiniert ihn zum aussichtsreichen Kämpfer für die natürliche Grosszehenabwicklung. Im natürlichen kräftigen Zustand verhindert der Muskel ein abnormales Auswärtstreten.

### 2. Der kurze Wadenbeinmuskel (*peroneus brevis*).

Bedeckt vom langen Wadenbeinmuskel entspringt er am äussern mittleren Teil des Wadenbeines. Die starke runde Sehne des Muskels führt unter dem äussern Fussknöchel hindurch (zusammen mit, aber vor dem langen Wadenbeinmuskel) und endigt am Vorsprung der V. Mittelfussknochenbasis.

**Funktion:** Er hebt den äussern Fussrand und hilft den Fuss beugen.

### c) Die hinteren, oder Wadenmuskeln.

#### Oberflächliche Schicht:

### 1. Der Zwillings-Wadenmuskel, oder zweiköpfige Wadenmuskel (*gastrocnemius*).

Der Name erklärt schon die Form des Muskels er besteht aus zwei Muskelbäuchen, welche direkt unter der Haut als massive Muskelmasse sichtbar sind. Der innere Teil des Muskels ist der kräftigere und ragt seitlich etwas weiter heraus. Er entspringt am innern Kopf des Oberschenkelknochens (direkt über der Gelenkspalte), während sich der äussere Teil des Muskels am äussern Oberschenkelknorren ansetzt. Beide gleichförmigen Muskelteile führen nun als zweiköpfiger Muskel bis in die Hälfte des Unterschenkels. Hier gehen sie in eine platte, breite und starke Sehne über, welche sich mit derjenigen des Schollenmuskels zur Achillessehne vereinigt, die am hintern Teil des Fersenbeines endigt.

**Funktion:** Er hebt die Ferse und beugt dadurch den Fuss sohlenwärts. Der Zwillingsmuskel ist speziell verantwortlich für die Bewegung des Zehenstandes.

### 2. Der Schollenmuskel (*soleus*).

Der Muskel hat seinen Ursprung am Kopf und am hintern obern Teil des Wadenbeines, ferner an der obern hintern und innern Fläche des Schienbeines und schliesslich an einem Sehnenbogen, der sich zwischen diesen Ansatzstellen spannt. Er läuft parallel und direkt unter dem zweiköpfigen Wadenmuskel, von dem er fast ganz verdeckt wird. Im untern Drittel der Wade ent-

wickelt sich der Muskel zu einer überaus starken, breiten Sehne, welche mit derjenigen des Zwillingsmuskels verschmilzt und mit dieser zusammen die Achillessehne bildet. Ende der Sehne: am Fersenbein.

**Funktion:** Er hebt die Ferse (Zehenstand).

Beide Muskeln, der zweiköpfige Wadenmuskel und der Schollenmuskel, welche an ihrem Ursprung verschieden gelegt sind, aber in der Achillessehne ihr gemeinsames Ende haben, werden in der anatomischen Bezeichnung oft als ein Muskel zusammengefasst und sind dann unter dem Namen «dreiköpfiger Wadenmuskel» (*triceps surae*) bekannt. Dieser Muskel ist der gewaltigste und damit der leistungsfähigste des Unterschenkels.

#### Tiefe Schicht:

### 1. Der lange Vierzehenbeuger (*flexor digitorum longus*).

Er entspringt in der Mitte der hintern Schienbeinfläche und an einem vom hintern Schienbeinmuskeln stammenden Sehnenstrang. Bedeckt vom Schollenmuskel und auf der Aussenseite an den langen Grosszehenbeuger angrenzend, verläuft der lange Vierzehenbeuger entlang der Rückseite des Schienbeines. Von hier geht der Muskel, bereits zur runden Sehne geworden, hinter den innern Fussknöchel, dann durch die flache Rinne an der freien innern Fläche des innern Fersenbeinvorsprungs zur Fussohle an der innern Seite des Fersenbeines hindurch (hinter und unter dem hintern Schienbeinmuskel) zur Fussohle. Hier überkreuzt die Sehne diejenige des langen Grosszehenbeugers und in der Mitte der Sohle teilt sie sich in vier Teile, welche zu den Endgliedern der II. bis V. Zehen verlaufen, nachdem sie die Sehnen des kurzen Vierzehenbeugers durchstossen haben.

**Funktion:** Er beugt die 4 kleinen Zehen in den Endgliedern und hilft den Fuss beugen.

### 2. Der hintere Schienbeinmuskel (*tibialis posterior*)

Dies ist der tiefste Muskel der Wade; er liegt direkt unter den Unterschenkelknochen. Er entspringt als breiter Muskel an den Binde-spannweben, welche zwischen dem Schien- und dem Wadenbein gespannt sind; ferner setzt er an den angrenzenden innern Rändern dieser beiden Knochen an. Zwischen dem langen Vierzehenbeuger und dem langen Grosszehenbeuger zieht sich die breite Muskelpartie nach unten. Die langen Muskelfasern ziehen schon in der Mitte des Unterschenkels einseitig zu der am Schienbein entlang führenden starken Sehne. Diese unterkreuzt unten die Sehne

des langen Vierzehenbeugers, sodass sie, obwohl unter diesem Muskel gelegen, am innern Beinrand in einer Furche unter dem innern Fussknöchel hindurch, verteilt sich dann in verschiedene Sehnenläufer, welche am Kahnbein, am 1., 2 und 3. Keilbein, am 2., 3. und 4. Mittelfussknochen sowie am Würfelbein endigen.

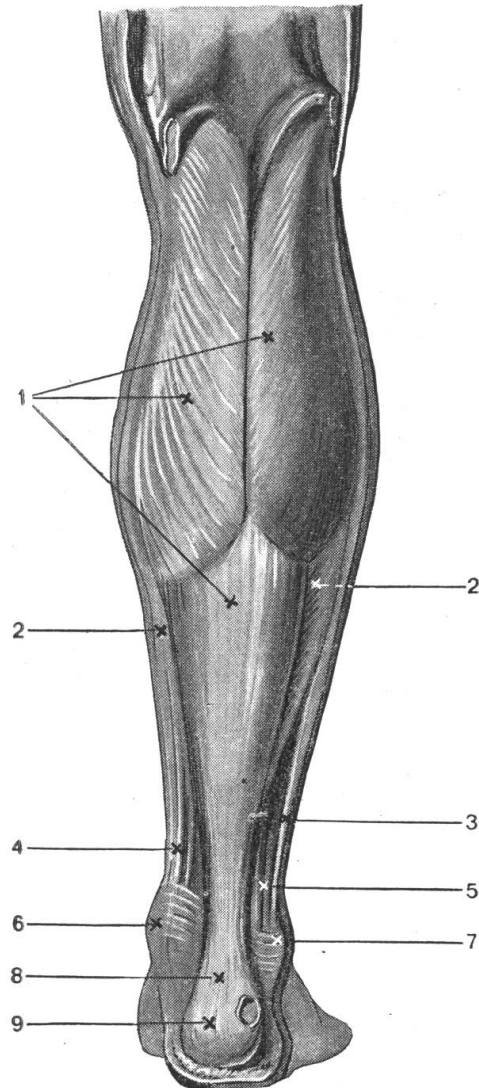
Funktion: Der Muskel beugt den Fuss, hebt den innern Fussrand (Supination), stützt den runden freiliegenden Kopf des Sprungbeines und verhindert damit in kräftigem Zustand das Einknicken aber auch das Senken des Fusses.

### 3. Der lange Grosszehenbeuger (*flexor hallucis longus*).

Dieser kräftigste Muskel der tiefen Waden- gruppe entspringt am mittleren hinteren Teil des Wadenbeines und am Spanngewebe zwischen beiden Unterschenkelknochen. Bedeckt vom Schollenmuskel und zwischen dem langen Vierzehenbeuger und kurzen Wadenbeinmuskel gelegen, entwickelt sich schon in der Mitte seiner Muskel- masse ein Sehnenstreifen, der in eine runde Sehne ausläuft. Diese überquert schräg die hintere Sprungbeinfläche in einer speziellen Knochenrinne, führt hinter den innern Fussknöchel und so- dann unter dem Knochenvorsprung der innern Fersenbeinfläche und unter dem freistehenden Kopf

des Sprungbeines hindurch zur Fussohle. Hier un- terkreuzt die Sehne diejenige des langen Vier- zehenbeugers und zieht zwischen den zwei Mus- kelbäuchen des kurzen Grosszehenbeugers direkt zur Grosszehe, an deren Endglied sie endigt.

Funktion: Der Muskel beugt die grosse Zehe, beugt den Fuss, hebt den innern Fussrand (Supi- nation), dreht den Fuss nach innen (Abduktion), hilft das Längsgewölbe spannen.



- 1 — zweiköpfiger Wadenmuskel
- 2 — Schollenmuskel
- 3 — langer Wadenbeinmuskel
- 4 — langer Vierzehenbeuger
- 5 — kurzer Wadenbeinmuskel
- 6 — innerer Knöchel (Schienbein)
- 7 — äusserer Knöchel (Wadenbein)
- 8 — Achillessehne
- 9 — Fersenbein

Für Masseur und Pediküre

In grossem Industriezentrum ist  
günstig gelegene

### **Badanstalt**

zu vorteilhaften Bedingungen  
zu verkaufen

Für Berufsleute konkurrenzlose,  
ausbaufähige Existenz.

Offerten unter Chiffre 240 an die  
Verbandszeitschrift, Thalwil

Günstig zu verkaufen

### **Inventar aus Masseur-Praxis**

Massagebank, Rollpult usw.  
Alles in gutem Zustand

Anfragen unter Chiffre 241 an die  
Verbandszeitschrift, Thalwil