

# 眼球運動と 筋肉

～上斜筋？下直筋？どういうこと？～

エビデンスノート369



# 眼球を動かすには3つの脳神経が関わる！

目をギョロギョロ動かす時、3つの脳神経が関わっている！

動眼神経

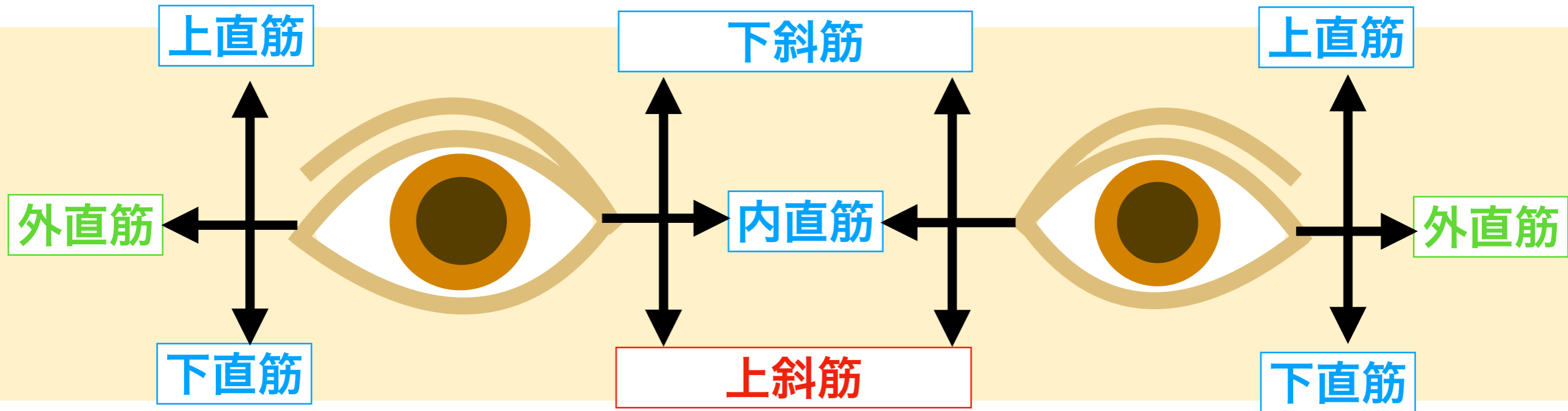
滑車神経

外転神経

それぞれの神経がどの方向に眼球を動かすのかを見ていこう！



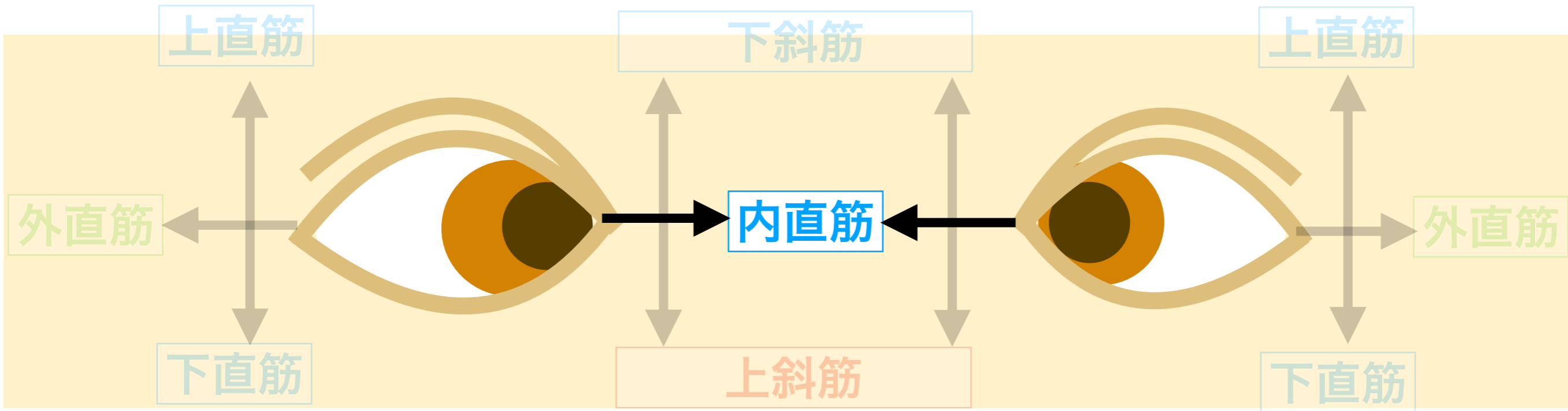
# まずは眼球を動かす筋肉から！



## 眼球運動のルール

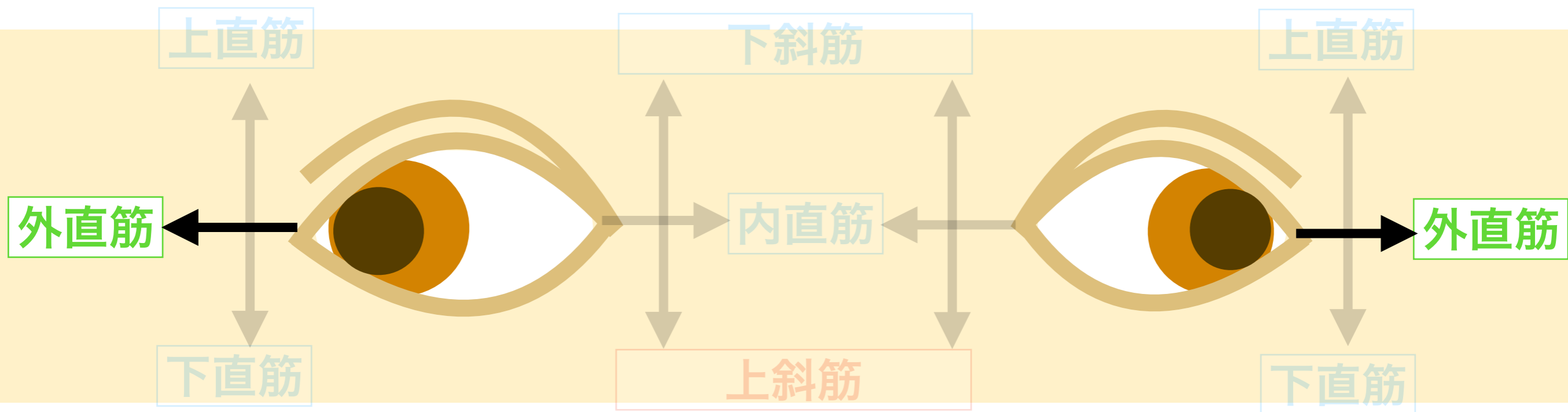
- それぞれの筋肉が協力することで眼球はいろんな方向に動ける！
- 眼球を「斜め上」「斜め下」に単独で動かす筋肉はない！
- 眼球を「外側」「内側」に単独で動かす筋肉はある！

# 内側(寄り目)に動かす時の筋肉は？



● 眼球を内側に動かす時 → 内直筋が働く！

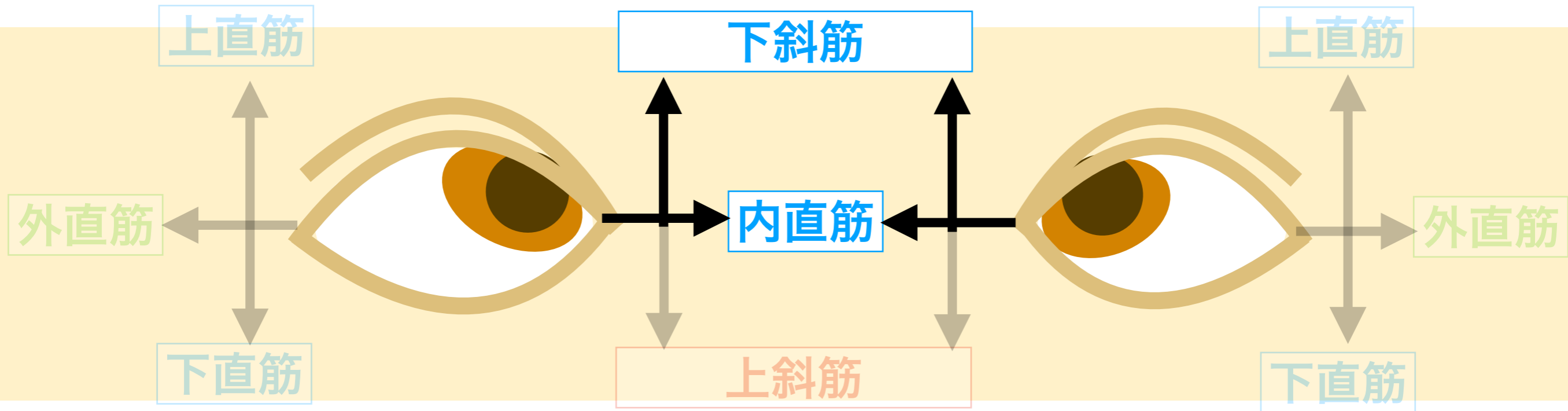
# 外側に動かす時の筋肉は？



● 眼球を外側に動かす時 → 外直筋が働く！

こんな感じで「外側」「内側」に動かす時は一つの筋肉のみが働くよ！

# 内側の斜め上に動かす時の筋肉は？

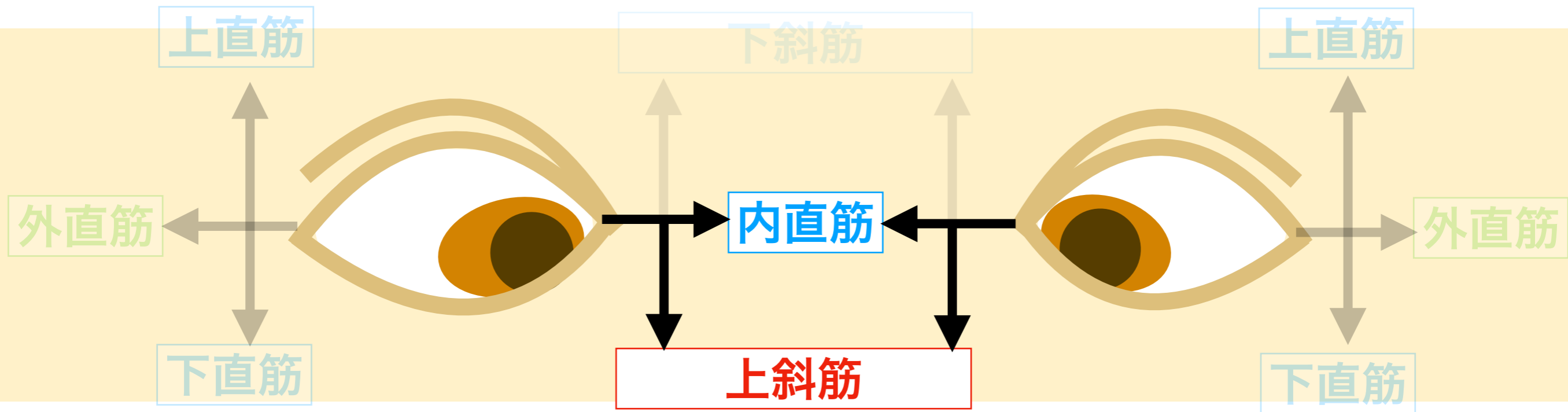


● 眼球を内側斜め上に動かす時 → 内直筋 + 下斜筋

斜めに動く時の考え方

- ① 「内側」か「外側」か水平方向の向きを考える(内側なので内直筋)
- ② 「上」か「下」か垂直方向の向きを考える(上側なので下斜筋)

# 内側の斜め下に動かす時の筋肉は？

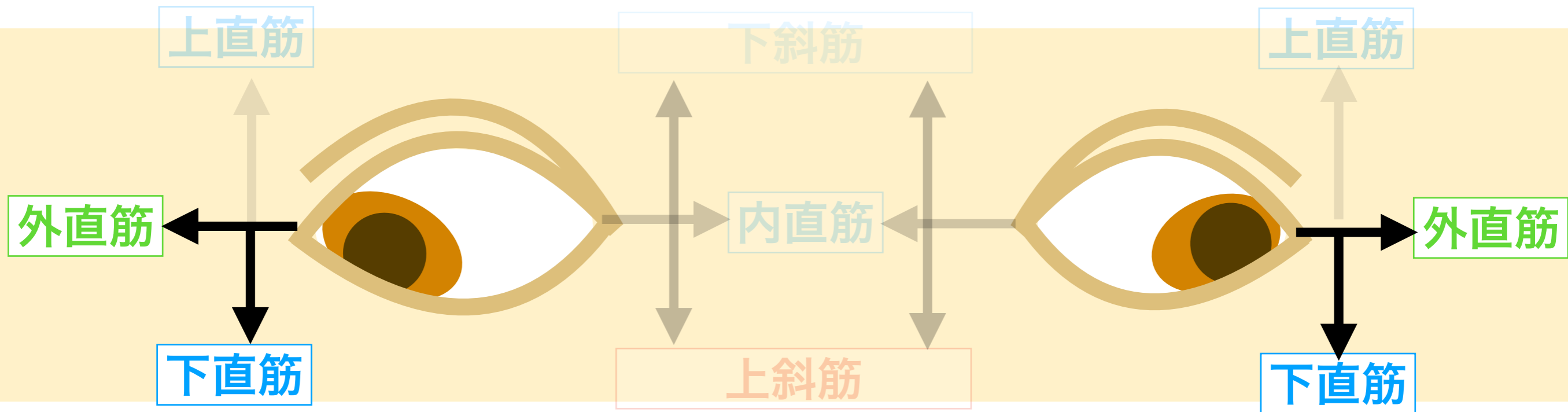


● 眼球を内側斜め下に動かす時 → 内直筋 + 上斜筋

斜めに動く時の考え方

- ① 「内側」か「外側」か水平方向の向きを考える(内側なので内直筋)
- ② 「上」か「下」か垂直方向の向きを考える(下側なので上斜筋)

# 外側の斜め下に動かす時の筋肉は？



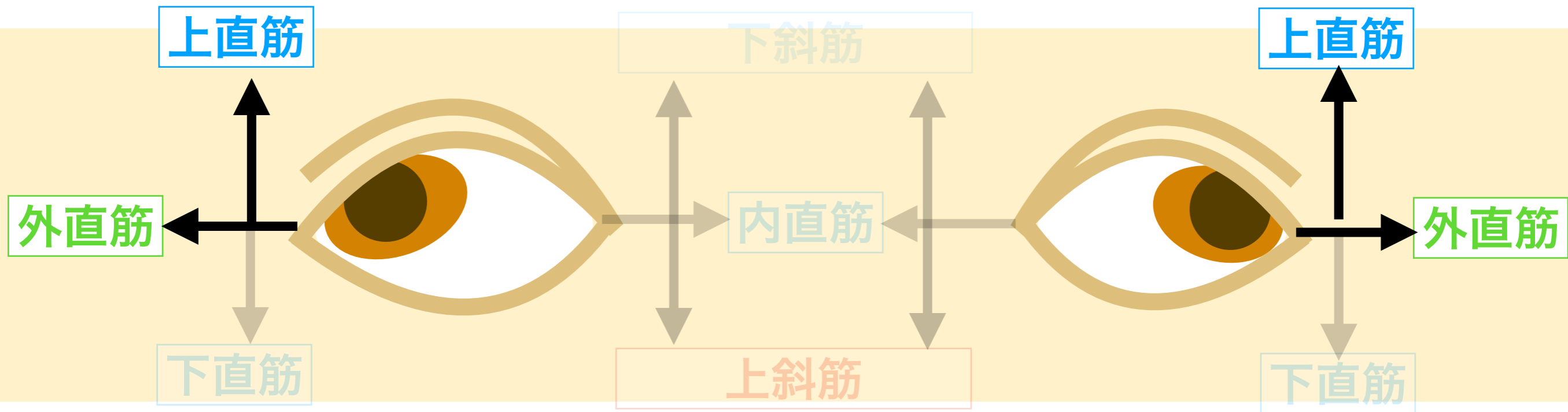
● 眼球を外側斜め下に動かす時 → 外直筋 + 下直筋

斜めに動く時の考え方

- ① 「内側」か「外側」か水平方向の向きを考える(外側なので外直筋)
- ② 「上」か「下」か垂直方向の向きを考える(下側なので下直筋)



# 外側の斜め上に動かす時の筋肉は？

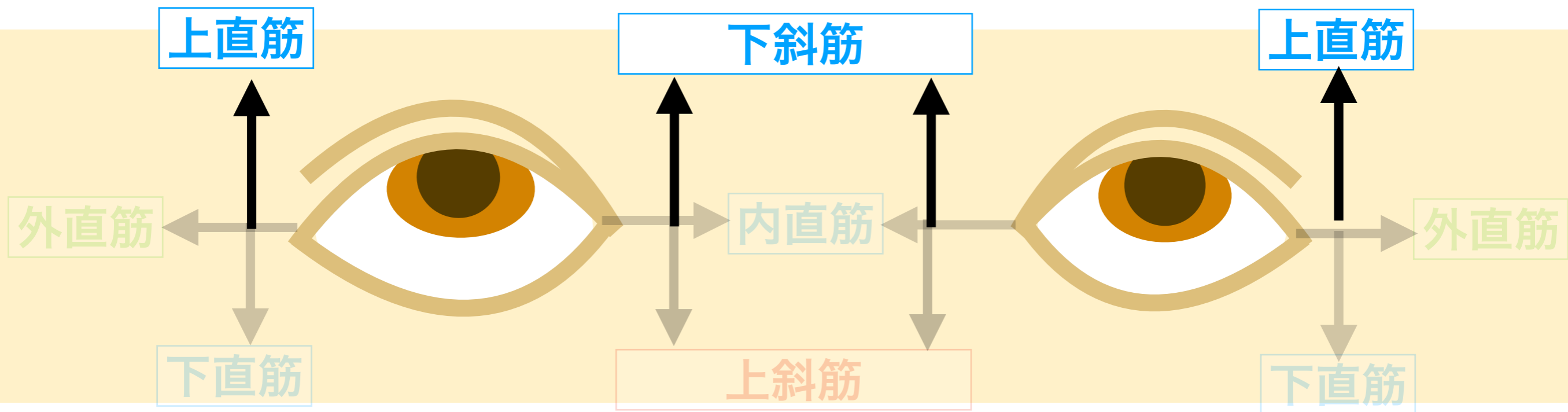


● 眼球を外側斜め下に動かす時 → 外直筋 + 下直筋

## 斜めに動く時の考え方

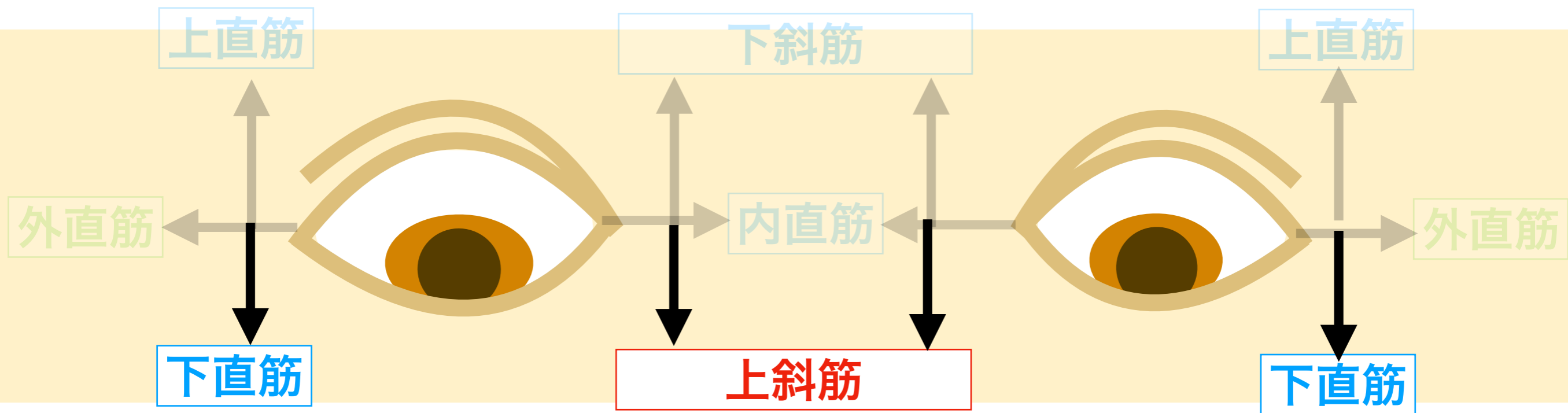
- ① 「内側」か「外側」か水平方向の向きを考える(外側なので外直筋)
- ② 「上」か「下」か垂直方向の向きを考える(上側なので上直筋)

# 真上に動かす時の筋肉は？



● 眼球を真上に動かす時 → 上直筋 + 下斜筋

# 真下に動かす時の筋肉は？



● 眼球を真下に動かす時 → 下直筋 + 上斜筋