

## БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

## Бұлшықет

ЖАРИЯЛАНДЫ  
11.04.2022СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/118273/>

Бұлшық ет — адамда, омыртқалы жануарларда және көптеген омыртқасыздарда денені қозғалысқа келтіретін мүше. Оның негізін бұлшық ет талшықтары құрайды. Бұлшық ет құрамы 75%-і су, 25%-і белок, май, көмірсу және минералдық тұздардан тұрады. Адам денесінде 400-ден астам бұлшық ет бар, олар дене салмағының 40%-тен астамын құрайды. Бұлшық ет пішініне, атқаратын қызметіне, орналасқан жеріне байланысты алуан түрлі, олар ұзын, қысқа, жалпақ болып келеді. Көбіне, ұзын бұлшық ет қол мен аяқта, қысқа бұлшық ет омыртқа бағанасы бойында, жалпақ бұлшық ет іште, кеудеде орналасқан. Кейбір ұзын бұлшық ет түрлі сүйектерден басталады да екі басты, үш басты және төрт басты болып келеді. Организмдегі бұлшық ет тіндерін екі түрге бөледі:

а) қаңқалық көлденең жолақты бұлшық еттер. Бұлар тірек-қимыл мүшелеріне қатысты денені әр түрлі қозғалысқа келтіреді, жиырылу жылдамдығы өте жоғары болады; ә) бірыңғай салалы (тегіс) бұлшық еттер ішкі органдардың қызметін қамтамасыз етеді, баяу жиырылады, үнемі ұзақ қозғалыста болады. Бұлшық ет пішініне немесе бекітін сүйектеріне сай шаршы, үшбұрышты, жұмыр, дельта, жолақ деп аталады. Ал қызметіне қарай — бүккіш, жазғыш, әкелуші, әкетуші; орналасқан жеріне қарай — төс-бұғана бұлшық еті, қабырға аралық бұлшық еттер, т.б. болып ажыратылады. Бұлшық ет тірек-қимыл мүшесіне жатады. Дененің қозғалысы мен қызметі Бұлшық еттің жиырылғыштық қасиетіне байланысты.

Оның жиырылу процесі жүйке талшықтары импульстерінің әсерімен рефлекторлы түрде өтеді.

Бұлшық етте қан тамырлары, жүйке түйіндері мен талшықтары және лимфалық құрылымдар орналасады.

Маңызы

Бұлшықеттер адам ағзасындағы әр түрлі қозғалыстарды қамтамасыз ететін тірек-қимыл жүйесінің

белсенді бөлігі. Бұлшықеттің катысуымен адам кеңістікте қозғалып, дененің тепе-теңдігін

сақтайды. Кеуде қуысын құрайтын қабырғалардың арасындағы бұлшықеттер мен көкет (кеуде мен

құрсақ қуысын бөліп тұратын ет) тынысалу қозғалысына қатысады. Жұтыну, дауыстың шығуы,

көздің қозғалуы, ішкі мүшелер жұмыстарының барлығы бұлшықеттердің жиырылу, босаңсу

әсерінен болады. Сүйектермен бірлесіп денеге пішін беріп, денені тік ұстауға көмектеседі.

Бұлшықеттердің маңызы мен құрылысы

1 — бүгіп, қозғалысқа келтіру; 2 — мойын мен кеудені қозғалту; 3 — қолды көтеру; 4 — иықты жоғары

қозғау бұлшықеттері; 5 — құрсақ бұлшықеті; 6 — денені тік ұстап жүруге көмектесу; 7 — мықынды

қимылдату; 8 — санды қимылға келтіру; 9 — балтыр мен аяқ ұшын қимылға келтіру бұлшық еттері.

Бұлшықеттер — бұлшық ет ұлпасынан, тығыз және кеуекті дәнекер ұлпалардан, қантамырлары мен

жүйке талшықтарынан тұрады.

Бұлшықеттердің негізін — көлденең жолақты бұлшық ет талшықтарының жіңішке шоғыры

құрайды .

Бұл шоғырлардың сыртын дәнекер ұлпасы қаптайды. Көлденең жолақты бұлшықет ұлпасынан қаңқа бұлшықеттері, тығыз дәнекер ұлпасынан сіңірлер түзіледі.

Бұлшықет ұлпасын құрылысына қарай бірыңғайсалалы, көлденең жолақты (қанқа бұлшықеттері)

және жүректің бұлшықеттері деп бөледі. Бірыңғайсалалы бұлшық еттер ішкі мүшелердің ішкі

жағын (ішек, қарын, қантамырлар, несеп ағар, қуық, т.б.) астарлап жатады.

Бұлшықет жиырылғанда ішкі мүшелер көлемін өзгертеді. Олардың жиылуы баяу әрі ырғақты және

адамның еркінен тыс жүзеге асады.

Көлденең жолақты бұлшықет дейтін себебі бұлшықет талшықтары көлденеңінен жолақтанып жатады. Көлденең жолақты бұлшықет талшықтарының пішіні цилиндр тәрізді, диаметрі 0,1 мм, ұзындығы бірнеше ондаған мм-ге жетеді. Бұлшықет талшықтары — миофибриллалар (грекше «тіо»-

**ҚМ АА** Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.