

Snabbfakta: Skelettets ben

En samlad översikt över kroppens ben – latinska namn, läge, uppbyggnad och vanliga skador, hämtat från Skelett.se.

13 artiklar sammanfattade · skelett.se

Varje uppslag nedan sammanfattar en artikel från Skelett.se. Klicka på länken under varje tabell för att läsa hela artikeln, med anatomi, funktion och vanliga frågor.

Bröstbenet

Latinskt namn	Sternum
Läge	Bröstkorgens främre mittlinje
Delar	3 (manubrium, corpus, processus xiphoideus)
Vanligt kliniskt bruk	Kompressionspunkt vid HLR, plats för benmärgsprov

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/brostbenet-sternum/>

Fotens skelett

Antal ben	26 per fot
Grupper	7 taleben, 5 mellanfotsben, 14 tåben
Störst enskilt ben	Hälbenet (calcaneus)
Vanlig skada	Fotledsfraktur, plantarfasciit (hälsporre)

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/fotens-skelett/>

Handens skelett

Antal ben	27 per hand
Grupper	8 handledsben, 5 mellanhandsben, 14 fingerben
Särskild rörelse	Opposition (tummen möter fingertopparna)
Vanlig skada	Skafoideumfraktur, fingerfraktur

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/handens-skelett/>

Höftbenet och bäckenet

Latinskt namn	Os coxae (höftben), pelvis (bäcken)
Består av	Os ilium, os ischii, os pubis (samväxta)
Viktig led	Höftleden (mot lårbenshuvudet)
Vanlig skada	Höftfraktur, framför allt hos äldre

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/hoftbenet-och-backenet/>

Lårbenet

Latinskt namn	Femur
Typ av ben	Långt rörben
Leder mot	Höftbenet (höftled) och skenbenet (knäled)
Vanlig skada	Lårbenshalsfraktur, lårbensskaftfraktur

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/larbenet-femur/>

Nyckelbenet

Latinskt namn	Clavicula
Form	S-format, långt ben
Leder mot	Bröstbenet och skulderbladet
Vanlig skada	Nyckelbensfraktur, sker oftast hos barn och idrottare

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/nyckelbenet-clavicula/>

Överarmsbenet

Latinskt namn	Humerus
Typ av ben	Långt rörben
Leder mot	Skulderbladet (axelled) och underarmsbenen (armbågsled)
Vanlig skada	Överarmsbensfraktur, tennisarmbåge (senfattning)

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/overarmsbenet-humerus/>

Revbenen

Latinskt namn	Costae
Antal	12 par (24 revben totalt)
Grupper	Äkta (1–7), okäta (8–10), flytande (11–12)
Vanlig skada	Revbensfraktur, broskövergångssmärta

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/revbenen-costae/>

Ryggraden

Latinskt namn	Columna vertebralis
Antal kotor	33 (24 fria + 9 sammanvuxna i sacrum och svansben)
Regioner	Cervikal, torakal, lumbal, sakral, coccygeal
Rörligast	Halsryggen (cervikalryggraden)

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/ryggraden-columna-vertebralis/>

Skallens ben

Antal ben	22 (plus tre små hörselben i vardera öra)
Grupper	8 hjärnskalleben, 14 ansiktsskalleben
Enda rörliga benet	Underkåken (mandibeln)
Vanlig skada	Käkfraktur, näsbensfraktur

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/skallens-ben/>

Skenbenet och vadbenet

Latinska namn	Tibia (skenben), fibula (vadben)
Läge	Tibia insida, fibula utsida av underbenet
Huvudfunktion	Tibia bär vikt, fibula stabiliserar
Vanlig skada	Fotledsfraktur, benhålesyndrom (skålbensinflammation)

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/skenbenet-och-vadbenet/>

Skulderbladet

Latinskt namn	Scapula
Form	Platt, triangelformat ben
Leder mot	Överarmsbenet (axelled) och nyckelbenet
Vanlig skada	Instabilitet i axelleden, skulderbladsfraktur (ovanligt)

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/skulderbladet-scapula/>

Strålbenet och armbågsbenet

Latinska namn	Radius (strålben), ulna (armbågsben)
Läge	Radius tumsidan, ulna lillfingersidan
Särskild förmåga	Rotation kring varandra (pronation/supination)
Vanlig skada	Distal radiusfraktur (handledsfraktur)

Läs hela artikeln: <https://www.skelett.se/stralbenet-och-armbagsbenet/>

Från kunskap till klassrum

SweHealth har ett brett sortiment av anatomiska modeller och skelettmodeller för utbildning och klinik – från miniskelett till fullstora, märkta modeller. En fysisk modell gör det lättare att förstå hur benen, lederna och musklerna samspelar i verkligheten.

Se SweHealths sortiment: <https://www.swehealth.se/anatomi-c-128/anatomiska-modeller-c-130/>

Fler artiklar i kategorin "Skelettets ben": <https://www.skelett.se/category/skelettet/>

Testa dina kunskaper med vårt quiz: <https://www.skelett.se/quiz/>