



We Promote N.H.M. Run By Govt. Of India सी.एम.एस.ई.डी. ग्रामीण स्वास्थ्य शिक्षण संस्थान लखनऊ (उ.प्र.)

Affiliated by - BSS (National Health Agency of India) Code - UP/8134A

Established in 1952

By Planning Commission, Govt. of India, New Delhi
& Affiliated by I.R.M.C. Delhi (Code-IRMCCMS9941) Web. : www.irmc.in

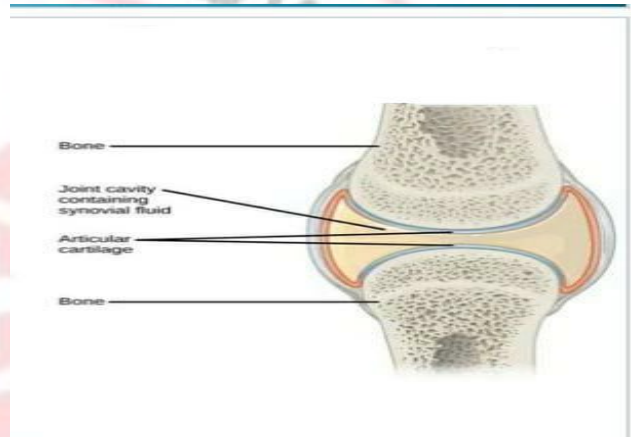


जोड़ या संधियाँ

(Joints or Articulations)

जोड़ किसे कहते हैं?

शरीर के उन स्थानों को कहते हैं जहाँ दो अस्थियाँ एक दूसरे से मिलती हैं। तो उन्हें जोड़ कहते हैं जैसे- कंधे, कुहनी या कूल्हे, का जोड़



जोड़ के प्रकार- शरीर में विशेषकर तीन प्रकार की संधि पाई जाती है।

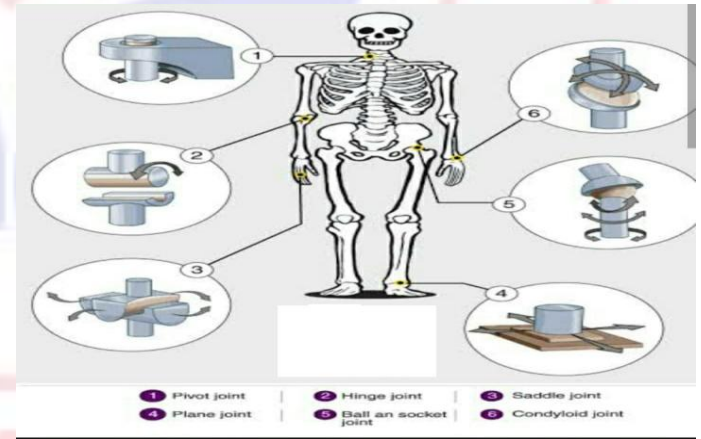
- 1- अचल जोड़
- 2- अर्धचल या अल्पचल जोड़
- 3- चल जोड़

अचल जोड़- इन जोड़ों में अस्थियों के संधि प्रष्ठों का संयोग हो जाता है इनमें अंतर नहीं होता जिसके कारण ये गति नहीं कर पाते हैं। और उत्तकों द्वारा आपस में जुड़े होते हैं।

जैसे-

- सिवनी (Sutures)- कपाल आस्थि
- दंतमूल जोड़ (Gomphosis)- मसूड़ा और दांत
- तांतव संधि (Syndesmosis)- स्नायु

अर्धचल जोड़- इन संधियों के बीच उपास्थि Cartilage रहता है जिससे गति कम होती है-



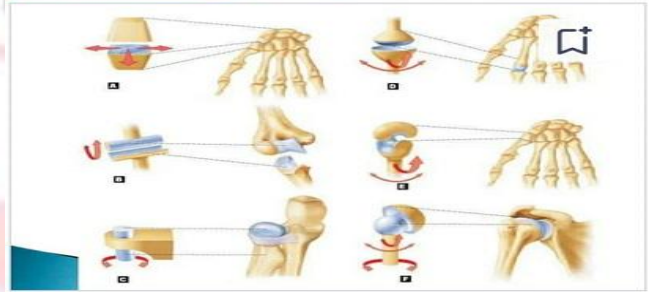
जैसे-

- 1- उपास्थि जोड़
- 2- तंतू उपास्थि जोड़

चल जोड़- इन संधियों की गति अबाध होती है इनमें निम्न विशेषताएँ होती हैं।

- ये सभी दिशाओं में गति करते हैं।
 - अप्रत्यक्ष एक दूसरे के संपर्क में रहते हैं।
 - ये आच्छादित रहते हैं और दो स्तरों में बंटे रहते हैं।
- 1- तन्तुस्तर (Fibrous Layer)
 - 2- स्नेहक स्तर (Synovial Layer)

- **Condylar:** 2 distinct condyles
- **Ellipsoid:** ellipsoid concave and convex surfaces
- **Saddle:** two saddle-shaped surfaces
- **Ball-and-socket:** rounded surface into a socket



तंतुमय संधि- इसमें किसी प्रकार की गति होना संभव नहीं है। इसलिए इसे स्थिर संधि भी कहते हैं।

स्नेहक स्तर (Synovial joint or freely moveable joint)

- स्नेहक संधि में अस्थियों के बीच खाली स्थान होता है।
- ये पतली झिल्ली द्वारा आपस में जुड़ी होती हैं।
- इनमें तेलिय चिपचिपा तरल उत्पन्न होने से ये चिकना बना रहता है।

जैसे-

- कन्धों के जोड़
- कोहनी के जोड़
- घुटनों के जोड़

चल जोड़ों में भेद- ये निम्न पाँच होते हैं।

- 1- उलूखल
- 2- स्थूलकाय
- 3- पर्याण संधि
- 4- कोर संधि (कोणीय)
- 5- कोर संधि (किनारे-2)

a) Saddle Joint

- ▶ Articular surface – reciprocally concavoconvex
 - ▶ Movements: same as ellipsoid joints with addition of some rotation around third axis
 - ▶ Example :
1. First carpometacarpal joint
 2. Sternoclavicular joint
 3. Between femur and patella



कोर जोड़ (Gingliums)-कोहनी

विवर्तिका जोड़ (Pivot joint)प्रकोष्ठिकांतर जोड़ (Fadir-ulnar joint)

स्थूलकाय जोड़ (Condyloid joint)-कलाई का जोड़

पर्याण जोड़ (Saddle joint)-अंगूठे की मणिवंध

उलूखल जोड़ (Ball and socket joint)-स्कंध एवं नितंब

सरल जोड़ (Plain joint) कशेरुका

Note- मनुष्य के शरीर में कुल 360 जोड़ हैं।

जोड़ का मुख्य कार्य क्या है।

हमारे शरीर को स्थिरता और समर्थन प्रदान करना है।

- हड्डी को हड्डी से- स्नायु जोड़ता है।
- हड्डी की माँसल से- कन्डरा से जुड़ता है।

जोड़ों में दर्द का कारण- जोड़ों में दर्द दर्दनाक चोरी, संक्रमण (सेप्टिक गठिया या आमवाती बुखार) के कारण भी होता है।

संधियों पर आयु का प्रभाव-

आयु बढ़ने के साथ प्रायः संधियों में विधमान साइनोवियल फ्लूड भर जाता है तथा संधियों की उपास्थि पतली पड़ जाती है।

लिंगामेंट्स छोटे तथा कम लचीले हो जाते हैं जिसके बाद कई विकार उत्पन्न होने लगता है।

हड्डी से सम्बंधित विकार-

- आर्थराइटिस
- वर्साइटिस
- गठिया एवं अन्य संधि रोग उत्पन्न हो जाते हैं।

पता :- 101/C, (ग्रामीण स्वास्थ्य भवन) संजय गांधी पुरम, नियर लेखराज मैट्रो स्टेशन (फैजाबाद रोड)
लखनऊ (उ०प्र०) – 226016, फोन – 0522-4958027, मो० : 9565600144, 7310000213,
ई-मेल : rhmpup@gmail.com वेबसाइट: www.cmseddelhi.in, www.rhmp.org.in