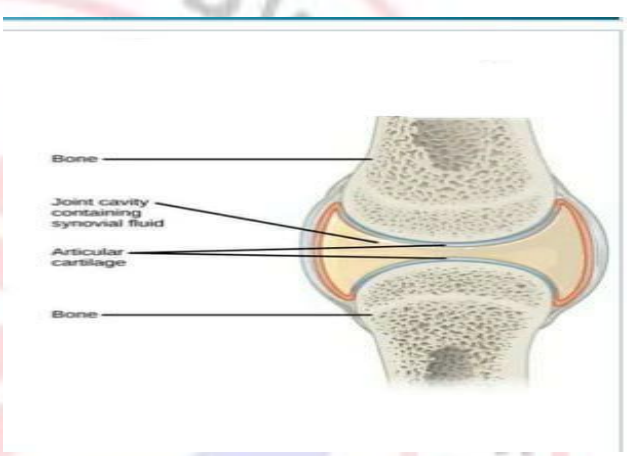
We Promote N.H.M. Run By Govt. Of India
सी.एम.एस.ई.डी. ग्रामीण स्वास्थ्य शिक्षण संस्थान लखनऊ (उ.प्र.)
Affiliated by - BSS (National Health Agency of India) Code - UP/8134A
Established in 1952
By Planning Commission, Govt. of India, New Delhi
& Affiliated by I.R.M.C. Delhi (Code-IRMCCMS9941) Web. : www.irmc.in

# जोड़ या संधियाँ

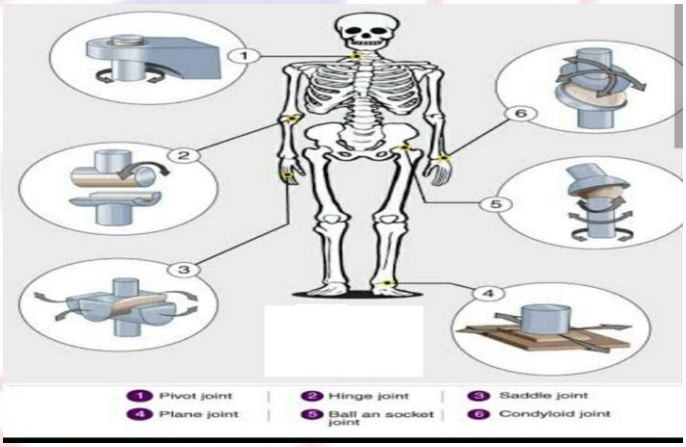
# (Joints or Articulations)

## 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-

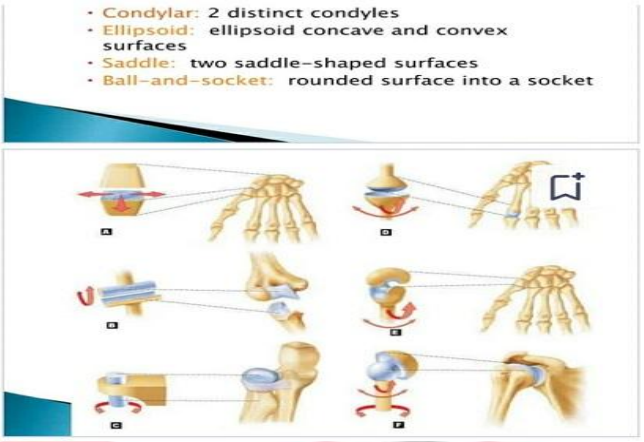
- सिवनी (Sutures)- कपाल आस्थि
- दंतमूल जोड़ (Gomphosis)- मसूड़ा और दांत
- तांतव संधि (Syndesmosis)- स्नायु

**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)

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

**स्नेहक स्तर** (Synovial joint or frely moveble joint)

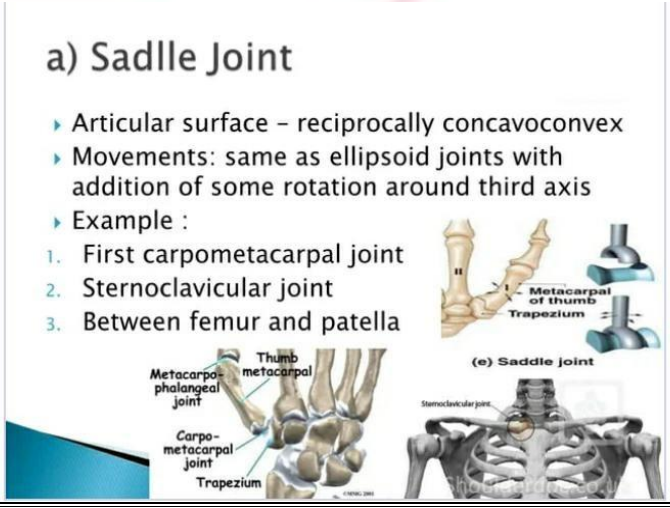
- स्नेहक संधि में अस्थियों के बीच खाली स्थान होता है|
- ये पतली झिल्ली द्वारा आपस में जुड़ी होती हैं|
- इनमें तेलिय चिपचिपा तरल उत्पन्न होने से ये चिकना बना रहता है|

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)



**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 प्राय: संधियों में विधमान साइनोवियल फ्लूड भर जाता है तथा संधियों की उपास्थि पतली पड़ जाती है|

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

## हड्डी से सम्बंधित विकार-

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