

# Muskler

Af Ruben Christensen

*Muskler kan trække sig sammen. Det gør, at vi kan bevæge os.*

## En muskel er mange muskelceller

Den enkelte muskel er opbygget af bundter af lange muskelceller. Hvert bundt af muskelceller er omgivet af en fedthinde, der beskytter dem. De lange muskelceller er opstået ved, at mange enkeltceller er smeltet sammen. Derfor er muskelcellerne lange og har mange kerner. Man kalder muskelceller for muskelfibre. Muskelfibrene er omgivet af et net af små blodkar.

## Muskler i arbejde

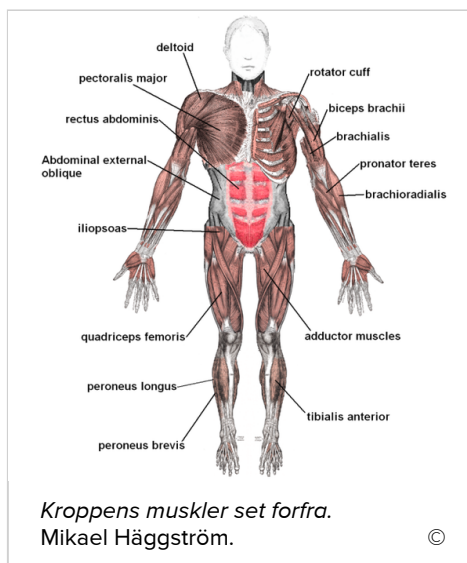
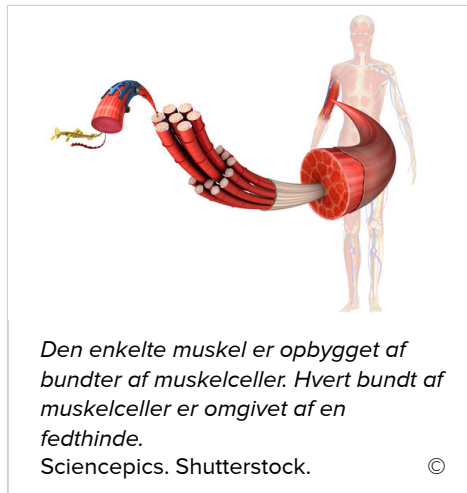
Musklerne bruger energi til at danne bevægelse i muskelcellerne i kroppen. Energien bliver leveret af blodet som sukkerstoffer. Sukkerstofferne bliver optaget af muskelcellerne. Det giver energi til muskelarbejdet.

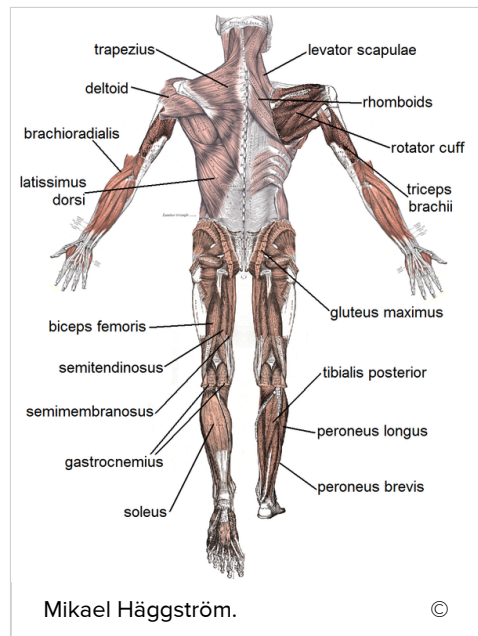
Hvis du løber meget hurtigt, så bruger musklerne også meget energi.

## Skeletmuskler

Der findes tre typer af muskler: skeletmuskler, glatte muskler og hjertemuskel.

Skeletmuskler er muskler, der sidder fast på skelettets knogler. De sørger for at støtte skelettet og bringe det i bevægelse. Det sker, fordi en muskel trækker sig sammen og bliver kortere, når den arbejder. Vi er stort set i stand til at styre disse muskelbevægelser med vores vilje.





Se en kort film om muskler.  
[kallemalle912, youtube.com.](https://www.youtube.com/watch?v=kallemalle912)

©

## Glatte muskler

De glatte muskler ligger rundt omkring bl.a. mave, tarme, livmoder og blodkar. Sammentrækninger i disse muskler gør, at der sker bevægelse i de indre organer. Vi kan ikke styre de glatte muskler med vores vilje.

## Hjertemuskel

Hjertet betragtes som en stor muskel. Når hjertet trækker sig sammen, pumper det blod rundt i kredsløbet. Hjertemusklens er ikke under viljens kontrol.

## Fakta

### Muskeltyper:

- Skeletmuskler (sidder på alle skeletdele)
- Glatte muskler (findes i og omkring de indre organer)
- Hjertemuskel (hjertet)



Opdag musklerne. Gå på opdagelse i kroppen...  
[www.zygotebody.com.](http://www.zygotebody.com)