मानव शरीर की 206 हड्डियों के नाम हिंदी में
206 Bones Name in Hindi PDF

मानव कंकाल (Skeletal System) तंत्र 206 हड्डियों से मिलकर बना होता है। लेकिन शिशुओं के कंकाल तंत्र में हड्डियों की संख्या 213 होती है। और फिर शरीर के विकास के साथ-साथ यह 206 ही बचती है। Human Skeletal System को दो भागों में बाँटा गया है।

- 1. अक्षीय कंकाल (Axial Skeleton) - 80 Bones
- 2. अनुबन्धीय या उपांगीय कंकाल (Appendicular Skeleton) - 126 Bones

Axial skeleton in Hindi

अक्षीय कंकाल हमारे शरीर का अनुलंब अक्ष (Longitudinal axis) निर्धारित करता है। और शरीर के नाजुक अंगों की रक्षा करता है। इसके अंतर्गत खोपड़ी (Skull), कण्ठास्थि (Hyoid), कशेरुक दण्ड (Vertebral column), उरोस्थि (Sternum) तथा पसलियाँ (Ribs) आती है। Axial skeleton की कुल संख्या 80 होती है। लेकिन शिशुओं में यह संख्या 87 होती है।

क्या आप शरीर के 100 अंगों के नाम जानते हैं?

खोपड़ी की हड्डियों के नाम (Skull bones names in Hindi)

खोपड़ी में कुल 28 अस्थियाँ पाई जाती हैं। खोपड़ी को कपाल (Cranium), चेहरा (Face) तथा मध्य कर्ण की अस्थियों (Bones of Middle ear) में विभाजित किया गया है।

Cranial Bones कपालीय अस्थियाँ

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Frontal bone	फ्रन्टल अस्थि	1
Parietal bones	पैराइटल अस्थियाँ	2
Occipital bone	ऑक्सिपिटल	1
Temporal bones	टेम्पोरल अस्थियाँ	2
Sphenoid bone	स्फीनॉएड अस्थि	1
Ethmoid bone	एथमॉएड अस्थि	1

चेहरे की हड्डियाँ (Face Bones Name)

चेहरे में निम्नलिखित 14 हड्डियाँ होती है।

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Nasals bones	नासा अस्थियाँ	2
Inferior turbinal concha	निम्न टरबाइनल अस्थियाँ	2
Vomer	वोमर	1
Lacrimal bones	लैक्राइमल अस्थियाँ	2

PDF9.in

Zygomatic or Malar bones	जाइगोमेटिक या मेलर अस्थियाँ	2
Palatine bones	पैलेटाइन अस्थियाँ	2
Maxillae	मैक्सलरी अस्थियाँ	2
Mandible	मैण्डिबल	1

कर्ण अस्थिकाएँ (Ear Bones)

कान में कुल 6 हड्डियाँ होती है। एक कान में 3 हड्डी होती है। जिनके नाम नीचे दिए गए हैं-

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Malleus	मैलियस	2
Incus	इन्कस	2
Stapes	स्टेपीज	2

कण्ठास्थि (Hyoid Bone)

कण्ठास्थि (Hyoid Bone) गले में पाई जाती है। यह एक ही होता है।

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Hyoid Bone	कण्ठास्थि	1

कशेरुक दण्ड (Vertebral column)

रीड़ की हड्डी को हिंदी में कशेरुक दण्ड या मेरुदण्ड (Spine) और इंग्लिश में Vertebral column कहते हैं। कशेरुक दण्ड में कुल 26 हड्डियाँ होती है।

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Cervical vertebrae	ग्रीवा कशेरुकाएँ	7
Thoracic vertebrae	वक्षीय कशेरुकाएँ	12
Lumbar vertebrae	कटि कशेरुकाएँ	5
Sacrum	त्रिकास्थि	1
Coccyx	अनुत्रिक	1

छाती की हड्डियों के नाम (Thoracic Cage)

छाती में कुल 25 हड्डियाँ होती है। जिनमें से 24 पसलियाँ (Ribs) और 1 उरोस्थि (Sternum) होती है। पसलियाँ 12 जोड़ी होती है। इनमें से क्रमशः

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Sternum	उरोस्थि	1
True Ribs 1 to 7	वास्तविक पसलियाँ	14
False Ribs 8 to 10	अवास्तविक पसलियाँ	6
Floating Ribs 11, 12	प्लावी पसलियाँ	4

PDF9.in

Appendicular skeleton in Hindi

Appendicular Skeleton उसे कहते हैं जो शरीर के बाहर होता है। यह पकड़ने, चलने व घूमने का काम करती है। यह किसी विशेष अंग की सुरक्षा नहीं करती है। अपेंडीकुलर कंकाल के अंतर्गत कुल 126 हड्डियां होती है।

Appendicular skeleton को दो भागो में विभाजित किया गया है।

- उच्च अग्रांग (Upper Extremity)
- निम्न अग्रांग (Lower Extremity)

उच्च अग्रांग (Upper Extremity)

इसके अंतर्गत हाँथ की हड्डिया आती हैं। उच्च अग्रांग में कुल 64 हड्डियाँ पाई जाती है। जिनमें से 4 हड्डी अंश मेखला (Pectoral Girdle) में और 60 हड्डियाँ हाथ में होती है।

हाथ की हड्डियों के नाम (Hand bones name)

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Clavicle	हँसुली, इसे कॉलर बोन भी कहते हैं	2
Scapula	अंसफलक	2
Humerus	ह्यूमरस	2
Radius	रेडियस	2
Ulna	अल्ना	2
Carpals	कार्पल्स	16
Metacarpals	मेटाकार्पल्स	10
Phalanges	अँगुलास्थियाँ	28

निम्न अग्रांग (Lower Extremity)

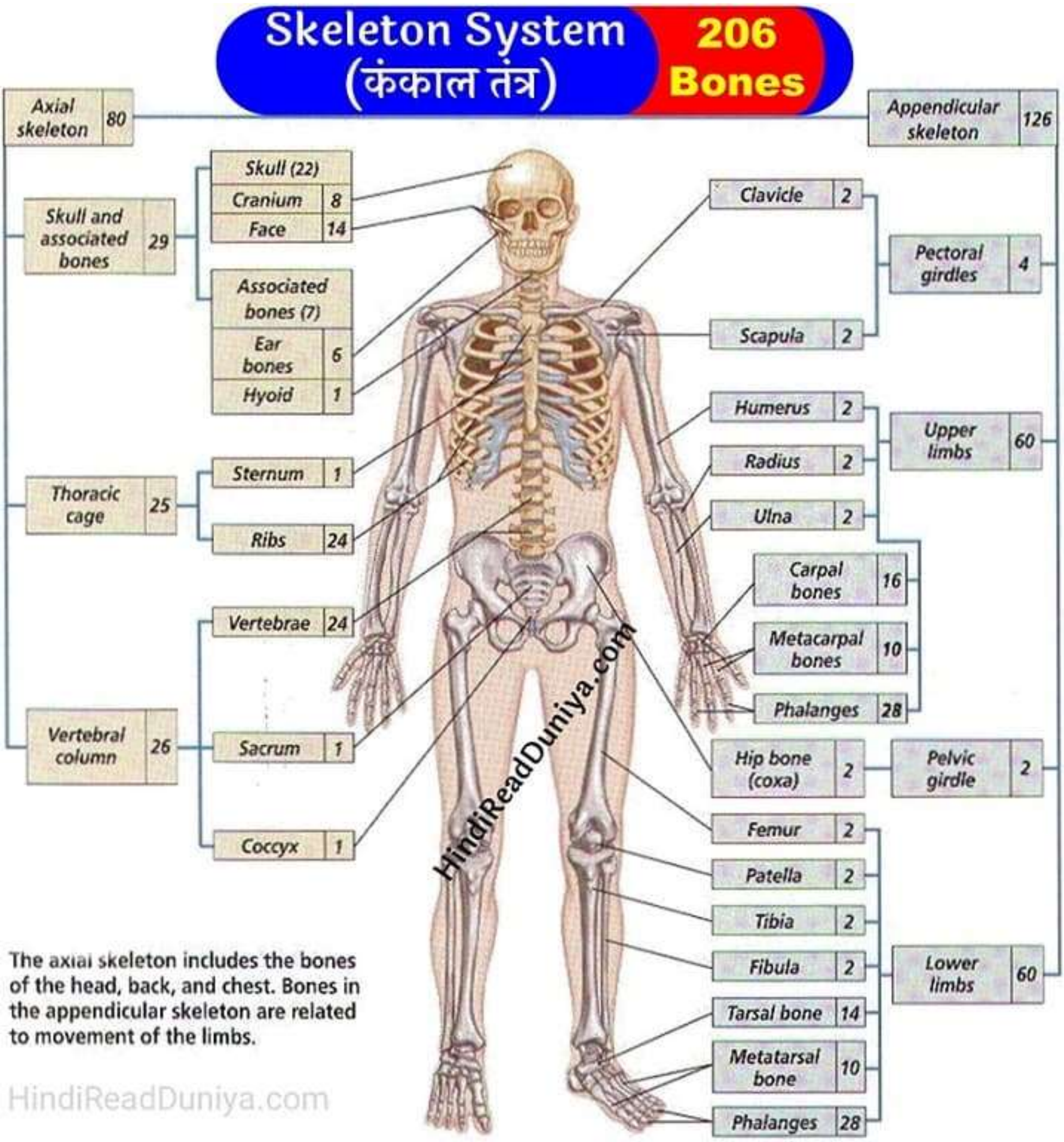
इसके अंतर्गत 62 Bones आती हैं। जिनमें से 2 हड्डी श्रोणि मेखला (Pelvic Girdle) में और 60 हड्डियाँ पैर में आती है।

पैर की हड्डियों के नाम (Foot bones name)

Bones Name	हड्डियों के नाम हिंदी में	Bones Number
Pelvic Girdle (Hip Bones)	श्रोणि मेखला (नितम्ब अस्थियाँ)	2
Femur	फीमर	2
Patella	पटेला	2
Tibia	टीबिया	2
Fibula	फिबुला	2
Tarsals	टार्सल्स	14
Metatarsals	मेटाटार्सल्स	10
Phalanges	अँगुलास्थियाँ	28

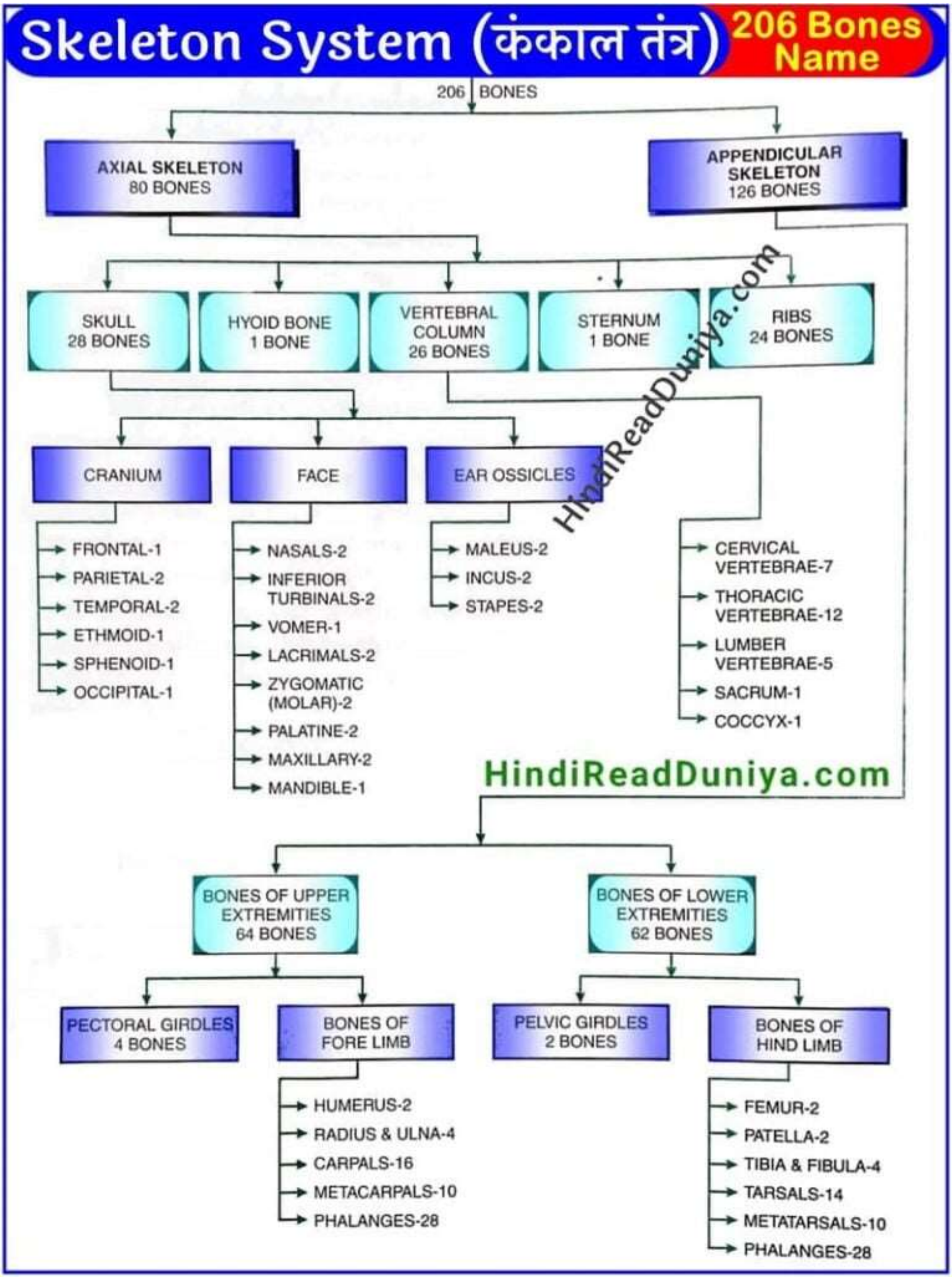
PDF9.in

206 Bones Name list with Pictures



👉 और PDF के लिए [PDF9.in](PDF9.in) पर अभी विजिट करें।

PDF9.in


Skeleton System (कंकाल तंत्र)
206 Bones Name
206 BONES
AXIAL SKELETON 80 BONES
APPENDICULAR SKELETON 126 BONES
SKULL 28 BONES
HYOID BONE 1 BONE
VERTEBRAL COLUMN 26 BONES
STERNUM 1 BONE
RIBS 24 BONES
HindiReadDuniya.com
CRANIUM
FACE
EAR OSSICLES
FRONTAL-1
PARIETAL-2
TEMPORAL-2
ETHMOID-1
SPHENOID-1
OCCIPITAL-1
NASALS-2
INFERIOR TURBINALS-2
VOMER-1
LACRIMALS-2
ZYGOMATIC (MOLAR)-2
PALATINE-2
MAXILLARY-2
MANDIBLE-1
MALEUS-2
INCUS-2
STAPES-2
CERVICAL VERTEBRAE-7
THORACIC VERTEBRAE-12
LUMBER VERTEBRAE-5
SACRUM-1
COCCYX-1
HindiReadDuniya.com
BONES OF UPPER EXTREMITIES 64 BONES
BONES OF LOWER EXTREMITIES 62 BONES
PECTORAL GIRDLES 4 BONES
BONES OF FORE LIMB
PELVIC GIRDLES 2 BONES
BONES OF HIND LIMB
HUMERUS-2
RADIUS & ULNA-4
CARPALS-16
METACARPALS-10
PHALANGES-28
FEMUR-2
PATELLA-2
TIBIA & FIBULA-4
TARSALS-14
METATARSALS-10
PHALANGES-28

PDF9.in