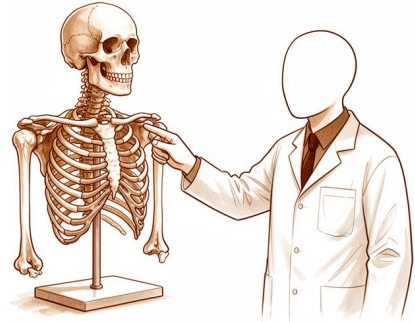


How your hand works

ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ 27 ਛੋਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ, ਪਲੀ ਸਿਸਟਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਦਰਜਨਾਂ ਟੈਂਡਨ ਅਤੇ ਬਾਰੀਕ ਮੋਟਰ ਕੰਟਰੋਲ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਵਾਲੀ ਇਨਰਜ਼ਿਕ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਪਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Kieran Hirpara © ① ② ③ 4.0



ਇਹ ਪੰਨਾ ਮਸ਼ੀਨ ਦੁਆਰਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲੇ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂਚਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ। **ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸੰਸਕਰਣ** ਹੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਹੈ।

ਹੱਡੀਆਂ

ਤੁਹਾਡਾ ਹੱਥ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਦਾ ਇੱਕ ਅਦਭੁਤ ਨਮੂਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸਪਰਸ਼ ਅਤੇ ਤਾਕਤਵਰ ਫੜਨ ਲਈ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਾਈਪ ਕਰਨ, ਕਾਫ਼ੀ ਦਾ ਕੱਪ ਫੜਨ ਅਤੇ ਹੋਲੇ ਕਹਿਣ ਲਈ ਹੱਥ ਹਿਲਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਬਣਤਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਦਾਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੀ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਢਾਂਚਾ ਵਿੱਚ ਸੱਤੀ (27) ਹੱਡੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ: ਮੁੜੀ, ਹੱਥ ਦਾ ਤਲਵਾ ਅਤੇ ਉਂਗਲੀਆਂ।

ਤੁਹਾਡੀ ਮੁੜੀ ਵਿੱਚ, ਕਾਰਪਲ (carpals) ਨਾਮਕ ਅੱਠ ਛੋਟੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਕਤਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁੜੀ ਨੂੰ ਖੱਬੇ-ਸੱਜੇ ਝੁਕਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁੜੀ ਦੇ ਪਾਸਿਆਂ 'ਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਉੱਥਾਰ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਕਾਰਪਲ ਹੱਡੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਹ ਅਤੇ ਹੱਥ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਲਚਕਦਾਰ ਪੁਲ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੇ ਤਲਵੇ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਲੰਬੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਟਾਕਾਰਪਲ (metacarpals) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੁੱਠੀ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦਿਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨੋਕਾਂ (knuckles) ਇਹਨਾਂ ਮੈਟਾਕਾਰਪਲ ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰ (heads) ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਚੌਦਾਂ (14) ਹੱਡੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲੋਜ਼ (phalanges) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਉਂਗਲੀ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਫੈਲੋਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ: ਪ੍ਰਾਕਸੀਮਲ (proximal), ਮੱਧ (middle), ਅਤੇ ਡਿਸਟਲ (distal)। ਤੁਹਾਡੀ ਅੰਗੂਠਾ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਦੋ ਫੈਲੋਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕਾਂ ਦੇ ਸੈੱਟ ਵਜੋਂ ਸੋਚੋ। ਕਾਰਪਲ ਹੱਡੀਆਂ ਬੁਨਿਆਦ ਹਨ, ਮੈਟਾਕਾਰਪਲ ਹੱਡੀਆਂ ਤੰਬੂ (pillars) ਹਨ, ਅਤੇ ਫੈਲੋਜ਼ ਟੋਪੀਆਂ (caps) ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਬਣਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਉੱਪਰ ਚੜ੍ਹਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਸੂਖਮ (dexterous) ਦੋਵੇਂ ਹੈ।

ਜੋੜ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗਤੀ

ਜੋੜ ਉਹ ਥਾਵਾਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਹੱਡੀਆਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਖਾਸ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਜੋੜ ਦੀ ਗਤੀ ਦੀ ਸੀਮਾ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਲਾਈ ਦਾ ਜੋੜ ਇੱਕ ਕੰਡਾਇਲੇਇਡ ਜੋੜ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਮੁੜਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੱਬੇ ਅਤੇ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਚਲਣ ਦੀ ਵੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਘੁੰਮਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਇਹ ਲਚਕਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਾਈਪ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪਿਆਨੋ ਵਜਾਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੇ ਨੇਕ ਵੀ ਕੰਡਾਇਲੇਇਡ ਜੋੜ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਮੁੜਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਘੁੰਮਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਥਿਰਤਾ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਫੜਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚਲੇ ਜੋੜ ਹਿੰਜ ਜੋੜ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵਾਂਗ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਅਤੇ ਬੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਰਲ ਗਤੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁੰਡੀ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਇੱਕ ਉਂਗਲ ਨਾਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੱਬੇ ਜਾਂ ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਨਹੀਂ ਮੁੜ ਸਕਦੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੀ ਜੜ੍ਹ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸੈਡਲ ਜੋੜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਲੱਖਣ ਆਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਥੇਲੀ ਦੇ ਪਾਰ ਚਲਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲੀਆਂ ਦੇ ਨੇਕ ਫੂਹਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗਤੀ ਨੂੰ ਵਿਰੋਧ (opposition) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਾ ਬਹੁਮੁਖੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਕਲਾਈ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਜੋੜ ਪਲੇਨ ਜੋੜ ਹਨ। ਇਹ ਛੋਟੀਆਂ ਸਲਾਈਡਿੰਗ ਗਤੀਆਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੀਕ ਬਦਲਾਵਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਕਲਾਈ ਝਟਕੇ ਨੂੰ ਸੋਖਣ ਅਤੇ ਅਸਮਾਨ ਸਤਹਾਂ ਲਈ ਢਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੁਤਲੀ ਵਜੋਂ ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ। ਹਿੰਜ ਜੋੜ ਉਹ ਤਾਰਾਂ ਹਨ ਜੋ ਉਂਗਲੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਖਿੱਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਸੈਡਲ ਜੋੜ ਉਹ ਪਾਇਲਟ ਹੈ ਜੋ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਨੱਚਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕੰਡਾਇਲੇਇਡ ਜੋੜ ਬਾਰੀਕ ਮੋਟਰ ਕੁਸ਼ਲਤਾਵਾਂ ਲਈ ਲਚਕਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਪੇਸ਼ੀ, ਟੈਂਡਨ ਅਤੇ ਲਿਗਾਮੈਂਟ

ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਚਾਲ ਲਈ ਬਲ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਹ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲੰਬੇ ਟੈਂਡਨ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਵੱਲ ਫੈਲਦੇ ਹਨ।

ਫਲੈਕਸਰ ਟੈਂਡਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁੜੀ ਦੇ ਹਥੇਲੀ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਰਾਹ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗੋਦ ਨੂੰ ਫੜਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਟੈਂਡਨ ਭਾਰੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਐਕਸਟੈਂਸਰ ਟੈਂਡਨ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਰਾਹ ਤੈਅ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਕਰਕੇ ਹੱਥ ਉੱਪਰ ਉਠਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਟੈਂਡਨਾਂ ਨੂੰ ਉੱਭਰਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪੱਟੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਹੱਡੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਾਲ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਵੇਲਰ ਪਲੇਟ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੁੜਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਪਾਸੇ ਵਾਲੇ ਕੋਲੈਟਰਲ ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੱਬੇ-ਸੱਜੇ ਤਣਾਅ ਦੌਰਾਨ ਸਥਿਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਡੋਲਦੀਆਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਟੈਂਡਨਾਂ ਨੂੰ ਜਹਾਜ਼ ਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਵਾਂਗ ਸੋਚੋ। ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਉਹ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਨ ਜੋ ਰੱਸੀਆਂ ਨੂੰ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ। ਲਿਗਾਮੈਂਟ ਉਹ ਐਂਕਰ ਹਨ ਜੋ ਮਾਸਟ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਮਿਲ ਕੇ ਨਿਯੰਤਰਿਤ, ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਚਾਲ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸਰੋਂ (Nerves)

ਸਰੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਕੇਤ ਲਿਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਲਈ ਤਿੰਨ ਮੁੱਖ ਸਰੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਮੀਡੀਅਨ ਸਰੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁੜ੍ਹਕੇ (wrist) ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਗੂਠੇ, ਸੂਚਕ ਅੰਗੂਠੇ (index finger), ਵਿਚਕਾਰਲੇ ਅੰਗੂਠੇ ਅਤੇ ਚੱਟਕ ਅੰਗੂਠੇ (ring finger) ਦੇ ਅੱਧੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸੰਵੇਦਨਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਛੋਟੇ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਦਬਾਅ ਕਾਰਪਲ ਟਨਲ ਸਿੰਡਰੋਮ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਯੂਲਨਰ ਸਰੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਹ ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪਾਸੇ ਨਾਲ ਲੰਘਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਛੋਟੇ ਅੰਗੂਠੇ ਅਤੇ ਚੱਟਕ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਅੱਧੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸੰਵੇਦਨਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਕਈ ਛੋਟੇ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਾਰੀਕ ਅੰਗੂਠਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਾਲਾਂ ਅਤੇ ਫੜਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਲਈ ਸੰਭਵ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਰੇਡੀਅਲ ਸਰੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਹ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਪਾਸੇ ਨਾਲ ਲੰਘਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁੜ੍ਹਕੇ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਵੇਦਨਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਨੁਕਸਾਨ “ਵ੍ਰਿਸਟ ਡਰੌਪ” (wrist drop) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸਰੋਂ ਨੂੰ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਤਾਰਾਂ ਵਾਂਗ ਸੋਚੋ। ਮੀਡੀਅਨ ਸਰੋਂ ਅੰਗੂਠੇ ਅਤੇ ਸੂਚਕ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਊਰਜਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਯੂਲਨਰ ਸਰੋਂ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਚੱਟਕ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਊਰਜਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਰੇਡੀਅਲ ਸਰੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਉਠਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਤਾਰ ਕੱਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦਾ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।