

Povreda stražnjeg mišića natkoljenice ili istegnuće posterofemoralnog mišića je ozljeda mišića koji se nalazi iza bedrene kosti.

Mišići stražnje strane natkoljenice, koji ispružaju kuk i savijaju koljeno, slabiji su od mišića prednje strane natkoljenice (kvadricepsa). Ako je snaga stražnjih mišića manja od 60% snage kvadricepsa, onda snažnim djelovanjem kvadricepsa može doći do otrgnuća i ozljede stražnje skupine.

Povreda stražnje skupine uzrokuje naglu bol na stražnjoj strani bedra kad se mišić kontrahira iznenadno i snažno.

Liječenje uključuje odmor, hlađenje (led), zavijanje i podizanje noge. Osoba ne smije trčati ili skakati, ali može trčkarati u mjestu, rolati ili plivati, ako te aktivnosti ne izazivaju bol, sve dok mišić ne zacijeli. Nakon što ozdravljenje započne, vježbe istezanja mišića mogu pomoći u sprječavanju ponavljanja ozljede.