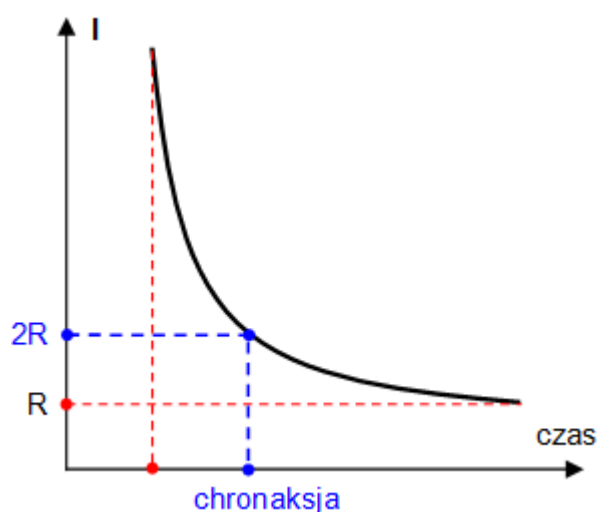


Inaczej, współczynnik pobudliwości.

Jest to minimalna ilość czasu, jaką prąd o intensywności równej dwukrotności **reobazy** potrzebuje do **pobudzenia** mięśni. Jest stałą czasową, która definiuje pobudliwość tkanek i mierzy stosunek  $q / i$ .

Obrazuje to poniższy rysunek z krzywą pobudliwości (Strength duration curve).



Wartość chronaksji dla prawidłowo unerwionego mięśnia wynosi od 0,1 do 1 ms.

Minimalny czas potrzebny do pobudzenia włókna nerwowego bodźcem o wysokim napięciu nazywamy **czasem użytecznym** i przybiera on na ogół wartości od 10 do 30 ms.

### Powiązane artykuły:

1. [Fizjologia skurczu mięśnia](#)
2. [Rekrutacja przestrzenna](#)
3. [Rekrutacja czasowa](#)
4. [Reobaza](#)
5. [Habitucja](#)
6. [Jednostka motoryczna](#)
7. [Punkt motoryczny](#)
8. [Pobudzenie i miary pobudliwości](#)