

## 肩についての雑談

関町病院（日本肩関節学会役員）

52回生 丸山 公

「肩」は人の態度や状態を示す時によく用いられる語である。態度が大きいと「肩を怒らせ」たり、「肩で風を切ったり」し、逆に自信が無いと「肩をすくめ」、疲れると「肩で息をする」。意見が合えば、他人の「肩を待ったり」、他人に「肩を貸したり」し、ひと仕事終われば、「肩の荷がおろる」し、頑張れば先輩と「肩が並べられる」ようになり、「肩書き」も付くようになる。しかし必要がなくなれば「肩たたき」されるのである。

霊長類が二足歩行をするようになると、上肢が移動手段から開放され、手を自由に使えるようになった。ヒトはやがて道具を持ち、火を使うようになり、今日の文明をもたらすきっかけとなった。四足動物で加重関節であった肩関節は、ヒトではもはや加重関節ではなく、器用となった手を思い通りのポジションに導く重要な支点となったのである。ヒトの手は垂直に挙げられ、また後ろでに紐を結ぶといった他の関節にない大きな可動域を要求された。そのために、股関節と同様にBall & Socket Joint（球と臼からなる関節）であるにも関わらず、球（上腕骨頭）に対して臼（肩甲骨関節窩）は浅く小さい構造をなすようになった。このような構造ゆえに人体の関節の中で最も大きな可動域を有する反面最も不安定（脱臼しやすい）な関節となり、関節の安定性は骨構造よりも関節包・靭帯・筋といった軟部組織に大きく依存することとなった。このため肩疾患の多くは軟部組織の変性・炎症・損傷等に原因し、レントゲンに写らない診断の困難な分野である。私と肩との出会いは、1982年にトロント大学留学から帰った時にさかのぼる。留学中はマイクロ・サージェリー、膝関節鏡と靭帯再建術などを学んで来たのだが、帰るやいなや当時の佐野精司助教授（故人）から、肩の外来をやるように言われ、断るすべもなく卒業3年で肩の世界に入った。

最初は分からないことだらけで、患者さんに「また来週来て下さい」と言って時間かせぎをしながら専門書を読みあさった。また、当時は軟部組織異常の診断に有効なMRIが今日のように普及していなかったので、汗をかきながら肩関節造影を行ったのを思い出す。40代の女性が「四十肩になったみたいです」と言って来院したり、70代の女性が「私もやっと五十肩になりました」と半分笑顔で来られることがあるが、「五十肩」はあっても「四十肩」はない。「五十肩」の由来は、1797年（江戸時代中期）太田全斎の著した俚言集覧にあり、「凡、人五十歳ばかりの時、手、腕、骨節痛むことあり、ほど過ぎれば薬せずして癒ゆるものなり、俗にこれを五十腕とも五十肩ともいう。また、長命病という。」とある。平均寿命が30歳代後半だったこの時代では、五十肩になることは長生きをしたひとつの証だった訳である。

しかし、これが五十肩の定義とすると、五十肩は治ってみて初めて「五十肩だったのだな」と分かることになり、肩の痛みが強くて手が挙がらない状態の時には「五十肩かもしれないが、今のところ診断はつけられません。」と患者さんに言わざるを得ない。現代医学において、このような状態では困るので、以下のような分類が用いられている。最近ではMRIによる診断能が急速に高まり、痛い関節造影をする機会も少なくなった。江戸時代のようにこのんびりと治るのを待っていてよいものか、腱板断裂（肩内在筋の腱断裂）のように場合によっては早期に手術を要するものかMRIで比較的容易に判断がつくようになってきた。患者さんにとってもわれわれ医師にとっても誠にありがたい時代である。

## 肩関節周囲炎の分類（信原）

- 烏口突起炎
- 上腕二頭筋腱鞘炎
- 肩峰下滑液包炎
- 変性性腱板炎（外傷性腱板炎、腱板不全断裂）
- 石灰沈無性腱板炎
- 臼蓋上腕靭帯障害（不安定肩関節症）
- いわゆる「五十肩」（疼痛性肩関節制動症）
- 肩関節拘縮

このように筆（実はパソコン）を進めると非常に肩が凝ってくる。しかし、この場合の

「肩」は肩関節をそのものを示すものではなく、頸から肩甲帯におよぶ部位である。この部位には僧帽筋が鎮座し、その支配神経は脳神経のひとつの副神経が支配している。ない頭を使っての原稿書きは脳にストレスをためて肩凝りを導くのかなと思っているが、推測の域を出ない。