

整形外科の教科書には「肩凝り」という病名は載っていない

文 安井謙一

Text by Kenji Yasui

肩凝りは、日本人に頻度が高く、慢性的に悩まされる身体症状ですが、実は整形外科の教科書には「肩凝り」という病名はありません。

日本整形外科学会の報告では、肩凝りを「肩関節部～項部の間、項部、肩甲骨部及び肩甲間部における、固くなった感じ、張っている感じ、重苦しい感じ、痛い感じ」としています。

つまり肩凝りとは、「肩の凝り」「背

中の凝り」「頸の凝り」「頭痛」といったさまざまな自覚症状を、単にまとめたものなのです。

19世紀の終わりには、肩凝りという表現は一般的に使われていたようです。明治・大正時代の医師、瀬川昌者が1896年に出した著書「**痙癖**―特殊肩痛」には、「裁縫業に従事すれば肩たちまち凝る、張る、痛むと訴える」とあります。

痙癖の意味は、首から肩にかけて筋肉がひきつること。肩凝りや肩の痛みの総称として使われてきたのでしょうか。

また、樋口一葉は『われから』（1896年）で「あるときは婦女どもにこる肩をたたかせて…」とあり、「こる」という言葉を用いています。夏目漱石は『門』（1910年）で、女主人公のお米の肩凝りを「頸と肩の継ぎ目の少し背中によった局部が石のように凝っていた」と著しています。

一方、「肩が凝る」に相当する英語表現は「have a stiff neck 首すじの不快

感」、フランス語圏では「J'ai mal au dos 背中が痛い」が近いようです。つまり日本人が覚える「凝り」に対する適当な表現を持ち合わせてないのです。

またこれらの言語を用いる人が日本に在住し、「肩凝り」という表現を知ってから、肩凝りを感じるようになったというエピソードもあります。日本人にとって肩凝りの「肩」は「肩・首・背中」を広く指す一方、外国人にとっての「肩」は肩関節（shoulder）であり、「肩」の範囲が異なることも影響しているかと思われまます。

「肩の痛み」と違い、「肩凝り」は世界共通の症状ではなく、日本の文化の中で培われた身体症状なのかもしれませんね。

Profile

東京女子医大整形外科で年間3000人超の肩関節疾患の診療と、約1500件の肩関節手術を経験する。現在は山手クリニック（東京・下北沢）など、東京、埼玉、神奈川の複数の医療機関で肩診療を行う。

