健康のひろば

地元の医師がアドバイス

—24—

五十肩？安心は禁物

髪をとかしたり、服を着たり脱いだりするのがつらく、字を書くことはできても、腕を伸ばしたり、茶碗をつかむことが困難になりました。友達は五十肩で気にすることはないというのですが。

（美深・主婦、六十一歳）

—☆—

五十歳前後の人が肩の痛みのために肩を十分に動かせなくなったときに、真っ先に疑うのが「五十肩」ではないでしょうか。しかし五十肩は有名な割には誤解の多い病気です。そこで五十肩について簡単に解説します。

五十肩は、特別な原因なく、四十歳代後半から始まって五十歳代にピークを迎え、六十歳代までにみられる肩関節周囲の炎症が原因で起こる病気です。肩から腕にかけての痛みのため、腕の動きが大きく制限されるのが特徴です。とくに腕を前や横から真上に上げるとか、腕を外や内側にひねる動作が制限されます。痛みを我慢すれば腕をひと通り動かせるという場合は、五十肩ではありません。

痛みはじわじわと起こり、次第に強くなります。左右の肩に同時に起こることはまれで、多くの場合どちらか一方の肩に起こります。不思議なことに、およそ三ヵ月から半年、長い人で一年位で自然に治る病気です。ただし長い期間放置しておくと、直ったあとで運動障害が残る可能性があります。したがって、五十肩かなと思う症状があり、数日から一週間たっても直らない場合には、早期に専門医を受診してください。治療の開始が早いほどそれだけ回復が早くなり、後遺症を残す可能性が減るからです。五十肩の治療は病期によって異なりますが、基本は薬と体操です。

五十肩の診断で気をつけなければいけないのは、肩が痛いからといって、すべてが五十肩とは限らないことです。約半数の人が「頚椎の病気」による肩の痛みを五十肩と自己診断して誤診しているといわれております。五十肩と頚椎の病気との一番の違いは腕の運動制限があるかどうかです。

五十肩の場合は必ず腕の運動制限がありますが、頚椎の病気の場合には運動制限がありません。

さて、相談者の症状はほぼ五十肩の症状に一致しておりますので、五十肩が強く疑われます。強いてあげれば、「茶碗をつかむことが困難」という症状は五十肩だけでは説明できず、頚椎の病気の合併を疑わせます。とにかく一度専門医を受診して確定診断を受け、後遺症を残さないようにするため早期に治療を開始することをお勧めします。

（片平外科・脳神経外科院長・齊藤武志）