

## 圏外のアンテナ

[頸椎ヘルニア] の巻

コロナ禍で家に閉じこもっている間に、頸椎（けいつい）ヘルニアになってしまった。ヘルニアっていうと腰椎（ようつい）の人が多いが、わたしのは首だ。

それでいて痛いのは、首ではなくて背中である。肩甲骨まわりが始終ズキズキ。左手の小指もしびれている。左腕を頭の上空に高くあげていると痛みが和らぐので、スキあらば一人挙手！みたいなポーズをとっている。

さすがにこれは変だと、病院でMRIの検査を受けると、頸椎をつなぐ椎間板が後方に飛び出していて、神経を圧迫している状態だという。

うむむ。テレワークでパソコンを長時間見つづけると「ストレートネック」になるから気をつけろ！と注意されていた。なのに、気をつける前に発症してしまったみたい。とりあえず、痛み止めを飲んだり、ストレッチをしたりしているが、あまり変化はない。

そんな中で、一番ありがたみを感じたのが、通販サイトで買い込んだ米国製の痛み止めクリーム。日本のものよりメンソールの配合量が多いのか、塗るとヒリヒリ皮膚が燃えさかって、元の痛みを忘れさせてくれる。集中したい仕事がある時にはこのクリームを塗りたくって、しのいでいる。

それにしても左の上半身にじわじわと広がる、あいまいな不快感は、なんとも不気味で、気持ちが悪い。ヘル・ニアと言う位だからHELL（地獄）・NEAR（近く）というわけか。と、この不気味さを現す英語のダジャレを思いついて、一人納得していたが、実は全く違っていた。

ヘルニアの英語は正しくは、HERNIA。臓器などが飛び出している状態を指すという。なるほど…。

語呂合わせも的外れで、テンションは下がったまま。一方、左腕は頭上高く上がったまま。

ヘルニア以前の（ついでにコロナ以前の）もろくも平穏だった日常を、恋しく思い出している。

=2021年5月28日掲載=



アイハーブで大人買いした痛み止めクリームの山