

Electrosensibilité : tous concernés

De plus en plus de personnes se plaignent de problèmes de santé en lien avec les champs électromagnétiques. Chez certaines, ces symptômes peuvent apparaître et s'aggraver brutalement. Dans notre monde devenu « accro » aux technologies sans fil, cette réalité doit nous interroger sur nos choix individuels et collectifs.

Longtemps cantonnée à un trouble psychosomatique, l'intolérance aux ondes est une pathologie en voie de description, que la science peine à expliquer et la médecine tarde à prendre en charge. L'émergence de cette maladie environnementale chronique pose des défis nouveaux à notre société dans un contexte de déploiement généralisé de ces technologies, en termes de respect des droits humains et environnementaux.

Des symptômes invalidants

Cette perte de tolérance environnementale peut apparaître brutalement, après certains signes avant-coureurs, souvent négligés par manque d'information, sans que l'on connaisse aujourd'hui ni la dose reçue ni les facteurs de prédisposition. Parmi ces signes précoces fréquents, notons : mal à l'oreille ou sensation de chaleur dans l'oreille après une conversation sur un téléphone sans fil ou mobile, maux de tête, douleurs à la nuque, tachycardie et palpitations



Parallèlement au déploiement des technologies sans fil, dans la fin des années 1990, des plaintes ont émergé dans le grand public entre autres de la part de riverains d'antennes.

cardiaques, étourdissements, acouphènes, réveils brutaux dans la nuit, sommeil non réparateur, troubles cutanés, saignements du nez, grande fatigue...

Tous les hypersensibles ont connu ces symptômes, puis, faute d'avoir pu se mettre à l'abri des ondes suffisamment tôt, leur tolérance s'est effondrée, occasionnant d'importants problèmes de santé : troubles du sommeil récurrents, douleurs en étai ou en écrase-

ment à la tête, au cou, picotement ou brûlure à l'intérieur du corps, sensation d'irradiation, d'étouffement, de décharges électriques, troubles cardiaques (oppression, tachycardie, arythmie, palpitations...), troubles de l'humeur, de la mémoire et de la concentration, troubles cutanés, visuels, vertiges ou perte de connaissance, fatigue extrême...

Dans d'autres cas, des personnes atteintes de longue date de troubles chroniques, ressemblant souvent à la fibromyalgie, finissent par faire un lien entre leurs troubles et leur exposition

aux ondes, en expérimentant la réduction de leur exposition sur le moyen terme.

La perte de tolérance aux agents environnementaux peut parfois s'élargir (produits chimiques, UV...).

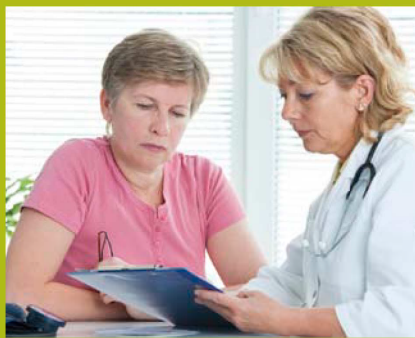
Une longue histoire

Cette pathologie environnementale est sans doute née avec l'électricité car il semblerait que Nicolas Tesla en ait souffert.

Ce qu'en disent les médecins

S'il n'existe pas de traitement faisant consensus à ce jour, les médecins précurseurs, ayant réellement vu en consultations des hypersensibles, se rejoignent sur les grandes lignes d'une prise en charge jouant sur plusieurs tableaux et négociée avec le patient. Cette prise en charge permet, selon les témoignages et les enquêtes, d'améliorer sensiblement la qualité de vie des personnes atteintes :

- une approche physiologique et non psychique des troubles pointant le rôle probable du stress oxydatif/nitrosatif ;



© Alexander Rathis/Fotolia

- une prise en charge avec la réduction des expositions en priorité ;
- une approche globale, holistique et privilégiant la complémentation nutritionnelle (vitamines, notamment B et D, oligoéléments,

magnésium, oméga-3...) et tout particulièrement les antioxydants naturels (extrait de papaye fermentée par exemple) et la mobilisation du corps (activité physique, pratique du chant ou d'un instrument à vent, ostéopathie...);

- le diagnostic et le traitement de pathologies simultanées ou confondantes (intolérances alimentaires, intoxication au mercure, maladie de Lyme, parasitoses...);

- l'éviction des médicaments et de la psychothérapie officiellement recommandés, inefficaces et même nuisibles dans certains cas ;

- une prise en charge sur le plan social et professionnel du handicap.

Dès les années 1950, les autorités sanitaires d'Europe de l'Est se sont préoccupées de ce qu'on a alors appelé la « maladie des micro-ondes ». En 1960, une étude menée dans l'armée de l'air française concluait que 30 % du personnel présentait un simple syndrome neurovégétatif non spécifique et 10 %, des signes cliniques authentifiés, mettant en évidence l'existence d'une sensibilité individuelle.

Parallèlement au déploiement des technologies sans fil, dont la téléphonie mobile, dans la fin des années 1990, des plaintes ont émergé dans le grand public, entre autres de la part de riverains d'antennes et de personnes fortement exposées. On recensait ainsi 3,2 % de personnes allergiques ou très sensibles aux champs électromagnétiques en Californie en 1998, dont 5 pour 1 000 personnes interrogées contraintes à changer de travail à cause de cette intolérance.

Dans une entreprise multinationale de haute technologie en télécommunications suédoise, on a recensé, en 1990, jusqu'à 17 % (40 sur 271) de cas d'hypersensibilité électromagnétique parmi les employés.

Les études les plus récentes rapportent des chiffres préoccupants : 13,3 % à Taïwan et de 8 à 10 % en Allemagne en 2010. Aucun chiffre fiable n'existe concernant la France.

Une médecine démunie

En France, cette maladie environnementale émergente a fait pour l'instant l'objet de peu d'attention de la part du corps médical, hormis quelques précurseurs ayant mis en place des consultations spécifiques (Paris, Brest, Montpellier). L'étude Cochin pour la prise en charge de l'électrohypersensibilité, initiée par le précédent gouvernement, s'est révélée dilatoire et

sans réel bénéfice pour les patients. Sauf rares exceptions, les médecins sont mal informés sur les troubles susceptibles d'être causés par les ondes, ne disposent pas de diagnostic faisant consensus et sont par conséquent dans l'incapacité de reconnaître la mise en place d'une hypersensibilisation chez un patient.

Les malades sont livrés à une errance médicale aléatoire, soumis à de multiples et coûteux examens ; leur discours n'est pas toujours pris au sérieux ou le diagnostic est erroné (trouble psychique, stress...). Certains médecins se déclarent impuissants.

Pourtant, cette maladie est entrée dans la classification officielle des maladies des pays nordiques en 2000 et de l'Allemagne et de la Suisse en 2012. L'OMS reconnaît son existence sans admettre encore le lien de causalité avec les champs électromagnétiques.

En France, le handicap occasionné a été reconnu officiellement dans certains cas mais cette reconnaissance reste aléatoire selon les départements.

Une vie surréaliste

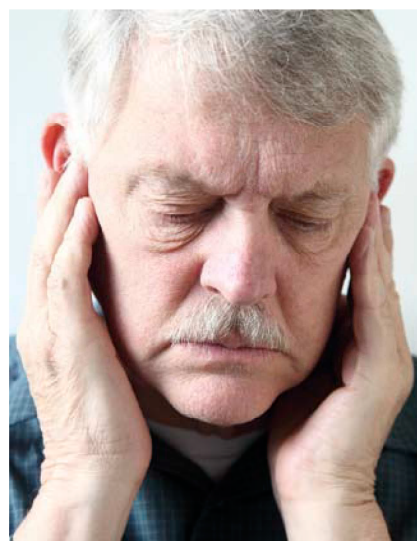
Il y a un avant et un après dans la vie d'une personne devenant électrosensible. De normale, insouciante, une vie peut basculer quasiment du jour au lendemain. « En une semaine, ma vie est devenue un enfer », « je ne peux plus sortir, je vis prisonnière chez moi », « où puis-je aller pour dormir ? », ces témoignages reviennent constamment.

Lorsque l'on ressent les effets des ondes qui nous entourent, on s'aperçoit à quel point notre environnement, dans ce qu'il a de plus banal – la chambre, le restaurant, le métro et même dans les villages – est atteint par cette pollution insidieuse. Invisible, sans odeur, elle est inaccessible à ceux qui n'en souffrent (heureusement) pas. Comment, dès lors, faire comprendre ce que l'on ressent sans être pris pour un fou ?

Les plus atteints sont contraints parfois de s'enfuir, quittant tout, pour aller vivre dans des conditions précaires (camping-car, maison isolée...). Les autres bricolent des solutions plus ou moins pérennes en espérant tenir le coup : déménagement, isolation plus ou moins efficace des murs et des fenêtres avec des protections anti-ondes, vêtements anti-ondes... Et, en attendant que la société prenne en compte leurs souffrances, ils serrent les dents pour prendre les transports, aller au travail, mener un semblant de vie sociale. Beaucoup se retrouvent en arrêt maladie, souvent contestés par la Sécurité sociale, ou finissent par perdre leur emploi, leur conjoint, leurs amis...

Qui est concerné ?

Sans le savoir, chacun de nous est exposé aux ondes. Aujourd'hui, on ne sait quasiment rien



Certains signes avant-coureurs fréquents, comme le mal à l'oreille ou les acouphènes, sont souvent négligés par manque d'information, sans que l'on connaisse aujourd'hui ni la dose reçue ni les facteurs de prédisposition.

sur ce qui conduit à ce phénomène d'hyper-sensibilisation. Il semblerait que cette pathologie touche majoritairement les femmes et les personnes développant un terrain allergique. Cela ne pourrait représenter que la partie la plus visible de l'impact des ondes sur la santé car certains scientifiques s'interrogent sur leur rôle dans l'augmentation de maladies chroniques telles que la fibromyalgie, le syndrome de fatigue chronique, les maladies neurodégénératives, la dépression et même l'autisme...

Une question de société

L'émergence de cette pathologie pose de graves questions à la société quant au respect des droits des personnes victimes, à l'ampleur possible du phénomène et à son coût pour la société dans son ensemble.

Face à ces questions, nous sommes tous concernés et devrions tous nous sentir interpellés.

Mieux vaut prévenir que guérir

Voici quelques conseils de bon sens pour éviter l'électrosensibilité et améliorer votre qualité de vie si vous pensez en souffrir :

- réduisez autant que possible vos expositions et celles de vos enfants ;
- sanctuarisez la chambre à coucher autant que possible, la récupération pendant la nuit est fondamentale ;
- adoptez une alimentation saine et variée, riche en antioxydants naturels (fruits et légumes frais...);
- remédiez à ce qui plombe votre organisme : stress, intolérances alimentaires cachées, intoxications, parasitoses... et adoptez un rythme de vie régulier et sain ;
- soyez attentif aux signes avant-coureurs d'une éventuelle hypersensibilisation ;
- oxygénez vos neurones en allant vous balader plutôt que rester connecté à un écran...

Le 23 janvier dernier, les députés ont franchi une étape symbolique pour la reconnaissance de l'électrohypersensibilité en votant un article de loi prévoyant la remise par le Gouvernement dans le délai d'un an d'un rapport concernant l'opportunité de créer des zones à rayonnement électromagnétique limité, la prise en compte de l'électrohypersensibilité en milieu professionnel et l'efficacité des dispositifs d'isolement aux ondes ■



► **Sophie Pelletier.**
Ingénieure en environnement devenue électrosensible en 2010. Coresponsable du Collectif des électrosensibles de France et référente EHS pour l'association Priartém.

Collectif des électrosensibles de France

Depuis 2008, le collectif agit pour une reconnaissance officielle, une prise en charge adaptée et la prévention de l'intolérance aux champs électromagnétiques. En 2012, il est devenu le référent de l'association nationale Priartém pour cette question.

Collectif des électrosensibles de France
Chez Priartém
5, cour de la Ferme-Saint-Lazare - 75010 Paris
Tél. : 09.72.35.48.05
Site : www.electrosensible.org



Actions

Un ruban jaune pour sensibiliser à cette épidémie silencieuse

Symbolisant le canari, sentinelle de l'environnement, vous pouvez porter le ruban jaune en signe de solidarité avec les victimes des ondes.

Pour aller plus loin

Documentaires

- *Hors champ*, Marianne Estèbe. En vente sur www.13productions.fr.
- *Cherche zone blanche désespérément*, Marc Kanne. En vente sur www.electrosensible-zone-blanche-ehs-film.com.

Roman

- *Schproum, ou roman avorté et récit de mon mal*, Jean-Yves Cendrey, éd. Actes Sud.

Alors qu'il travaille à son nouveau roman, Jean-Yves Cendrey, écrivain français résidant à Berlin, est pris de maux étranges, qui s'atténuent lorsqu'il réside dans sa maison de campagne. Forçant sa propre incrédulité et devant l'impuissance des médecins à établir un diagnostic, il doit se rendre à l'évidence : il est devenu électrosensible et sa vie en sera bouleversée. Il en a tiré un récit saisissant.

