

ÉLECTROSENSIBILITÉ : DES MÉDECINS TÉMOIGNENT

Face au syndrome des micro-ondes, les médecins sont logiquement sollicités par les personnes électrosensibles, pour lesquelles l'accueil en retour est pour le moins très variable. Qu'en est-il lorsqu'un médecin est lui-même touché ?

Propos recueillis par **Gérald Hanotiaux (CSCE)**

La situation actuelle de « flou » sanitaire autour du « syndrome des micro-ondes » - défini par l'Organisation mondiale de santé (OMS) (1) mais nié par les autorités sanitaires en Belgique - entraîne une souffrance supplémentaire chez les électrosensibles. Dans certains cas, cette situation peut même solidement les enfoncer socialement. Dans leurs relations avec le monde médical, nous l'avons vu, les patients reçoivent des réactions extrêmement variables. Si certains professionnels de la santé apportent une attention légitime et nécessaire à ces patients et aux manifestations dans leur corps des rayonnements électromagnétiques, d'autres n'apportent parfois qu'une attention distraite, voire manifestent carrément un rejet, dévastateur autant que scandaleux. (Lire « *L'exclusion par la pollution électromagnétique, État des lieux (I) : Une vie sociale à rude épreuve* », aux pages précédentes.)

Cette situation alarmante nous a motivé à réaliser un focus sur les médecins décrivant l'électrosensibilité. En effet, parmi la presque cinquantaine de réponses reçues à notre appel à témoignages, trois émanaient de médecins. Ces trois personnes s'expriment ici, deux d'entre elles exposent leur propre « électrohypersensibilité » subie au quotidien, la troisième évoque

la situation de sa fille, aujourd'hui presque adolescente. Si dans ces récits nous trouvons de nouveaux exemples de l'effet destructeur des rayonnements électromagnétiques, nous y trouvons également des pistes d'explications aux rejets parfois manifestés par les professionnels de la santé à l'égard du vécu décrit par leurs patients.

« Notre système global de soins rend très difficile la clairvoyance et la liberté thérapeutique »

Notre première témoin évoque les bouleversements de l'électrosensibilité dans sa vie privée, mais aussi dans les milieux médicaux où elle évolue. Lors de ses périodes de congés maladie, ses contacts avec l'Inami et les médecins-conseils ont été plutôt contrastés.

Ensemble ! Comment est apparu votre problème d'électrohypersensibilité ?

Le parcours est souvent long et compliqué, avant de réellement comprendre le problème et l'origine des symptômes. Personnellement, j'ai été extrêmement fatiguée et victime de graves problèmes de sommeil et de douleurs corporelles pendant des années...

On ne trouvait pas ce dont je souffrais. Un événement m'a permis de comprendre, il y a un peu plus de trois ans, lors d'un séjour en vacances dans un ancien monastère. Pendant une semaine j'ai constaté avec étonnement, jour après jour, le retour d'une certaine qualité de sommeil. Physiquement, je remontais la cote progressivement, et à la fin de la semaine j'ai pu faire du sport, ce qui m'était impossible depuis des années. Hélas, lors de la seconde semaine de vacances, les progrès étaient terminés, la fatigue extrême et les problèmes de sommeil étaient de retour. ↗



MIS À DISPOSITION VIA LA LICENCE
CREATIVE COMMONS PAR LE SITE FLICKR

⇒ En réalité, un problème technique avait rendu le système wifi inactif, durant une semaine entière. Une fois résolu, l'amélioration de mon état a été stoppée net.

Par la suite, j'ai assisté à une conférence sur la pollution électromagnétique, où j'ai reçu beaucoup d'informations très pertinentes, suite à quoi j'ai décidé de consulter la littérature scientifique. À cette étape du parcours, il est hallucinant de constater la quantité d'informations disponibles sur ce problème ! Surtout, le décalage des connaissances est simplement abyssal avec l'information du Service public fédéral (SPF) Santé publique, qui va parfois jusqu'à évoquer un problème psychologique pour décrire l'électrosensibilité. On peut en effet entendre parler d'une prétendue phobie, face à laquelle il faudrait encourager les gens à se remettre en contact avec les ondes électromagnétiques pour contrer cette « peur »... Personnellement, je n'ai jamais eu peur de la technologie, bien au contraire.

Quelles ont été les réactions de vos proches ?

Ça dépend de quels proches. Dans ma famille, les gens étaient relativement attentifs mais je pense qu'ils gardaient une certaine dose de scepticisme. Un jour, lors d'une promenade en forêt avec mon frère, toujours attentif à couper son téléphone, au bout de dix minutes je me traînais, je me sentais fatiguée et pas bien du tout... Je lui ai demandé s'il n'avait pas oublié d'éteindre sa machine. « *Mais non, j'y ai pensé* », m'a-t-il dit, pour ensuite regarder. Et en fait non, il avait cette fois-là oublié. Ce genre d'événement place les gens devant le concret, apporte un supplément de preuve que les symptômes ne sont pas imaginaires.

Dans ma vie sociale, j'ai eu de vraies surprises. Par exemple, je chantais dans une chorale depuis dix ans, c'était vraiment important pour moi. J'adore la musique et chanter en groupe, et tout se passait bien avec les autres membres... Pendant des années, j'étais tout le temps crevée, on me disait : « *Allez, courage, on est avec toi, on finira par trouver ce que tu as.* » Quand j'ai compris, j'étais donc contente d'annoncer avoir trouvé la source des problèmes, qu'il suffisait de couper tous les téléphones pendant la répétition pour atténuer les douleurs et la fatigue. Et là, si une partie des gens l'ont fait bien volontiers, une autre partie a ignoré ma demande ou a refusé. Je n'avais pas vraiment conscience de ça, mais je me suis rendue compte de l'existence chez certaines personnes d'une forme d'addiction à leur téléphone portable. Quand je demandais de couper, ils devenaient très agressifs.

J'ai commencé à observer et j'ai retrouvé ça dans plusieurs milieux, ce problème de ne pas pouvoir lâcher Facebook, Whatsapp, etc. Certains doivent tout le temps envoyer un petit message, toutes les trois minutes, regarder leur écran... C'est devenu comme une extension d'eux-mêmes, ils voient ça comme une connexion au monde. Ce problème d'addiction sort un peu du cadre strict de l'électrosensibilité, mais il s'agit également d'un problème de santé publique, totalement sous-estimé. En outre, pour régler le problème des électrosensibles, voilà un enjeu auquel il va falloir faire face, car on observe des symptômes vraiment proches de ceux des drogués en sevrage : des angoisses, des crises de panique...

« *Les études de médecine sont tellement longues et difficiles, il y a tellement d'informations à intégrer rapidement, que ça crée un certain « formatage ». C'est comme si pour survivre à toutes ces années d'études, il fallait se fermer à de nombreuses choses.* »



La situation est plus que préoccupante. Dans mon ancien logement, il y a trois ans, j'avais déposé une lettre dans la boîte de tous mes voisins pour demander de couper le wifi la nuit. Il y a quelques jours seulement, l'un d'eux m'a appelé : « *Je pense avoir le même problème que vous. Je suis dans une colocation où l'internet n'est pas câblé, tous mes voisins ont des extensions de wifi dans leur chambre... Je ne pense pas que ce sera possible de leur demander de couper la nuit car ils sont insomniaques. Quand ils se réveillent, il faut absolument qu'ils puissent faire autre chose que ne pas dormir, donc ils vont sur internet avec le wifi.* » C'est dramatique car les troubles du sommeil sont parmi les principaux révélateurs des effets des rayonnements sur le corps humain. Pour combler le temps, ils utilisent probablement la cause de leur problème... Tout en l'aggravant ! (2)

Lorsque vous mesurez l'ampleur de la catastrophe, quel est votre état d'esprit ?

J'ai vécu plusieurs étapes. Au début je n'ai pas réellement mesuré l'ampleur du problème, car je suis du genre à minimiser mes difficultés... Par rapport à ma position de médecin, j'étais très embêtée. Chez mes confrères, quand des gens arrivent avec des problèmes d'électrosensibilité, la réaction la plus habituelle est « *Bon, ça ce sont des problèmes psy, on va envoyer ce patient vers le psychiatre ou le psychologue.* » En le vivant personnellement, je découvrais que ce n'était pas le cas, donc... Comment dire ? Dans mon milieu médical, je vivais ça comme une espèce de « deuil », une sorte de *coming-out*. Ça m'a pris une bonne année pour arriver à en parler, sans faire de grands détours. Dans ma vie privée, au début c'était très difficile, j'avais



presque honte, comme si j'étais porteuse d'une espèce de tare. Au quotidien, je devais soit me mettre à l'écart, soit ennuyer tout le monde pour pouvoir m'intégrer quelque part, faire couper tant que faire se peut les rayonnements. Quoi que je fasse, aucune situation ne me permettait de me sentir confortable. Je me suis sentie seule, vraiment très seule. Durant ce temps, je me suis interrogée sur la manière d'en parler. Dans l'optique d'être la plus sérieuse possible, j'ai consulté toute la littérature scientifique, pour étayer mes descriptions d'informations sérieuses. J'ai eu le retour d'une amie, selon lequel « *Tu ne te rends pas compte à quel point c'est difficile quand tu parles comme ça, ça fait un peu schtroumpf à lunettes, les gens se sentent jugés...* » Aujourd'hui, j'en parle de manière beaucoup plus simple : « *Je suis désolée, je ne supporte pas bien les ondes, est-il possible de couper les machines ?* » Quand ils sont d'accord tant mieux, sinon je m'en vais et puis voilà... Je n'ai vraiment pas le choix car, physiquement, à proximité de wifi ou de smartphones ça ne va pas du tout.

Finalement, j'ai ressenti du soulagement, en constatant avoir une sorte de « levier » sur mon état général. Si je coupe tout et suis loin des wifi des voisins, ça va mieux. Ce n'est pas parfait, loin de là, mais je trouve quand même un certain équilibre et je peux recommencer à avoir une vie, certes pas une vie à cent à l'heure comme avant, mais une vie, disons « gérable ». J'ai dû quitter le centre ville, je maintiens une espèce d'équilibre « tout juste », mais qui fonctionne. On va dire que c'est une remontée légèrement positive, j'ai

circonscrit la situation. Le problème reste cependant énorme, car une solution, aujourd'hui, il n'y en a pas.

Au niveau des symptômes, ça évolue ?

Je suis de plus en plus attentive et comprends mieux les signaux de mon corps, donc c'est difficile à dire car je suis plus vigilante qu'auparavant. Par exemple, si je sens une grosse tension dans le dos, je suis probablement proche d'un téléphone allumé, ou située entre un téléphone et une antenne. De même quand j'ai un problème de concentration, je suis sans doute trop exposée à des téléphones ou du wifi. Puisque je connais à présent les conséquences, je me protège beaucoup plus, mais les symptômes sont toujours là, donc peut-être ai-je également un seuil de tolérance moins élevé qu'avant.

J'ai cependant vécu une aggravation claire lorsque je suis retournée travailler en clinique. Mes patients me manquaient, alors j'ai voulu repasser à un travail curatif. J'ai très vite été très mal. Je n'avais que quatre demi-journées, mais je ne m'en sortais pas. J'ai mis des vêtements anti-ondes (3), ce qui aidait car je n'avais plus cette grosse douleur dans le dos et la poitrine. J'étais plus apaisée physiquement, mais du coup les troubles cognitifs arrivaient sans crier gare, je n'avais plus mon « signal d'alarme » physique. Par exemple, je me suis retrouvée aphasique devant une patiente, je ne savais plus comment parler. Elle me décrivait son état, je comprenais mais devais me concentrer énormément

J'ai dû aller à l'hôpital pour une réunion concernant des patients. Nous étions le vendredi après-midi et la réunion a duré plus de trois heures : mon week-end était foutu

et ne savais plus de quel nerf il s'agissait, un domaine pourtant très familier pour moi. J'ai dû me mettre en arrêt maladie et, comme mon contrat était à durée déterminée (CDD) de six mois, il n'a pas été renouvelé. Les collègues faisaient preuve d'empathie et me disaient « *On a vu que c'est difficile pour toi* ». Je pense cependant que mon électrosensibilité leur semblait un peu bizarre.

Aujourd'hui, vous travaillez en tant que médecin ?

Oui, j'ai ensuite été contactée par un centre de rééducation. Je leur ai signalé mon impossibilité de travailler dans des locaux avec du wifi et des téléphones DECT (4), ou encore des smartphones allumés, mais ils ont insisté en s'engageant à tout arranger pour moi. J'ai signé mon contrat, pour ensuite constater dans les faits qu'ils ne connaissaient manifestement rien à tous ces appareils. En arrivant, j'ai vu la présence de nombreux DECT, de wifi,... La seule « adaptation » tenait en un petit panneau sur les portes : « *Merci de couper votre GSM* ». J'ai essayé d'agir, mais ça a été très difficile. Dans ce centre, beaucoup d'enfants travaillent sur des tablettes, sauf les petits, donc on a mis mon bureau

⇒ près de ces locaux-là, le plus loin possible des cinq routeurs wifi. Au bout d'un an, tout de même, Proxi-mus est venu remplacer les DECT par des téléphones filaires, sauf qu'ils ont tout de même laissé les DECT pour quand je ne suis pas là.

Comme professionnelle, je dois parfois aller à l'hôpital pour des réunions, notamment dernièrement, concernant des patients suivis dans le cadre de mon travail. Nous étions le vendredi après-midi et la réunion a duré plus de trois heures : mon week-end était foutu. J'ai très mal dormi et j'ai mis deux ou trois jours pour me remettre, je n'étais vraiment pas bien. Comme patiente, j'y vais le moins possible forcément, car c'est saturé de rayonnements, avec souvent des réseaux DECT dans les couloirs, du wifi, et si je dois rester dans une salle d'attente, plus c'est long plus c'est dur.

Le fait que ça se dérègle chez moi montre un problème pour tout le monde. Je réfléchissais logiquement, au début, en termes de santé pour la population générale. Dans l'explosion des cancers, les rayonnements électromagnétiques ont une responsabilité, même si elle est combinée à d'autres facteurs cancérigènes et d'autres pollutions environnementales. Au sujet de l'augmentation des glioblastomes, par exemple, de grosses tumeurs au cerveau très agressives - situées le plus souvent du côté où les gens tiennent leur téléphone -, nous devons acter la nécessité pour notre société de prendre des mesures de protection sanitaire. Quand j'ai pris conscience du problème, j'étais partie sur une vision beaucoup plus globale sur la prise de conscience à apporter... Avec le temps, cependant, j'ai dû me rendre compte du grand désintérêt des gens pour ces alertes. Ça paraît fou, mais ce n'est pas ça qu'ils veulent. Ils désirent avant tout qu'on leur fiche la paix avec leurs technologies. Il y a trois ans, je n'aurais pas dit ça, mais l'urgence est donc avant tout de trouver des solutions pour moi.

Une collègue, médecin comme moi, très consciente de mes difficultés, me disait un jour : « *Chez moi c'est terrible, il y a le wifi au salon, une pièce très agréable à vivre, mais j'ai remarqué que dès qu'on doit se poser tous ensemble quelque part, on se met dans la cuisine !* » Or, c'est l'endroit où ils captent mal le wifi. Logiquement, je lui ai demandé si elle n'envisageait pas de câbler internet, et la réponse a été claire : « *Oh écoute, j'en ai parlé à mon mari, il ne veut pas.* » Nous en sommes là.

Comment envisagez-vous la suite ?

Aujourd'hui, je suis proche de la décision de démissionner. Quand mon CDD est arrivé à échéance, j'ai rencontré deux membres du Conseil d'administration (CA). Sans me consulter, ils avaient préparé un immense contrat contenant plein de clauses, avec des mentions de ce que le centre avait fait pour mon problème d'électrosensibilité. Par exemple, j'avais deman-

dé une imprimante qui ne soit pas en wifi, un modèle de base, moins cher que ce qu'ils voulaient installer... Eh bien tout était dans le contrat : « *On vous a fourni une imprimante spéciale pour votre état, maintenant vous vous engagez à ne plus rien demander de plus.* » Globalement, j'ai eu l'impression d'être considérée comme une enfant capricieuse, prise par une lubie. En filigrane, je devais me rendre compte du caractère « non raisonnable » de mes demandes. J'ai malgré tout signé le contrat. Je le regrette aujourd'hui.

Malgré les panneaux sur leurs portes, les membres du personnel ont refusé de couper leurs téléphones. Ils veulent recevoir des SMS, aller sur Facebook ou voir leurs e-mails privés. Beaucoup ont également de jeunes enfants et souhaitent être joignables en permanence sur leur portable plutôt que sur le fixe de l'institution. Même s'ils coupent en réunion avec moi, le reste du temps je suis dans les mêmes locaux, le corps entre leurs appareils et les antennes-relais, c'est inévitable.

L'hôpital est devenu une entreprise. Les décideurs sont les responsables financiers, ils mettent une pression énorme sur les médecins et le personnel soignant, avec une demande de rentabilité absolument épouvantable

Comme médecin, je dois aussi parfois aller observer les enfants en groupe, des moments où je demande qu'ils travaillent hors connexion. Parfois certains membres du personnel me disent : « *Ah non, désolé, ce n'est pas possible.* » On me demande d'être présente, mais on ne met pas en place les conditions pour que je puisse l'être. Les personnes ont vis-à-vis de moi une relation de pouvoir un peu malsaine, ça me met dans une position de fragilité pour exercer ma fonction.

Vous avez eu des contacts avec des médecins-conseils ?

Oui, depuis mon épisode d'aphasie en pleine consultation en 2019, je suis en mi-temps médicale et je me bats pour garder ce statut-là. La première médecin était très compréhensive et encourageante. J'ai eu affaire à elle durant un an, c'était bien, mais elle était embêtée, elle disait : « *Vous savez, on n'a pas de case pour ça. On doit remplir des cases vis-à-vis de l'INAMI, et il n'y a pas de case pour vous placer sur les documents.* » Elle a ensuite été remplacée par une autre dame, pas du tout attentive, lâchant : « *Je vous donne six mois pour recommencer à temps plein.* » Franchement, même ici, en dehors du centre-ville, je ne pourrais recommencer à temps plein, je n'ai pas le choix car il faut en permanence jongler avec les temps d'expositions, pour aller faire des courses par exemple, et les temps de relatif repos.... Je lui ai apporté des articles sur l'électrosensibilité, elle a refusé de prendre les documents. C'était la première



Trouver un hôpital dénué de rayonnements de hautes fréquences est devenu mission impossible. Ces lieux de soin sont devenus des facteurs aggravant de l'état physique des électrosensibles.

fois qu'un médecin refusait de prendre un article ! J'ai en tout cas pu constater que ce n'est pas parce que je suis médecin que ce problème-là est beaucoup mieux pris en compte (5).

Pour terminer, une question générale sur le monde médical, puisque vous y travaillez. Certains électrosensibles sont reçus de manière absolument scandaleuse par des médecins, vous dites notamment que vos collègues classent l'électrosensibilité dans les problèmes psychiatriques... Pourquoi réagissent-ils comme ça, selon vous, devant les descriptions de leurs patients ?

Très bonne question, pour laquelle les réponses peuvent être longues et multiples... Je retiendrai trois éléments. Une première piste de réflexion tient notamment dans le caractère des études de médecine. Elles sont tellement longues et difficiles, il y a tellement d'informations à intégrer rapidement, que ça crée un certain « formatage ». Ce n'est pas une règle générale bien sûr, mais c'est comme si pour survivre à toutes ces années d'études, en quelque sorte, il fallait se fermer à de nombreuses choses. On ne fait que étudier, étudier... Quand on sort de ça, le cerveau a fait des connexions entre « tel problème, tel traitement », et plus on est spécialisé, plus c'est précis.

Deuxième élément, notre système global de soins rend très difficile la clairvoyance et la liberté thérapeutique. Le système hospitalier a grandement évolué ces der-

nières années, l'hôpital est en fait devenu une entreprise. Les décideurs sont les responsables financiers, ils mettent une pression énorme sur les médecins et le personnel soignant, avec une demande de rentabilité absolument épouvantable. Les médecins sont poussés à faire des actes techniques, à consulter à un rythme de plus en plus effréné. Plus ce rythme est effréné, plus les médecins sont saturés et vont chercher à faire des consultations courtes et faciles, avec un diagnostic et un traitement précis et rapide. En conséquence, toutes les pathologies dépassant de ce cadre-là, nécessitant du temps, de l'attention et du dialogue pour mettre des choses en place avec le patient, ne sont absolument pas valorisées en termes de nomenclature. C'est-à-dire que ça n'est pas répertorié, ça ne rapporte rien à l'hôpital et rien au médecin. Par contre, ça pourrait réellement servir la santé du patient, mais le système ne fonctionne hélas pas de cette manière et n'intègre pas ces dimensions.

Troisièmement, la recherche médicale est en grande partie sponsorisée par l'industrie pharmaceutique, en conséquence nous plaçons nos *guidelines* de bonnes pratiques sur les articles scientifiques publiés par la recherche. Nous sommes donc très fortement influencés par le *lobby* de l'industrie pharmaceutique. D'autre part, au sujet des rayonnements électromagnétiques, nous faisons également face au *lobby* de l'industrie technologique (6), fortement présent, qui décrédibilise toutes les recherches sur la santé dans ce domaine.

⇒ « À l'école, il a fallu des adaptations, mais l'accueil a été globalement positif »

Nous rencontrons cette deuxième témoin au sein de son cabinet bruxellois. Dans un emploi du temps très chargé, cette professionnelle de la santé consent à utiliser le temps de midi pour évoquer avec nous les problèmes d'électrosensibilité de sa fille.

Ensemble ! Comment avez-vous découvert les problèmes liés à l'électrosensibilité ?

Cela s'est passé à la suite de notre déménagement, il y a huit ans. Notre fille se réveillait plusieurs fois par semaine avec de grosses douleurs dans une jambe, toujours la même, au niveau du genou, et ce depuis ses deux ans et demi. C'était vraiment difficile, beaucoup de pleurs, beaucoup de douleurs. J'ai examiné moi-même ma fille et fait réaliser des examens : des radios, des prises de sang... Je suis allée voir son pédiatre puis

un orthopédiste, un rhumatologue... Ils n'ont rien trouvé, ils ont parlé de « douleurs de croissance extraordinaires » : « Revenez si elle a mal. »

Elle a continué à ressentir ces douleurs. Ensuite nous sommes arrivés dans cette maison pour des raisons professionnelles, mon cabinet est au rez-de-chaussée et nous habitons à l'étage. Alors que la veille du déménagement elle s'était encore réveillée avec des douleurs, ici, du jour au lendemain : plus rien ! Elle s'est mise à dormir très bien, nous étions contents mais après presque un mois sans douleur, les plaintes sont réapparues... Nous avons mis des mois à comprendre. Un jour mon mari m'a dit : « Est-ce que ce ne serait pas ce routeur wifi que j'ai installé fin septembre ? » En le débranchant tout à fait, par prudence, nous avons constaté l'arrêt des douleurs. Un soir, elle s'est plainte, il avait été rebranché. Nous avons donc mis les éléments ensemble et compris que le retour des douleurs dans ce logement-ci correspondait à l'installation par mon mari d'un routeur wifi dans son bureau, à côté de la chambre de notre fille. J'étais surprise, étonnée,



Si elle a été exposée, c'est que nous n'étions évidemment pas opposés aux nouvelles technologies. Rétrospectivement, d'ailleurs, c'est compliqué à gérer, car il y a un aspect de culpabilité a posteriori

je ne comprenais pas. Je n'avais aucune notion de tout ça, nous n'apprenons pas ça à l'université... C'est donc pratiquement, par le concret, que nous avons compris. Aujourd'hui elle a treize ans, on connaît le diagnostic depuis janvier 2013, il y a huit ans.

Sur un plus long terme, nous avons recoupé les événements, repensé aux endroits où elle avait mal... Chez tel ami, le routeur est près de la salle de jeu, elle s'était plainte le soir-même. Dans un appartement à la mer, même problème et il y avait un routeur wifi dans le salon, or à la montagne elle ne s'est pas réveillée une seule fois, pas de wifi. *A posteriori*, nous avons fait l'historique des plaintes avec les lieux où nous avions été. Plus tard, lors de l'arrivée de la 4G, nous avons constaté le développement d'une sensibilité au smartphone. Ici à la maison, elle est plus ou moins protégée, nous n'avons pas de wifi et nous utilisons des adaptateurs pour smartphones, mais à l'école ça a été une autre histoire...

Lorsque vous réalisez la situation, comment envisagez-vous la suite ? Et quelles sont les réactions de l'entourage, les proches et les moins proches ?

Pour moi, ça a été assez dur à supporter. Difficile à comprendre d'abord, et à accepter finalement... Il a fallu du temps. C'était très compliqué, tant scientifiquement qu'émotionnellement. J'avais un diagnostic d'une maladie non reconnue, un traitement et des examens complémentaires inexistantes, et des confrères pas au courant. En tant que médecin c'est très lourd, je me sentais extrêmement isolée. Ça a représenté une grande solitude et un choc.

Passé ce cap, je me suis renseignée, j'ai lu beaucoup de littérature existant sur le sujet, rencontré d'autres personnes confrontées au même problème. Je suis allée me former dans des conférences. Je suis allée à Paris, par exemple, assister à un week-end sur les sensibilités environnementales et l'électrosensibilité. J'ai également rencontré un groupe de citoyens actif sur ces questions dans ma commune. Ça apporte du soutien, de l'aide concrète. Nous avons réfléchi à des actions de sensibilisation, notamment des représentants politiques. Comme médecin, je suis restée assez seule jusqu'à la rencontre avec une autre médecin, électrosensible elle-même, à qui on avait donné mon nom. Ensemble, nous nous sommes beaucoup soutenues et aidées l'une l'autre. Côtayer des confrères qui comprennent la situation est important, pour étayer le diagnostic et chercher des pistes de traitement, des solutions pour les patients. Jusque-là, j'étais très seule à chercher un traitement pour la petite, et à essayer de faire accepter le diagnostic par des confrères. Le parcours médical peut être très long et compliqué, c'est un parcours du combattant.

J'ai tout de même trouvé une écoute, par exemple quand je suis allée chez le pédiatre de ma fille avec un dossier d'informations. Nous en avons parlé, nous nous sommes revus. J'avais besoin à l'époque d'un certificat pour l'école primaire, attestant l'électrosensibilité. Il me fallait une preuve. Heureusement ce pédiatre était ouvert d'esprit, il a bien voulu lire, se renseigner sur le sujet, et délivrer un certificat. Je suis également allée en neuropédiatrie à Saint-Luc. La responsable m'a dit de suite : « *Ce problème je ne peux ni l'infirmier, ni le confirmer* », une réaction dénotant une simple prise en compte de la réalité. Ce n'est pas toujours le cas de tous les médecins et spécialistes, loin de là. Auparavant, elle avait déjà été confrontée à des personnes se plaignant de problèmes au contact d'antennes de téléphonie mobile. Par l'expérience, le problème était donc déjà partiellement intégré pour elle. Par la suite, je lui ai régulièrement envoyé des articles, des infos qui me paraissaient intéressantes au sujet de l'électrosensibilité.

Le travail de sensibilisation du corps médical est un travail de longue haleine, pour lequel il nous faut être très patient. Il va nous falloir encore beaucoup de courage ; le corps médical peut rester assez fermé, en tout cas certains médecins. Globalement, tant qu'ils n'ont pas vu de leurs yeux, et compris, ils ont du mal à accepter. Je peux en parler aisément, car moi-même en tant que médecin j'ai eu du mal à l'accepter. Avec ma consœur électrosensible, nous travaillons sur le sujet depuis maintenant plusieurs années. Nous avons créé un site scientifique indépendant, consultable par toute personne intéressée ou tout soignant à la recherche d'informations scientifiques objectives et indépendantes (7).

On entend parfois que les électrosensibles seraient des opposants aux technologies. Or vous décrivez bien une découverte à leur contact, par l'expérience et l'observation, du syndrome des micro-ondes développé par votre fille.

Tout à fait. Si elle a été exposée, c'est que nous n'étions évidemment pas opposés aux nouvelles technologies. Rétrospectivement, d'ailleurs, c'est compliqué à gérer, car il y a un aspect de culpabilité *a posteriori*. Notre fille, bébé, dormait dans le bureau avec le DECT à côté de son lit. En outre, à l'époque où j'étais enceinte d'elle, j'étais tout le temps au téléphone portable, partout, dans des voitures en mouvement, dans des endroits où on capte mal... Et j'avais également un DECT dans le cabinet médical, du wifi à la maison et un ordinateur portable que j'employais régulièrement. Faute de le savoir, nous l'avons inondée d'ondes, dès sa conception, durant toute la grossesse, et dans ses premières années. En y repensant après, on est mal, on culpabilise.



⇒ Comment les gens ont-ils réagi dans votre entourage ?

Après des moments de discussions et d'explications, parfois avec insistance, cela a été bien accepté par la famille. Les amis aussi, dans l'ensemble, ont été très respectueux. On n'a pas eu tellement de moqueries, de railleries. Certains électrosensibles ont des parcours compliqués avec leurs proches, je le sais, mais mon statut de médecin a peut-être aidé à ce niveau-là. Dans l'ensemble, nos proches ont été assez compréhensifs et nous ont soutenus. Et puis je pense que le débat évolue ces derniers temps. Les gens, tout de même, s'ouvrent à ça...

Du haut de ses treize ans, comment le vit-elle ?

Elle a compris la situation, et la vit relativement bien. Ici, à la maison, elle est globalement peu exposée, elle a un smartphone que l'on câble avec un adaptateur, ça lui permet de se connecter aux réseaux sociaux. Avec les autres, c'est parfois plus difficile. En primaire, quand elle était invitée à dormir chez des amies, ou à un anniversaire, je demandais aux parents s'ils pouvaient couper le wifi, et ça allait, elle passait quand même un bon moment. Maintenant ça commence à devenir plus compliqué car ses copines ont toutes un smartphone. C'est difficile d'être une ado électro-hypersensible dans une société ultra connectée comme la nôtre (8). Elle est forcée d'essayer de ne pas rester trop proche de ses amies. Le téléphone est interdit à l'école mais



Il s'agit d'une pathologie environnementale dont on ne voit que le sommet de l'iceberg, et elle peut commencer dès le plus jeune âge si on ne fait pas attention à minimiser l'exposition des plus jeunes enfants et des fœtus

il y a des moments où elles le sortent quand même. L'aspect social est tout de même important, ce n'est pas évident, elle ne veut pas rester seule. Elle accompagne ses amies, mais elle se rend bien compte qu'elle peut avoir facilement mal à la tête, alors ensuite elle essaie de s'éloigner. Quand elle ne peut pas, elle reste, mais alors le soir elle se plaint de ses douleurs. Il faut savoir que les douleurs peuvent se révéler des heures après l'exposition aux rayonnements...

Au niveau des autorités de l'école, ça se passe comment ?

Elle n'a pas eu de période de déscolarisation, mais on a dû être très insistant auprès du directeur de l'école primaire. Au départ, il n'y avait pas trop de bienveillance. Les propos étaient plutôt du genre « *Du wifi il y en a dans toutes les écoles, cherchez ailleurs* », même si ça n'a pas été dit comme ça, ça revenait à ça. Elle avait beaucoup d'amies et n'avait pas envie de changer d'école. Alors, on s'est donné comme objectif de sensibiliser les professeurs, les parents et la direction aux dangers de l'exposition des enfants au wifi à l'école. On a organisé une réunion avec une physicienne, pour expliquer la réalité des rayonnements électromagnétiques, les effets biologiques et les impacts sanitaires. Le directeur n'est pas venu et, de toute l'école, un seul professeur

était présent. Cependant, une cinquantaine de parents ont assisté à la réunion et étaient fort intéressés.

Globalement, ça a été une période difficile, nous ne nous sentions pas écoutés dans cette problématique. Finalement, nous avons écrit une lettre au pouvoir organisateur (PO) de l'école et à la direction avec le soutien de Unia (9), en nous appuyant sur le fait que « tout enfant a droit à l'école de son choix ». En outre, toute personne en situation de handicap a droit à des « aménagements raisonnables », pour pouvoir poursuivre sa scolarité ou son travail. Une employée de Unia nous a beaucoup encouragés. La direction nous a reçus avec une personne du PO et a finalement bien voulu nous entendre. Nous avons exposé la situation, avec des dossiers, des articles... C'était dur, mais c'est là qu'on a mis au point les aménagements nécessaires pour elle et que l'on est parvenu à sensibiliser le directeur. Comme aménagements, elle a pu fréquenter des classes éloignées du routeur wifi, notamment dans un bâtiment extérieur au bâtiment principal. Ensuite, on a pu la scolariser dans le bâtiment central, dans le sous-sol qui avait été rénové et câblé. D'autres décisions ont aussi été prises, comme la nécessité de faire le rang loin du hall central à la piscine, situé près du wifi, la possibilité de couper le wifi à la bibliothèque,



Après avoir tout débranché, des surprises peuvent être au rendez-vous, par exemple en découvrant que les panneaux solaires installés sur le toit génèrent également des rayonnements électromagnétiques de hautes fréquences.

MIS À DISPOSITION VIA LA LICENCE CREATIVE COMMONS PAR LE SITE FLICKR

pour l'instant, ça n'a pas encore eu lieu, mais l'ouverture était réellement là.

Quel serait votre mot de la fin, en tant que médecin ?

Il s'agit d'une pathologie environnementale dont on ne voit que le sommet de l'iceberg, c'est certain. Cette pathologie est latente dans une grande partie de la population et elle peut commencer dès le plus jeune âge si on ne fait pas attention à minimiser l'exposition des plus jeunes enfants et des fœtus. Voilà notre position après notre expérience en tant que parents. Il est très important de faire attention à la génération actuelle de femmes enceintes et d'enfants. La prévention doit être plus importante. La sensibilisation de la population générale s'impose, mais aussi des professionnels de la santé. Pour le moment, il s'agit d'un syndrome non reconnu en Belgique, vous ne verrez pas apparaître les informations à ce sujet dans les cours de médecine. On pourrait l'imaginer pour des spécialisations en médecine environnementale, mais ce n'est pas encore d'actualité en Belgique. Nous sommes encore loin du compte, il y a encore beaucoup à faire mais j'ai bon espoir que cela évolue positivement dans le futur.

etc. Sinon, systématiquement, ses douleurs étaient présentes. Au final, le directeur nous a dit avoir aussi câblé son bureau.

Depuis l'an dernier elle est en secondaire, il a donc fallu à nouveau sensibiliser la direction. Nous étions sept autour de la table : mon mari et moi avec les deux informaticiens, le directeur, le sous-directeur et la personne en charge de la cellule pour les enfants à difficultés. Nous sommes arrivés avec toute notre histoire et notre vécu, ainsi qu'un dossier contenant une série d'articles et de recommandations pour les enfants, issus du site « The babysafe project » (10). Nous avons également une synthèse dont je suis l'auteure avec un autre médecin. Ils étaient bouche bée ! Au final, ce directeur s'est révélé très ouvert. Il a accepté nos demandes, en disant : « *En première et deuxième secondaire, il n'y a pas de wifi. Il y en a dans certaines zones, mais on essayera de l'éloigner. Si elle a des difficultés, dites-le nous. On fera attention à elle, on fera attention aux professeurs, on fera attention aux enfants, ils doivent couper leur smartphone.* » Avant la rentrée en seconde année, j'ai renvoyé un mail à la direction en reparlant de l'électro-hypersensibilité. Tout de suite, le directeur a répondu qu'il ferait des démarches auprès de sa nouvelle titulaire.

L'accueil est relativement positif, mais ça semble s'organiser autour d'une seule enfant... L'école n'a pas d'inquiétude pour la nocivité sur les autres élèves ?

Si, dans cette école, cela semble être le cas. Le directeur a conscience du risque sanitaire, mais il dit être très sollicité par certains professeurs qui veulent le wifi pendant leurs cours, pour aller sur internet avec les enfants, etc. Ce n'est pas évident du tout. Et c'est partout, tout le temps, dans notre société. L'an dernier, il était question de l'organisation d'une réunion à l'école, une conférence pour les parents intéressés. Avec le Covid,

« L'hôpital est devenu un espace interdit pour mon corps »

La jeune femme qui nous reçoit à présent est la seconde médecin à vivre personnellement l'électrohypersensibilité. Elle évoque pour nous tous les bouleversements, notamment professionnels, entraînés par ses problèmes de santé.

Ensemble ! Question classique pour démarrer : comment avez-vous découvert votre problème d'électrosensibilité ?

J'ai commencé par avoir des troubles du sommeil de plus en plus graves. À cette époque-là je ne connaissais pas le problème de l'électrosensibilité, je n'en n'avais jamais entendu parler et je ne m'en inquiétais pas du tout. Ça a commencé par un sommeil de plus en plus perturbé. J'avais remarqué qu'après certaines activités le soir, je passais des nuits blanches. Si j'allais au cinéma je ne dormais pas, si j'allais au restaurant je ne dormais pas... Petit à petit je devais me mettre de plus en plus de restrictions, sans savoir exactement pourquoi. Une sortie le soir étant à l'origine d'un très mauvais sommeil juste après.

Ensuite, j'ai fait des crises d'arythmie cardiaque, surtout au travail. Je travaillais dans une clinique depuis une dizaine d'années. Durant cette période, l'usage du dossier informatique est devenu obligatoire, et les connexions internet sont passées au sans-fil. Les ordinateurs portables se sont multipliés et les patients et le personnel utilisaient de plus en plus d'objets

La directrice médicale m'a dit : « Voilà, écoute, on ne peut rien faire. Les gens ont besoin du wifi partout, d'ailleurs on va encore l'augmenter, on va installer des nouvelles technologies... »

⇒ connectés. Comme je suis médecin, je me suis fait faire quelques électrocardiogrammes qui ont mis en évidence un trouble du rythme intermittent, confirmé par un cardiologue par la suite. Puis, sans savoir pourquoi, les symptômes ont augmenté assez brutalement, il y a eu une nette aggravation : il y a clairement eu un « avant », et un « après ». Plus tard, j'ai compris que cela correspondait en fait à l'installation du wifi dans notre maison. Les insomnies sont devenues carrément cauchemardesques. En novembre 2017, il y a eu un basculement. Les troubles du sommeil sont devenus des absences de sommeil. Nuit après nuit. Et cela, malgré les tentatives de traitement temporaire avec des somnifères.

Pendant cette période je continuais à travailler et, avec mon mari médecin également, nous devions continuer à gérer les enfants dans ce contexte de fatigue extrême. C'était l'enfer. Parfois je dormais une heure, une heure et demie par nuit. J'ai été jusqu'à avoir des hallucinations causées par le manque de sommeil extrême. La souffrance était telle que j'avais envie de sauter par la fenêtre... C'était trop, je pleurais avant d'aller me coucher. Heureusement que ma famille à été là pour me donner une bonne raison de continuer à me battre.

Comme vous êtes médecin, l'expression vous convient plus encore sans doute que pour les autres électrosensibles : comment avez-vous effectué votre autodiagnostic ?

Je voulais comprendre, j'ai donc commencé à prendre des notes avec un calendrier. De cette manière, plusieurs indicateurs m'ont mis vers la voie du diagnostic. Quand je ne dormais pas, il faut savoir que non seulement je restais éveillée, mais j'avais également des malaises, des tachycardies, des bouffées de chaleur, je me déshydratais, je cuisais, je chauffais... Grâce à mes notes, j'ai remarqué une « pause » systématique des malaises dans la nuit du jeudi au vendredi. Je dormais relativement mieux ce soir-là. En réalité le jeudi je travaillais ailleurs, dans un endroit, je le comprendrai ensuite, un peu plus préservé en matière de rayonnements.

Au bout d'un moment, bien sûr, mon corps a craqué. Je n'en pouvais plus et j'ai dû me résoudre à interrompre mon activité professionnelle pendant une semaine. J'ai décidé de me laisser faire et d'aller voir un médecin généraliste. Il a fait ce que j'aurais moi-même fait à sa place, m'encourager à prendre du repos en émettant l'hypothèse que je sois surmenée, en burn-out. Je ne me sentais pas du tout débordée par mon travail, ni déprimée. J'avais beau-

coup de joie à aller travailler, j'aimais énormément mon travail, il me rendait heureuse, je ne me sentais pas du tout usée... Pas du tout ! Mais bon, il y avait bien quelque chose, j'ai donc appliqué à la lettre ses conseils, même si je n'y croyais pas trop. « *Asseyez-vous, reposez-vous, faites une pause.* » Je suis rentrée chez moi et me suis installée dans mon salon

un bon moment, ça n'allait pas du tout. J'ai commencé à ressentir une augmentation aiguë de mes symptômes, une oppression thoracique, des difficultés à respirer. Je n'étais pourtant pas anxieuse, juste épuisée. J'étais réellement au bout du rouleau, dans un état de conscience modifiée. Après six ou sept mois en dormant à peine, tout n'était plus que souffrance... À un moment j'ai eu une intuition : j'ai décidé d'éteindre le routeur wifi, juste en face de moi dans le salon. Je l'ai coupé et, après un temps très court, une minute peut-être, j'ai senti une sorte de soulagement, comme si quelque chose s'en allait... Et mon cœur s'est ralenti.

J'étais sur le chemin de la compréhension, mais je n'imaginai pas encore à ce moment être « électrosensible ». Un pas de plus vers le diagnostic a eu lieu lors d'un voyage dans les Vosges. On avait prévu ce voyage, mais j'avais dit à mon mari d'y aller sans moi, je ne me sentais pas bien du tout. Je pleurais beaucoup à cause de la fatigue et je ne voulais pas imposer cela aux enfants... Il a insisté et, là-bas, le soir même j'ai dormi, sans somnifère, sans rien. Le lendemain aussi, puis toute la semaine. Je n'en revenais pas. Bien sûr, changer d'air pouvait être bénéfique, j'ai donc supposé et espéré que je me sois rétablie. Mais de retour chez moi, le soir même, les problèmes ont recommencé avec la même intensité. C'est à ce moment-là que j'ai commencé à assembler toutes les pièces du puzzle.

Vous êtes retournée au travail ?

Je m'étais mise à l'arrêt à deux ou trois reprises, mais sans effet bénéfique, puisqu'à ce moment-là j'avais encore du wifi sur l'onduleur des panneaux solaires, ce que je ne savais pas... Je suis retournée au travail, jusqu'au jour où, en pénétrant dans le bâtiment, j'ai ressenti des effets immédiats. Toutes mes sensations étaient différentes. J'ai allumé l'ordinateur, il m'a brûlé au visage, j'ai pris le téléphone, j'ai dû activer le haut-parleur car il provoquait une sensation très douloureuse au niveau de mon oreille. J'ai eu un accès de panique car je ressentais tout, tout de suite et partout. Je suis allée dehors à toute vitesse, en ressentant un soulagement immédiat en franchissant la porte. Et je me suis demandé : que faire ? Encore une fois, j'ai imaginé un possible lien avec du stress. J'ai donc essayé à plusieurs reprises de réintégrer le bâtiment, mais j'ai compris que c'était « trop tard », j'avais développé une sensibilité extrême. L'hôpital était devenu un espace infranchissable, interdit pour mon corps. Ce jour-là, j'ai eu l'impression de devoir partir comme une voleuse. Certaines de mes affaires sont toujours là-bas, depuis trois ans. J'ai pourtant travaillé là plus de dix ans, j'y

étais très bien, mais mon activité professionnelle s'est terminée de cette manière-là.

De chez moi, j'ai appelé mon confrère. Nous travaillions en binôme, et je lui ai expliqué ce qu'il m'arrivait, mon impossibilité d'y retourner. Il m'a dit : « Attends, on va voir. » Ensuite, progressivement, la distance s'est installée... Le niveau professionnel a représenté le premier grand traumatisme, et devoir faire une croix sur ce travail et cette ambiance que j'adorais a été un énorme déchet. Le plus difficile a été de ne pas pouvoir dire au revoir à mes patients, des gens hospitalisés parfois pendant un an : on les voit tous les jours, on les encourage... Du jour au lendemain ils ne m'ont plus vue. J'ai tenté d'obtenir des adaptations. Je leur ai tout expliqué, en leur donnant des documents, des informations scientifiques et médicales. Puis un jour la directrice médicale m'a dit : « Voilà, écoute, on ne peut rien faire. Les gens ont besoin du wifi partout, d'ailleurs on va encore l'augmenter, on va installer des nouvelles technologies... »

J'ai essayé d'attirer son attention sur la situation des patients, souffrant pour certains de traumatismes crâniens et soumis à des rayonnements provoquant notamment des troubles cognitifs. Ces gens hospitalisés ont souvent des troubles du sommeil, or d'après mon expérience et ce que j'avais découvert dans la littérature scientifique, ces rayonnements pouvaient perturber fortement le sommeil. Imaginez, il y a du wifi dans les chambres ! Elle n'a pas eu l'air fort perturbée par cette question, elle a évoqué la problématique de la concurrence entre les établissements, elle disait que les gens ne viendraient plus s'il n'y avait pas de wifi en chambre et iraient ailleurs. J'ai demandé « Et si les gens ont envie de fumer dans les chambres, on va les laisser fumer ? », mais il semblait difficile d'avancer plus loin dans la discussion. Il y a une telle concurrence entre les hôpitaux que le wifi semble être devenu indispensable pour avoir des patients... En fait, en ce qui concerne l'impact sanitaire des rayonnements des technologies sans fil, il semble impossible de confronter ces médecins à la réflexion scientifique. La discussion est terminée avant d'avoir commencé.

Elle acceptait la réalité des effets biologiques des rayonnements ?

Bonne question. Je n'en sais rien, en fait, car cette discussion n'a pas eu lieu. Comme c'est le cas presque systématiquement d'ailleurs, je suis souvent confrontée à des non-dits. Les gens changent de sujet, restent muets. Il y a les trop polis, les condescendants, les hypocrites également, peut-être. Je leur ai fourni de nombreuses références scientifiques pour qu'ils puissent en apprendre davantage sur cette question, mais ils ne m'en ont jamais parlé. En tous cas, ça ne leur a pas permis d'envisager de changer les conditions à l'hôpital, pour le bien-être des patients et du personnel. Je n'ai pas encore vraiment trouvé d'explication à ce comportement d'évitement. Soit ils sont pris dans leur quotidien et n'ont pas d'énergie à dépenser pour affronter une telle remise en question, une forme de déni en quelque sorte, soit ils considèrent le problème

comme psychologique. On a l'impression qu'ils se disent : « De toute façon ça ne nous intéresse pas, on va lui dire qu'on la croit mais de toute façon on ne la reverra plus. » Chacun repart à ses certitudes. En dehors de mon cas personnel, je suis également inquiète pour mes collègues. Il y a de plus en plus d'absentéisme, pour des raisons qui pourraient parfois faire évoquer un début d'électro-hypersensibilité.

Les électrosensibles ont très peur de devoir aller à l'hôpital. Leurs problèmes de santé risquent de les y emmener alors que, précisément comme vous le signalez, la pollution qui détériore leur santé y est présente en masse...

C'est très clair, une exposition provoquée par un lieu aussi chargé que l'hôpital est capable de détériorer rapidement l'état de santé d'une personne électro-hypersensible. Depuis bientôt trois ans maintenant, j'essaie d'entrer en contact avec certains hôpitaux afin de tenter d'organiser une filière d'accueil pour les électrosensibles. Ce serait assez simple à mettre en place, enfin, disons plutôt pas très compliqué... Il suffirait de disposer d'une ou deux chambres aménagées, peu exposées par les rayonnements, où l'on

J'ai réussi une toute petite avancée avec Unia, parce qu'accéder à des soins et pouvoir fréquenter les hôpitaux, cela fait partie des droits fondamentaux

pourrait déployer un baldaquin réalisé en tissu de protection (11), et demander aux membres du personnel de laisser leur téléphone dehors. D'autres mesures pourraient être utiles, comme débrancher le lit électrique et faire attention aux risques plus élevés d'allergie. Il existe une brochure réalisée pour les hôpitaux, qui leur permettrait de comprendre rapidement, ce serait déjà un bon début. Mais surtout, il faudrait qu'ils acceptent d'entendre à l'arrivée « Je suis électrosensible », et que ça enclenche l'envoi vers la procédure adéquate plutôt qu'une remise en question de ces propos, collée à une étiquette psychiatrique.

Quel écho avez-vous reçu suite à ces démarches ?

Je ne suis arrivée à rien de concret pour le moment. En réalité, j'ai plus le sentiment que nous sommes dans un système de pensée dominante très dogmatique, dans lequel l'électrosensibilité ne peut pas être considérée comme un problème de santé réel. Aucune ouverture ne semble possible vers l'acceptation de cette réalité, pourtant bien documentée par les scientifiques qui se sont penchés sur la question. En plus, avec le coronavirus tout est paralysé. Aujourd'hui, c'est encore plus difficile de trouver des interlocuteurs dans les hôpitaux, ils sont pris par cette pandémie. J'ai réussi une toute petite avancée avec Unia, parce qu'accéder

⇒ à des soins et pouvoir fréquenter les hôpitaux, cela fait partie des droits fondamentaux. En arrivant à l'hôpital, la personne peut déclarer son électrosensibilité et demander des aménagements. En cas de non-réponse à cette demande, la personne peut appeler Unia qui contactera la médiation de l'hôpital. Forcément, si on arrive avec une appendicite aiguë, tous ces processus sont trop longs. J'aimerais donc également qu'Unia puisse organiser une campagne de sensibilisation à grande échelle.

Vous êtes médecin, vos proches connaissent vos compétences. Globalement, comment ont réagi les gens dans votre entourage ?

Mis à part la famille très proche et deux ou trois amis, l'attitude de l'entourage est restée très difficile à comprendre. Par exemple, on ne demande plus comment ça va, on ne demande rien, c'est tabou. C'est devenu un sujet à ne pas aborder du tout, et donc officiellement « je vais bien », car l'électrosensibilité ne se voit pas. Tout va bien, ma vie va bien... L'important étant que les enfants aillent bien. Parfois je me jette des petits défis pour voir les réactions de certains, en abordant ce sujet par une toute petite question... Dans certains milieux, j'ai l'impression d'avoir lancé une bombe au milieu de la table. Gros silence, malaise. Tout le monde tire la tête, personne ne répond, puis on change de sujet. Aucune empathie, rien. En même temps, le fait de ne plus supporter les rayonnements de smartphones, ni la plupart des logements non adaptés, a restreint énormément mes occasions de rencontrer ces personnes.

Ce sont des batailles à mener tout le temps. Trouver un dentiste, un gynécologue, et pourquoi pas un psychologue, avec un cabinet supportable le temps d'une consultation. C'est toujours la même chose, pour tout. Dans une salle d'attente, les gens sont tous occupés avec des smartphones, alors on part, on attend dans la rue, on passe la tête pour voir quand c'est notre tour... Nous vivons comme des pestiférés. Les vacances on ne peut plus, les administrations on ne peut plus, les magasins on ne peut plus... Plus rien. Le « free wifi » est installé dans presque tous les lieux publics. Plus je suis exposée la journée, plus la nuit est compliquée. La nuit représente vraiment l'image de ce qui s'est passé la journée.

Et puis, il y a les amis que je ne vois plus, notamment parce que je ne peux plus sortir. Être électrosensible, cela veut dire pas de restaurant, où il y a souvent du wifi et tous les smartphones des clients, cela veut dire... rien, en fait. Je ne sais même pas où on peut encore se voir. Cela veut dire rester en contact sans smartphone, ni What'sapp... Cela signifie donc surtout le mail et le téléphone fixe, ce qui bizarrement donne l'impression aux gens que je ne suis pas joignable.

Qu'est-ce qui les dérange ?

Je ne sais pas le savoir exactement puisque les gens ne

veulent pas discuter. Il y a semble-t-il plusieurs explications intriquées les unes dans les autres. Certains n'y croient clairement pas, ils nous imaginent touchés par un problème psychologique mais ne le disent pas. D'autres sont probablement dans le déni, parce qu'ils ont peur, ils ne peuvent pas imaginer que ce qu'ils font tous les jours soit si mauvais. Les gens n'ont aucune information, ils ne connaissent pas. Quand nous leur parlons des ondes, ils pensent qu'on leur parle des extraterrestres... Et je caricature à peine. La force en face de nous est tellement puissante que cela entraîne un déni tenace. L'industrie est tellement occupée à alimenter l'esprit des gens pour rendre toutes ces technologies indispensables, qu'arriver avec un discours contradictoire perturbe profondément leur cadre. Ils sont déjà modelés, au quotidien, et nous remettons en question leurs pratiques. Ils sont, en fait, perturbés dans leur « identité ». Nous sommes soumis à un martelage permanent pour consommer les produits connectés. Ouvrez le journal, toutes les deux pages vous trouverez une publicité pour un smartphone, à la radio c'est du non-stop... Ça modèle la réalité, malheureusement. S'ils ne sont pas touchés personnellement, les gens ne peuvent pas se sentir concernés. Globalement, il n'y a plus aucune capacité à prendre du recul et à considérer les faits de manière objective.

Cela dit, je tiens tout de même à dire que j'ai rencontré des personnes ouvertes et compréhensives, j'en

Tout cela veut dire rester en contact sans smartphone, ni What'sapp... Donc surtout le mail et le téléphone fixe, ce qui bizarrement donne l'impression aux gens que je ne suis pas joignable

connais qui sans avoir été touchées de près, s'intéressent au sujet et, même, tentent d'agir... Mais ils sont très rares. Certains m'ont soutenue, parfois juste avec une phrase bien placée, car il suffit parfois d'une seule phrase, et ceux-là je les remercie du fond du cœur. J'ai également rencontré une médecin exceptionnelle qui, touchée elle-même à travers un proche, a été et est toujours d'un grand soutien pour moi. Nous sommes devenues très amies et elle fait partie des personnes qui m'ont aidée à ne pas sombrer dans les moments difficiles.

Au sujet du rejet, on aurait pu croire que de médecin à médecin ce soit plus simple.

Non, globalement, les constats sont identiques pour les médecins. J'ai été sidérée par l'attitude de certains d'entre eux face à ce problème, alors qu'ils sont censés être des scientifiques. Même quand on leur apporte des éléments scientifiques très consistants, ils évitent le débat. Je leur disais : « Posez-moi des questions, vous pouvez me contredire, on discute... » Ils refusent ! Ils ne veulent pas ouvrir ni lire les docu-

L'industrie est tellement occupée à alimenter l'esprit des gens pour rendre toutes ces technologies indispensables, qu'arriver avec un discours contradictoire perturbe profondément leur cadre

ments. Car ici, le problème n'est pas seulement de ne pas savoir : les connaissances sur les effets des rayonnements électromagnétiques sont là, dans des milliers d'études. Je creuse la question depuis trois ans : des études scientifiques, il y en a des milliers. Dans des revues sérieuses, des médecins, des scientifiques, mettent en avant les processus qui peuvent expliquer l'électrosensibilité. J'ai une idée de comment cela peut fonctionner, au niveau bio-chimique, au niveau moléculaire, au niveau des neurotransmetteurs... On dit qu'on a besoin de preuves ? Mais il y a déjà beaucoup d'indicateurs. En outre, pour la moitié des pathologies en médecine, on n'a pas besoin de « preuves ». Il faut surtout du bon sens... Le constat est hélas implacable : la médecine et la science ne sont plus assez indépendantes. Nous sommes face à une pollution de ces domaines par la force des lobbys, insérés à tous les niveaux. Il ne s'agit plus seulement d'influence sur le pouvoir, mais sur la pensée elle-même, certains sujets deviennent tabous dans notre société.

Comment imaginez-vous le futur proche ?

Le futur proche ne sera qu'une lutte incessante pour arriver à faire reconnaître l'existence du problème et la situation de nombreuses personnes qui en sont victimes. Parallèlement, l'environnement continuera à nous être de plus en plus menaçant et la santé deviendra difficile à préserver. Personnellement je ne me projette plus dans le futur sans m'ancrer considérablement dans le présent. Le futur est tellement peu prometteur que d'y penser me paralyserait. Alors je préfère conscientiser la vie qui coule en ce moment, en apprenant toujours plus à jouir de ce qu'elle a encore à m'offrir, être utile dans mon rôle de mère, de médecin, ou au travers de toute relation quelle qu'elle soit. Cela me permet de garder de la joie, de l'espoir et donc d'avoir encore de l'énergie à mettre en action pour améliorer notre futur. J'essaie d'agir consciemment sans m'attacher aux résultats, on doit faire tout ce qu'on a à faire, de notre mieux et puis avoir la conscience en paix. Car le reste ne nous appartient pas. Je marche chaque jour ce que je peux, dans la direction qui m'est encore permise. Parfois je m'arrête pour pleurer parce que j'ai mal ou que j'ai voulu regarder trop en arrière ou trop en avant, mais si je regarde la terre sous mes pieds et le ciel au-dessus de moi, alors ça va... □

(1) La définition complète du syndrome des micro-ondes par l'Organisation mondiale de la santé, au sein d'une balise des notions utiles au débat sur la vie actuelle des électrosensibles, est consultable dans « L'exclusion par la pollution électromagnétique », *Ensemble* 104, décembre 2020 - mars 2021, pages 22 à 27.

(2) Rappelons ici que Proximus lui-même appelle ses travailleurs

à la prudence, dans une vidéo interne à l'entreprise aujourd'hui rendue publique. L'opérateur recommande entre autres choses de ne pas placer d'émetteur wifi dans une chambre. Voir l'encadré « Cynisme industriel », en page 50.

(3) Des vêtements peuvent être confectionnés avec des tissus composés de coton et de fil métallique arrêtant quelque peu les rayonnements. Le résultat n'est pas idéal, mais atténue les niveaux d'expositions et les portions du corps exposées directement aux rayonnements. Ces tissus sont extrêmement coûteux. Pour les produits, voir le site belge : www.etudesevte.be

(4) DECT pour « Digital Enhanced Cordless Telecommunications » (télécommunication numérique renforcée sans fil). Ces téléphones sont les engins sans fil pour lignes fixes, reposant sur une base émettrice d'ondes à hautes fréquences en permanence.

(5) Depuis notre rencontre, la situation de notre témoin a changé à ce sujet, une autre médecin-conseil est intervenue, plus compréhensive, comme elle nous l'a précisé par courrier : « Elle a soutenu mon dossier pour que je puisse rester à mi-temps médical encore un an... Parce que je suis médecin, elle a eu plus d'arguments pour faire passer les choses (!) »

(6) Au sujet de l'influence de l'industrie technologique sur la non-reconnaissance de la pollution électromagnétique, avec une contextualisation historique sur d'autres problèmes sanitaires, lire « Problèmes sanitaires et science sous influence industrielle », *Ensemble* 104, décembre 2020 - mars 2021, pages 28 à 32.

(7) Le site comprend un appel à la prise en compte du syndrome des micro-ondes, signé par plus de mille médecins et professionnels de la santé. www.hippocrates-electrosmog-appeal.be

(8) Au fur et à mesure que le téléphone portable s'est imposé dans notre société, l'âge au-dessous duquel il ne faut pas en donner aux enfants n'a cessé de baisser. On a parlé de dix-huit ans, puis de seize ans... En 2008, vingt scientifiques internationaux, rassemblés autour de David Servan-Schreiber, lançaient un appel sur les dangers du téléphone portable pour les enfants, en préconisant de ne pas en donner avant douze ans, et seulement pour des utilisations d'urgence. Aujourd'hui, à la sortie des écoles, nous pouvons constater où nous en sommes à ce sujet. En tapant « téléphone portable » et « enfants » dans un moteur de recherche, nous sommes orientés vers des publicités pour les meilleurs modèles pour bambins. « Vingt scientifiques expliquent les dangers du portable », *AFP*, www.lecho.be, 15 juin 2008.

(9) Anciennement dénommé « Centre pour l'égalité des chances », Unia est une institution publique indépendante qui lutte contre la discrimination et défend l'égalité des chances en Belgique. « Nous défendons la participation égale et inclusive de tous et toutes dans tous les secteurs de la société. Et nous veillons au respect des droits humains en Belgique. » www.unia.be

(10) Ce site, en anglais, est géré par des Organisations non-gouvernementales travaillant sur l'environnement et la santé. Ils informent et donnent des conseils de prudence aux femmes enceintes et aux parents. www.babysafeproject.org

(11) Comme pour les vêtements cités en note 3, les tissus de protection peuvent également être cousus sous forme de baldaquin à appliquer autour du lit. Si celui-ci est totalement hermétique, les rayonnements de haute fréquence sont arrêtés par les mailles de fil métallique et les niveaux de micro-ondes baissent drastiquement, pour se rapprocher d'un air plus « sain », à l'état naturel. Le coût des baldaquins en tissu de protection oscille entre 1.000 et 2.000 euros. Voir le site www.etudesevte.be