

Céline

A l'attention de :

La Direction Générale de la Santé
14, avenue Duquesne
75350 Paris 07 SP

Et

ANSES – M. Georges MERCADAL
Président du comité de dialogue Radiofréquences et santé
27-31 avenue du Général Leclerc,
94701 Maisons-Alfort Cedex

Paris, le 22 février 2012

Objet : témoignage de mon développement du syndrome d'intolérance aux champs électromagnétiques

Madame, Monsieur,

Je vous prie de bien vouloir trouver ci-dessous un descriptif de mes problèmes de santé des 3 dernières années qui m'ont amené à la conclusion que je suis devenue intolérante aux champs électromagnétiques.

IDENTITE :

Je m'appelle, Céline, je suis née en 1975 et je suis de sexe féminin. J'occupe le poste de chef de projets la même entreprise depuis 7 ans sur Paris dans le XI^{ème} arrondissement.

ENVIRONNEMENT ELECTROMAGNETIQUE AU TRAVAIL ET A LA MAISON :

J'avais depuis le début de mon poste une connexion wifi au travail avec une borne émettrice qui se situait à moins de 3 mètres de moi les 5 premières années et à 5 mètres environ les 2 dernières années. Je possédais à mon domicile une connexion internet par la freebox depuis 7 ans également et j'avais activé la wifi personnelle il y a 3 ans lors de mon emménagement dans mon nouvel appartement (avril 2009).

Pour mon travail commercial j'utilisais un téléphone portable entre 2h et 5h de communication par jour et me déplaçais régulièrement en train puisque mon client principal était la SNCF. J'avais également un portable personnel.

PARCOURS DE SANTE AVANT L'HIVER 2008/09 :

Je n'ai pas eu de problèmes de santé depuis l'opération de mon appendicite à l'âge de 8 ans. Je n'ai jamais été diagnostiquée, ni soignée pour dépression.

CHRONOLOGIE DES SYMPTOMES A PARTIR DE L'HIVER 2008/09:

A partir de l'hiver 2008/09 jusqu'à l'hiver 2009/10, j'ai eu 3 à 4 fois dans l'année des problèmes de concentration et des grandes fatigues qui m'obligeaient à quitter mon travail ou qui m'empêchaient de me lever. Je pensais à ce moment là que je combattais un virus et je dormais en général 24 heures et les symptômes passaient.

A partir de décembre 2009, j'ai commencé à avoir des problèmes de digestion, le plus souvent dès que je mangeais certains aliments et parfois le matin après avoir eu l'impression d'avoir très peu dormi.

De la même façon, mes fatigues intenses passaient après des repos d'une journée.

Mes intolérances étaient réduites à une réaction à la caséine jusqu'en septembre 2010, puis j'ai commencé à réagir parfois 15mn seulement après avoir avalé certains aliments contenant ou ne contenant pas de caséine.

De septembre 2010 à avril 2011 j'ai fait tous les examens possibles sanguins et de gastroentérologie pour vérifier la provenance de mes symptômes. J'étais suivie par ma généraliste. Nous n'avons rien trouvé.

J'ai fait un dosage d'Igg par rapport à 250 aliments mais le régime d'exclusion selon cette liste ne suffisait pas.

J'ai été arrêtée 2 semaines en mars 2011 pour fatigues et troubles de la concentrations. Mon mieux-être a duré une semaine après ma reprise de travail.

J'ai ensuite été arrêtée début mai 2011 pour les mêmes symptômes qu'en mars avec en plus des vertiges qui venaient d'apparaître.

Mon médecin généraliste m'a alors questionné sur mon environnement de travail et à la maison et m'a demandé de vérifier si je sentais une différence lorsque je débranchais ma freebox (qui émettait en wifi depuis 2 ans à mon domicile). Aussitôt que je débrancha les prises électriques des box, mon vertige s'arrêta net et recommença 2 heures plus tard aussitôt après que j'eus rebranché les box et que l'heure s'afficha (signe d'une émission de wifi).

Je fus à ce moment là très perplexe et inquiète sur le cheminement que je venais de parcourir au niveau de mes problèmes de santé et qui m'amenait à constater un lien avec un boîtier émetteur de wifi. Je ne comprenais pas les imbrications de tous ces symptômes.

Mes impressions de vertiges, qui s'apparentent parfois à une vibration légère sous la boîte crânienne ou à une douleur sur la partie gauche du haut de mon crâne apparaissent depuis mai 2011 jusqu'à aujourd'hui dans différents contextes et situations que je relie à la présence de wifi (habitat individuel, bars...) ou l'utilisation de téléphone portable ou autres appareils sans fil. Les symptômes n'étaient pas de l'ordre du supportable au niveau douleur et concentration dans les premiers mois particulièrement avec une borne wifi ou un téléphone portable trop près de moi. J'ai pu améliorer certaines intolérances et je l'expliquerai plus loin dans ce témoignage.

DEMARCHES MEDICALES PAR RAPPORT A CETTE DECOUVERTE

Je me suis présentée quelques semaines après la découverte d'une hypothèse sur la provenance de mes symptômes en mai 2011 au service de médecine environnementale du professeur G. à l'hôpital Fernand Vidal et j'ai été reçue par ce professeur et 2 autres personnes:

- Je n'ai eu aucune confirmation sur l'existence d'un syndrome lié aux champs électromagnétique ni la confirmation que les symptômes que je décrivais ressemblaient à ceux décrits par d'autres personnes
- On m'a reproché de ne pas avoir assez cherché les causes de mes troubles de digestion
- Et on m'a expliqué que mes symptômes étaient de l'ordre du ressenti et que par conséquent une prise en charge psychologique serait complètement adaptée. Et on m'a conseillé de changer de travail car ça devait être la cause de tous mes soucis.

Autant vous dire que je me suis sentie complètement incomprise et effondrée en sortant de cette consultation. Il restait malheureusement ou heureusement, je ne sais pas, internet...

Je pense que ce que j'ai pu lire sur internet et entendre de la bouche d'électrosensibles que j'ai pu contacter par téléphone m'a à la fois informé mais en même fait rentré dans une peur des champs électromagnétique en

général. Je pense qu'à cette époque, cette peur et focalisation sur mes symptômes à aggraver mes symptômes sur un laps de temps assez court heureusement. Mais ce n'est pas parce que j'ai pris conscience de cette peur que tous mes problèmes ont disparu, ils avaient alors juste un peu diminué.

J'ai aussi pu obtenir une consultation durant l'été chez le Pr B. et j'ai effectué tous les examens qu'il prescrivait. Par ce biais, j'ai eu confirmation que mes marqueurs biologiques et mes symptômes correspondaient au syndrome d'intolérance aux champs électromagnétique. J'ai lu et rencontré des témoignages qui m'ont confirmé une relation possible entre mes intolérances alimentaires et l'intolérance aux champs électromagnétiques.

COMMENT JE ME SOIGNE

J'ai la chance que mon père soit médecin (diplômé des hôpitaux de Paris, spécialisé en pédiatrie).

À l'annonce de ma découverte en mai 2011 il m'a fait passer un test en double aveugle à son domicile (yeux fermés et oreilles bouchées). Il m'a demandé de me placer dos à la freebox de son domicile et l'a activée et désactivée sans me prévenir. Pour lui le test était concluant je réagissais aussitôt que l'heure de la box s'affichait les premières fois puis j'ai ressenti une grande fatigue et je ne pouvais plus rien distinguer.

Il s'est renseigné sur les connaissances que la médecine avait sur ce syndrome et m'a communiqué son diagnostic : j'ai une sensibilité particulière à la présence de wifi et peut-être à d'autres sources créant des champs électromagnétiques mais il fallait que je trouve moi-même des solutions pour ne pas tomber dans un syndrome d'hypersensibilité qui me couperait de mon travail et de la société. Il m'a indiqué les pistes qu'il suivait avec des enfants qu'il soigne pour des traumatismes crâniens. Il trouvait que mes symptômes ressemblaient aux symptômes de certains traumatismes (mal de crâne, front chaud, troubles de la digestion...)

Je me suis alors rappelée que j'avais tapé mes cervicales lors d'une chute de ski à l'âge de 12/13 ans, bloqué mes cervicales en août 2009 et tapé ma tête contre un mur l'hiver 2009/10. J'ai consulté une ostéopathe, une sophrologue, un hypnotiseur et un neurologue spécialisé en nutrition.

Je pense que ce sont les actions suivantes qui m'ont aidées à améliorer mes tolérances:

- m'éloigner le plus souvent possible d'émetteurs d'ondes électromagnétiques sans pour autant changer mes habitudes sociales dans la mesure du possible
- suivre un régime alimentaire stricte pendant 4 semaines (pas de lait ni aucun aliment transformé par l'homme) et compléter par des probiotiques. Puis essayer de suivre ce régime dès que je sens que ma digestion recommence à être difficile
- reprendre les activités sportives
- manger moins de sucre et augmenter les protéines surtout au petit déjeuner. Ce dernier point m'a été recommandé par le neurologue qui m'a également prescrit de la tyrosine pour palier à mes déficiences en neurotransmetteurs. Il me semble que mes difficultés de concentration même en présence de wifi se sont nettement améliorées à la prise de cet acide aminé.

MON RAPPORT A MON ENTOURAGE ET MON RETOUR AU TRAVAIL A TEMPS PARTIEL / LA PRISE EN CHARGE DE LA SECURITE SOCIALE

Dans l'ensemble, et je pense grâce au communiqué de l'OMS par rapport au dernier classement des ondes électromagnétiques possiblement cancérogènes, mon entourage familiale et professionnel ne doute pas d'une relation entre des problèmes de santé et un environnement électromagnétique. Toutefois après quelques mois j'ai ressenti de la part de ce même entourage une lassitude sur mon état et des doutes qui commençaient à s'installer sur la raison de cet état qui était lent à évoluer et qui exigeait à mon entourage de changer ses habitudes en ma présence (couper la wifi et désactiver les recherches de wifi sur ordi et smartphone)

Ce qui est difficile à expliquer, ce sont les particularités de chaque électrosensible par rapport à une même exposition. Le manque de communication publique sur l'existence de ce problème et le panel de symptômes existants empêchent une personne non électrosensible de s'imaginer ce qu'une personne électrosensible doit faire pour améliorer son quotidien.

Mon entreprise a accepté la reprise de mon travail à mi-temps à partir du 28 septembre 2011 et a supprimé la wifi au travail.

Auparavant, mon arrêt de travail entre mai et septembre 2011 m'avait permis de mieux appréhender et d'augmenter ma tolérance à certaines expositions comme à un ordinateur par exemple.

J'ai pu observer à partir de la reprise de mon travail que mon organisme essayait en permanence de s'habituer à des environnements électromagnétiques à condition que celui-ci ait pu suffisamment récupérer pendant la nuit. Entre septembre 2011 et aujourd'hui je suis passée d'une sensibilité instantanée à la wifi à une réaction (mal de têtes) après une exposition de 2 heures, parfois plus, parfois moins.

J'ai pu convaincre mon seul voisin directe à mon domicile que sa wifi m'empêchait de dormir lorsqu'il oubliait de la débrancher. Il a décidé en janvier 2012 de répondre à ma demande et de l'éteindre définitivement. Depuis mes nuits récupératrices n'en sont que meilleures et mes tolérances en journée continuent d'augmenter.

La prise en charge de mon mi-temps thérapeutique par la sécurité sociale s'est arrêtée le 15 janvier. Depuis j'ai augmenté mon temps de travail à 80%, mais je n'ai pas toujours la possibilité d'effectuer toutes les heures. Je suis parfois obligée de quitter le bureau car je ressens une trop grande fatigue et de trop gros problèmes de concentration dus je pense à mon environnement électrique proche et aux wifi environnantes. Mon appareil de mesure présente des chiffres aux alentours de -37 décibels/m au bureau alors que chez moi ils tendent vers -50 décibels/m .

Mon salaire est aujourd'hui à 80% de celui que je touchais ce qui m'oblige à tenir un budget serré. Ma demande de prolongation de mon mi-temps thérapeutique a été refusé par la sécurité sociale arguant que mon syndrome ne rentrait pas dans les cases de celle-ci.

POUR CONCLURE

Un de mes plus grands souhaits aujourd'hui est de comprendre ce qu'il m'arrive même si au final j'ai trouvé des astuces qui me permettent petit à petit de retrouver un rythme normal. Mais jusqu'à quel point vais-je pouvoir progresser ?

J'ai eu la chance d'être entourée à mon travail mais je ne sais comment évoluer dans mon domaine de chef de projet ne pouvant plus utiliser un téléphone portable en mode vocal et n'arrivant toujours pas à effectuer un plein temps. Je pense que le fait de ne pas pouvoir travailler en présence de wifi ni d'utiliser de téléphone portable en mode vocal peut vraiment me gêner dans mes démarches professionnelles (relationnel client, expliquer à un futur employeur les adaptations que requièrent mon problème)

Aussi je souhaite que ce problème soit pris en compte le plus vite possible et que des directives soient communiquées aux entreprises. A commencer par la suppression d'antennes relais et de bornes wifi dans les lieux publics comme les mairies et les hôpitaux. Je n'ai pas évoqué mon entretien avec la médecine de mon travail qui m'a traité de dépressive et ne considérait pas qu'elle avait un quelconque rôle à jouer auprès de mon entreprise par rapport à mon problème d'adaptation...

Je vous remercie d'avoir lu mon témoignage et je me tiens à votre disposition pour toutes informations complémentaires.

Cordialement,
Céline Court

MISE A JOUR NOVEMBRE 2014

Aujourd'hui j'effectue le même travail à plein temps depuis avril 2012. Les journées ne sont pas toutes égales face à ce syndrome notamment au niveau de ma concentration et de mes capacités de travail, mais ça tient.

J'ai du déménager car il y avait un trop gros turnover de voisins dans mon immeuble et je ne pouvais plus solliciter chacun pour se câbler. Je recherche une maison plus isolée en banlieue proche de Paris car ma priorité de pouvoir faire des nuits récupératrices.

Je sais après avoir testé une chambre que je connais bien dans le logement de mes grands-parents dans le 15^{ème} arrondissement face à des antennes que je suis plus sensibles aux émissions 4G que 3G. Je ne peux pas encore savoir si j'aurai la possibilité de continuer ma vie à Paris lorsque beaucoup d'utilisateurs de téléphonie mobile seront passés sur le réseau 4G .