

**Objet: témoignage à l'initiative de l'opération "visibilité" des électrosensibles de France.**

xxxxx, le 20 Décembre 2013.

Bonjour, j'ai 36 ans, je viens depuis Novembre 2013 de comprendre que j'étais devenu électrosensible aux ondes suite à ma surexposition quotidienne de part mon travail : des heures et des heures de téléphone par jour sur l'oreille droite, du travail sur les toits d'immeubles au quotidien, à régler des variateurs de fréquence sur des moteurs de levage (CEM maximum+antennes relais sur certains toits)...

Depuis Janvier 2013, je sentais quelque chose s'installer contre nature : irritable, insomnies, mal de dos et cervicales en position allongée, mal-être : je ne me reconnaissais plus et je m'en faisais la remarque, mal à l'oreille droite de plus en plus important (sensation de brûlure au téléphone portable), céphalées en haut parleur, sur une conversation professionnelle d'une demie-heure : "Je te rappelle j'ai trop mal au crâne, ma tête va exploser !"

Jusqu'en Septembre j'étais capable de jouer 3 heures au tennis (classé 30/2), deux heures de foot en salle, ne me faisais pas mal (niveau PH dans ma jeunesse), impliqué dans mon travail et dans ma société.

Septembre 2013: un vertige au volant de ma voiture professionnelle (sans dégat j'étais à 50 km/h et j'ai eu le temps de redresser le volant), ma tête a fait un 360 degrés, je me gare sur le bas côté de la route : sueurs froides, angoisse, je me balance un litre d'eau sur la tête pour reprendre mes esprits, repos forcé de 15h à 17h, la vie continue (peut-être une insolation ou une indigestion...). Je deviens agressif verbalement chez moi sur mes enfants, je finis tant bien que mal ma semaine de boulot, la suite est le début de mon "cauchemard"...

Le Samedi j'avais un restaurant prévu de longue date avec des amis ,départ en voiture pour 75 kms, je prends le volant (comme d'habitude) avec ma femme et mes deux enfants à l'arrière. En arrivant sur l'autoroute nouveau vertige, bande d'arrêt d'urgence, ma femme prend le volant et j'insiste quand même pour aller au restaurant (je suis quelqu'un de combatif). Dans le restaurant : pâle, perte d'équilibre(obligé de me concentrer pour marcher droit et ne pas tomber), stress intense, "ce n'est pas moi". Ce qui devait-être un bon moment de détente a été une bataille...De retour du restaurant je me couche et le dimanche je dors 16 heures : 1er arrêt de travail (prise de sang:ok), je passe la semaine à dormir 16 heures par jour, je prolonge mon arrêt d'une semaine car pendant ces 15 jours d'arrêts:vertiges chez moi,acouphènes, difficulté à trouver mes mots, j'avais perdu mon cerveau qui fonctionne si bien en temps normal, jambes en coton...Pour mon médecin traitant celà ressemble fort à un "burn-out".(pourquoi pas, ça ressemble à ça ce dont tout le monde parle. Me suis-je vu trop fort et intouchable? Peut-être, j'encaisse...).

Le 27 Septembre après trois heures d'internet (wifi) + portable professionnel (pour garder un rythme avec mon travail), grosse crise de vertige seul, je me réfugis chez ma voisine retraitée, je me sens mal chez elle et me couche dans son jardin, un froid intense m'envahit (cinq couvertures sur moi), impossible de bouger mes jambes : l'impression de "crever", pompier qui m'emmène aux urgences d'un hôpital pendant 7 heures : le coeur va bien, 19 de tension à l'arrivée, prise de sang OK : "Allez voir un ORL pour vos vertiges et vos acouphènes" :traitement au "Tanganil". C'est une première pour moi d'être pris en charge par les pompiers et également de rentrer en tant que patient dans un hôpital, il fallait bien commencer un jour...

Ensuite parcours de santé classique remplaçant de mon médecin traitant qui m'envoie chez un ORL en urgence, ce dernier me prescrit une IRM Cérébrale : OK, neurologue: électroencéphalogramme: OK "prenez un demi lexomil monsieur", ORL, PEA:OK "peut-être une fuite de gaz dans votre maison pour vos vertiges..." la révision de la chaudière avait été faite en Mai, il me met le doute, mais je ne focalise pas dessus.

Une semaine de vertiges plus tard, VNG par le même ORL, le verdict tombe: "déséquilibre de l'oreille droite par rapport à la gauche d'où vos vertiges", 3 mois de "lectil".

Entre tout ça, je m'étais bloqué les cervicales. Chez moi, je me sentais de plus en plus mal, je commençais à avoir des idées noires (la corde, les lames, les médicaments...), le corps avait lâché, ok, problème d'oreille d'accord, mais de là à avoir des idées folles! J'avais l'impression d'être agressé par un facteur "X" et le répétait à mes interlocuteurs de la santé.

A chaque fois que je sortais de chez moi j'avais des pertes d'équilibre à la "Djokovic" pour les puristes (pantin désarticulé).

Le mois d'octobre a été terrible, impossible de conduire (cervicales bloquées+vertiges), mes voisins et amis m'emmenaient à mes rdv (un vrai handicapé!). Le 28 Octobre déblocage des cervicales par un rhumatologue après une radiographie de la nuque. Le 29 et 31 de retour au travail que j'aime (3 grammes de nurofen par jour, mal de crâne intense, nausées).

Le samedi 02 novembre vertiges dans un centre commercial mais j'en repars vite.

Le Lundi 04 Novembre ,au boulot je monte huit étages en colimaçon, avec le téléphone à l'oreille, gros vertiges pendant la montée, le midi, au restaurant avec mes collègues: pâle, fatigue extrême, céphalées, angoisse: ma femme me récupère devant mes collègues et me ramène chez moi (arrêt du portable pour éliminer cette piste) et elle me "garde", chez moi, encore des idées noires de plus en plus violentes, acouphènes, fatigue, insomnies.

Je rappelle mon ORL : "normal, escalier en colimaçon, pression sur votre oreille droite, finissez vos trois mois de traitement et passez me voir en Janvier si ça ne passe pas... et demandez un traitement pour le stress à votre médecin traitant".

Pour les idées noires ma doc me mets sous "seroplex", là je me dis: "Ce n'est pas possible, tu aimes trop la vie, c'est contre nature" (je suis quelqu'un qui rigole et blague tout le temps mais là je n'ai plus le goût à la rigolade), donc je me mets à chercher ma "panne" ou plutôt la pathologie qui peut transformer un "sportif" qui aime sa famille et qui "croque" la vie à pleines dents en un type à plat physiquement, qui ne pense qu'à la mort chez lui.

Là je tombe sur des études médicales menées par "l'ARTAC", ils décrivent le "Syndrome d'Intolérance aux Champs Electromagnétique", je me dis tout colle ! J'ai trouvé ma fameuse panne, mon ennemi invisible. Ensuite, je reforme tout ce que j'ai vécu comme un puzzle. Je trouve un médecin porté sur la question qui me confirme que tout ce qu'il m'arrive est bien ce syndrome et me demande d'acheter un détecteur d'ondes "ESI24". Je l'achète et je me rends compte que mon corps s'était "réfugié" dans les endroits de la maison où le wifi ne passait pas... coupure du Wifi le 22 novembre: depuis mon corps et mon esprit remontent la pente (idées noires disparues comme par enchantement, arrêt du "SEROPLEX"), après il y a toujours ce déséquilibre à l'oreille droite et là c'est très intéressant.

Je vais en clinique voir un spécialiste en vertiges (conseillé par une gentille voisine, qui est passée par des vertiges), je ne vais quand même pas attendre Janvier 2014 pour avancer. Chez le docteur, je ne lui parle pas de mes idées noires et de tout le reste pour ne pas rentrer dans une case médicale, qui ne me correspond pas. Il n'en revient pas que je sois encore en arrêt maladie, je lui explique ma profession (parfois à 20 mètres de hauteur, voire 50 selon les immeubles, je grimpe des échelles...), donc vertiges : INTERDIT.

"Pas de souci effectivement après examen je confirme le déséquilibre de mon confrère ORL, kiné vestibulaire en 3 semaines vous serez reparti", je lui répond: "je pourrai re-téléphoner

avec mon portable car il me fait mal à l'oreille, j'ai des doutes", "aucun souci votre vie va redevenir normale"... "Super!"

La kiné vestibulaire est passionnante, 1<sup>er</sup> séance il m'interroge sur mes vertiges, je lui fais le tableau que vous venez de lire (sans les ondes), lui aussi : "mais ça va au boulot ?

Je lui explique qu'à mon boulot je ne suis pas un "clown" et que je rêve d'y retourner au plus vite. Il me fait tourner légèrement dans son fauteuil "magique", me demande ce que je ressens quand le fauteuil s'arrête (pour vous expliquer j'ai un masque sur les yeux qui calcule par informatique leurs mouvements), je continue d'avoir la sensation de continuer à tourner dans le sens du fauteuil avec ensuite un petit retour dans le sens inverse, 2<sup>ème</sup> séance, il me fait tourner dans son fauteuil, mais là carrément plus vite. Les temps à l'arrêt sont impressionnants et le revirement de mon oreille interne dans l'autre sens prouve un énorme déséquilibre.

A l'époque je pensais que c'était normal (il n'est pas très locace), il me met des stroboscopes (je fais de la photo-sensibilité), je finis la séance à terre avec des nausées, il m'a reproduit tous mes vertiges: je ne suis pas un simulateur (ouf)!

3<sup>ème</sup> séance: il m'interroge par rapport à mon parcours de santé (médoc, neurologue...) et il confirme (comme les deux ORL avant) mon grand déséquilibre entre l'oreille droite par rapport à la gauche, là je lui explique que je suspecte le téléphone portable sur cette oreille et lui explique clairement: "Depuis ma non exposition aux ondes électromagnétiques : plus de vertiges, ni de pertes d'équilibre... il m'a répondu: "pas prouvé scientifiquement".

Les séances s'enchaînent toujours avec des gros déséquilibres côté droit. Il me donne des exercices pour rééquilibrer l'oreille interne avec mes yeux, je les pratique avec succès chez moi. Viens une séance (la 6<sup>ème</sup> je crois) où là il me fait tourner dans le fauteuil, à l'arrêt toujours cette impression de continuer à tourner mais là je me tape des ré-accélérations violentes comme si l'on me rebalançait le fauteuil à pleine vitesse et 5 à 6 fois de suite dans les deux sens, je fini l'exercice en lui demandant: "vous avez rebalancé le fauteuil !

C'est impossible, cette accélération je ne l'ai jamais ressentie sur les autres séances!, "non monsieur le fauteuil n'a pas bougé, je vous l'assure, la prochaine séance mettez votre casquette anti-ondes, elle ne me dérange pas dans mon cabinet".

Je ressors perplexe de cette séance, cette accélération m'a impressionné, j'y ai pensé tout le week-end et là je me dis: "il a joué avec son portable". La séance d'après je lui glisse en rigolant : "vous avez bien joué du portable avec moi la dernière séance!", il me lache un sourire, mais toujours très peu locace. A la fin de cette séance je l'interroge: "A combien de centimètres avez- vous mis votre portable? A quel niveau de mon cerveau? Elle est où mon antenne? J'ai besoin de savoir!", "je ne vois pas de quoi vous parlez, monsieur, dit-il toujours avec le sourire, ne vous inquiétez pas je vais parler de votre cas en Janvier, j'ai un séminaire il y aura des "grands pontes de la médecine Française", vous êtes un homme mais également un "cas clinique très intéressant".

Les autres séances avec ma casquette anti-ondes prouvent que mes temps de déséquilibres sont moins importants (wifi dans son cabinet)... J'enchaîne les séances et la dernière en date je lui fais part de mes inquiétudes sur mon dossier "ultra-sensible" qu'il fait sur moi (je le veux pour avancer, si cela peut m'éviter d'aller en Suède), il me rassure et m'assure que la France n'est pas une "jungle", j'ai encore deux autres séances planifiées avant la fin de l'année... Quoiqu'il arrive maintenant je sais comment faire pour prouver que les ondes jouent sur mon oreille interne: un kiné vestibulaire, un portable, un huissier de justice et "on fait tourner le manège"...

J'ai la chance de ne pas être dans le besoin financier à court terme, cette maladie m'a coûté:

- -un oreiller à mémoire de forme pour éviter de me bloquer les cervicales (90€).
- -une visite en urgence chez un ophtalmologue par rapport à ma photo-sensibilité: "vos vertiges viennent de l'oreille interne, votre vue est parfaite", merci docteur (83 € non remboursé)

- -un détecteur d'onde (240 €)
- -un nouveau téléphone fixe (29 €, pas la ruine) car même le téléphone que tout le monde à chez soi(le sans fil avec la base) me provoquait des pertes d'équilibres.
- -perte de salaire(en trois mois facilement 700 €).
- -mon boulot:j'ai de forts doutes sur ma reprise, je verrai avec la médecine du travail... Depuis mes 20 ans, je me suis mis à fond dans ce travail qui me passionne. Ces cinq dernières années mon rôle était de trouver les pannes que mes collègues ne trouvaient pas, ça me donnait de l'adrénaline, plus la difficulté technique était grande, plus je voulais m'y confronter, je gagnais tout le temps...J'étais (je parle au passé) une référence technique dans mon domaine, d'où ces appels sur téléphone portable incessants.
- aujourd'hui je compare mon portable professionnel à un archer (plagia) qui m'a percé l'oreille interne avec sa flèche ,dans mon jargon: un " flingue sur la tempe" la balle est partie, je suis encore en vie: ouf.
- -prise de sang spécifique: recherche de métaux lourd mercure,alu,plomb,vitamineD,S100B,histaminémie,anticorps ige,mélatonine urinaire (200 € non remboursés), j'attends depuis 2 semaines les résultats et je balance tout mon dossier médical à l'"ARTAC" pour un éventuel traitement.
- -une femme de ménage (300 €/mois), avant c'était pour moi le ménage du couple. J'étais toujours contre cette facilité (petit fils de mineur "Tchèqu" et fils d'un "compagnon du devoir", inimaginable dans mon éducation de"gauchiste". Maintenant je ne suis plus capable et la presence de cette dame me fait passer le temps,:on discute bien.
- psychologue clinicienne(45 euros la séance).J'en suis à trois séances.Elle m'aide beaucoup.
- ostéopathe quand mes maux de dos étaient violants(56 €), une séance.
- les déplacements de tous les " gadgets"de mon kiné vestibulaire(j'attends l'addition, je vais lui demander une ristourne:c'est pour la science!)
- des frais de santé non remboursé.que je ne calcul plus, les spécialistes de la santé qui rajoutent leur petite ralonge à la fin de chaque rdv,"que le personnel s'amuse..."
- j'ai un rdv pour un test "neuropsychologique" car j'ai des difficultés à me concentrer et des pertes de mémoire en contact du facteur"X" (250 €).

#### Sur le plan personnel:

- fini la télé,je fais des crises de céphalés quand je là regarde(photo-sensible),d'un autre côté je ne m'abrutis plus et je bouquine plus:"Schproum" est ma bible..Son auteur est un virtuose!
- fini pour moi les soirées cinéma entres potes(j'ai fais un essai en novembre,je me demandais comment j'allais pouvoir sortir de la salle(pompiers?,SAMU?mes potes ont suffi) -Plus de match de basket, de foot trop de foule,de portables,de bruit.
- aller en ville m'est très compliqué,même avec ma casquette magique,j'ai une sensation"d'état"sur le crâne et mon stress monte,je me sent mâl,"il ne faut pas que je reste je vais tombé"(La casquette anti-onde:70 euros,le bas de gamme,ça va jusqu'à 300euros):le radin...
- je me fais livrer les courses , je ne tiens plus dans les grandes surfaces,mon corps s'écroule.
- j'ai des fatigues inexplicées dans la journée.(sans réussir à dormir)
- je dors très mal,à la base je posais ma tête sur l'oreiller et hop je dormais..."mais ça c'était avant".Je ne suis pas encore passé sous somnifères:il parait que les effets secondaires peuvent provoquer des cauchemards (pas besoin en ce moment).

- incapable de conduire, à ce jour plus de 20 kms, quand ça va trop vite: crise d'angoisse, mon cerveau me joue des tours suite à mes deux vertiges au volant.
- je ne peux plus faire de sport... j'ai essayé de recourir: derrière un ballon avec mon fils de 7 ans, je m'essouffle, mon cœur s'emballe et ensuite mon corps part sur 72 heures sans sommeil: allez comprendre! (je vais me faire rembourser mes cours de tennis payés pour l'année: +200 €).
- même la marche à pied me fatigue (20 minutes maximum ensuite rideau): mon kiné m'a testé sur une plateforme informatisée, résultat: le fait que mon cerveau cherche son équilibre, cela épuise mon organisme (il est fort).
- je n'ai pas eu besoin de déménager, j'habite au vert à 20 kilomètres d'une très grande ville. Ma maison est en "zone blanche".
- en contact du wifi d'une voisine pendant une heure, je vais chez mon boucher: incapable de calculer 3x12 (le nombre d'escargots que je voulais, je reste gourmand quand même...).
- j'ai des douleurs affreuses par intermittance sur l'oreille droite. Le "lectil" me soulage, je ne l'ai pas pris pendant deux jours: aïlle, aïlle, aïlle.
- j'ai arrêté le café: pendant mes épisodes d'idées noires, je le suspecte de créer un accélérateur à mes pensées morbides. De plus pas bon pour mes insomnies. Je suis à la tisane...

Aujourd'hui je suis en phase de protection maximum, je suis dans l'étape de l'acceptation. Je préviens mon entourage, mes amis, même des collègues de boulot (en toute discrétion : c'est pas reconnu, ça n'existe pas (en France...)).

Bizarrement, les gens sont supers réceptifs et me remercient de mon témoignage et des documents que je leur apporte (ils pensent à eux, à leurs enfants ou petits-enfants: génération portable...).

Ca s'appelle de la précaution sanitaire!!! Mon entourage m'aide beaucoup, mes voisins, mes amis et ma femme (pharmacien de profession), c'est dur pour elle et je le sais, comme toute maladie qui touche un foyer. Mon médecin traitant est (heureusement pour moi) très réceptive.

Je suis un exemple parmi tant d'autres que le portable et les CEM peuvent nuire à la santé. Ma santé dans mon pays que j'aime (pays des droits de l'homme), on m'a toujours dit: "ne fume pas c'est dangereux": je suis non fumeur.

"L'alcool est dangereux: je bois raisonnablement (que du bon vin, pas d'alcool fort) j'ai essayé dernièrement de me prendre une "cuite" résultat: 30 heures sans dormir... donc fini.

Depuis l'adolescence: on m'a rabaché met des préservatifs: ce que j'ai fait.

Ne te drogue pas: c'est mon cas, j'ai dû tirer une ou deux fois sur un "pétard" dans ma vie (je n'ai pas essayé le cannabis dans le cadre de cette maladie, ça peut-être une bonne expérience).

Jamais on ne m'a dit: "téléphoner avec un portable peut nuire à votre santé"...

Dans mon "malheur", j'ai de la chance, je ne demande aucune compassion: "il y a toujours plus grave ailleurs" comme me l'on répété si souvent mes parents depuis mon enfance.

Je me mets à la place d'autres gens touchés sans ressources financières ou "juste" à la fin du mois, sans entourage, je connais la suite, ils se suicideront ou se sont déjà suicidés, les gens diront: "il ou elle a pété le boulon, c'est la vie..." ou alors en maison psychiatrique: "Ca existe ça, ah, ah, ah!!!, on va vous soigner, monsieur"... Le "ah, ah, ah" de cette psychiatre en lisant la lettre de son confrère médecin m'a beaucoup aidé, je vous l'assure...