

## **Chapitre I : Le début des troubles: une vie étudiante à l'étranger bouleversée**

« D'après tout ce que vous venez de me dire, il ne fait aucun doute que vous êtes électrohypersensible. Oubliez le portable, la WIFI. Si vous ne faites rien, vous êtes condamnée à développer des troubles de la démence ou la maladie d'Alzheimer. »

En prononçant sa sentence, le Pr. Dominique Belpomme venait de signer mon arrêt de mort. L'horreur, l'angoisse, l'abattement et la colère s'abattirent sur moi. Ces mots me semblaient tout droit sortis d'une science fiction. Cette électrohypersensibilité ou intolérance aux ondes me paraissait tellement incroyable que j'avais peine à croire que cela puisse exister, et pour cause : je souffrais d'un mal invisible à l'œil nu et pratiquement inconnu. L'image qui me vint en premier à l'esprit fut celle d'un grand tableau noir. C'était comme si ma vie s'arrêtait là, qu'il n'y avait plus rien à écrire sur le livre de ma vie. Un fossé infranchissable venait d'être creusé entre ma vie avant et ma vie avec la maladie. En effet, cette maladie signifiait bien plus qu'une dégradation de ma santé : elle signifiait l'arrêt brutal de mes études, le rêve anéanti de travailler un jour au sein de l'UNESCO, et l'exclusion du monde.

Mille questions m'assaillirent : *Que ferai-je de ma vie ? Les technologies sont partout. Qui acceptera de vivre avec moi et mon problème ? Ce sera trop lourd à porter. Vivrai-je toujours chez mes parents ? Pourrai-je de nouveau voyager ? Ma santé va-t-elle aller en s'améliorant ou en se dégradant ?*

Je pensais à ceux qui m'aimaient. Mon père, qui était à mes côtés, était tout aussi abasourdi et abattu que moi. Fragile depuis quelques mois, et anéantie par cette terrible nouvelle, je m'effondrai devant le Pr. Belpomme. Je lui rétorquai :

« Vous ne vous rendez pas compte de ce que vous me dites. Je ne vois plus qu'un tableau noir devant moi, aucun avenir. »

Devant mes larmes, il s'adoucit :

« Il y a des solutions. Nous allons parler des examens à effectuer pour mesurer votre degré de sensibilité et du traitement que je prescris aux malades. Vous allez devoir faire des

examens sanguins et urinaires dans un laboratoire spécialisé puis un encéphaloscan pour mesurer l'état d'oxygénation de votre cerveau. En effet, les ondes provoquent un stress cellulaire et un épaississement du sang, ce qui empêche celui-ci de véhiculer correctement l'oxygène à travers l'organisme. Moins le sang est oxygéné, plus il y a un risque d'AVC et autres. Ne vous inquiétez pas. On va trouver des solutions. Vous êtes une personne formidable. »

En sortant de son cabinet de consultation, je pris le prochain rendez-vous, prévu six semaines plus tard, le temps que j'effectue tous les examens et que j'obtienne les résultats. Curieusement, même si c'était le scénario que je redoutais le plus, j'étais soulagée de mettre des mots sur mes maux et d'être comprise. Non, je n'étais pas folle. Ce que je ressentais depuis des mois n'était pas le fruit de mon imagination.

Tout avait commencé en mars 2013, alors que j'étais étudiante en maîtrise en relations internationales à Québec. J'écoutes banalement de la musique sur mon téléphone portable avec des écouteurs tandis que je rentrais chez moi. A quelques pas de la porte de l'immeuble, je reçus alors une puissante déflagration électrique dans les oreilles qui se traduisit par une sensation de désintégration. Cela ressemblait quelque peu aux crépitements d'un feu d'artifice, sauf que je les ressentais à l'intérieur même de mes oreilles. J'eus un mauvais pressentiment. Ce qui venait de se produire était anormal. Il m'était déjà arrivé de prendre 'un coup de jus' dans les oreilles, mais là, cela allait bien au-delà d'une sensation désagréable et passagère. Cependant, je décidai de ne pas m'alarmer. Je laissai passer quelques jours, espérant que la douleur disparaîsse. Comme elle persistait, j'allai consulter le médecin de l'université. Il m'ausculta et diagnostiqua une inflammation, surtout à l'oreille droite, et me prescrivit des gouttes. L'inflammation disparut petit à petit mais je remarquai que les choses ne s'arrêtaient pas là pour autant. Dès que je téléphonais avec mon portable, une douleur me 'traversait' la tête, tel un éclair, et me chauffait l'intérieur de l'oreille. Par ailleurs, lorsque j'utilisais mon ordinateur portable, je ressentais une douleur juste en-dessous des oreilles. Autre phénomène étrange, je ne supportais plus de mettre la tête sous l'eau, par exemple à la piscine: une douleur au niveau interne de l'oreille

apparaissait. Je me posai évidemment beaucoup de questions. J'étais à l'écoute de mon corps et de ses réactions. J'en vins à me dire qu'il me fallait consulter un ORL et pris rendez-vous avec un médecin en France pour la fin du mois de mai puisque mon retour en France pour les vacances d'été était prévu pour la mi-mai. Peut-être étais-je devenue sensible à la pression et que l'ORL aurait des solutions à me proposer. Mais que dire des douleurs ressenties lors de l'utilisation du portable et de l'ordinateur ? Mon inquiétude allait grandissant, et je cherchais le lien entre ces deux outils. J'ai peu de connaissances en ce qui concerne les nouvelles technologies, mais je savais qu'ils étaient tous deux des outils électroniques, et qu'ils émettaient des ondes. Mon intuition me poussa à aller plus loin, et je tapai dans la barre du moteur de recherche : 'ondes'. On me proposa différentes options, dont 'ondes électromagnétiques'. Je cliquai sur le lien et sur celui menant au témoignage d'une personne se disant 'électrohypersensible'. Je fus horrifiée par son récit. Elle racontait son quotidien dans une maison loin de tout et de tous, des méthodes fastidieuses auxquelles elle avait recours pour rester en contact avec sa famille, mais aussi ses symptômes, qui ressemblaient à maints égards aux miens. Tout ce qui émettait des ondes la faisait souffrir. J'eus peur, très peur, mais la personne semblait fragile psychologiquement et je ne voulais pas croire qu'une telle maladie existe. Je gardais l'espoir que l'ORL comprendrait mon problème et me donnerait un remède.

Le plus difficile fut de cacher mon état à mes parents. Je parlais de douleurs aux oreilles mais je n'évoquais aucunement cette pathologie étrange d'électrohypersensibilité. Même auprès de mes amis, je tentai de dissimuler mon angoisse. A quelques jours de mon retour en France, j'étais plus déprimée que jamais à l'idée de revenir fin août à Québec pour poursuivre mes études. J'étais malheureuse parce que ma santé n'avait pas été optimale tout au long de l'année et j'avais géré le stress que cela engendrait seule. Je craignais que le même scénario ne se répète.

Dans l'avion Québec-Paris, la douleur que j'avais ressentie à la piscine apparut de nouveau, ce qui me confirma que j'étais devenue sensible à la pression. Je n'avais qu'une hâte : rencontrer l'ORL. Je fus pourtant bien déçue. Il m'ausculta et ne vit absolument rien

d'anormal. Lorsque j'osai évoquer l'hypothèse de l'origine de mes maux, à savoir le choc électrique reçu par mes écouteurs, il la battit en brèche d'un revers de la main et me dit que de simples écouteurs ne pouvaient provoquer un choc tel que je le décrivais. La seule explication qu'il put me donner fut la suivante : « Vous êtes fatiguée. Reposez-vous. » Autrement dit, tout venait de la tête, du psychique. Puisque l'ORL ne m'avait pas écoutée, je voulus avoir l'avis de mon médecin généraliste, qui me fit peu ou prou le même discours. Il alla même plus loin car il me prescrivit des anxiolytiques. J'étais désespoirée et me sentais plus incomprise que jamais.

Néanmoins, le mois de juin m'apporta un moment de répit. Je fis le tour de l'Europe en solitaire. Les douleurs se faisaient parfois sentir, mais je ne m'attardais pas dessus afin de profiter au mieux du voyage. A mon retour, je commençai un emploi saisonnier au sein d'une boulangerie industrielle. Grâce à cet emploi, mon esprit n'était pas sans cesse préoccupé par mes soucis de santé. Cependant, mon état s'aggrava considérablement lorsque la sonnerie puissante et aigue du four retentit tout près de mes oreilles. Mon oreille droite, et le côté droit de ma tête en général, souffrit pendant des semaines de cet incident. Je ne supportais plus les bruits aigus, notamment les cris d'enfants. Je remarquai également une sensibilité accrue à la lumière, même naturelle. Cela se traduisait par une douleur au niveau des paupières. Et puis, l'utilisation de l'ordinateur devint quasi-impossible, en raison de maux de tête insupportables. A cette époque, j'avais déjà commencé à diminuer mon utilisation du téléphone portable, car c'était l'outil qui provoquait les plus vives douleurs, dont des acouphènes. Seuls le repos et l'éloignement des sources diminuèrent mes symptômes. Je me tournai également vers les médecines douces, puisque je n'avais pas été entendue par la médecine traditionnelle. L'auriculothérapie fut la première d'une longue liste.

Inutile de dire qu'à la fin de l'été 2013, je n'étais nullement reposée alors que mon départ pour le Canada était imminent. J'étais par ailleurs de plus en plus convaincue d'être électrosensible, car j'avais effectué de nouvelles recherches toujours plus effrayantes mais qui me confirmaient que ce mal existait. Tous ces gens ne pouvaient être fous. Il devait y avoir une part de vérité. J'exprimai pour la première fois mon angoisse à ma mère, qui tenta

de me rassurer, mais rien ne pouvait m'apaiser. Retourner au Canada m'effrayait, car mon problème n'était pas résolu.

Cependant, le jour du départ pour ma seconde année d'études à Québec arriva, et je n'étais pas seule à partir : ma mère et mon cousin étaient du voyage. C'est à Québec, en présence de ma mère, que je pris rendez-vous avec le Pr. Belpomme à Paris, pour les vacances de la Toussaint. Ma meilleure amie française s'était proposée pour faire les recherches à ma place et trouver un médecin spécialiste, car je n'étais plus capable de lire quoique ce soit sur cette étrange maladie. Celui-ci se trouvait en France. Il n'y avait personne au Canada qui puisse m'aider. En raison de mon état, j'étais prête à tout, même à un aller-retour coûteux, pour avoir un diagnostic et un traitement. En effet, c'est au Canada que je réalisai pleinement l'aggravation de mes symptômes en les comparant à ceux d'avant mon retour en France en mai 2013. Mes maux de tête et la fatigue physique étaient presque constants. La connexion Internet dans l'université et dans mon logement se faisait via la WIFI, sans compter le nombre incalculable de téléphones portables et d'ordinateurs qui m'entouraient. J'étais dans une cocotte minute, et chaque jour devenait de plus en plus difficile à vivre. Lorsque vint le temps de dire au revoir à ma mère et à mon cousin, je me dis qu'il faudrait dès lors faire preuve d'une grande patience jusqu'à mon rendez-vous du mois d'octobre.

A partir de ce moment débuta ce que j'appelle une descente aux Enfers. Je n'arrivais plus à dormir, me réveillant régulièrement avec une sensation d'étouffement. Pour récupérer de mes nuits agitées, il me fallait marcher 30 à 45 minutes, le temps que mon corps respire et soit suffisamment éloigné des sources émettrices, mais le répit était de courte durée. Les cours à l'université me donnaient la migraine ; je rentrais chez moi épuisée. Je coupais la WIFI lorsque mes colocataires étaient absentes, mais j'étais de toute façon cernée par les ondes à cause des autres logements mitoyens. A la fatigue et aux migraines s'ajouta la perte d'appétit, ce dont je n'avais nullement besoin en raison de ma petite taille. Dans un tel état, il ne fallut que peu de temps avant que mon moral ne soit au plus bas. Je pleurais souvent, épuisée physiquement et moralement. J'étais en contact régulier avec mes parents, qui me

soutenaient. Jamais je n'avais été dans un tel mal-être. Je devais à la fois gérer ma santé et mes études, et c'était trop pour moi.

Petit à petit, l'idée d'abandonner mes études germa dans mon esprit, mais à la seule pensée de la concrétiser, l'angoisse me serrait le ventre car un véritable conflit intérieur se jouait en moi. Abandonner mes études et revenir en France équivalait à un échec, à un retour en arrière, or il est difficile d'accepter l'échec, surtout lorsque l'on a toujours excellé dans ses études et que l'on a un projet de vie. Les études et la réussite, je ne connaissais que cela : mention très bien avec les félicitations du jury au Baccalauréat littéraire à Gien en 2007; mention bien en Classes préparatoires aux grandes écoles à Orléans en 2009; mention bien en Licence Lettres Modernes à Paris en 2010 ; et mention très bien en Master of Arts in French studies à Sheffield, en Angleterre, en 2011. Après mon master, j'avais failli me lancer dans un doctorat à l'université de Leeds, mais j'avais finalement choisi de prendre une année sabbatique pour voyager et réfléchir à mon orientation. Mon master m'aurait permis d'enseigner le Français dans les pays anglophones, ce que je souhaitais au départ, mais je n'étais plus certaine de vraiment vouloir aller dans cette voie une fois le master en poche. A la fin de mon tour du monde, en juin 2012, je reçus une réponse positive à ma demande d'inscription à l'Université Laval, à Québec, pour une maîtrise en relations internationales. J'avais un but : travailler dans le domaine de la culture, ou alors dans celui de la préservation de l'environnement, tout en voyageant. Différentes passions se mêlaient : celle du voyage, de l'amour des langues, des étrangers. J'étais impatiente d'en finir avec mes études pour enfin commencer ma vie professionnelle. Avant de débuter la maîtrise proprement dite, il me fallait au préalable valider sept cours indispensables à toute personne n'ayant pas effectué la Licence en relations internationales, ce qui était mon cas. C'est l'un des avantages du système québécois : plutôt que de tout reprendre à zéro lorsque vous changez de domaine, on vous offre la possibilité de suivre quelques cours fondamentaux avant de poursuivre les études dans le programme dans lequel vous souhaitez vous réorienter. Malgré la perspective de faire un métier que j'aime, l'idée de faire un deuxième master ne m'enchantait guère. J'étais fatiguée des études. J'avais tant donné auparavant que j'y allais presque à

contrecoeur. Et puis, je dois avouer qu'après mon année universitaire à Sheffield – qui avait été une année inoubliable – je ne ressentais pas la même envie de partir. Ma scolarité durerait trois ans ; c'était un engagement sur la durée et, inconsciemment, cela me mettait une certaine pression. Il fallait que les choses se passent bien. De mon arrivée en septembre 2012 à Québec jusqu'à mon retour définitif pour la France en septembre 2013, je n'ai cessé d'avoir des petits soucis de santé qui ont empoisonné mon existence. Ma santé est devenu une obsession. Je courais chez le médecin parfois deux, trois fois par semaine, ou bien aux urgences. On me prescrivait des médicaments et des crèmes qui aggravaient mon état, me faisant m'inquiéter davantage. Je ne parlais de mes inquiétudes qu'à ma meilleure amie, ainsi qu'à une amie québécoise. Je m'interrogeais constamment : *Pourquoi ai-je ceci ? Pourquoi ai-je cela ? Pourquoi est-ce que les médecins ne trouvent pas de solution ?* Bien souvent, ceux-ci me disaient qu'il n'y avait rien. A présent, je me rends compte qu'ils auraient dû comprendre ma détresse et m'orienter vers des personnes dont le métier est d'écouter et de conseiller. Ce n'était pas de médicaments dont j'avais besoin, mais d'une écoute, d'un espace de parole. Non pas que je n'avais pas d'amis ni que je ne vivais pas de belles expériences ; mais le sentiment de solitude m'accablait néanmoins. Je devais gérer mes soucis de santé seule. Je n'osais pas en parler à ma famille, car qu'auraient-ils pu y faire à des milliers de kilomètres ? Ils se seraient inquiétés. Avec le recul, j'ai de la compassion pour la personne que j'étais il y a 4 ans et aussi un peu de peine de n'avoir pas su trouver les vraies solutions pour me sortir de ce stress. J'étais bien trop enfermée en moi-même pour comprendre ce dont j'avais réellement besoin. Mon corps m'envoyait des signaux – à travers ces soucis, et aussi lorsque je reçus un petit 'coup de jus' dans les oreilles quelques mois avant l'incident qui a tout fait basculer – mais je m'acharnais.

En septembre 2013, alors que je doutais de pouvoir continuer mes études, ma raison s'obstinait à vouloir garder le contrôle de la situation, à s'acharner. Je ne pouvais pas me permettre de tout abandonner, car vers où cela me mènerait-il ? J'avais déjà eu la chance de profiter d'une année sabbatique, je n'allais tout de même pas à nouveau annoncer à mes parents que je souhaitais tout arrêter, eux qui m'avaient soutenue pour que je fasse les

études que je voulais. Cependant, mon corps était en souffrance. Il fallait que je prenne rapidement une décision, car la date limite pour payer les frais d'inscription de cette 2<sup>ème</sup> année d'étude approchait et par ailleurs, plus j'attendais, moins j'aurais de chances de sous-louer l'appartement que je partageais avec deux autres étudiantes québécoises. Tous les étudiants ne tarderaient pas à trouver un logement pour la session, et je risquais de devoir continuer de payer mon loyer sans que personne n'occupe ma chambre si je tardais à me décider. Je me souviens exactement des circonstances dans lesquelles j'ai finalement fait le choix de tout arrêter.

J'étais aux urgences, inquiète de mon état de fatigue. J'attendais mon tour, une heure, deux heures, trois heures, et puis je finis par me lasser d'attendre. Pour la première fois depuis un an, je me posai les bonnes questions, avec une sérénité étonnante. J'ai appelé ma mère et je lui ai dit que je voulais rentrer à la maison. J'étais soulagée ; c'était la bonne décision – enfin ! Le plus dur n'est pas tant la décision que le débat intérieur qui précède la prise de décision. Je quittai les urgences, pris un taxi et rentrai à l'appartement. Il faisait nuit, et je voulais attendre le lendemain matin pour annoncer la nouvelle à mes colocataires. Il me faudrait aussi l'annoncer à tous mes amis du Québec, me justifier. Et puis, il y aurait beaucoup de choses administratives à régler. Je pensais aussi à ma famille. J'avais peur qu'ils ne comprennent pas. Je pensais à mes amis du monde entier, qui ne comprendraient peut-être pas non plus. Je redoutais le regard des autres, le jugement. En fait, je craignais qu'on ne doute de ma santé mentale. N'était-ce pas extraordinaire de se dire intolérante aux champs électromagnétiques ? J'aurais dit que j'étais capable de voler, j'aurais été tout aussi inquiète de leur réaction.

Le lendemain matin, je réservai mon billet d'avion – un aller simple pour la France, avec un départ prévu le 15 septembre. Je pouvais désormais l'annoncer à tous. Auprès de mes colocataires, je restai assez vague sur le motif de mon départ. En revanche, j'osai aborder la cause réelle de mon départ avec certains amis proches de Québec, tout en restant prudente étant donné que je n'avais pas été diagnostiquée. Je fus touchée au cœur par la réaction des uns et des autres. Tous comprenaient mon choix. Ce fut même l'occasion pour une amie

française de s'épancher et de me dire qu'elle admirait mon courage, car elle aussi s'était maintes fois demandée si elle devait ou non arrêter ses études. Elle n'était pas heureuse dans le programme que nous faisions, mais elle avait préféré ne pas écouter sa petite voix intérieure. Souvent, nous avons peur du changement. Il arrive que les choix que nous faisons changent radicalement le cours de nos vies, et ce sont ces choix qui restent les plus marquants. En ce qui me concerne, ils se comptent sur les doigts de la main. Le choix de ne pas faire de doctorat a été marquant, mais celui de quitter le Canada reste aujourd'hui le choix le plus difficile que j'aie eu à faire. Mes amis me rassuraient et me disaient qu'au contraire, je ne devais pas voir mon départ comme un échec mais comme un acte courageux. Ils m'ont accompagnée jusqu'au bout, jusqu'à l'aéroport pour me dire un dernier adieu. Comment ne pas être reconnaissante ? Lorsque je montai dans l'avion, je n'étais pas certaine du jour où je reviendrais sur le territoire canadien, et cela reste encore un mystère aujourd'hui. Il est compliqué de retourner à l'endroit où l'on a reçu un traumatisme, mais j'ai l'espoir de pouvoir les revoir un jour.

***Retour à l'avant propos et aux autres pages:*** <http://emovmouvement.eklablog.com/temoignage-n-19-ma-vie-avec-l-electrohypersensibilite-a131447484>