



Hypersensibilité électromagnétique

*Quelles sont les plaintes? * Recherches * Offrir de l'aide*

Introduction

Certaines personnes se plaignent de problèmes de santé lorsqu'elles utilisent un téléphone mobile ou se trouvent à proximité de lignes à haute tension et d'appareils électriques, à des valeurs de champ auxquelles la plupart des gens n'éprouvent aucune gêne. On parle dans ce cas d'« **hypersensibilité électrique ou électromagnétique** » (en anglais « *electrical* » ou « *electromagnetic hypersensitivity* », EHS).

Bien que cette dénomination suggère un lien entre les plaintes et l'exposition aux champs électromagnétiques, la recherche scientifique n'a pas confirmé ce lien. C'est la raison pour laquelle l'hypersensibilité électromagnétique est considérée comme un cas d'« intolérance environnementale idiopathique ». On appelle « idiopathiques » les symptômes qui restent inexplicables et dont la cause est inconnue. Il existe une hypothèse selon laquelle la cause de l'hypersensibilité électromagnétique (pour une part du moins) se situerait dans une forte affectation négative (forte propension à être influencé par une attente négative). Des recherches complémentaires sont cependant nécessaires avant de tirer d'autres conclusions.

Quelles sont les plaintes ?

L'hypersensibilité électromagnétique est un phénomène complexe qui suscite bien des questions, tant auprès des médecins que des scientifiques. Des synonymes sont électrosensibilité ou hypersensibilité électromagnétique.

Il s'agit d'un ensemble de plaintes que certaines personnes attribuent spontanément à l'exposition aux champs électromagnétiques :

- problèmes de peau : rougeurs au niveau du visage lors du travail à l'écran, picotements et irritations à proximité d'appareils électriques;
- un large éventail d'autres symptômes : fatigue, épuisement, problèmes de concentration, vertiges, nausées, palpitations et troubles digestifs.

Ces troubles ne sont pas spécifiques : ils peuvent survenir dans de nombreuses maladies.

Les personnes qui souffrent d'hypersensibilité électromagnétique tentent d'éviter certaines sources de champs électromagnétiques. Dans certains cas, les intéressés sont touchés au point de s'isoler, de changer leur style de vie et même de mettre un terme à leur activité professionnelle.

Ces symptômes apparaissent à des degrés d'exposition bien en deçà des valeurs limites internationales qui n'entraînent aucune réaction chez la plupart d'entre nous.

L'hypersensibilité électromagnétique ne représente pas un diagnostic

On n'a pas encore trouvé de schéma typique des symptômes. Il n'existe pas non plus de test clinique (par exemple, un test sur certaines cellules dans le sang) qui marquerait cette hypersensibilité. La seule chose qui distingue les symptômes est le fait que les personnes affectées supposent l'existence d'un lien avec la présence de sources du champ électrique ou électromagnétique.

Dans certains cas, on trouve une affection sous-jacente, souvent chronique, qui est responsable des symptômes présents. Dans d'autres cas, les troubles peuvent s'expliquer par un milieu de vie inadapté ou inconfortable, comme un mauvais éclairage ou une mauvaise aération, des facteurs psychosociaux ou le stress professionnel. Mais on ne trouve pas une cause à toutes ces plaintes. La recherche doit certainement se poursuivre.

Étant donné qu'on n'a pas trouvé jusqu'à présent des façons d'objectiver les symptômes et de les décrire en tant que pathologie distincte, l'« hypersensibilité électromagnétique » n'est pas reprise dans la liste internationale des maladies ([Classification statistique internationale des maladies et des problèmes de santé connexes](#)) utilisée par l'Organisation mondiale de la santé.

Recherches

Jusqu'à présent, près de 40 études de provocation de qualité ont été réalisées sur des personnes « électrosensibles ». Pour pouvoir exclure que le champ électromagnétique est réellement la cause, les expériences se font en aveugle ou en double aveugle.

Les sciences biomédicales utilisent ce type d'étude 'en double aveugle' pour exclure ce qu'on appelle l'effet placebo : cela permet de réduire l'influence de la croyance ou de la conviction du participant ou du chercheur. Dans une étude de provocation en aveugle, le volontaire ne sait pas dans laquelle des deux situations il se trouve. Dans une étude de provocation en double aveugle, les chercheurs qui effectuent le test ne sont pas non plus au courant de la nature de la session.

Seules quelques-unes d'entre elles ont permis d'observer un lien entre les symptômes et l'exposition aux champs électromagnétiques. Mais les résultats de ces dernières études ne sont ni statistiquement solides, ni reproductibles. La majorité de ces études n'a démontré aucun lien.

Cela fait supposer que l'exposition aux champs électromagnétiques ne joue pas de rôle - ou joue un rôle très faible - dans la genèse de l'hypersensibilité électromagnétique.. Ces constatations ont amené l'Organisation mondiale de la santé à conclure qu'il n'existe aucune base scientifique permettant de lier les symptômes de l'hypersensibilité électromagnétique à l'exposition aux champs électromagnétiques (cf. aide-mémoire n° 296 de l'OMS).

Un terme plus général pour désigner ces formes de sensibilité aux facteurs environnementaux non prouvés scientifiquement est « l'intolérance environnementale idiopathique » (IEI). On considère que l'hypersensibilité électromagnétique en est une forme. À cet égard, l'hypersensibilité électromagnétique ressemble à l'hypersensibilité chimique multiple (MCS – « Multiple Chemical Sensitivity »), où les symptômes sont subjectivement attribués à une faible dose de substances chimiques.

Mais les recherches continuent. Dans notre pays aussi, des chercheurs se préoccupent de l'hypersensibilité électromagnétique. Le BBEMG (Belgian BioElectroMagnetic Group) réalise une étude afin de mieux comprendre le problème et d'évaluer les effets des champs magnétiques de 50 Hz sur l'homme.

Offrir de l'aide

Même si un lien de causalité avec les champs électromagnétiques n'est pas prouvé, les symptômes eux-mêmes sont bel et bien réels, et méritent notre attention.

- Il faut commencer par vérifier s'il n'y a pas de maladies sous-jacentes ou de conditions de vie ou de travail malsaines. Le médecin peut faire appel à l'aide des Medisch Milieukundigen (MMK) en Flandre, des services d'analyse des milieux intérieurs (SAMI) en Wallonie et de l'[Ambulance verte](#) en Région de Bruxelles-Capitale pour détecter les problèmes dans la maison qui comportent un risque pour la santé des habitants.

Non seulement le médecin, mais aussi le service communal de l'environnement, le fonctionnaire communal de l'habitat, une infirmière ou un travailleur social peuvent intervenir en tant qu'intermédiaire. Pour identifier les risques pour la santé au travail, chaque employeur doit mettre en place un service interne (ou doit faire appel à un service externe) pour la prévention et la protection au travail.

- Après l'étude des conditions médicales, psychosociales et environnementales, il est nécessaire de traiter une personne électrosensible d'une manière individuelle, multidisciplinaire et globale.
- Différentes techniques thérapeutiques sont proposées, la thérapie cognitivo-comportementale semblant être la plus efficace d'entre elles. Dans le cas de la thérapie cognitivo-comportementale, les patients sont encouragés à remettre en question leurs hypothèses et à rechercher d'autres causes et interprétations de leurs symptômes. On recherche aussi des manières de s'accommoder des symptômes et, si nécessaire, ils apprennent des techniques de gestion du stress psychosocial. Les meilleurs résultats sont obtenus lorsque le traitement est commencé à temps.

La réduction de l'exposition est souvent vue comme une solution par les intéressés. Mais cela entraîne la personne électrosensible dans un cercle vicieux où l'apparition des symptômes, leur attribution à l'une ou l'autre source de champs électromagnétiques et le comportement d'évitement se suivent et s'entretiennent. On consacre parfois beaucoup d'argent à des mesures destinées à modifier les conditions de vie.

L'isolement d'une personne souffrant d'hypersensibilité électromagnétique peut encore empirer suite à l'incompréhension de l'environnement professionnel et familial et à la non-reconnaissance par le monde médical. Bien qu'il n'existe actuellement aucun traitement thérapeutique bien défini, il est certain qu'une bonne relation entre le médecin et le patient ainsi que le soutien émotionnel de son entourage sont importants.

En savoir plus

www.bbemg.ulg.ac.be (Belgian BioElectroMagnetic Group)
www.who.int (aide-mémoire n° 296 de l'Organisation mondiale de la santé)