Etes-vous électrohypersensible ? (les symptômes)

2026-04-12 20:20:12

- Les symptômes et troubles les plus courants
- Les signes subtils qui devraient attirer votre attention
- Comment vérifier
- Liste non exhaustive des sources d’expositions

Le nombre de personnes atteintes de manière très invalidante serait relativement limité, quoiqu'une étude américaine de 2002 les évalue à 0,5%, mais le nombre de personnes présentant des troubles moins marqués pourrait atteindre des ordres de grandeur alarmants (plusieurs % de la population) selon des études réalisées à l'étranger.

L'exposition prolongée, répétitive et/ou intense à des sources de champs électromagnétiques pourrait être à l'origine de cette sensibilisation.

Les symptômes et troubles les plus courants

La maladie se caractérise par un ensemble de plusieurs troubles dont l’intensité varie en fonction de l’exposition journalière :

- Insomnie : réveils brutaux en pleine nuit, difficulté pour se rendormir, sommeil non réparateur
- Maux de tête, raideur du cou
- Palpitations cardiaques, arythmie
- Fatigue intense et inexpliquée,
- Étourdissements / Vertiges
- Acouphènes (sifflements ou bourdonnements dans une ou les deux oreilles)
- Perte d’audition, sensation d’oreille bouchée
- Nausées
- Troubles d’attention / de concentration, manque de lucidité
- Troubles de la mémoire
- Troubles de l’appétit

- Troubles digestifs
- Variation de la glycémie
- Problème d’anxiété, crise d’angoisse
- Dépression, apathie
- Irritabilité, insatisfaction permanente / agacement
- Stress : Faible résistance au stress, burn-out
- Trouble d’évaluation, de perception d’une situation, de la réalité d’un fait
- Douleurs musculaires
- Douleurs articulaires
- Saignements de nez
- Intolérance à la lumière, au soleil
- Problèmes de peau (rougeur, sensation de brûlure, irritation)
- Douleur aux dents ou à la mâchoire
- Impressions de décharge électrique dans le corps / picotements
- Tremblements intérieurs
- Sensation de chaleur
- Paralysie transitoire d’un membre
- Assèchement anormal de la gorge ou des yeux
- Veines anormalement rouges dans les yeux

Les signes subtils qui devraient attirer votre attention

La conjugaison de troubles du sommeil, de troubles cognitifs (perte de mémoire, brouillard mental…), douleurs à la tête/cou/dos, acouphènes se rencontre généralement chez les personnes devenant électrosensibles.
Le plus souvent, les troubles se manifestent ou s'aggravent dans les minutes ou la nuit suivant une exposition importante (appels téléphoniques, séjour dans un lieu exposé aux portables, wifi ou antennes-relais) et se réduisent après une réduction de ses expositions ou un séjour "au vert".

Comment vérifier

Si vous soupçonnez que vous êtes électrohypersensible, il y a des "expériences" que vous pouvez faire par vous-même. Voyez comment vous vous sentez (comment vous dormez par exemple) en éteignant tous les appareils émettant des ondes autour de vous (il vaut mieux s’aider d’instruments de mesure pour s’assurer que l’environnement est vraiment sobre). Allez jusqu'à couper toute l’électricité, si besoin. Si vous dormez mieux, c’est peut-être un indice.

L’étape suivante pourrait consister à faire la démarche « en aveugle », pour évacuer le biais d’auto-suggestion. Demandez à quelqu'un de décider de couper, ou non, l’électricité à votre insu. Vous pouvez faire ce genre de tests avec une box qui émet en wifi, etc.

Liste non exhaustive des sources d’expositions

Les personnes électrohypersensibles sont gênées à l'approche ou au contact d'objet ou de matériel provoquant des champs électromagnétiques tels que :

- Antenne de téléphonie mobile (jusqu’à au moins 600 mètres en campagne),
- Antenne WiMAX, Super Wi-fi, Wifimax (jusqu’à plusieurs kilomètres),
- Téléphone mobile (au moins 10 mètres),
- Téléphone fixe sans fil (DECT) et téléphone avec fil (dans une moindre mesure quand présence de signaux ADSL),
- Hotspots Wi-fi, Box internet avec Wi-fi (non désactivé par défaut), Tablettes numériques Wi-fi, Imprimantes Wi-fi… ,
- Bluetooth,
- Alarme sans fil, Vidéosurveillance sans fil, Détecteur de présence volumétrique par radiofréquences,
- Appareil électroménager (four électrique, plaque de cuisson, mixeur, aspirateur),
- Four à micro-ondes,
- Câble électrique domestique, tableau électrique,
- Courants porteurs en ligne (CPL) – réseau informatique sur le réseau électrique domestique,
- Ligne à haute-tension,
- Ampoule fluo compacte (économique),
- Ordinateur à son contact ou à son approche,
- Terminal de paiement CB sans fils DECT ou GSM,
- Automobile (électronique embarquée, bobine d'alimentation de l'allumage du moteur),
- Train,
- Avion,
- Radar,
- Caméra de télévision,
- Lits électriques,
- Compteurs communicants (électricité, eau).

En savoir plus sur l'électrohypersensibilité

Ce document a été rédigé par PRIARTEM. Vous n’avez pas le droit de le modifier, de le transformer ou de l’adapter. Vous n'avez pas le droit de l'utiliser à des fins commerciales.

PRIARTEM - Tous droits réservés - © 2026