

# ÉLECTROHYPERSENSIBLES

## La piste

**A**liments bio, frais et antioxydants, vitamines... la nutrition constitue une voie de plus en plus empruntée pour traiter l'électrosensibilité. Des compléments alimentaires anti-ondes font même l'objet de tests par l'équipe du Dr Belpomme.

# C

est une constante. Un nombre important d'électrohypersensibles (EHS) ont fait évoluer leurs habitudes alimentaires. Une nécessité aux yeux du Dr Béatrice Milbert, spécialiste en nutrition naturelle : « *L'électrohypersensibilité peut avoir de multiples origines. Mais les EHS sont tous dans un état de survie. Il faut absolument éviter les aliments qui pourraient encrasser l'organisme. D'abord pas de lait de vache et pas de blé. Ni de viande rouge, de café ou de sucre blanc... Manger trop sucré ou trop salé, ce n'est pas bon non plus.* »

### Boire, boire, boire...

Plus que manger, il faut surtout boire énormément, deux ou trois litres d'eau, conseille le Dr Milbert. De l'eau très peu minéralisée, type Rosée de la Reine ou Mont Roucous. « *Il faut aussi être attentif à l'équilibre en oligo-éléments comme le zinc, le magnésium, le silicium, voire privilégier des recharges globales telles que le plasma marin isotonique, qui contient l'intégralité des éléments chimiques à des doses correspondant à nos besoins.* »

Ces grands principes ensuite peuvent se décliner, cibler les caractéristiques individuelles. Comment passer d'un régime standard à du personnalisé ? « *Il y a d'abord une batterie d'analyses, très poussées, raconte Angélique, une patiente du Dr Milbert. Autant sur la recherche de métaux lourds que de parasitoses éventuelles. Dans mon cas, j'étais infestée de parasites intestinaux. J'ai donc fait l'objet d'un traitement détox de l'intestin, spécifique, accompagné de probiotiques et de compléments alimentaires d'origine naturelle. Lors de mon traitement, je ne me sentais plus du tout électrosensible. Avant, j'ai d'abord eu droit à un cocktail de vitamines C, D, d'oméga-3, de Ginkgo biloba... Pour me requinquer!* » L'essentiel de ce cocktail – vitamines B, C, Ginkgo biloba, et anti-histaminiques –, Angélique l'a retrouvé dans le traitement du professeur Belpomme qu'elle a consulté par la suite.

### ► La diète idéale

1. Boire 2 à 3 litres d'eau par jour.
2. Pas de lait de vache, de blé et de viande rouge. Privilégier de la viande blanche, du riz du sarrasin, du millet.
3. Le soir, privilégier des oméga-3 : poisson, sardine, huile d'olive... afin de restaurer le cerveau durant la nuit.
4. Légumes : le meilleur, c'est l'avocat. Recommandés également : le radis noir, les tomates, le céleri, le persil, l'ail. Et les carottes pour les non-fumeurs...
5. Des fruits frais et des fruits secs sans restriction : cassis, framboises, fraises, melons, pêches, abricots, pommes, kiwis, noix de cajou, amandes, noix...

### Une trousse d'antioxydants

L'exposition aux pollutions micro-ondes du GSM ou du Wifi occasionne un stress oxydatif accru, avec la formation de radicaux libres. Vitamines A, C, E, oligo-éléments zinc et sélénium... Les antioxydants nécessaires à la réparation cellulaire de l'organisme se piochent en priorité dans les fruits et légumes – abricot, betterave, framboise, kiwi, tomate, brocoli, choux, épinard... – mais aussi dans d'autres aliments, comme le curcuma ou le Ginkgo biloba. On sait par exemple que la curcumine, le principal agent actif du curcuma, serait au moins dix fois plus antioxydante que la vitamine E. Une expérience faite en 2007 sur un groupe de 16 rattes exposées à un GSM a ainsi montré que le groupe d'animaux

# alimentaire

bénéficiant de vitamines C et E à hautes doses présentait moins de lésions et de stress oxydatif que les autres.

Un autre travail, fait en Suède en 1999 sous la responsabilité du Pr Per Arne Ockerman, a suivi durant deux mois la prise par un groupe de 34 « électrohypersensibles » d'un complexe d'antioxydants (vitamines, minéraux, N-acétylcystéine, acide gamma-linolénique, mélatonine). « Le traitement a été parfaitement supporté. Tous les patients ont noté une amélioration de leur sensation de bien-être, leurs symptômes évoluant de "sévères" à "légers" », rapporte *Pratiques de Santé* dans son hors-série de juillet 2007 dédié aux pollutions électromagnétiques.

## Le protocole de Belpomme

« J'ai rejoint le protocole de Belpomme et Luc Montagnier, poursuit Angélique. Et ma foi, je dois reconnaître que tout va beaucoup mieux. Le physique comme le mental. C'est un protocole de trois mois, renouvelable une fois. Je tiens dans des lieux où je ne tenais pas auparavant, même si ma sensibilité est toujours là. »

Angélique n'est pas censée savoir s'il s'agit d'un placebo, ou la composition du produit, importé du Japon... « L'équipe de Belpomme m'a assurée qu'il s'agissait de molécules naturelles. C'est un protocole à base d'antioxydants. Au goût, je pense qu'il s'agit de quelque chose à partir de grenade et de papaye fermentée. On prend un sachet de poudre le matin à jeun, et le soir avant de se coucher. » ●

Maxence Layet



Ophelia, John William Waterhouse, 1889.

## ► Des granules d'homéopathie anti-Wifi!

« **A**ttention, à chacun sa fréquence », prévient d'emblée Emeline, une EHS parisienne capable de supporter les ondes du Wifi et du téléphone mobile. Comment fait-elle? En ayant recours à de simples granules d'homéopathie : « Wifi et téléphone mobile » en 200 k, trois par jour, le matin, depuis cinq ans. Et sa vie a été transformée.

Ex-France Télécom, son EHS s'est déclenchée en 1995. Dix ans de souffrance, à se taper la tête contre les murs. Sa rencontre avec une radiesthésiste émérite lui fait découvrir cette solution. L'article sur les EHS publié par NEXUS (n° 74, mai-juin 2011) l'incite à témoigner de son expérience réussie. Oui mais... Fabriquée sur commande par une pharmacie de province, ces remèdes homéopathiques lui sont personnels. D'autres dilutions, à la méthode hahnemannienne ou korsakoviennne, cela varie, seront plus indiquées chez d'autres personnes EHS. Impossible de généraliser ou de faire de l'automédication. Cela dépend des fréquences adaptées aux personnes, détectées au pendule et donc du sérieux du radiesthésiste sollicité. L'homéopathie contre l'électrosensibilité, une piste de plus à explorer?

Bibli

Guney M., « 900 MHz Radiofrequency-induced histopathologic changes and oxidative stress in rat endometrium: protection by vitamins E and C », *Toxicol Ind Health*, 2007; 23 (7).

Odile Chabrilac, *Les Aliments qui rendent intelligent*, Plon, 2008.