

Test : Êtes-vous trop exposé(e) aux rayonnements électromagnétiques ?

En répondant à ces quelques questions, vous pourrez évaluer votre sensibilité aux champs électromagnétiques. En effet, les troubles listés ci-dessous lorsqu'ils surviennent de manière répétée, peuvent indiquer une trop grande exposition et/ou révéler une intolérance aux champs électromagnétiques. Pour chaque trouble proposé, cochez la case « jamais » si vous n'êtes pas concerné(e), « parfois » si cela vous arrive de façon irrégulière, ou « souvent » si vous ressentez quotidiennement les symptômes.

Troubles éventuellement ressentis :	Jamais	Parfois	Souvent
Difficultés d'endormissement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Réveils nocturnes (entre 3 et 5h du matin), sommeil perturbé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fatigue anormale au réveil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fatigue chronique, sensation d'épuisement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Migraines, céphalées	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Troubles de la mémoire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficultés de concentration	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Difficultés de mémorisation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
État dépressif (sans cause apparente)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irritabilité (colère excessive par rapport à l'évènement)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vertiges, pertes d'équilibre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Acouphènes (bourdonnements d'oreille)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Troubles de la vision (baisse de l'acuité visuelle)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allergie, eczéma, rougeurs (démangeaisons, sensation de brûlure)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Troubles cardiaques (rythme irrégulier, palpitations)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Maladies infectieuses à répétition	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total =			

Cas n°1 : Vous n'avez pas coché « parfois » ou « souvent » :

Vous pouvez présenter une bonne résistance aux ondes électromagnétiques, bénéficier d'un environnement électromagnétique sain et/ou n'être pas exposé de manière chronique. Il est cependant nécessaire de garder une bonne hygiène électromagnétique, en adoptant le principe de précaution.

Cas n°2 : Vous avez coché « parfois » plus de 5 fois :

Les troubles ressentis peuvent correspondre à une trop forte exposition aux champs électromagnétiques. Votre organisme réagit pour maintenir le bon fonctionnement des systèmes biologiques. Il peut alors s'épuiser et plusieurs symptômes peuvent apparaître. Il est temps de réduire votre exposition aux ondes et d'adopter une bonne « hygiène » électromagnétique. Un diagnostic d'environnement électromagnétique peut vous y aider.

Cas n°3 : vous avez coché « souvent » plus de 5 fois :

La fréquence des troubles ressentis peut révéler une intolérance aux champs électromagnétiques. Un diagnostic de votre environnement électromagnétique est nécessaire pour évaluer votre exposition. Si celle-ci est trop élevée, des mesures de protection ou d'assainissement de votre habitat sont nécessaires. Une consultation médicale peut vous aider à recouvrer une bonne forme physique.

Ce test n'est pas un diagnostic de santé. Celui-ci ne peut être réalisé que par un praticien compétent. Il s'agit d'un questionnaire pouvant mettre en évidence une surexposition aux rayonnements électromagnétiques. Il n'y a pas de lien systématique entre les troubles ci-dessus et l'intolérance aux champs électromagnétiques.