

Af Karin Nørgaard  
i NaturHelse 3 september 2011

## **E-stress – en kortslutning af livet**

*Diagnosen 'El-overfølsom' kom som lidt af et chok. Tænk at det skulle overgå mig!  
For 20 år siden hørte jeg om nogle svenskere, der havde slået telte op ude i skoven, fordi de ikke tålte elektriske artikler og strøm i deres umiddelbare nærhed. Jeg lyttede dengang høfligt, men indrømmer, at mine skeptiske tanker om denne højst aparte opførsel ikke var særlig sympatiske.*

Da jeg efter mange år senere selv fik diagnosen, havde helbredet skrantet i årevis. En endeløs række af læger og alternative behandlere havde ikke kunnet hjælpe. Imens døjede jeg med: kronisk træthed og energiløshed; hovedpiner og migræner; kvalme og svimmelhed; snurren og svidende fornemmelse i hovedet og i kroppen; kløen, svien, rødmen og prikken på huden (ligesom for meget sol); koncentrationsbesvær; hukommelsestab; uvirkelighedsfornemmelse; motoriske forstyrrelser; isninger i nervebanerne, især ved pludselige eller høje lyde; muskel- led- og rygsmerter; søvnløshed; åndenød til tider astma; stærk hjertebanken samt arytmi; blodsukkerubalance, candida, depressioner; mange former for allergier og intolerancer, hormonforstyrrelser, fordøjelsesproblemer, gentagne lændehold - og så alle småkavankerne, der fulgte i kølvandet. Jeg oplevede, at symptomerne kom snigende over lang tid – ét efter ét, indtil jeg havde følelsen af, at der altid var noget galt.

### **Konstateringen**

I gennem de seneste 8 år boede jeg i Island, men opholdt mig også i DK. Det skulle blive nøglen til forståelse. Med hjemmeverksamhed og uden børn levede jeg et harmonisk liv uden stress og jag – alligevel havde kroppen symptomer på voldsom stress og udbrændthed. En homøopat i Reykjavik satte mig i 2008 på sporet. Hun kendte symptomerne, stillede diagnosen og anbefalede at få huset undersøgt for magnetisme. Målingerne viste magnetisme ca. 100 gange over grænseværdierne, og blev straks jordforbundet. Men der var flere problemer både i vores drømmehus i Island og i min lejlighed i DK, men af forskellig karakter. I Island var det de elektriske installationer, en meget kraftig jordåre (en anden type end her i DK) samt bidske vandårer tværs gennem huset. Jordstråle-eksperter og geologer fortalte os, at naturen og undergrunden på vores ejendom er så at sige "elektrisk". Da jeg flyttede derop, følte jeg mig til at begynde med meget gearet og fyldt med energi og havde minimalt søvnbehov. Jeg elskede at være der. Efter nogen tid blev jeg udmattet og fik søvnbesvær. Min helbredsmæssige deroute begyndte for alvor, og jeg mærkede stor fysisk forskel på, om jeg opholdt mig i DK eller Island. Der gik et par år med frustrationer, endeløst detektivarbejde og forsøgsvisе løsninger. Vi havde troen og håbet på, at problemet kunne løses, og vi kunne flytte tilbage i drømmehuset. Til sidst stod det klart, at denne kamp kunne vi aldrig vinde. Både min mand og jeg havde symptomer, men jeg var værst ramt og måtte flytte til DK, i første omgang uden ham. I lejligheden i DK havde jeg naboer med trådløse internet og parabler m.m., men var længe om at opdage, at det udgjorde et problem. Jeg hørte om en beskyttende og skærmende maling, og fik til at begynde med malet et enkelt værelse. Det virkede! Nu havde jeg et beskyttelseskammer, jeg kunne krybe i, når omgivelserne blev for strålende. Og vigtigst af alt: et sted, hvor jeg kan sove trygt om natten. I løbet af et års tid fik vi malet det meste af lejligheden, så jeg nu kan opholde mig her uden bekymring. Det har forandret hverdagen. Lykken varede dog kort. Kommunen har varslet opsættelse af en 33 m høj mobilmast tæt på min bolig, og vi må sikkert flytte igen.

### **Hvordan fik jeg e-stress?**

Jeg er uddannet i computerbranchen og arbejdede i mange år med stressende arbejde og deadlines i usunde kontor miljøer og hvad deraf følger af skærme, store edb-maskiner, tonsvis af kabler under gulve og i lofter, laserprintere, fotokopimaskiner, lysstofrør, aircondition, nålefilttæpper m.m. Måske har det også betydning, at min far arbejdede som radartekniker i 20 år i flyvevåbnet, inden jeg blev født, var ivrig

radioamatør og selvbygger i elektronik og antenner. Vores hjem var fyldt med teknologi. Denne fascination af elektronik arvede jeg og var i mange år altid med på den nyeste udvikling indenfor computere og mobiltelefoner samt alskens elektroniske dimser, men er til min store ærgrelse nu nødt til at frasige mig denne luksus i hverdagen.

### **Et liv med e-stress**

e-stress er miljøbetinget og opstår, når man overeksponeres for elektromagnetiske felter i omgivelserne. Det kan være naturens magnetfelter, men især den menneskeskabte elektronik og trådløse teknologi er skadelig. En slags digital overdosis.

Vi investerede gennem tiden betragtelige summer i behandlinger, målinger og desuden et udvalg af pyramider, kobberindretninger, krystaller, terninger med uvist indhold m.m. for at omdirigere eller neutralisere strålingen. Jeg har endnu ikke fundet noget, der virkelig giver personlig beskyttelse mod stråler af nogen som helst art – undtagen malingen.

Ikke nok med at man mister helbredet og måske job og familie, man mister også sit hjem og den tryghed det repræsenterer. En tilværelse med e-stress bliver reduceret til nærmest ingenting og kan i værste fald ende i omflakkende hjemløshed, hvor man zik-zakker sig mellem byer, mobil- og tv-master samt alverdens trådløse sendestationer i folks private hjem og i det offentlige rum, uden at være i stand til at finde ly noget steds. Man bliver miljøflygtning og tvunget til at leve i isolation, afskåret fra normale, sociale aktiviteter, eller med en næsten urimelig grad af særbehandling. Tilværelsen fyldes med angst, bekymringer og ensomhed.

Det skete for mig. Det kan ske for dig. Jeg slap dog for ydmygelsen, at skulle flytte i telt.

I takt med at teknologien udvikler sig med raketfart, deler jeg skæbne med et stadig stigende antal e-stress ramte. Mængder af forskningsresultater beviser, at tilstanden eksisterer, og alligevel er lidelsen stadig ikke anerkendt i DK.

Den omsorg, som "rigtigt" syge får tildelt, udebliver for de el-overfølsomme. Måske fordi denne lidelse er politisk ubekvem, stikker kæp i hjulet for teleindustriens milliardindtjener, og for de "raske" bare er for kompliceret og besværlig at forholde sig til. Nogle lytter høfligt med et fjernt ansigtsudtryk. Måske prøver de at forestille sig: Hvordan ville mit liv se ud, hvis...?

En tanke man lynhurtigt skyder fra sig. Forståeligt nok. Jeg havde jo selv præcis samme reaktion for mere end 20 år siden.

-----