

DEUX MORTS PAR HEURE



DEUX MORTS PAR HEURE

PROF. DR. FILIP LARDON



PREFACE

6



COMMENT LE TABAC A DOMINÉ L'HUMANITÉ

14



LA NICOTINE EST UN PIÈGE SOURNOIS

40



DE LA MAUVAISE HALEINE AU CANCER ET À LA BPCO

62



FUMER, MÂCHER, RENIFLER ET VAPOTER

110



UN SUJET DÉLICAT POUR LES CONSOMMATEURS DE NICOTINE

144



LE PRIX DU TABAGISME

186



RETROUVER LE GOÛT DE LA VIE

204



ENSEMBLE VERS UN MONDE SANS TABAC

248



ZÉRO DÉCÈS PAR HEURE

280

DEUX DÉCÈS PAR HEURE

Deux morts par heure. Vous pensez peut-être que c'est un titre sévère pour un livre. C'est pourtant le cas. Très dur. Mais malheureusement pas trop.

La réalité est désormais dure comme de la pierre. Un décès dû au tabac survient toutes les demi-heures en Belgique. Qu'on se le dise : dans un petit pays comme la Belgique, près de 15 000 fumeurs et ex-fumeurs meurent prématurément chaque année des effets de leur dépendance à la nicotine. 15 000 personnes, c'est la population entière de communes comme Hannut ou Jodoigne. Imaginez un instant que tous ces habitants meurent en un an. Tous sont morts du même assassin: le tabac.

Aux Pays-Bas, le chiffre est encore plus élevé, avec environ 20 000 décès liés au tabac par an. Dans le monde, le tabagisme fait 8 millions de victimes par an. C'est de loin la plus grande cause de décès évitable, à peu près partout sur la planète.

Il n'est pas facile de déterminer le nombre exact de décès liés au tabac. Le tabagisme est associé à un grand nombre d'affections différentes – persistantes et généralement mortelles. Il a été scientifiquement prouvé que la fumée de tabac est un facteur déterminant dans l'apparition de plus de dix cancers différents (dont, bien sûr, le cancer du poumon est le plus connu), de maladies pulmonaires obstructives ou BPCO, de crises cardiaques, de rétrécissements des vaisseaux sanguins, d'accidents vasculaires cérébraux, de lésions cérébrales... Dans certaines de ces maladies mor-

telles – comme le cancer du poumon ou la BPCO – la cigarette est même responsable de 80 à 90 % de tous les cas.

Les derniers résultats de Sciensano, l'institut de santé belge, montrent une tendance à la baisse des décès liés au tabagisme. Parce que le nombre de fumeurs diminue légèrement et parce que la médecine est de plus en plus performante. Nous nous dirigeons donc progressivement vers un décès par heure. Devons-nous nous en réjouir maintenant ? Bien sûr que non. Ce sont encore beaucoup trop d'enterrements prématurés chaque jour, dûs à un facteur parfaitement évitable. C'est encore une souffrance inouïe que doivent endurer les proches de ces morts du tabac. Chaque jour, chaque heure.

Par ailleurs, un décès dû au tabac par heure est un décès de trop. Il faut que cela cesse.

DEUX DÉBUTANTS PAR HEURE

J'aurais également pu choisir ce titre. Cela pourrait sembler un peu plus « doux » ou un peu plus agréable, sans cette référence aux personnes décédées.

Mais ne vous y trompez pas, le titre « Deux débutants par heure » serait aussi dur que « Deux morts par heure ». Peut-être même plus fort. Chaque jour, en Belgique et aux Pays-Bas, une cinquantaine d'enfants et d'adolescents allument leur première cigarette. Cela représente deux débutants

par heure. La plupart d'eux ne sont pas des adultes ; le fumeur moyen commence à 16 ans. Pour beaucoup de ces adolescents, c'est aussi le début d'une dépendance, pour une grande partie d'eux fatale.

Deux débutants par heure tombent dans le piège que leur a tendu l'industrie du tabac. Ce chiffre est peut-être encore sous-estimé, car entre-temps, une nouvelle tentation croise le chemin des enfants et des jeunes : l'attrayante e-cigarette ou vapoteuse. Pendant des années, j'ai voyagé de collègue en lycée pour mettre en garde les jeunes contre les dangers du tabagisme. Non pas en leur faisant peur, mais en les informant et en leur disant la vérité sans fard sur le tabac. L'essor du vapotage m'a obligé à étendre mon champ d'action aux écoles primaires. Les enseignants racontent que même des enfants de 9 ans se lancent dans le vapotage. Leur e-cigarette est rose fluo et a un goût de framboise – « Les fruits, c'est bon pour la santé, n'est-ce pas, monsieur ? » Ce que ces enfants savent et réalisent à peine, et que leurs parents ignorent malheureusement aussi, c'est que la plupart de ces e-cigarettes contiennent également de la nicotine. Souvent même plus qu'un paquet entier de cigarettes classiques. La vapoteuse peut avoir le goût et l'odeur d'un fruit, mais la nicotine va directement au cerveau et vous rend accro en un rien de temps. Dans les jeunes cerveaux, qui sont encore en développement, cette nicotine cause de nombreux dommages permanents.

Je crains donc que le nombre de deux débutants par heure ne soit sous-estimé. Il y en a plus.

Voici immédiatement pourquoi j'ai écrit ce livre. Je veux contribuer à mettre un terme à cette tendance qui met la vie en danger. Je veux que les fumeurs adultes sachent – sans aucune culpabilité – ce que le tabac fait à leur corps, et je veux les aider à arrêter de fumer. Je veux convaincre nos enfants et nos jeunes de ne pas tomber dans ce piège tentant mais mortel, je veux les aider à être plus malins que l'industrie du tabac.

C'est peut-être utopique, mais si nous y parvenons ensemble, le problème du tabagisme pourrait disparaître d'ici 10 à 20 ans. La cigarette perdra alors et la vie gagnera.

L'HISTOIRE DU TABAC

Dans ce livre, je raconte l'histoire fascinante du tabac. La plante de tabac, apparemment inoffensive, exerce depuis l'Antiquité un attrait particulier, voire religieux, sur l'homme. Partie du continent américain, elle a conquis le monde entier. Entre-temps, le tabac a perdu son innocence pendant plus de cent ans. Nous savons depuis le début du siècle dernier que la fumée de tabac est nocive et même mortelle. Pourtant, un siècle plus tard, un cinquième de la population mondiale fume encore. Plus d'un milliard de personnes.

Si le tabac a été découvert de l'autre côté de l'océan, c'est un chimiste belge qui a mis en évidence l'action de la nicotine contenue dans la plante. Peu à peu, les scientifiques

ont découvert comment cette substance parvient à tromper notre système nerveux, de la manière la plus sournoise que l'on puisse imaginer. Dans ce livre, je vous explique ce que la nicotine fait à l'organisme à partir du moment où le fumeur inhale la substance dans ses poumons. Cela vous aidera à comprendre pourquoi le tabagisme crée une telle dépendance et pourquoi il est si difficile d'arrêter de fumer. La nicotine est l'une des trois drogues les plus addictives au monde. Ne vous sentez donc pas coupable si, en tant que fumeur invétéré, vous continuez à chercher cette fichue cigarette.

Dire que fumer est mauvais pour la santé, c'est bien sûr enfoncer une porte ouverte. Mais ne sautez pas plus tard le chapitre sur les effets de la cigarette sur la santé parce que vous pensez les connaître déjà ou que vous préférez les ignorer. Vous serez étonné des effets que peut avoir une seule cigarette, sans parler des effets que peut avoir une consommation de 16 cigarettes par jour pendant des années (c'est la quantité de cigarettes que le fumeur moyen consomme pour satisfaire son corps/cerveau dépendant). Ces effets se manifestent non seulement dans les poumons, mais aussi un peu partout dans le corps. J'espère qu'après ce chapitre, vous comprenez mieux pourquoi les scientifiques demandent – implorent presque – des mesures de prévention plus strictes pour lutter contre le tabagisme. Il ne s'agit pas de faire preuve de condescendance ou d'imposer de nouvelles réglementations. Non, pour éviter les larmes des (ex)fumeurs et de leurs familles après un énième diagnostic couperet.

La cigarette est de loin le produit du tabac le plus populaire, mais ce n'est pas le seul. Certaines alternatives sont en déclin, tandis que d'autres sont en hausse. Et puis, bien sûr, il y a la vapoteuse. Développée comme un outil promoteur pour les fumeurs désireux d'arrêter, elle a été détournée par l'industrie du tabac pour séduire une nouvelle et très jeune « génération de remplacement ». Avec des lumières flashy, des arômes branchés et des vapoteuses déguisées en jeux vidéo.

L'e-cigarette occupe une place de choix dans ce livre, d'autant plus que de nombreux jeunes sont tentés par elle et que de plus en plus d'études suggèrent qu'elle est effectivement un tremplin vers le tabac pour les jeunes. Les chiffres, d'ailleurs, évoluent prudemment dans la mauvaise direction. Pour la première fois depuis longtemps, le nombre de jeunes fumeurs (moins de 16 ans) ne diminue plus, il augmente même légèrement. Si nous voulons éloigner les jeunes de la cigarette, il faut aussi les éloigner de l'e-cigarette. Sinon, nous continuerons à éponger.

N'y a-t-il donc aucun moyen de l'arrêter ? Oui, dans ce livre, j'aime aussi proposer des outils qui aident les fumeurs à vaincre leur dépendance. Je ne vais pas mentir, pour de nombreux (anciens) fumeurs, il s'agit d'un travail de longue haleine, fait d'essais et d'erreurs. Pour ce chapitre, j'ai demandé l'aide d'un tabacologue qui a beaucoup d'expérience en matière de conseils sur le sevrage tabagique. Vous pouvez donc vous attendre à une dose d'espoir saine dans ce livre.

J'ai également des recommandations à l'intention de nos décideurs politiques. L'impact social du tabagisme et du vapotage est immense, tant sur le plan médical et social qu'économique et même écologique. Pour le gouvernement aussi, ce livre peut être une *révélation* (inconfortable). Nous devons faire preuve de plus d'audace et d'ambition si nous voulons vraiment œuvrer en faveur d'une génération sans tabac. L'approche britannique peut nous inspirer : là-bas, toute personne née après 2009 ne pourra jamais acheter de cigarettes ou d'autres produits du tabac. Pas même à l'âge adulte. Le tabagisme pourrait ainsi disparaître complètement à l'avenir.

HISTOIRE VRAIE

Cette histoire n'est pas une fiction, mais un véritable polar. Comment appeler autrement une histoire où deux personnes meurent toutes les heures ? La fin du livre est ouverte. J'ai bon espoir que les enfants d'aujourd'hui seront la génération sans tabac de demain, mais la résistance de l'industrie du tabac sera féroce. Nous devons rester vigilants et persévérer.

Chacun d'entre nous peut contribuer à mener à bien cet immense défi. Vous pouvez vous-même tourner la dernière page avec une *fin heureuse*, pour vous et pour vos proches. C'est entre vos mains, au sens propre comme au sens figuré.



COMMENT LE TABAC A DOMINÉ L'HUMANITÉ

L'HISTOIRE DU TABAGISME

Le tabagisme n'est pas un phénomène nouveau ou moderne. Depuis des temps immémoriaux, les hommes ont expérimenté des substances psychotropes, y compris des drogues telles que l'alcool et la nicotine. Le tabac a été découvert il y a plusieurs siècles et a rapidement conquis le monde entier. La cigarette a mis un coup d'arrêt à la consommation de tabac. Nous savons depuis une centaine d'années que le tabac est nocif, voire mortel, mais il y a encore aujourd'hui plus d'un milliard de fumeurs dans le monde.

Remontons un peu dans le temps pour examiner comment le tabac a pris le dessus sur l'humanité.

PANACÉE SPIRITUELLE ET MEDICALE

Des découvertes archéologiques suggèrent que les habitants des Amériques ont commencé à consommer du tabac il y a plus de 12 000 ans. C'est plusieurs milliers d'années plus tôt que ce qui avait été documenté auparavant. Les vestiges d'une pipe montrent que les Indiens Cherokee fumaient des feuilles de tabac séchées dès 1 600 ans avant notre ère. Des dessins rupestres au Mexique, datant des années 600 à 900, montrent que les Mayas reniflaient, mâchaient et fumaient aussi volontiers du tabac.

Selon la mythologie aztèque, Xochipilli était le dieu de l'amour, de la beauté et des fleurs, entre autres. Témoin de

statues excavées et de gravures anciennes, il avait un penchant pour les herbes enivrantes. Sur un dessin, il fume une sorte de bang. Dans l'ensemble des Amériques, le tabac était une plante indigène, qui jouait un rôle spirituel important. Fumer du tabac était un événement cérémoniel, un moyen de se rapprocher du créateur et d'entrer en contact avec le surnaturel.



Xochipilli.

Aujourd'hui, d'ailleurs, il existe encore des peuples indigènes où le tabac fait partie de certains rituels et cérémonies. Les Cree et les Ojibweg du nord des États-Unis et du Canada utilisent le tabac dans les sueries et lors des cérémonies traditionnelles du calumet. Lorsque vous souhaitez poser une question spirituelle à un ancien Ojibweg, la coutume veut que vous lui offriez d'abord du tabac.

Le tabac a également joué un rôle crucial dans la conclusion d'accords et de traités. Aujourd'hui, les pays ou les peuples qui font la paix fument le calumet de la paix au sens figuré. Dans les Amériques, ils l'ont fait au sens propre pendant des siècles.

Le tabac a également pris progressivement une signification plus « terrestre » parmi les tribus et les peuples indigènes. Ils ont également commencé à utiliser la plante à des fins médicales. C'était une sorte de médicament miracle. Une morsure de serpent ? Un mal d'oreille ? Mal de dents ? Un rhumatisme ? Une affection cutanée ? Une IST ? Nommez un mal, et le tabac était le remède. Les feuilles étaient tantôt mâchées, tantôt fumées, tantôt broyées en une sorte de bouillie que l'on appliquait sur le corps sous forme d'onguent. Mélangé ou non à d'autres plantes auxquelles les chamans de l'époque attribuaient des propriétés bénéfiques.

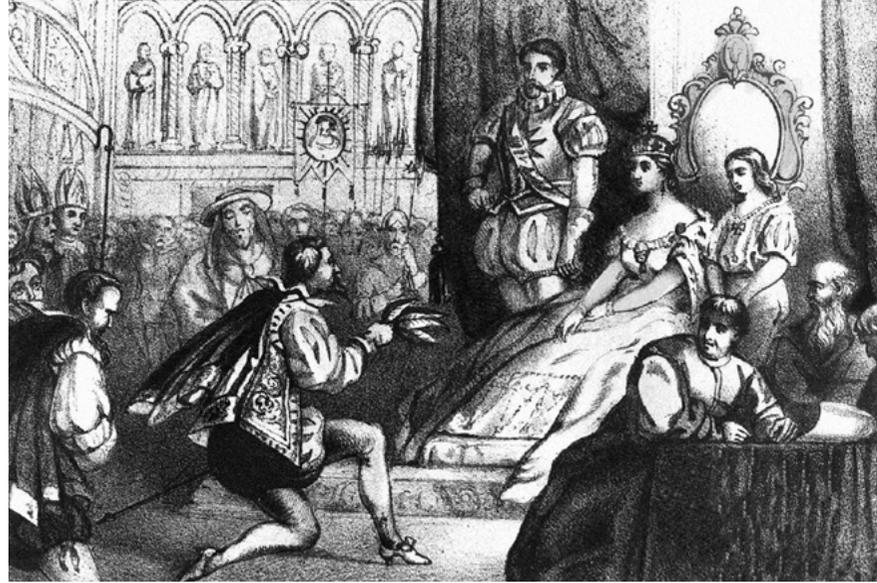
Il y a des milliers d'années, les tribus indiennes connaissaient également les effets coupe-faim du tabac. Il ne s'agissait pas d'une aide pratique pour perdre du poids, mais pour se prémunir contre les mauvaises récoltes et les pénuries de nourriture.

L'EUROPE PASSE À LA HACHE

Christophe Colomb et son équipage furent les premiers Européens à découvrir le tabac. Un certain Bartolomé de las Casas a décrit ce qu'ils ont vu dans l'actuelle Cuba : *« Ce sont des herbes séchées, enveloppées dans une feuille séchée en forme de pétard en papier. (...) On les allume par un bout, ils aspirent par l'autre et inhalent la fumée. Ils leur disent qu'ils ne ressentent plus de fatigue. »*

Ne pas ressentir la fatigue, voilà qui plaisait aux marins. Ils se sont également mis à fumer du tabac et l'ont apporté dans les ports du pourtour méditerranéen. La fanfare a fait son œuvre. La nouvelle qu'une nouvelle plante aux puissantes propriétés médicinales avait été découverte en Amérique s'est répandue comme une traînée de poudre en Europe continentale. Le tabac est alors appelé « herbe sacrée ».

Mais c'est surtout par la cour de France que le tabac a conquis l'Europe. La reine française Catherine de Médicis s'inquiète des crises de migraine de son fils François II. Les charlatans se succèdent à la cour, François II dédramatise une à une les préparations à base de plantes, mais rien ne parvient à le débarrasser de ses terribles maux de tête. C'est son aumônier personnel, le moine André Thévét, qui suggère à Catherine de Médicis d'essayer ce mystérieux tabac en poudre venu du Nouveau Monde. Pour se procurer ce tabac, la reine fait appel à l'envoyé français à la cour portugaise, un certain Jean Nicot. Il tirera plus tard son nom de la substance qui rend le tabac extrêmement addictif : la nicotine.



Jean Nicot offre du tabac à la cour de France.

François II a été « miraculeusement » guéri de ses maux de tête grâce au tabac à priser. Il faut cependant prendre cela avec des pincettes, car le très jeune roi est mort à 17 ans. Entre-temps, la réputation de l'herbe sacrée ne s'est pas démentie. Si le tabac a fait son apparition sur le continent européen en tant que « médicament », la plante s'est rapidement transformée en un stimulant populaire. Le médecin suisse Conrad Gesner écrit en 1563 que mâcher ou fumer une feuille de tabac « a le pouvoir merveilleux de provoquer une sorte d'ivresse paisible ».

Le tabac avait conquis les plus hautes sphères européennes à une vitesse vertigineuse (du moins pour l'époque). Aujourd'hui, les gens du peuple se lancent dans l'aventure. Ils mâchent (tabac à chiquer), reniflent (tabac à priser) et

fument (tabac à pipe) le tabac jusqu'aux étoiles. Les feuilles de tabac sont même devenues une monnaie d'échange très prisée. Pour répondre à la demande croissante, les plantations de tabac poussent comme des champignons. D'abord en Espagne, puis en France et, un peu plus tard, en Angleterre. Les Pays-Bas et la Belgique se sont également lancés dans l'aventure. Les provinces néerlandaises de Zélande et d'Utrecht cultivent le tabac depuis 1600. En Belgique, la culture du tabac dans la région de Wervik et dans la vallée de la Semois a atteint son apogée dans la première moitié du 20^e siècle. Alors que la culture du tabac a disparu des Pays-Bas, il existe encore aujourd'hui une poignée de cultivateurs de tabac belges inflexibles.

Mais c'est surtout de l'autre côté de l'océan que l'Europe se procurait son tabac. La Virginie, la plus ancienne des 13 colonies qui allaient former les États-Unis, était l'épicentre de la culture du tabac. Les pères fondateurs George Washington et Thomas Jefferson – les premier et troisième présidents des États-Unis – possédaient tous deux des plantations de tabac. Le tabac était l'un des principaux produits d'exportation des États-Unis, d'autant plus que le tabac s'avérait un peu plus doux, et donc plus facile à fumer, que la variété européenne.

L'essor de la culture du tabac en Virginie, et plus tard dans certains États du sud des États-Unis, a également eu un côté sombre. La demande de tabac a dépassé l'offre. La culture du tabac nécessite beaucoup de main-d'œuvre ; les propriétaires de plantations n'en trouvaient pas assez ou

la trouvaient trop chère. Ils ont commencé à utiliser massivement des esclaves noirs venus d'Afrique. L'industrie du tabac a été l'une des premières industries à utiliser la main-d'œuvre esclave. L'esclavage a rendu l'État de Virginie et les propriétaires de plantations extrêmement riches.

CIGARETTES SUR LE TAPIS ROULANT

Le tabac était encore principalement mâché et prisé ou fumé à la pipe, jusqu'à la fin du 19^e siècle. Bien que le cigare cubain ait été recherché par les Européens dès le 18^e siècle, c'est surtout la cigarette qui a donné un coup de fouet à la consommation de tabac. Le tabagisme n'était pas une nouveauté ; j'ai cité plus haut les représentations de dieux mayas et aztèques fumant. En Amérique du Sud, en Amérique centrale et en Amérique du Nord, on a beaucoup expérimenté les plantes dans lesquelles rouler le tabac. La canne à sucre, par exemple, était souvent utilisée. En Espagne, les roseaux ont d'abord cédé la place au maïs et, plus tard, au 17^e siècle, pour la première fois, au papier fin. À l'époque, la cigarette était encore appelée « *papelate* ».

Ce sont les Français qui ont inventé le nom de « cigarette » vers 1830. Ce nom a conquis le monde et a même été adopté en anglais. La production de cigarettes a pris de l'ampleur lorsque James Albert Bonsack a inventé une machine à fabriquer des cigarettes en 1880. La machine pouvait produire 200 cigarettes par minute, soit cent fois

plus qu'un ouvrier roulant les cigarettes manuellement. Cette invention a marqué le début de l'industrie moderne du tabac. Surtout lorsque Bonsack s'associe au riche James Buchanan Duke, fondateur de l'*American Tobacco Company*. Grâce à la machine de Bonsack, il commence non seulement à produire des cigarettes à l'échelle industrielle, mais aussi à les commercialiser à la fin du 19^e siècle grâce à d'ingénieuses techniques de marketing. Les Américains et les Britanniques en particulier se mettent à fumer en masse.

Au début du 20^e siècle, les cigarettes représentaient environ 2 % de la consommation totale de tabac. Par la suite, les ventes de cigarettes ont explosé. Au milieu du 20^e siècle, 80 % de tous les produits du tabac vendus étaient des cigarettes. La pipe et le cigare sont devenus de plus en plus des produits de luxe, où l'on prend son temps. La cigarette a répondu à l'évolution des temps et à l'envie de rapidité et de commodité. On pouvait finir une cigarette en quelques minutes, ce qui était impossible avec un cigare.

Les cigarettes faisaient également partie des rations des soldats. Les soldats américains et britanniques qui ont combattu pendant la Seconde Guerre mondiale ont distribué leurs cigarettes aux populations qu'ils avaient libérées. La cigarette est donc le symbole de la liberté retrouvée.

PEINE DE MORT POUR LES FUMEURS

Le tabagisme n'a pourtant jamais été un sujet de controverse. Bien avant que l'impact négatif sur notre santé ne devienne évident, des rois, des sultans, des tsars et des papes se sont attaqués au tabagisme.

Dès 1604, le roi anglais Jacques I^{er} – King James I – a écrit une lettre incendiaire pour mettre en garde ses concitoyens contre le tabac. Il qualifie le tabagisme d'« *habitude hideuse à l'œil, détestable au nez, préjudiciable au cerveau, dangereuse pour les poumons* ». Il parle également de « *la vapeur noire et puante, qui ressemble le plus à la terrible fumée stigienne de la fosse qui gît au fond* », en référence au Styx, la déesse grecque des enfers. Mais les Anglais ne sont pas impressionnés. Même de lourdes taxes à l'importation, et donc des prix élevés, n'ont pas réussi à faire chuter la demande de tabac. Au contraire. Quelques années plus tard, selon l'écrivain Barnabe Rich, Londres comptait jusqu'à 7 000 boutiques vendant du tabac.

Si vous ne pouvez pas les battre, rejoignez-les, a dû penser James I. Il eut l'idée d'un monopole royal sur le tabac. La culture du tabac est interdite en Angleterre ; seul le tabac des colonies peut être importé, moyennant une licence qui coûte 15 livres par an. Le tabac comme vache à lait pour le trésor public, c'est une recette qui a fait ses preuves. La duplicité des gouvernements dure depuis deux siècles. Ils savent que le tabac est un désastre pour la santé publique, mais ils ne veulent pas tuer la poule aux œufs d'or.

D'autres souverains ont adopté une approche beaucoup plus radicale pour lutter contre le tabagisme. Le sultan Ahmed Ier a fait percer un trou dans le nez des fumeurs. Cela n'a pas suffi au sultan Murat IV, qui a tout simplement fait exécuter les fumeurs. En Chine, fumer était également passible de la peine de mort. Le tsar russe Michel Ier applique une tactique russe éprouvée et fait interdire les fumeurs. Des papes comme Urbain VIII et Innocent X considéraient le tabagisme comme un culte du diable et ont tenté de l'endiguer.

Mais aussi radicales soient-elles, aucune de ces mesures n'a permis d'enrayer la propagation du tabac. L'effet d'accoutumance de la nicotine n'a jamais pu être stoppé.

Le régime nazi en Allemagne et en Autriche a tenté une nouvelle fois de réduire le tabagisme dans les années 1930. Les médecins allemands de ces années-là ont établi un lien statistique entre le tabagisme et divers cancers, le cancer du poumon en tête. Le gouvernement a interdit de fumer dans de nombreux bâtiments publics et a lancé des campagnes pour décourager le tabagisme. Mais même les nazis, qui s'y connaissaient pourtant en propagande, n'ont pas réussi à gagner la bataille contre le tabac.

CAMEL POUR LES MÉDECINS, LUCKY STRIKE POUR LES FEMMES AU FOYER

Aux États-Unis aussi, les premiers médecins ont commencé à faire le lien entre le tabagisme et le cancer du poumon. L'industrie du tabac a immédiatement contre-attaqué. Elle s'est alors transformée en une industrie de plusieurs milliards de dollars. Elle ne s'est pas contentée de semer le doute autour des études montrant que le tabagisme était nocif pour la santé. Non, elle est allée beaucoup plus loin. Elle a réussi à créer l'image que fumer était bon pour la santé.

« Plus de médecins fument des Camel que n'importe quelle autre cigarette », titrait R.J. Reynolds Tobacco Company, le géant du tabac à l'origine de Camel, dans une publicité légendaire de 1946. Au-dessus du slogan figure la photo d'un médecin en blouse blanche, fumant joyeusement une cigarette. Les marques concurrentes présentaient également des médecins chantant les louanges de leurs cigarettes. Cela conférait au tabac une aura de santé. Aujourd'hui, ce serait un honneur douteux d'être la marque de cigarettes la plus populaire parmi les médecins, mais à l'époque, c'était un argument de vente astucieux. Si le médecin le fait, c'est que c'est bon pour nous, n'est-ce pas ?

According to repeated nationwide surveys,

More Doctors Smoke CAMELS than any other cigarette!

Doctors in every branch of medicine were asked, "What cigarette do you smoke?" The brand named most was Camel!

You'll enjoy Camels for the same reasons so many doctors enjoy them. Camels have cool, cool *mildness*, pack after pack, and a flavor unmatched by any other cigarette. Make this sensible test: Smoke only Camels for 30 days and see how well Camels please your taste, how well they suit your throat as your steady smoke. You'll see how enjoyable a cigarette can be!

THE DOCTORS' CHOICE IS AMERICA'S CHOICE!




For 30 days, test Camels in your "T-Zone" (T for Throat, T for Taste).

Les médecins font de la publicité pour les cigarettes.

L'industrie du tabac a également découvert un nouveau groupe cible. Un groupe cible énorme : les femmes. Fumer a longtemps été un tabou social pour les femmes. Au début du 20e siècle, des voix se sont même élevées aux États-Unis pour interdire aux femmes de fumer ; ici et là, des femmes ont même été arrêtées pour avoir fumé dans la rue. La ci-

garette est ainsi devenue un symbole de la résistance féministe. L'industrie du tabac s'en réjouit. George Washington Hill, le grand patron de l'*American Tobacco Company* (ATC), a comparé le groupe croissant de fumeuses à « l'exploitation d'une mine d'or dans notre jardin ».

L'*American Tobacco Company* commence à faire de la publicité dans des magazines féminins tels que *Vogue* et *Vanity Fair*, en présentant la cigarette comme un médicament amaigrissant. Un moyen efficace et facile de perdre du poids rapidement. Une célèbre publicité pour Lucky Strike vendait la cigarette comme une alternative saine aux sucreries : « *Reach for a Lucky Instead of a Sweet* ».

IS THIS YOU FIVE YEARS FROM NOW?
When tempted to over-indulge
"Reach for a **Lucky** instead"



As industries the evidence is all along, only so smoking. Avoid the future that can be avoided by moderation of your smoking. Reach for a **Lucky** instead!

Lucky Strike, the Sweet Cigarette your doctor would like, made of the finest tobaccos—The Crown of the Crop—IT'S TOASTED—**Lucky Strike** has an even, sweet burning process. Everyone knows that heat purifies and so **LUCKY** physicians say that **Lucky's** are less irritating to your throat.

"It's toasted"
Your Throat Protection—against irritation—against cough.

*We do not say smoking **Lucky's** makes you thin. We do say when tempted to over-indulge, "Reach for a **Lucky** instead."

Cette publicité prétend que fumer vous fera maigrir.