

# Inhaltsverzeichnis

<b>Wesen des Alterns und der Krankheiten im Alter.</b> W.H. Hauss und J. Lindner	1
Literatur	9
<b>Soziologie.</b> O. Blume	10
Literatur	15
<b>Sozialversicherung.</b> W. Gercke	17
1. Aufbau des sozialen Sicherheitssystems der Bundesrepublik Deutschland. – Definition und Terminologie	17
2. Rechtsgrundlagen und Leistungen der Sozialversicherung	17
3. Krankenversicherung	18
4. Unfallversicherung	19
5. Rentenversicherung	20
6. Arbeitsförderung	22
7. Rechtsgrundlage und Leistung der Sozialhilfe	22
8. Probleme um den alten Menschen aus der Sicht der Sozialversicherung	24
<b>Psychologie.</b> H. Thomae	26
1. Veränderungen und Konstanz psychischer Fähigkeiten	26
a) Argumente für ein „Defizit“-Modell des Alterns	26
b) Kritik am Defizit-Modell psychischer Alternsveränderungen	27
α) Die Rolle des Zeitfaktors	27
β) Die Bedeutung der „Ausgangsbegabung“ für die Leistungsfähigkeit	28
γ) Einfluß des Bildungsgrades	28
δ) Berufliche Tätigkeit	28
ε) Gesundheitszustand und psychische Funktionsfähigkeit	29
ζ) Der Einfluß der anregenden Umgebung	29
η) Zusammenfassung	30
c) Psychomotorik und Gedächtnis	30
2. Persönlichkeitsveränderungen	30
3. Abschließende Bemerkung	31
Literatur	32
<b>Probleme des Bauens für ältere Menschen.</b> M. Dieck und H. P. Winter	33
1. Allgemeine Fragen der Bauplanung und des Städtebaues unter Berücksichtigung älterer Menschen	33
2. Bauplanung und Städtebau im Dienste der Altenhilfe	34
3. Spezielle Wohnformen und Betreuungseinrichtungen für ältere Menschen	35
4. Planerische Anforderungen an einige ausgewählte Teilbereiche	36
a) Planung von Naßzellen	36
b) Planung der Bettzimmer in Pflegestationen	37
c) Planung von Pflegestationen für psychisch veränderte Patienten	37
d) Planung von Rehabilitationseinrichtungen	38

e) Farbgestaltung von Heimen . . . . .	38
Literatur . . . . .	38
<b>Herz und Gefäße. W. Oberwittler und W. H. Hauss . . . . .</b>	<b>39</b>
1. Ursachen der kardiovaskulären Erkrankungen im höheren Lebensalter . . .	39
a) Altersveränderungen . . . . .	39
b) Arteriosklerose . . . . .	42
Ursachen der Arteriosklerose . . . . .	44
Zur Epidemiologie der arteriosklerotischen Erkrankungen . . . . .	44
Die Rolle der „unspezifischen Mesenchymreaktion“ in der Sklerogenese . . . . .	45
c) Chronisches Cor pulmonale . . . . .	45
d) Myokarditis . . . . .	45
e) Herzklappenfehler . . . . .	46
f) Bakterielle Endokarditis . . . . .	46
g) Kongenitale Herzfehler . . . . .	46
h) Senile kardiale Amyloidose . . . . .	47
2. Allgemeine Behandlungsprinzipien bei Arteriosklerose . . . . .	47
3. Arterielle Hypertension . . . . .	47
a) Ursachen der arteriellen Hypertension im höheren Lebensalter . . . . .	47
b) Diagnose der arteriellen Hypertension . . . . .	48
c) Behandlung der arteriellen Hypertension . . . . .	49
4. Herzinsuffizienz . . . . .	51
a) Ursachen der Herzinsuffizienz . . . . .	51
b) Diagnose der Herzinsuffizienz . . . . .	52
c) Behandlung der Herzinsuffizienz . . . . .	53
Besondere Therapiemaßnahmen bei Herzinsuffizienz . . . . .	56
5. Arrhythmien und Leitungsstörungen . . . . .	57
a) Ursachen . . . . .	57
b) Diagnose und Therapie . . . . .	57
6. Herzinfarkt . . . . .	60
a) Symptome und Diagnose . . . . .	60
b) Therapie des Herzinfarktes . . . . .	61
c) Herz- und Kreislaufstillstand . . . . .	61
d) Angina pectoris . . . . .	62
Therapie . . . . .	63
7. Gliedmaßenarterienverschluß . . . . .	63
a) Diagnose und Therapie . . . . .	63
b) Akutes Verschlußsyndrom . . . . .	65
8. Cerebrovasculäre Erkrankungen im Alter . . . . .	65
a) Ursachen cerebrovasculärer Störungen im Alter . . . . .	65
b) Diagnose und Therapie . . . . .	66
Literatur . . . . .	67
<b>Venensystem. W. Schneider und H. Fischer . . . . .</b>	<b>69</b>
1. Die Varicen . . . . .	69
2. Die venöse Insuffizienz . . . . .	70
Literatur . . . . .	75
<b>Atmungsorgane. V. Böhlau und R. Meister . . . . .</b>	<b>76</b>
Literatur . . . . .	80

<b>Gastrointestinaltrakt. N. Henning . . . . .</b>	<b>82</b>
1. Mundhöhle . . . . .	82
2. Oesophagus . . . . .	82
3. Magen . . . . .	83
4. Dünndarm . . . . .	84
5. Dickdarm . . . . .	85
Literatur . . . . .	87
<b>Leber, Gallenwege und exokrines Pankreas. U. Gerlach und N. van Husen . .</b>	<b>88</b>
1. Leberkrankheiten . . . . .	88
a) Die akute Virushepatitis . . . . .	88
Prophylaxe . . . . .	89
Therapie . . . . .	89
Kriterien der Ausheilung . . . . .	90
b) Chronische Hepatitis . . . . .	90
Therapie . . . . .	90
c) Hepatitisformen anderer Genese . . . . .	91
$\alpha$ ) Hepatitis mononucleosa . . . . .	91
$\beta$ ) Leptospirose . . . . .	91
$\gamma$ ) Toxische Hepatitis . . . . .	91
d) Lebercirrhose . . . . .	91
Symptome . . . . .	91
Therapie der Lebercirrhose . . . . .	92
$\alpha$ ) Inaktive Lebercirrhose . . . . .	92
$\beta$ ) Aktive Lebercirrhose . . . . .	92
$\gamma$ ) Primär-biliäre Cirrhose . . . . .	93
$\delta$ ) Sekundär-biliäre Cirrhose . . . . .	93
e) Portale Hypertension . . . . .	93
$\alpha$ ) Ascites . . . . .	93
$\beta$ ) Oesophagusvaricenblutung . . . . .	93
$\gamma$ ) Coma hepaticum . . . . .	93
$\delta$ ) Stauungsleber . . . . .	94
f) Fettleber . . . . .	94
Symptomatologie . . . . .	94
Therapie . . . . .	94
g) Hämochromatose . . . . .	95
h) Morbus Wilson . . . . .	95
i) Arzneimittelikterus . . . . .	95
k) Lebercarcinom . . . . .	95
Symptomatologie . . . . .	95
2. Gallenwegserkrankungen . . . . .	95
a) Akute Cholecystitis . . . . .	96
Symptomatologie . . . . .	96
b) Choledocholithiasis . . . . .	96
Therapie . . . . .	96
3. Erkrankungen des exkretorischen Pankreas . . . . .	97
a) Pankreatitis . . . . .	97
Symptomatologie . . . . .	97
b) Chronische Pankreatitis . . . . .	98
c) Das Carcinom des Pankreas und der Vaterschen Papille . . . . .	98
Literatur . . . . .	98

<b>Rheumatischer Formenkreis. G. Junge-Hülsing . . . . .</b>	<b>100</b>
1. Einleitung . . . . .	100
2. Die entzündlichen Gelenkerkrankungen . . . . .	104
a) Das akute rheumatische Fieber . . . . .	104
b) Die progredient chronische Polyarthrit (p.c.P.) . . . . .	105
Das Sjögren-Syndrom . . . . .	109
Das Felty-Syndrom . . . . .	109
Das Kaplan-Syndrom . . . . .	110
Die Arthropathia psoriatica . . . . .	110
Das Reiter-Syndrom . . . . .	110
c) Spondylitis ankylopoetica . . . . .	110
d) Die Kollagenkrankheiten (der viscerale Rheumatismus) . . . . .	111
α) Der Lupus erythematodes disseminatus (visceralis) . . . . .	111
β) Die Periarteritis nodosa . . . . .	111
γ) Die Dermatomyositis . . . . .	112
δ) Die progressive Sklerodermie . . . . .	113
ε) Die Polymyalgia rheumatica . . . . .	113
ζ) Der extraartikuläre Weichteilrheumatismus . . . . .	114
3. Der degenerative Rheumatismus . . . . .	114
a) Die Arthrose der kleinen Gelenke (Heberden-Arthrose und Bouchard-Arthrose) . . . . .	114
b) Die Arthrose der großen Gelenke . . . . .	114
c) Die Arthrosen der Wirbelsäule (Spondylosen und Spondylarthrosen) . . . . .	115
4. Arthropathien bei systemischen Skeletterkrankungen . . . . .	115
a) Osteoporose . . . . .	115
b) Der Morbus Paget (Ostitis deformans Paget) . . . . .	116
Literatur . . . . .	116
<b>Stoffwechsel und endokrines System. H. Wagner und U. Gerlach . . . . .</b>	<b>117</b>
1. Gicht . . . . .	117
a) Definition . . . . .	117
b) Epidemiologie . . . . .	117
c) Ätiopathogenese . . . . .	117
d) Klinisches Bild . . . . .	118
e) Diagnostik . . . . .	118
f) Therapie . . . . .	119
α) Therapie des akuten Gichtanfalls . . . . .	119
β) Dauertherapie . . . . .	119
γ) Prognose . . . . .	119
2. Erkrankungen des Fettstoffwechsels (Hyperlipoproteinämien) . . . . .	120
a) Definition . . . . .	120
b) Ätiopathogenese, Epidemiologie . . . . .	120
c) Diagnostik . . . . .	120
d) Therapie . . . . .	122
α) Allgemeine Therapie . . . . .	122
β) Spezielle Therapie . . . . .	122
e) Prognose . . . . .	122
3. Diabetes mellitus . . . . .	122
a) Definition . . . . .	122
b) Ätiologie . . . . .	123
c) Epidemiologie . . . . .	123
d) Klassifikation . . . . .	123

e) Klinisches Bild . . . . .	123
f) Diagnose . . . . .	124
g) Komplikationen . . . . .	124
α) Akute Komplikationen . . . . .	124
β) Nicht-akute Komplikationen . . . . .	125
h) Therapie . . . . .	126
i) Prognose . . . . .	127
4. Endokrines System . . . . .	128
a) Hypophyse . . . . .	128
b) Schilddrüse, Nebenschilddrüse . . . . .	128
c) Nebenniere, Gonaden . . . . .	129
Literatur . . . . .	129
<b>Hämatopoetisches System. Th. Büchner . . . . .</b>	<b>131</b>
1. Anämien im Alter . . . . .	131
2. Leukämien im Alter . . . . .	133
3. Thrombose und Blutungsneigung im Alter . . . . .	135
Literatur . . . . .	136
<b>Chirurgie. R. Nissen . . . . .</b>	<b>137</b>
Spezielle Indikationen der elektiven Alterschirurgie . . . . .	138
Literatur . . . . .	144
<b>Urologie. W. Schmandt . . . . .</b>	<b>145</b>
1. Anamnese und Symptomatik . . . . .	145
2. Urologische Diagnostik im Rahmen der Allgemeinmedizin . . . . .	146
3. Urologische Infektionen . . . . .	146
4. Erkrankungen der Nieren . . . . .	147
5. Erkrankungen der Blase . . . . .	148
6. Erkrankungen der Prostata . . . . .	149
7. Erkrankungen des Penis und der Harnröhre . . . . .	154
8. Männliche Geschlechtsfunktion im Alter . . . . .	155
Literatur . . . . .	156
<b>Psychiatrie. Ch. Müller . . . . .</b>	<b>157</b>
1. Einleitung . . . . .	157
2. Arten und Häufigkeit der psychischen Störungen im Alter . . . . .	157
3. Wie entwickeln sich vorbestehende psychische Störungen im Alter? . . . . .	160
4. Soziale Maßnahmen . . . . .	161
5. Medikamentöse Therapie . . . . .	162
6. Physikalische Therapie, Gymnastik . . . . .	163
7. Psychotherapie . . . . .	163
Literatur . . . . .	164
<b>Neurologie. H.-W. Richter und G. G. Brune . . . . .</b>	<b>165</b>
1. Cerebrovasculäre Störungen . . . . .	165
Schlaganfall . . . . .	165
α) Hirninfarkt . . . . .	165
β) Intermittierende Ischämie . . . . .	166
γ) Hirnembolie . . . . .	167
δ) Hirnblutung . . . . .	167

2. Allgemeine Gefäßsklerose . . . . .	167
Therapie . . . . .	167
3. Parkinson-Syndrom . . . . .	168
Therapie . . . . .	169
4. Amyotrophe Lateralsklerose . . . . .	169
Therapie . . . . .	170
5. Funiculäre Myelose . . . . .	170
Therapie . . . . .	170
6. Polyneuropathien . . . . .	170
a) Diabetische Polyneuropathie . . . . .	170
b) Alkoholische Polyneuropathie . . . . .	171
c) Paraneoplastische Polyneuropathie . . . . .	171
Therapie . . . . .	171
7. Myopathien . . . . .	171
Therapie . . . . .	171
8. Hirntumoren . . . . .	171
Therapie . . . . .	172
9. Anfallssyndrome . . . . .	172
Therapie . . . . .	172
10. Schädel-Hirn-Trauma . . . . .	172
Therapie . . . . .	173
Literatur . . . . .	173
<b>Gynäkologie. F. K. Beller und M. J. Schulte . . . . .</b>	<b>174</b>
1. Einführung . . . . .	174
2. Begriff der Menopause . . . . .	174
3. Physiologie der Prä- und Postmenopause . . . . .	174
4. Der klimakterische Symptomenkomplex . . . . .	175
Therapie . . . . .	176
5. Altersvorgänge in den hormonalen Zielorganen . . . . .	176
a) Mammae . . . . .	177
b) Involutionserkrankungen östrogenabhängiger Organe . . . . .	177
α) Blutungen . . . . .	177
β) Alterskolpitis . . . . .	178
γ) Descensus und Prolaps . . . . .	178
Therapie . . . . .	178
Pessar-Behandlung . . . . .	178
c) Nicht östrogenbedingte genitale geriatrische Erkrankungen der Frau . . . . .	178
α) Craurosis vulvae . . . . .	179
Therapie . . . . .	179
β) Vulvitis . . . . .	179
γ) Genitalcarcinome . . . . .	179
6. Kardiovaskuläre Erkrankungen . . . . .	180
7. Ovariectomie . . . . .	181
Routine . . . . .	181
8. Adipositas . . . . .	181
9. Diabetes mellitus . . . . .	181
10. Knochenveränderungen . . . . .	181
11. Psyche . . . . .	182
12. Kontinuierliche Östrogenbehandlung (estrogens forever) . . . . .	182
Literatur . . . . .	182

<b>Sexualprobleme.</b> F. K. Beller . . . . .	184
1. Einleitung . . . . .	184
2. Physiologische Vorbedingungen bei der Frau . . . . .	184
a) Brust . . . . .	184
b) Blase . . . . .	184
c) Äußere Genitalien . . . . .	184
d) Innere Genitalien . . . . .	185
3. Psychosexuelle Probleme der alternden Frau . . . . .	185
4. Physiologische Veränderungen beim alternden Mann . . . . .	187
5. Positionen beim Coitus . . . . .	189
6. Zusammenfassende Betrachtungen . . . . .	189
Literatur . . . . .	190
<b>HNO-Heilkunde.</b> K. Mündnich und W. Kumpf . . . . .	191
1. Nase und Nasennebenhöhlen . . . . .	191
2. Mund, Rachen und Speiseröhre . . . . .	191
3. Kehlkopf . . . . .	192
4. Ohr (Gehör) und Gleichgewicht . . . . .	193
5. Tumoren . . . . .	196
Literatur . . . . .	197
<b>Ophthalmologie.</b> F. Hollwich, A. Boateng, G. Moliwa und B. Kolck . . . . .	199
1. Einleitung . . . . .	199
2. Veränderungen ohne visuellen Funktionsverlust . . . . .	199
a) Lider . . . . .	199
b) Bindehaut . . . . .	201
c) Hornhaut . . . . .	202
d) Uvea (Aderhaut) . . . . .	203
α) Iris . . . . .	203
β) Corpus ciliare (Ciliarkörper) . . . . .	203
γ) Chorioidea (Aderhaut) . . . . .	203
3. Altersabhängige Erkrankungen . . . . .	203
a) Grauer Star . . . . .	203
b) Glaukom . . . . .	205
c) Netzhautgefäßverschlüsse . . . . .	206
d) Netzhautvenenthrombose . . . . .	207
e) Netzhautarterienembolie . . . . .	207
f) Senile Maculadegeneration . . . . .	208
g) Arteriitis temporalis . . . . .	208
h) Netzhautablösung . . . . .	209
Literatur . . . . .	210
<b>Dermatologie.</b> H. Fischer und W. Schneider . . . . .	212
1. Senile Atrophie der Haut . . . . .	212
2. Altersveränderungen der Nägel . . . . .	213
3. Altersveränderungen der Haare . . . . .	213
a) Ergrauen (Canities) . . . . .	213
b) Haarausfall (Calvities) . . . . .	214
4. Alterspathologie der Haut . . . . .	214
a) Altersstigmata . . . . .	214
α) Senile Elastose . . . . .	214
β) Pigmentierungen . . . . .	214

b)	Hypertrichosen . . . . .	215
α)	Hypertrichosen der Borstenhaare . . . . .	215
β)	Hirsuties . . . . .	215
c)	Blutgefäße . . . . .	215
α)	Purpura senilis . . . . .	215
β)	Senile Angiome . . . . .	215
γ)	Teleangiectasien . . . . .	215
d)	Talgdrüsen . . . . .	216
α)	Senile Talgdrüsenhyperplasie . . . . .	216
β)	Riesenkomedonen . . . . .	216
γ)	Seborrhoische (Alters-) Warzen . . . . .	216
δ)	Senile Keratosen . . . . .	216
ε)	Cornu cutaneum . . . . .	217
ζ)	Senile („klimakterische“) Palmo-Plantarkeratosen . . . . .	217
η)	Filiforme Wärzchen . . . . .	217
e)	Alterskrankheiten der Haut und Hautkrankheiten im Alter . . . . .	217
α)	Pruritus senilis . . . . .	217
β)	Pruritus ani . . . . .	218
γ)	Pruritus bzw. Craurosis penis et vulvae . . . . .	218
δ)	Induratio penis plastica . . . . .	219
	Anhang . . . . .	219
	Therapie von Decubitus bzw. Röntgenfolgezuständen . . . . .	219
f)	Erythematöse und erythemato-squamöse Dermatosen . . . . .	219
α)	Erythema palmare et plantare . . . . .	219
β)	Erythema gyratum repens . . . . .	219
γ)	Arzneimittlexanthem . . . . .	219
δ)	Alterserythrodermie . . . . .	220
g)	Bläschen- und blasenbildende Krankheiten . . . . .	220
α)	Herpes zoster . . . . .	220
β)	Pemphigus vulgaris . . . . .	220
γ)	Bullöses Pemphigoid (Alterspemphigus) . . . . .	221
δ)	Dermatitis herpetiformis Dühring . . . . .	221
ε)	Pemphigus benignus familiaris chronicus Hailey-Hailey . . . . .	222
ζ)	Porphyria cutanea tarda . . . . .	222
h)	Papulöse Hautkrankheiten . . . . .	222
α)	Lichen simplex chronicus Vidal (Neurodermitis circumscripta) . . . . .	222
β)	Lichen ruber . . . . .	222
γ)	Morbus Darier . . . . .	223
i)	Cysten und gutartige Tumoren . . . . .	223
α)	Milien . . . . .	223
β)	Syringome . . . . .	223
γ)	Atherome . . . . .	223
δ)	Steatome, Sebocystomatosis . . . . .	223
ε)	Xanthelasmen . . . . .	224
ζ)	Chondrodermatitis nodularis chronica heliis . . . . .	224
k)	Pseudocancerosen . . . . .	224
α)	Papillomatosis cutis carcinoides Gottron . . . . .	224
β)	Papillomatosis mucosae carcinoides bzw. floride orale Papillomatose . . . . .	224
γ)	Keratoakanthom . . . . .	224
δ)	Präcancerosen . . . . .	224
ε)	Parakeratosis variegata (Parapsoriasis lichenoides) . . . . .	225



ζ) Erythrodermie pityriasique en plaques disseminées (Morbus Brocq, Parapsoriasis en plaques) . . . . .	225
η) Leukoplakie (im engeren Sinne) . . . . .	225
θ) Morbus Bowen . . . . .	225
ι) Erythroplasie . . . . .	226
κ) Morbus Paget . . . . .	226
λ) Melanosis circumscripta praeblastomatosa (Dubreuilh) . . . . .	226
l) Bösartige Tumoren . . . . .	227
α) Basaliom . . . . .	227
β) Basalzellnaevussyndrom (Gorlin-Goltz bzw. Ward) . . . . .	227
γ) Spinaliom . . . . .	227
δ) Hautmetastasen visceraler Krebse . . . . .	228
ε) Melanom . . . . .	228
ζ) Sarkom . . . . .	229
η) Leukosen, Reticulosen und Reticulogranulomatosen . . . . .	229
θ) Mycosis fungoides . . . . .	229
m) Paraneoplastische Syndrome der Haut . . . . .	230
Literatur . . . . .	230
<b>Onkologie. G. Wüst . . . . .</b>	<b>232</b>
1. Altersverteilung bösartiger Tumoren . . . . .	232
2. Klinik maligner Tumoren . . . . .	235
3. Therapie maligner Tumoren . . . . .	236
Literatur . . . . .	238
<b>Wirbelsäule, Gelenke und Muskeln. H. Mau . . . . .</b>	<b>239</b>
1. Wesen und Entstehung der orthopädischen Alterskrankheiten . . . . .	239
2. Präventive Maßnahmen . . . . .	240
3. Psychologische und soziale Gesichtspunkte . . . . .	241
4. Allgemeine Bemerkungen zur Behandlung . . . . .	242
5. Spezielle Behandlungsrichtlinien . . . . .	243
Literatur . . . . .	248
<b>Zahnärztliche Prothetik. R. Marxkors . . . . .</b>	<b>250</b>
1. Physiognomische Fragen . . . . .	250
2. Ungünstige anatomische Voraussetzungen . . . . .	251
3. Verminderte Anpassungsfähigkeit . . . . .	253
4. Medizinisch-psychologische Fragen . . . . .	253
5. Empfehlungen . . . . .	255
Literatur . . . . .	256
<b>Anaesthesiologie. K. Hutschenreuter . . . . .</b>	<b>257</b>
1. Vorbemerkungen . . . . .	257
2. Pathophysiologie . . . . .	257
3. Pharmakotherapie . . . . .	257
4. Anaesthetie- und Operationsrisiko . . . . .	258
5. Präoperative Voruntersuchung und Vorbehandlung . . . . .	258
6. Prämedikation . . . . .	259
7. Anaesthetica und Anaesthesiemethoden . . . . .	259
a) Lokal- und Leitungsanaesthetie . . . . .	259
b) Allgemeinanaesthetie – Narkose . . . . .	261
8. Postoperative Überwachung und Behandlung . . . . .	263

9. Zusammenfassung . . . . .	264
Literatur . . . . .	264
<b>Ernährung. F. Heepe . . . . .</b>	<b>265</b>
1. Vorbemerkung . . . . .	265
2. Der Nahrungsbedarf im Alter . . . . .	265
a) Essentielle Nährstoffe . . . . .	265
b) Calorienträger (Fette, Kohlenhydrate) . . . . .	266
c) Ballaststoffe . . . . .	266
d) Zusammenfassung . . . . .	266
3. Fehlernährungszustände im Alter . . . . .	267
a) Häufigkeit . . . . .	267
b) Art der Fehlernährung . . . . .	267
c) Ursachen und Entwicklung . . . . .	267
d) Folgen . . . . .	267
e) Konsequenz für die Praxis . . . . .	268
4. Die praktische Gestaltung der Alterskost . . . . .	268
a) Prinzip . . . . .	268
b) Spezieller Kostaufbau . . . . .	268
c) Diätgerechte Abwandlung . . . . .	270
d) Psychologische Gesichtspunkte . . . . .	270
e) Grenzen der diätetischen Indikation . . . . .	270
5. Die Kostkorrektur als Präventivmaßnahme . . . . .	270
Literatur . . . . .	271
<b>Training und Sport als präventive und therapeutische Maßnahmen</b>	
W. Hollmann und H. Liesen . . . . .	272
1. Der alternde Mensch . . . . .	272
2. Der Einfluß von Training auf die Alterungsvorgänge . . . . .	274
3. Effekte eines Trainingsbeginnes jenseits des 40.-50. Lebensjahres . . . . .	277
4. Empfehlenswerte Sportarten für den Älteren . . . . .	277
5. Training als Therapie beim Älteren . . . . .	279
6. Zusammenfassung . . . . .	280
Literatur . . . . .	281
<b>Urlaub, Reise und Kur. L. Delius . . . . .</b>	<b>282</b>
1. Beratungsursachen bei älteren Reisenden . . . . .	282
2. Allgemeine Voraussetzungen und Inhalte ärztlicher Ratschläge für gesunde ältere Reisende jenseits etwa des 65. Lebensjahres . . . . .	282
3. Die Bedeutung der Motivation . . . . .	283
4. Nutzen und Nachteile konstanter Reiseziele, Seereisen und Hochgebirgsaufenthalte . . . . .	284
5. Erholung und Übung in der Nähe des Wohnortes und am Kur- oder Badeort . . . . .	285
6. Geriatria zur Reisebelastungsprophylaxe? . . . . .	285
7. Spezielle Ratschläge für Reise, Urlaub und Kur älterer Menschen mit altersspezifischen Krankheiten . . . . .	286
Literatur . . . . .	287
<b>Sachverzeichnis . . . . .</b>	<b>289</b>