

Prof. Dr. med. ALEX COMFORT

**DIE
ZUKUNFT
DES
ALTERS**

**STARK
LEBENSFROH
SELBSTBEWUSST**

Albert Müller Verlag
Rüschlikon-Zürich · Stuttgart · Wien

Inhaltsverzeichnis

- | | | | |
|-----|-----------------------------|-----|-----------------------------------|
| 7 | Vorwort | 117 | Haustiere |
| 9 | Einleitung | 118 | Hobbies |
| 37 | Ärzte | 118 | Hundertjährige |
| 41 | Alkohol | 120 | Information und Beratung |
| 42 | Altersfeindlichkeit | 124 | Intelligenz |
| 43 | Altersheime | 129 | Jugend |
| 45 | Angst | 130 | Kraft |
| 46 | Ansehen | 131 | Kreativität |
| 48 | Armut | 133 | Krebs |
| 52 | Ausruhen | 134 | Krieg |
| 54 | Autofahren | 135 | Langlebigkeit |
| 56 | Beamte und
Behördengänge | 139 | Lebensmitte |
| 57 | Beinversagen | 141 | Liebe |
| 59 | Beleuchtung | 142 | Masturbation |
| 60 | Beschränkungen | 144 | Medikamente |
| 62 | Blutdruck | 146 | Muße |
| 64 | Depressionen | 147 | Politischer Kampf |
| 66 | Diabetes | 155 | Presse, Rundfunk
und Fernsehen |
| 67 | Einsamkeit oder Alleinsein | 157 | Prokain |
| 69 | Erbanlagen | 159 | Prostata |
| 72 | Erektion | 161 | Quacksalberei |
| 74 | Essen | 165 | Rauchen |
| 77 | Falten | 165 | Religion |
| 77 | Feuer | 167 | Rückzug |
| 78 | Fitness-Training | 168 | Ruhestand |
| 80 | Fliegen | 177 | Schwindler und Betrüger |
| 81 | Freizeitstätten | 180 | Sehkraft |
| 82 | Fruchtbarkeit | 182 | Seniorenpaß |
| 83 | Füße | 182 | Seniorenwohnungen |
| 84 | Gedächtnis | 183 | Sex |
| 86 | Gehirnfunktion | 194 | Sterbehilfe |
| 90 | Gehör | 195 | Stürzen |
| 93 | Gelenkschmerzen | 197 | Supermärkte |
| 95 | Gerontologie | 198 | Telefon |
| 115 | Grippe | 198 | Tod |
| 115 | Haar | 200 | Trauer |

205 Verkehrsmittel
207 Verwandte
210 Vitamine
212 Volksmund und Unsinn
217 Vorsorge-Untersuchungen
218 Vorzugsbehandlung
219 Wechseljahre
221 Weiterbildung
223 «Wilde» Ehen
223 Zeit