

Dr. med. Gerd Reuther

Die Kunst, möglichst lange zu leben

*Die wissenschaftlich basierte
Antwort auf die Frage,
worauf es wirklich ankommt*

riva

© des Titels »Die Kunst, möglichst lange zu leben« (978-3-7423-0633-3)
2018 by Riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.riva-verlag.de>

Inhalt

Prolog: Die Fata Morgana der Lebensverlängerung	9
Wovon hängt die Lebensdauer ab?	15
Die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern	25
Leben und Sterben vor 200 Jahren.	25
Hufelands »Verlängerungs- und Verkürzungsmittel des Lebens«.	27
Hufelands Medizinverständnis	32
Woran wir sterben und worauf es heute ankommt	37
Kennen wir unsere Todesursachen?	37
Woran wir tatsächlich sterben	41
Todesfälle durch medizinische Behandlungen	42
Todesfälle durch den Lebensstil	43
Todesfälle durch Umweltgifte	44
Gewaltsame Todesfälle	48
Worauf es heute ankommt	51
Strategien, um zu verhindern, Ihr Leben zu verkürzen	57
Lebensführung	57
Verhaltensweisen	80
Gebrauch von Medizin	105
Epilog: Die Kunst, nicht an Versuchen der Lebensverlängerung zu sterben	123
Danksagung	129
Anmerkungen	131