

VORWORT	7	MUNTER UND MOBIL –	
DIE LEBENSERWARTUNG UNSERER		SO BLEIBT IHR SENIOR	
HUNDE IST GESTIEGEN	8	GESUND IN BEWEGUNG	38
Wissenwertes über das Alter	10	Das richtige Maß an Bewegung	40
Erste Anzeichen des Alterns	11	Die richtige Art der Bewegung	42
Das Geheimnis des Alterns	12	Wenn das Herz schwach ist und die Gelenke schmerzen	44
		Nicht mehr ganz fit und doch in Bewegung	45
 VON VORZÜGEN UND TÜCKEN			
DES ALTERS	16	DIE RICHTIGE ERNÄHRUNG –	
Älterwerden im Team	18	FITNESS GEHT DURCH	
Freizeit und Urlaub	20	DEN MAGEN	48
Alt, aber noch voll im Leben	21	Veränderungen im Stoffwechsel	50
Alter schützt vor Torheit nicht	23	Vitamine und Mineralstoffe	51
		Ergänzungsfuttermittel	52
		Kalzium und Phosphor	53
DIE PFLEGE – GUTES TUN		Hochwertiges Eiweiß	54
FÜR LEIB UND SEELE	26	Wasser ist Lebenselixier	55
Haut und Fell	26	Wenn der Appetit weniger wird	56
Krallen	30	Risiko Übergewicht	57
Für die richtige Temperatur sorgen	30	Ernährung des kranken Hundes	60
Augen, Ohren, Anal- und Geschlechtsöffnungen	33		
Zähne und Maulhöhle	34	VERHALTENSÄNDERUNGEN –	
Körper- und Maulgeruch	36	ALLES ÜBER DIE GEISTIGE	
		FITNESS IM ALTER	62
		Typische Veränderungen im Verhalten	63
		Gibt es Alzheimer beim Hund?	66
		Wenn aus Macken ernsthafte Probleme werden	67
		Fitness-Training für Sinne und Geist	68

GESUND UND MUNTER – ALTERSVORSORGE BEDEUTET FÜRSORGE	72	NATURHEILKUNDE UND PHYSIO- THERAPIE – SANFTE HILFE BEI ALTERSBESCHWERDEN	80
Wenn aus Beschwerden		Bach-Blüten-Therapie	82
Krankheiten werden	73	Akupunktur	86
Der Altersvorsorge-Check	75	Homöopathie	88
Der kostenlose		Physiotherapie	89
Gesundheitspass	76	Vitalität durch Gymnastik	
Narkose – Risiko im Alter?	77	im Alltag	91
Kranken- und			
Lebensversicherung	78		
		MIT ZUVERSICHT IN DIE ZUKUNFT – AUF GUTE ALTE TAGE	93
		STICHWORTVERZEICHNIS	95