

# Inhalt

<b>Prolog: Die Fata Morgana der Lebensverlängerung .....</b>	<b>9</b>
<b>Wovon hängt die Lebensdauer ab?.....</b>	<b>15</b>
<b>Die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern .....</b>	<b>25</b>
Leben und Sterben vor 200 Jahren.....	25
Hufelands »Verlängerungs- und Verkürzungsmittel des Lebens«.....	27
Hufelands Medizinverständnis .....	32
<b>Woran wir sterben</b>	
<b>und worauf es heute ankommt.....</b>	<b>37</b>
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
<b>Strategien, um zu verhindern, Ihr Leben zu verkürzen .....</b>	<b>57</b>
Lebensführung .....	57
Verhaltensweisen .....	80
Gebrauch von Medizin .....	105
<b>Epilog: Die Kunst, nicht an Versuchen der Lebensverlängerung zu sterben .....</b>	<b>123</b>
<b>Danksagung .....</b>	<b>129</b>
<b>Anmerkungen .....</b>	<b>131</b>