

INHALT

Ein paar Worte vorweg ... 7

I. Der körperliche Verfall

Lesebrille	15
Graue Haare	24
Sixpack	36
Verschleißerscheinungen	46
Vergesslichkeit	56
Alkohol	68
Hämorrhoiden, Prostata und Darmspiegelung –	
Das anale Triptychon	78
Hämorrhoiden	78
Prostata	81
Darmspiegelung	88

II. Die erloschene Leidenschaft

Ein Abend zu zweit	97
Grundloser Streit	105
Sex	116
Paartherapie	129

III. Gedanken zur Torschlusspanik

Ausmisten	144
Abhauen?	154
Klassentreffen	167
Noch mal Nachwuchs?	177
Begleitetes Fahren	188
Weihnachten ab jetzt bei uns?	198
Jünger	208

Ein paar Worte hinterher ... 217

Danksagung	220
Quellen	223