

# 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