

Inhalt

Einleitung

Teil 1 Wunder der Natur

- Altersrekorde 17
- Sonne, Palmen und ewiges Leben 33
- Wieso Gene überschätzt werden 41
- Die Nachteile eines ewigen Lebens 57

Teil 2 Entdeckungen der Forschung

- Eine Todesuhr 73
- Was uns nicht umbringt ... verlängert das Leben* 89
- Davon, sich selbst zu essen 105
- Zombiezellen und wie man sie loswird 113
- Die Ersatzteile der Biologie 121
- Aus zwei wird eins 129
- Die Größten sterben zuerst 137
- Das Geheimnis der Osterinsel 149
- Blut spenden verlängert das Leben 157
- Eine historische Perspektive aufs Händewaschen 169
- Fieber und Erkältungen können uns lebenslang verfolgen 187

Teil 3 Gute Ratschläge

Zum Spaß hungern 211

Was wir essen ... beeinflusst unser Altern 231

Lang laufen, länger leben 255

Das Wichtigste zum Schluss 271

Quellen 277