

Inhalt

Vorwort	Alt sein	7
Kapitel 1	Die großen Fragen	17
Kapitel 2	Die »Quadratur der Kurve« – extrem fit bis ins hohe Alter	35
Kapitel 3	»Gute Nachrichten!«	57
Kapitel 4	Vier Fakten über Stürze	77
Kapitel 5	Verbreitet, aber nicht normal	99
Kapitel 6	Ein ausgewogenes Maß an Medikamenten	119
Kapitel 7	Eine kluge Wahl treffen	141
Kapitel 8	»Wir wollten es nicht aussprechen«	161
Kapitel 9	Mit Demenz umgehen	183
Kapitel 10	Auto fahren	205
Kapitel 11	Entscheidungen	219
Kapitel 12	Versorgungsplanung	239
Kapitel 13	Eine heikle Frage	259
Kapitel 14	»Ich weiß, Sie müssen das machen«	279
Kapitel 15	Geschäftsfähigkeit	295
Kapitel 16	Vollmachten	309
Kapitel 17	Nicht verloren	315
Kapitel 18	Ehrenrunde	331