

Spis treści

Przedmowa	9	
Wstęp	13	
1. Sezon pogrzebowy	17	ew. ✓
2. Postawy wobec starzenia	29	
3. Co skrywa nazwa	39	
4. Rekordy długowieczności	57	ew.
5. Nie musimy się starzeć	71	
6. Dlaczego się starzejemy	83	ew. ✓
7. Kryzys w komórce	101	
8. Częsteczki i częste pomyłki	123	
9. Muzycy czy orkiestra	143	
10. Związek z rakiem	173	
11. Menopauza i wielki wybuch	189	ew.
12. Jedzmy mniej, żyjmy dłużej	203	ew.
13. Dlaczego kobiety żyją dłużej niż mężczyźni	215	
14. Tajemnica ludzkiego genomu	227	H.
15. W poszukiwaniu eliksiru młodości	245	V ew.
16. Aby zyskać na czasie	265	
Epilog	279	
Bibliografia	293	
Indeks	301	