

Karger Kompass Kolumne: Lebensverlängernde Maßnahme

<https://harald-walach.de/2018/10/31/karger-kompass-kolumne-hygiene-lebensverlaengernde-massnahme/>

von Prof. Harald Walach

Mal wieder ein Quiz für Ärzte und Mediziner zu Entspannung: «Was ist die am besten untersuchte und wirksamste Maßnahme zur Verlängerung des Lebens und zur Reduktion vorzeitiger Mortalität?» Nein, weder Schlafen noch die Dauereinnahme von Aspirin, sondern ... [Hier die Kolumne bei Karger weiterlesen](#)