

AIDS INFO

Copyright AIDS-Hilfe Marburg e.V.
Marburg/L. 9/1988/1

ایڈز

ناشر:



AIDS-Hilfe
Marburg e.V.

Bahnhofstr. 38
3550 Marburg
Büro: 06421/64523
Beratung: 06421/19411

مشاور شما:

چه میدانیم؟
چه باید کرد؟



با پشتیبانی از:

Hessisches Sozialministerium



AIDS-Hilfe
Marburg e.V.

persisch/afghanisch

آنچه در این سطور میخوانید مطالبی هست مهم دربارهٔ موضوعی که در کشورهای نظیر ایران و افغانستان راجع به آن هیچگونه بحثی در نوشته‌جات رسمی انجام نمیگیرد و ممکن است به این دلیل به نظر خواننده ثقیل و آلوده بیاید. اما باید دانست، هیچ راهی جز سخن مستقیم دربارهٔ مطلب زیر وجود ندارد که بتوان به کمک آن آگاهی لازم را به افراد مربوط داد.

در این چند برگ ما صرفاً به دنبال رسانیدن آگاهی دقیق و مشخص به شما هستیم و هیچگونه ارزشگذاری و دفاع از عمل مشخصی مد نظر ما نیست.

«ایدز» و «سیدا» و **AIDS** مخفف نام انگلیسی یک بیماری جدید و آگیردار می‌باشد که امروزه ورد زبان خیلی از گروههای اجتماعی قرار گرفته است.

ویروسی که عامل بروز این بیماری است **HIV** نام دارد.

فاصله زمانی ورود این ویروس تا بروز بیماری در بدن میتواند سالها بطول بیانجامد و در این زمان ناقل ویروس سلامت خود را حفظ مینماید. ولی نکتهٔ مهم این است که او میتواند دیگران را نیز با ویروسی که در بدن دارد آلوده سازد. آسیب عمده‌ای که ویروس **HIV** به انسان وارد

همزمان تعدادی از علائم زیر در مدت نسبتاً طولانی شدید توصیه میکنیم به یکی از شعب انجمن مبارزه با ایدز AIDS-HILFE مراجعه کنید و مسئله خود را با آنها مطرح کنید تا آنان شما را با مشورت خودتان به یک پزشک مورد اعتماد معرفی کنند.

علائم مذکور عبارتند از:

- بالا رفتن دمای بدن / تب

- ناتوانی، خستگی

- اسهال (بیش از سه بار در روز)

- کسر وزن غیر عادی (کم کردن بیش از ده در

صد از وزن اصلی در مدت سه ماه)

- ورم غدد لنفی (در ناحیه گلو، نخاع، زیر بغل)

- سرفه، خشک (بدون خلط سینه)

- عرق زیاد

- بیماری قارچی در ناحیه دهان و حلق

علائم عنوان شده میتوانند دلایل بسیار دیگری داشته باشند و لزوماً اختصاص به شروع بیماری «ایدز» ندارند.

چه کسی میتواند به ویروس HIV آلوده شود ؟

اطلاعاتی که تا امروز در دست است نشان میدهند افراد زیر تا بحال از همه بیشتر قربانی این بیماری عفونی شده‌اند:

- مردهایی که رابطه جنسی با همجنس خود

یا هر دو جنس زن و مرد داشته باشند

- اشخاصی که مواد مخدر از طریق تزریق

به رگ استعمال میکنند

میکند این است که دستگاه دفاعی بدن انسان را ضعیف کرده و او را در مقابل میکربهایی که هر روز با آنها روبرو میشویم (و در مقابل آنها مقاوم هستیم) بی دفاع میگذارد. به چنین شکلی در مقایسه با یک انسان سالم بیشتر و زودتر در اثر این امر بیمار میشود و امکان دفاع از خود را ندارد، تا بالاخره قربانی بیماریهای عفونی مکرر میگردد.

این بیماریها که از موقعیت ضعف دستگاه دفاعی بدن سوءاستفاده میکنند بیماریهای اپرتونستی نامیده میشوند، از قبیل بیماریهای قارچی، ذات‌الریه، سرطان پوست و ...

در ضمن ممکن است ویروس HIV مستقیماً به مغز انسان آسیب رساند و باعث بروز بیماریهای روانی و عصبی شود.

باید در نظر داشت که آلودگی به ویروس مزبور تنها دلیل ابتلا به بیماری «ایدز» نمیشود و حتی گاه احتمال سالم ماندن ناقل ویروس HIV نیز وجود دارد. در ضمن امکان این نیز هست که ناقل HIV بتواند بر ویروس در بدن خود پیروز شود. ولی سابقه نشان داده است که اگر کسی به آخرین مرحله بیماری ایدز دچار شود و کاملاً جزو بیماران ایدز بحساب آید جان سالم بدر نمیبرد.

خواننده عزیز علائم زیر میتوانند همراه با بیماری «ایدز» ظاهر شوند ولی باید بدانید که علائم زیر همراه با تعداد زیادی از بیماریهای دیگر نیز پیش میآیند و نگذارید این علائم بی جهت باعث ترس و وحشت شما شوند. اگر در خود شاهد بروز

- اشخاصی که با افراد مذکور رابطه جنسی داشته باشند

- جنین مادرانی که به ویروس HIV مبتلا باشند

بطوری که آمار به ما نشان داده است این عفونت به گروه‌های ذکر شده محدود نمی‌شود و عده بسیاری به ویروس مذکور مبتلا شده و میشوند که در بالا به آنان اشاره نشده است. متنا سفانه تعداد این نوع افراد رو به افزایش است، چرا که این افراد احتمالاً با این فرض که «ایدز» تنها مخصوص همجنسبازان و معتادین است احتیاط لازم را در این مورد به عمل نمی‌آورند و دچار این بیماری میشوند.

راه‌های انتقال ویروس HIV

عمده‌ترین راه انتقال ویروس از طریق راه یافتن به جریان خون انسان می‌باشد. بطور کلی خطر انتقال ویروس از دو جهت امکانپذیر است:

۱- رابطه خون با خون

۲- رابطه اسپرم (منی) با خون

بزرگترین خطر انتقال ویروس HIV در زمان انجام رابطه جنسی پیش می‌آید. منظور از رابطه جنسی در اینجا بطور کلی رابطه‌ای است که مرد با مرد یا مرد با زن (چه از پیش چه از پشت) داشته باشد.

بدون استفاده صحیح از وسائل احتیاطی (یعنی کاپوت، CONDOM) در عمل جنسی هر دو راه انتقال ویروس HIV امکان وجود می‌ابند.

خطر عمده دیگر استفاده مشترک از وسائل تریق (مواد مخدر) می‌باشد. در این رابطه تا کنون می‌کنیم هر وسیله تریق باید تنها از یک نفر مورد استفاده قرار گیرد.

امکان انتقال ویروس در موقع دست دادن، بغل کردن، بوسیدن، سرفه و عطسه کردن و دیگر پیشامدهای روزمره وجود ندارد. همینطور نیش حشرات، استفاده مشترک از شتاب، چنگال، لیوان و...، در مدرسه، رستوران، استخر عمومی، گردهم‌آبی، خرید، پرستاری از بیماران مبتلا به «ایدز» و غیره خطری در بر ندارند.

تذکر می‌دهیم که امکان انتقال ویروس در دو نکته عمده ذکر شده در بالا پیش می‌آید. ترس و وحشت در رفت و آمد روزمره و حتی رفت و آمد معمولی با بیماران مبتلا به «ایدز» موردی ندارد.

امکان‌های درمانی

متنا سفانه تا بحال دارویی که بتواند این بیماری را علاج کند کشف نشده و از قرار معلوم زمان درازی لازم است تا بتوان راه‌های علاجی برای این بیماری پیدا کرد. آخرین پیشرفتی که تا بحال به عمل آمده است، دارویی است بنام AZT که به وسیله آن می‌توان بروز بیماری را به تاخیر انداخت و ولی متنا سفانه این دارو دارای عوارض جانبی نسبتاً شدیدی است و بدون قید و شرط قابل تجویز نیست. علی‌رغم تلاش بسیار، دانشمندان نتوانسته‌اند واکسنی علیه این ویروس پیدا کنند و به احتمال قوی کشف چنین واکسنی در کوتاه مدت انجام‌پذیر نخواهد بود.

راه‌های مشخص انتقال ویروس HIV و امکانات پیشگیری از آن

همانطور که گفته شد برای بیماری فوق‌فعا راه درمانی وجود ندارد و تنها راه جلوگیری از ابتلا به HIV اقدام جهت پرهیز از انتقال ویروس می‌باشد.

با توجه قاطع به راه‌های پیشگیری زیر می‌توان مانع رواج و پخش بیماری «ایدز» گردید و از خطر همه‌گیر شدن آن و بالنتیجه تهدید همه انسانها جلوگیری کرد.

راه انتقال این ویروس همانطور که در بالا گفتیم عدم استفاده قاطع و صحیح از وسائل احتیاطی یعنی کاپوت (CONDOM) در رابطه جنسی و استفاده از وسائل تریق آلوده می‌باشد. تذکر می‌دهیم که خود همجنسبازی یا معناد بودن دلیل مبتلا شدن به ویروس HIV نمی‌باشد، بلکه صرفاً رابطه خون با خون و یا اسپرم (منی) با خون است که راه انتقال ویروس را بوجود می‌آورد. از این رو به شما تاکید می‌کنیم به نکات زیر توجه کنید:

۱- رابطه جنسی بین زن و مرد:

در این رابطه اگر یکی از طرفین آلوده به ویروس HIV باشد امکان انتقال وجود دارد. دلیل آن ایجاد جراحات ریزی است که باعث انتقال ویروس از اسپرم (منی) به خون و یا خون به خون می‌شود. خطر انتقال در موقع قاعدگی زن (رگل) بیشتر است. با استفاده صحیح از کاپوت می‌توان از خطر انتقال ویروس HIV جلوگیری کرد.

۲- رابطه جنسی از پشت (مرد با مرد یا مرد با زن):

این عمل بزرگترین خطر انتقال ویروس HIV را در بر دارد، زیرا مخاط مخرج به آسانی زخم می‌شود و باعث ایجاد رابطه خون با خون و یا اسپرم (منی) با خون می‌شود. بنا بر آخرین اطلاع کسب شده امکان انتقال ویروس بدون ایجاد جراحات ریز نیز بطور مستقیم از راه مخاط مخرج وجود دارد. برای جلوگیری از انتقال می‌باید حتماً از کاپوت و مایع لغزنده کاملاً بی‌چربی که مانع ایجاد زخم می‌باشد استفاده کرد. مایع مذکور باید حتماً فاقد مواد روغنی باشد تا کاپوت کاملاً سالم بماند (لطفاً به لیست پایین توجه نمایید). تاکید می‌کنیم از مواد چرب مانند وازلین و یانیوا استفاده نشود.

۳- رابطه جنسی از طریق دهان و آلت تناسلی (مرد یا زن):

در این عمل خطر انتقال ویروس کمتر است. مهم این است که اسپرم (منی) وارد دهان نشود. در این موقعیت نیز می‌توان با استفاده صحیح از کاپوت از خطر انتقال جلوگیری کرد.

۴- بوسیدن:

مقدار ویروس در آب دهان خیلی کم است، به همین دلیل انتقال از این راه تقریباً غیر ممکن است. انتقال ویروس صرفاً از این راه تا بحال ثابت نشده است.

۵- استفاده صحیح از کاپوت (CONDOM)

انواع و اقسام کاپوتها را می‌توان در داروخانه‌ها، دستگاه‌های اتومات در توالت‌ها، کافه‌ها و

دستگاه‌های اتومات سیکار خرید. باید توجه کرد که تعداد زیادی از کاپوتها مطمئن نیستند و کیفیت خوبی ندارند به این علت که امکان سوراخ شدن دارند. در اینجا یک سری کاپوتها که مورد آزمایش قرار گرفته شده‌اند اشاره میکنیم :

- Blausiegel ABC
- Blausiegel Hauchdünn
- Fromms Transparent
- Lavetra Glyder
- R3 hauchfein
- HT Spezial
- Hot Ruber
- Secura Gold

در صورت رابطه جنسی از پشت لازم است که از مایع لغزنده مانند : Gleitgel

- Femilind
- KY

استفاده شود. این دو مارک فاقد مواد چرب میباشند. مواد دارای چربی از قبیل وازلین و یا نیوا قابل استفاده نیستند زیرا که این مواد کاپوتها را خراب میکنند.

۶ - در صورت رابطه جنسی با کسی جز همسر خود برای حفظ سلامتی همسر و کودکان خود لازم است که بطور صحیح از کاپوت استفاده شود.

آزمایش خون

در صورت لازم میتوان از طریق آزمایش خون آگاهی بدست آورد که خون یک فرد دارای پادزهری علیه ویروس HIV هست یا خیر :

- نتیجه مثبت گویای این است که فرد مورد نظر آلوده به ویروس HIV شده است. ولی این نتیجه حاکی از هیچگونه پیشبینی در رابطه با ابتلا به بیماری و زمان و شدت آن بیماری نیست. باید توجه داشته باشید که در صورت نتیجه مثبت فرد مورد نظر ناقل ویروس است و این امر میتواند باعث اخراج یک خارجی از آلمان غربی باشد.

- نتیجه منفی گویای این است که خون شخص مورد نظر فاقد پادزهری علیه ویروس HIV میباشد و فرد تا سه ماه پیش از آزمایش آلوده به این ویروس نبوده است.

آزمایش خون هیچ چیزی را جمع به موقعیت فرد در مدت کمتر از سه ماه گذشته نشان نمیدهد.

چند نکته مهم در رابطه با آزمایش خون :

- جواب مثبت یا منفی هیچکدام نتیجه صد در صد نیستند و امکان جواب اشتباه وجود دارد.

- نتیجه آزمایش هیچگونه پیشبینی در باره بروز بیماری و زمان و شدت بروز آن نمیکند. (یک ناقل ویروس HIV میتواند سالهای سال سالم بماند).

- نتیجه آزمایش هیچ نقشی در راه پیشگیری ندارد و نتیجه چه مثبت باشد چه منفی باید به راههای پیشگیری از انتقال ویروس توجه قاطع کرد.

- جواب مثبت میتواند شخص آزمایش شده را در فشار روحی بسیار قرار دهد و او را به حالت بیماری بیندازد.
جواب مثبت میتواند برای یک خارجی در آلمان غربی و بعضی از کشورهای دیگر حالت حکم اخراج از کشور را داشته باشد.

اگر با این حال تصمیم دارید مورد آزمایش قرار بگیرید قبلاً حتماً با یکی از مراکز انجمن مبارزه با « ایدز » AIDS-HILFE تماس حاصل کنید تا آنها نشانی مراکز را به شما بدهند که آنجا شما بطور ناشناس آزمایش شوید.

- قانوناً هیچ کس مجاز نیست بدون اجازه شخصی فردی را مورد آزمایش قرار دهد. اگر پزشکی قصد چنین آزمایشی را از شما داشت، توصیه میکنیم قبلاً با انجمن مبارزه با « ایدز » AIDS-HILFE تماس بگیرید و با آنان در این مورد مشورت کنید. در صورت بستری بودن در بیمارستان تلفناً با آنها تماس بگیرید تا آنها در صورت لازم به دیدن شما بیایند. توصیه میکنیم پیش از مشورت با انجمن از دادن خون در این رابطه خودداری نمایید.

چند نکته مهم در رابطه با قوانین آلمان غربی:
نتیجه مثبت آزمایش خون در رابطه با HIV میتواند حکماً اخراج یک خارجی از کشور آلمان غربی باشد. اگر قصد دارید این آزمایش انجام شود، آنرا حتماً بصورت ناشناس انجام دهید. قبلاً با یکی از مراکز

انجمن مبارزه با « ایدز » AIDS-HILFE مشورت کنید. آنها میتوانند در صورت لزوم وکیل مورد اطمینانی به شما معرفی کنند. قصد انجمن AIDS-HILFE دفاع از منافع اشخاص آلوده شده به ویروس HIV کمک به بیماران مبتلا به « ایدز » و مبارزه با رواج ویروس HIV میباشد. در صورت داشتن اشکال میتوانید بطور ناشناس و مجاناً به یکی از شعب این انجمن در شهر خودتان و یا شهری دیگر برای مشاوره مراجعه کنید. آدرس چند شعبه را در این دفترچه پیدا میکنید.

با شماره* تلفن ۱۹۶۱۱ میتوانید از هر جای آلمان غربی با نزدیکترین شعبه* انجمن AIDS-HILFE تماس بگیرید و تلفناً با آنها مشورت کنید.

نشانی شعب انجمن مبارزه با ایدز در آلمان غربی:

(Stand 15.01.88)

Bundesverband:

Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
Berliner Str. 37
1000 Berlin 31
Tel.: 030/86 06 51
(keine Beratung)

Regionale AIDS-Hilfen:

AIDS-Hilfe Aachen e.V.
Zollernstr. 1
5100 Aachen
Tel.: 0241/53 25 58
(Büro, Mo - Fr 10 - 12 h,
Mo - Do 13 - 16 h
Tel.: 0241/53 25 59
(Beratung, Mo + Mi 19 - 21 h,
Di + Do 10 - 12 h)

AIDS-Hilfe Ahlen e.V.
Königstr. 9
4730 Ahlen
Tel.: 02382/46 50
(Di 9 - 12 h + Mi 15 - 17 h)

Augsburger AIDS-Hilfe e.V.
Postfach 11 01 25
8900 Augsburg 11
Tel.: 0821/15 66 93
(Mo, Mi, Fr 18.30 - 20 h)
Tel.: 0821/15 38 06
(Beratung, Mo - Mi 18.30 - 20 h)

Auricher AIDS-Hilfe e.V.
Argenstr. 33
2960 Aurich-Walle
04941/18 228
(Di + Mi 19 - 21 h)

Berliner AIDS-Hilfe e.V.
Meinekestr. 12
1000 Berlin 15
Tel.: 030/882 55 53
(Beratung, täglich rund um die
Uhr)
Tel.: 030/883 30 17 (Büro)

AIDS-Hilfe Bielefeld e.V.
Stapenhorststr. 5
4800 Bielefeld 1
Tel.: 0521/13 33 88
(Büro, Mo - Do 10 - 13 h)
(Beratung Mi + Do 19 - 21 h)

AIDS-Hilfe Bonn e.V.
Rathausgasse 30
5300 Bonn 1
Tel.: 0228/63 14 68
(Beratung, Mo - Mi 14 - 17 h,
Do + Fr 19 - 21 h)
Tel.: 0228/63 14 69 (Büro)
(Mo - Do 10 - 17 h)

Braunschweiger
AIDS-Hilfe e.V.
Postfach 16 43
Kurt-Schumacher-Str. 26
3300 Braunschweig
Tel.: 0531/759 02
(Büro, Mo - Do 10 - 12 h)
(Beratung, Mo 18 - 20 h,
Di 16 - 18 h, Fr 19 - 21 h)

AIDS-Hilfe Bremen e.V.
Friedrich-Karl-Str. 20 A
2800 Bremen 1
Tel.: 0421/44 49 47
(Mo - Fr 10 - 14 h, Mi 16 - 20 h)

AIDS-Hilfe Darmstadt e.V.
Hindenburgstr. 35
6100 Darmstadt
Tel.: 06151/31 11 77
(Büro, Mo, Mi + Do 15 - 17 h)
Tel.: 06151/194 11
(Beratung, Mo, Mi + Do 19 - 21 h)

AIDS-Hilfe Dortmund e.V.
Klosterstr. 14
4600 Dortmund 1
Tel.: 0231/52 76 37-38
(Mo, Di, Do, Fr 8.30 - 17 h,
Mi 10.30 - 19 h)

AIDS-Hilfe
Wiesbaden e.V.
Kl. Schwalbacher Str 14
6200 Wiesbaden
Tel.: 06121/30 92 11
(Büro, Mo-Fr 11-17h)
Tel.: 06121/194 11
(Beratung, Di 14-17h,
Do 14-19h,
Mo, Mi + Fr 20-22h)

Wilhelmshavener AIDS-Hilfe e.V.
Bremer Straße 139
2940 Wilhelmshaven

AIDS-Hilfe Würzburg e.V.
Niggweg 2
8700 Würzburg
Tel.: 0831/444 67
(Büro, Mi 14-16 h)
(Beratung, Di + Do 19-21 h)

AIDS-Hilfe Wuppertal e.V.
Hoflaue 9
5600 Wuppertal e.V.
Tel.: 0202/45 00 04
(Büro, Mo-Fr 10-13 h + 14-17 h)
Tel.: 0202/45 00 03
(Beratung, Mo, Mi, Fr 20-22 h,
Di 10-14 h, Do 14-17 h)

Weitere Beratungsangebote

**Rat & Tat Zentrum für
Homosexuelle e.V.**
Theodor-Körner-Str. 1
2800 Bremen
Tel.: 0421/70 41 70
(Mo-Fr 9-14 h, Do 18-22 h)

AIDS-Arbeitsstelle um SG e.V.
President-Krahn-Str. 8
2000 Hamburg 50
Tel.: 040/389 35 31
(Büro, Mo-Fr 10-16 h)
Tel.: 040/38 21 11
(Beratung, Mo 15-17 h, Di + Mi
12-15 h, Do 17-20 h,
Fr + Sa 15-17 h)

AIDS-Hilfe Regensburg e.V.
S. Petersweg 5
8400 Regensburg
Tel.: 0941/57170
(Büro, Mo-Fr 10-12 h,
Di, Do 13-16 h)
(Beratung, Mi 18-20 h, So 17-20 h)

AIDS-Hilfe Saar e.V.
Großerzog-Friedrich-Str. 10
6600 Saarbrücken 3
Tel.: 0681/311 12
(Büro, Mo-Fr 9-11 h + 15-17 h)
(Beratung, Mo-Fr 9-11 h +
15-17 h, Mo 20-22 h)

AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.
Schwabstr. 44
7000 Stuttgart 1
Tel.: 0711/61 08 49
(Büro, Mo + Do 10-12 h)
Tel.: 0711/61 08 48
(Beratung, Mo-Fr 18-20 h)

AIDS-Hilfe Trier e.V.
Postfach 20 22
Paulinstr. 114
5500 Trier
Tel.: 0651/25076
(Büro, Di 10-12 h, Do 14-17 h)
Tel.: 0651/127 77
(Beratung, Di 15-17 h, Mi 19-21 h)

AIDS-Hilfe Tübingen e.V.
Postfach 11 22
7400 Tübingen
Tel.: 07071/341 51
(Di 20-22 h, Fr 18-20 h)

AIDS-Hilfe Ulm e.V.
Postfach 18 70
Furtenbachstr. 14
7900 Ulm
Tel.: 0731/37 331
(Mo, Mi 20-22 h, So 13-16 h)

AIDS-Hilfe Münster e.V.
Bahnhofstr. 15
4400 Münster
Tel.: 0251/430 31 (Büro)
Tel.: 0251/444 11
(Di-Fr 14-19 h)

**AIDS-Hilfe Nürnberg-
Erlangen-Fürth e.V.**
Irrenstr. 9-16
8500 Nürnberg 1
Tel.: 0911/20 90 06/07
(Di-Fr 10-16 h, Do 19-21 h,
So 17-19 h)

Oldenburgische AIDS-Hilfe e.V.
Hackenweg 33
2900 Oldenburg
Tel.: 0441/30 41 51
(Mo + Mi 19-22 h)

AIDS-Hilfe Osnabrück e.V.
Bramscher Str. 23
4500 Osnabrück
Tel.: 0541/63 63 9
oder 05424/37470
(Mi 20-22 h)

AIDS-Hilfe Paderborn e.V.
Postfach 11 68
Riemekstr. 15
4790 Paderborn
Tel.: 05251/21 959
(Büro, Mo-Fr 9-12 h)
(Beratung, So 18-20 h, Do 17-19 h)

AIDS-Hilfe Plorzhem e.V.
Postfach 124
Schloßberg 10
7530 Plorzhem
Tel.: 07231/10 13 13
(Büro, Mo 14-19 h, Di-Do 8.30-
16.30 h, Fr 8.30-12.30 h)
(Beratung, Mo 18-20 h,
Do 16-18 h)

AIDS-Hilfe Kiel e.V.
c/o Ludwig Boeckel
Saarbrückenstr. 177
2300 Kiel 1
Tel.: 0431/68 72 49
Tel.: 0431/67 77 99
(Beratung, Fr 18-20 h)

AIDS-Hilfe Koblenz e.V.
Postfach 133
5400 Koblenz
Tel.: 0261/166 89

AIDS-Hilfe Köln e.V.
Beethovenstraße 1
5000 Köln 1
Tel.: 0221/24 92 08
(Büro, Mo-Fr 10-17 h)
Tel.: 0221/24 92 09
(Beratung, Mo-Do 10-21 h)

AIDS-Hilfe Konstanz e.V.
Friedrichstr. 21
7750 Konstanz 1
Tel.: 07831/580 62
(Mi 20-22 h)

AIDS-Hilfe Krefeld e.V.
Postfach 108
Markstr. 230
4150 Krefeld 1
Tel.: 02151/77 50 20
(Mo 12-14 h, Mi 18-21.30 h)

Lübecker AIDS-Hilfe e.V.
c/o Zentrum
Postfach 19 31
Mengstr. 35
2400 Lübeck 1
Tel.: 0451/122 57 47
(Di 19-21 h, Mi 11-13 h,
Do 15-19 h)

AIDS-Hilfe Lüneburg e.V.
Kaiserstraße 3
2120 Lüneburg
Tel.: 04131/403 550
(Büro, Mo, Mi, Fr 11-13 h)
(Beratung, Mi 14.30-16.30 h,
Mo, Mi, Do 19-21 h)

AIDS-Hilfe Mainz e.V.
Postfach 11 73
Hopfgarten 19
6500 Mainz 1
Tel.: 06131/22 25 75
(Büro, Di 17-19 h, Do 10-12 h)
Tel.: 06131/22 10 20
(Beratung, Mo + Fr 17-19 h,
Mi + Fr 19-22 h)

AIDS-Hilfe Mannheim e.V.
Postfach 161
Jungbuschstr. 24
6800 Mannheim 1
Tel.: 0621/28800
(Beratung, Di, Do + Fr 20-22 h)

**AIDS-Hilfe
Marburg e.V.**
Bahnhofstr. 38
3500 Marburg/Lahn
Tel.: 06421/64523
(Büro)
Tel.: 06421/194 11
(Beratung, Mo 15-17h,
Do 19-22h)

Persönliche Beratung:
Mo 14-16h, Do 20-21h
Münchener AIDS-Hilfe e.V.
Postfach 14 04 65
Corneliusstr. 2
8000 München 5
Tel.: 089/28 43 61
(Büro, Mo-Fr 9.30-17 h)
Tel.: 089/28 90 40
(Beratung, Mo-Sa 19-22 h)

AIDS-Hilfe Hamburg e.V.
c/o Smetjee Centrum -
Hallerstr. 72
2000 Hamburg 13
Tel.: 040/44 16 31
(Mo-Fr 10-22 h)

**Beratungsstelle
Intervention e.V.**
St. Georgs-Kirchhof 26
2000 Hamburg 1
Tel.: 040/24 04 02
(Büro, Mo-Do 10-13 h)
(Beratung, Mo 12-14 h
+ 19-22 h, Do 12-14 h)

AIDS-Hilfe Hamm e.V.
Sedanstr. 4
4700 Hamm 1
Tel.: 02381/20 980
(Di + Do 17-19 h)

Hannoversche AIDS-Hilfe e.V.
Johannsenstr. 8
3000 Hannover 1
Tel.: 0511/32 77 71
(Büro, Mo-Fr 10-16 h)
Tel.: 0501/194 11
Beratung, Mo-Fr 19-21 h,
Mo + Do 11-13 h)

AIDS-Hilfe Heidelberg e.V.
Postfach 10 12 43
Romerstr. 17 a
6900 Heidelberg
Tel.: 06221/18 17 00
(Mi 19-21 h)

AIDS-Hilfe Unterland e.V.
Postfach 11 46
Wühelstr. 3
7100 Heilbronn
Tel.: 07131/89064
(Di 15-18 h, Do 18-21 h)

Hildesheimer AIDS-Hilfe e.V.
Kaiser-Stern 20
3200 Hildesheim
Tel.: 05121/15 15 50 (Büro)
Tel.: 05121/194 11
(Beratung, Mo, Di, Do 19-21 h,
Fr 18-20 h)

AIDS-Hilfe Kaiserslautern e.V.
Logenstr. 28
6750 Kaiserslautern
Tel.: 0631/66 522
(Büro, Mo-Fr 9-12 h)
Tel.: 0631/66 533
(Beratung, Mo + Fr 19-22 h)

AIDS-Hilfe im Kreis Unna e.V.
Markt 13
4708 Kamen
Tel.: 02307/7637
(Mo + Di 14-17 h,
Mi 10-20 h,
Do + Fr 10-14 h)

AIDS-Initiative Karlsruhe e.V.
Postfach 12 66
Kronenstr. 2
7500 Karlsruhe 1
Tel.: 0721/69 13 14
(Büro, Mo 16-18 h, Mi 14-16 h
+ Fr 10-12 h)
Tel.: 0721/69 34 04
(Beratung, Do 20-22 h)

AIDS-Hilfe Kassel e.V.
Frankfurter Str. 65
3500 Kassel
Tel.: 0561/28 39 07
(Büro, Mo-Fr 10-12h)
Tel.: 0561/28 39 08
(Beratung, Mo 16-18h,
Mi 19-22h)

AIDS-Hilfe Düsseldorf e.V.
Postfach 12 91
Worringer Str. 94 - 96
4000 Düsseldorf 1
Tel.: 0211/35 37 89/96
(Büro, Mo-Fr 9-16 h)
(Beratung, Mo-Fr 11-15 h)
+ 20-22 h)

Duisburger AIDS-Hilfe e.V.
Friedenstr. 100
4100 Duisburg 1
Tel.: 0203/66 66 33
(Mo + Do 20-22 h)

AIDS-Hilfe Eichstatt e.V.
c/o Annett Schroer
Obere Dorfstr. 3
8833 Obereichstatt

Elmsborner AIDS-Hilfe e.V.
Postfach 442
2200 Elmsborn
Tel.: 04121/194 11

AIDS-Hilfe Essen e.V.
Varnhornstr. 17
4300 Essen 1
Tel.: 0201/23 60 97
(Büro, Mo-Fr 9-17 h)
Tel.: 0201/23 60 96
(Beratung, Mo-Fr 9-12 h + 20-21 h)

AIDS-Hilfe Flensburg e.V.
Im Hause K.u.K. Volksbad
Postfach 11 11
Schiffbrücke 67
2390 Flensburg 1
Tel.: 0461/255 99
(Mi 18-20 h)

AIDS-Hilfe Frankfurt e.V.
Eschersheimer Landstr. 9
6000 Frankfurt 1
Tel.: 069/59 00 12
(Büro, Mo-Fr 14-22 h)
Tel.: 069/597 55 77
(Beratung, tagl. 19-22 h, außer Sa)

Freiburger AIDS-Hilfe e.V.
Postfach 17 55
Eschholzstr. 19
7800 Freiburg
Tel.: 0761/27 69 24
(Büro, Mo-Fr 10-12.30 h + 14-17 h)
(Beratung, Mi + Fr 19-21 h)

AIDS-Hilfe Fulda e.V.
Postfach 1609
6400 Fulda
Tel.: 0661/71275

AIDS-Hilfe Gießen e.V.
Diezstr. 8
6300 Gießen
Tel.: 0641/390226
(Büro)
Tel.: 0641/ 194 11
(Beratung, Mi 18-20h)

**AIDS-Arbeitskreis-
Göttinger AIDS-Hilfe e.V.**
Postfach 11 14
3040 Göttingen
Tel.: 0551/63 096
(Büro, Mo-Fr 10-13 h,
Di, Do 15-18 h)
Tel.: 0551/43 73 5
(Beratung, So, Mi 11-13 h,
Di 19-21 h, Do 16-18 h)

AIDS-Hilfe Hagen e.V.
c/o Beratungsgr. Jug. & Konflikte
Bergring 89
5800 Hagen 1
Tel.: 02331/15636

نشانی چند انجمن مبارزه با ایدز در دیگر
کشورهای اروپایی غربی:

اتریش

Osterreichische AIDS-Hilfe
Lenaugasse 17
A-1080 Wien
Tel.: 0043/222/46 61 86
+ 48 61 87

سوئیس

AIDS-Hilfe Schweiz
Postfach 7660
Gerechtigkeitsgasse 14
CH-8002 Zürich
Tel.: 0041/1/ 201 70 33
(werktags 14-17 h)

لوکزامبورگ

AIDS-Hilfe Letzebuerg
c/o Planning Familial
18-20, rue Clestener
Luxemburg
Tel.: 00352/44 02 64
(Mi + Do 19-21 h)

هلند

**Bureau landelijke
boleidscoördinatie AIDS**
Polderweg 92
1093 KP Amsterdam
AIDS-Info
Tel.: 0031/ 20/ 244 244 +
244 245

بلژیک

APPEL HOMO SIDA A.S.B.L.
Rue Duquesnoy 45
B-1000 Bruxelles
Tel.: 0032/2/511 45 29

دانمارک

LBL
Landsforeningen
for Bessert og Lesbiske
Knabrostræde 3 III
DK-1210 København K
Tel.: 0045/1/13 19 48