

Was ist AIDS?	3
Wie stört HIV die Immunabwehr?	5
Wie kann eine HIV-Infektion verlaufen?	6
Wie wird HIV nicht übertragen?	8
Wie kann HIV übertragen werden?	10
HIV und AIDS: Wer ist betroffen, wer infektionsgefährdet?	13
Wie kann man sich schützen?	15
Was ist der „Test“?	16
Wozu kann der „Test“ dienen?	18
„Test-positiv“ - was tun?	20
Welche medizinischen Behandlungsmöglichkeiten gibt es für Menschen mit HIV?	24
Wann kommt eine vorbeugende Behandlung in Frage?	26
Die Gesellschaft und die Betroffenen	29
Was tut not?	35
Was macht die Deutsche AIDS-Hilfe?	38
Eine kleine Auswahl aus dem breiten Printmedienangebot der D.A.H.	40
AIDS-Hilfe-Organisationen in Deutschland	42

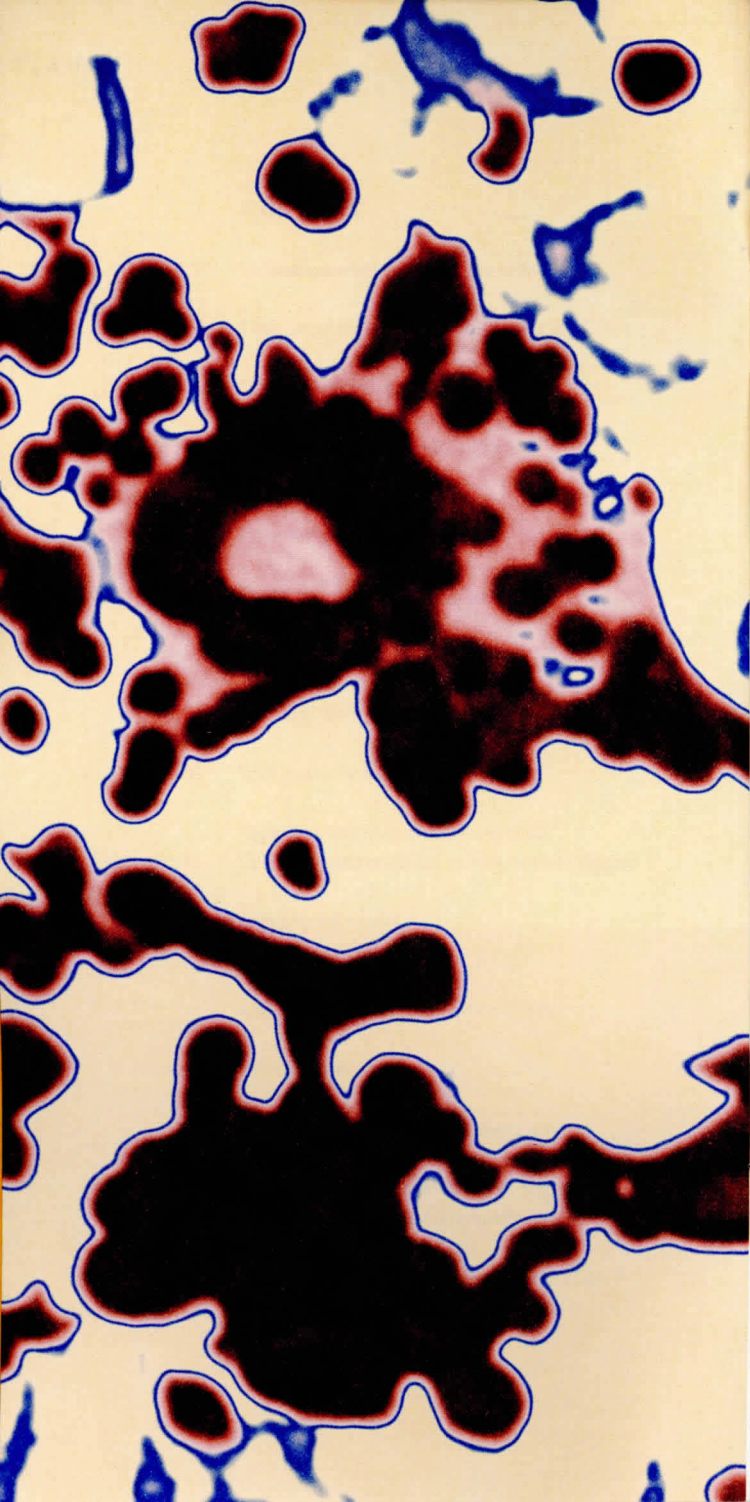
Impressum

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V. Dieffenbachstraße 33, 10967 Berlin
21. überarbeitete Auflage, Juni 1996

Redaktion Klaus-Dieter Beißwenger, Christine Hopfner **Gestaltung** Martina Lauterbach
Bilder Uwe Boek **Druck** Medialis (alle Berlin) **Spendenkonto** Berliner Sparkasse
Konto 220 220 220 - BLZ 100 500 00

Die D.A.H. ist als gemeinnützig und damit besonders förderungswürdig anerkannt.
Spenden sind daher steuerabzugsfähig.

Personenbezeichnungen in dieser Broschüre beziehen sich, wenn nicht ausdrücklich differenziert, gleichermaßen auf Männer und Frauen. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde darauf verzichtet, in jedem Fall beide Geschlechter zu benennen.



Das Wort AIDS steht für die englische Bezeichnung „Acquired Immuno Deficiency Syndrome“, zu deutsch „Erworbener Immundefekt“. Bei einem Immundefekt ist die Abwehrfähigkeit des Körpers gegenüber Krankheitserregern vermindert.

Als Hauptursache für AIDS wird die Infektion mit HIV („Human Immuno Deficiency Virus“, = „menschliches Immundefekt-Virus“) angesehen. 1983/84 wurde das Virus HIV-1 entdeckt, wenig später HIV-2. Beide Virustypen und ihre Untergruppen (Subtypen) weisen spezielle Merkmale auf und kommen je nach Kontinent unterschiedlich häufig vor. Für alle gelten aber die gleichen Schutzmöglichkeiten.

Die Wissenschaft teilt die HIV-Infektion in verschiedene Stadien ein. Mit AIDS wird das Stadium bezeichnet, bei dem das Immunsystem stark beeinträchtigt ist und sich bestimmte Infektionskrankheiten und Tumoren entwickeln. Der Verlauf einer HIV-Infektion unterliegt jedoch starken Schwankungen und läßt sich nur schwer als eine festgelegte Abfolge von Stadien beschreiben.

Eine Infektion mit HIV kann durch den Antikörpertest nachgewiesen werden. Ob sich eine HIV-Infektion zu AIDS entwickelt und wann dies geschieht, hängt von zusätzlichen Umständen ab, die im einzelnen noch nicht bekannt sind.

Für das Leben mit HIV gibt es keine „goldene Regel“. Wichtig ist, daß der einzelne seinen Weg im Umgang mit dem Virus findet und, wenn nötig, Hilfe in Anspruch nimmt. Ebenso wichtig ist ein soziales Umfeld, das Rückhalt und Unterstützung gibt, eine medizinische Versorgung und eine Pflege, die sich an seinen Bedürfnissen orientieren.

Zwar kann die Immunschwäche noch nicht geheilt werden. Aber dank verbesserter Therapien hat die HIV-Infektion heute eine viel günstigere Prognose als noch vor einigen Jahren. Man spricht bereits vorsichtig von einer „chronischen“ Krankheit. Zumindest gibt es viele Anzeichen dafür, daß der medizinische Fortschritt zu einer immer höheren Lebenserwartung bei Menschen mit HIV führt.

AIDS ist nach wie vor eine bedrohliche Krankheit. AIDS steht auch immer wieder für unbegründete Ängste, für Diskriminierung und Ausgrenzung. Deshalb gilt es, zu informieren, aufzuklären, Vorurteile abzubauen, Zuwendung und Hilfsbereitschaft zu fördern. Hierzu will diese Broschüre beitragen. Sie beantwortet einige wichtige Fragen und nennt Adressen für die persönliche Beratung.

Viren können sich nur in lebenden Zellen vermehren. Sie bauen ihr eigenes Erbgut in dasjenige der Wirtszellen ein und zwingen sie so, neue

Viren zu produzieren. Dadurch werden die Wirtszellen geschädigt oder zerstört. Das besondere an HIV ist, daß es vor allem die CD4-Zellen – auch T-Helferzellen genannt – befällt, die als „Leitzentrale des Immunsystems“ dienen. Wenn HIV in die Blutbahn gelangt, versucht der Organismus zunächst, das Virus abzuwehren. Hierbei bildet das Immunsystem auch Antikörper. Diese können aber nicht in infizierte Wirtszellen eindringen. Das ist einer der Gründe, weshalb die dort vorhandenen Viren nicht unschädlich gemacht werden.

Eine geringe Anzahl der befallenen CD4-Zellen wird direkt durch das Virus zerstört. Weitere, vor allem indirekte Mechanismen können zu eingeschränkten und fehlgesteuerten Abwehrreaktionen führen und so die Zahl der CD4-Zellen stark reduzieren.

Krankheitserreger, mit denen ein funktionierendes Immunsystem leicht fertig wird, können sich bei fortgeschrittener Abwehrschwäche ungehindert vermehren. Es kann zu „opportunistischen Infektionen“ (opportunistisch = eine Gelegenheit nutzend), zu Allergien und zum Wachstum verschiedener Krebsarten kommen. HIV-Infektionen verlaufen jedoch sehr unterschiedlich. Nach 10 bis 12 Jahren haben etwa 50 % der Menschen mit HIV noch keine Symptome von AIDS.

Auch ein geschwächtes Immunsystem kann noch gut mit vielen der weitverbreiteten Krankheitserreger fertig werden.

Menschen mit HIV brauchen also nicht vor jedem Schnupfen Angst zu haben.

Etwa zwei Wochen nach der Infektion mit HIV entwickeln sich bei einigen Menschen grippe-ähnliche Symptome (Krankheitszeichen). Die Symptome klingen nach ein bis zwei Wochen wieder ab.

Oft verläuft diese Phase jedoch symptomlos, obwohl sich das Virus bereits hier zu vermehren beginnt. Es folgt eine Abwehrreaktion, bei der Antikörper gebildet werden. Diese können in der Regel nach zwölf bis sechzehn Wochen zuverlässig nachgewiesen werden. Die HIV-Infektion verläuft dann zunächst unauffällig.

Die Zeitspanne zwischen der Ansteckung mit HIV und dem Auftreten erster Symptome heißt Latenzzeit. Sie kann einige Monate oder viele Jahre, möglicherweise sogar lebenslang andauern.

Die ersten Symptome sind meist von allgemeiner Art. Hierzu zählen lang andauernde, an mehreren Stellen gleichzeitig auftretende Lymphknotenschwellungen (unter den Achseln, in der Leistengegend), starker Nachtschweiß und lang anhaltende Durchfälle. Zur Abklärung der Symptome sollte in jedem Fall ein Arzt aufgesucht werden.

Wenn das Virus das Immunsystem zu schädigen beginnt, spiegelt sich dieser Vorgang in Laborwerten wider, z.B. in einer verminderten Zahl der CD4-Zellen im Blut. Nicht immer jedoch treten Symptome auf: Selbst ein voll entwickelter Immundefekt kann bis zum Auftreten schwerster Erkrankungen zunächst symptomlos verlaufen.

Der gesamte Verlauf einer HIV-Infektion ist meist starken Schwankungen unterworfen. Krankheiten können, müssen aber nicht auftreten. Und zwischen einzelnen Erkrankungen liegen oft lange Zeiten, in denen sich der einzelne völlig beschwerdefrei fühlt.

Bei einem schweren Immundefekt können sich Krankheiten entwickeln, die unter der Definition von AIDS zusammengefaßt werden: z.B. die Pneumocystis carinii Pneumonie (PcP), eine Form der Lungenentzündung, oder infektiöse Erkrankungen anderer Organe, z.B. der Speiseröhre mit dem Hefepilz Candida albicans. Auch Viren wie Herpes simplex oder Herpes zoster können zu schweren Erkrankungen führen. Die häufigsten Tumorformen im Zusammenhang mit AIDS sind das Kaposi-Sarkom (ein ansonsten seltener Hautkrebs), Lymphome (Formen von Blutkrebs) und Gebärmutterhalskrebs.

Für viele dieser Krankheiten gibt es heute gute Behandlungsmöglichkeiten. Einigen von ihnen kann auch vorgebeugt werden. Zu welchem Zeitpunkt eine Behandlung in Frage kommt, richtet sich danach, wie stark der Immundefekt ausgeprägt ist. Deshalb empfiehlt es sich, den Zustand des Immunsystems regelmäßig abklären zu lassen (= Bestimmung des Immunstatus). Zu diesem Zweck wird Blut abgenommen und im Labor untersucht. Weil HIV die Blut-Hirnschranke überwindet, kann es auch die Zellen des Zentralnervensystems schädigen. Im Verlauf der HIV-Infektion können daher auch Nervenentzündungen und Hirnleistungsausfälle auftreten, die meist langsam und unauffällig beginnen.

Frauen mit HIV, deren Immunsystem bereits geschädigt ist, kann eine Schwangerschaft zusätzlich belasten. Dieses medizinische Kriterium ist aber nur ein Gesichtspunkt neben anderen bei der Entscheidung „Kind ja oder nein“. Frauen mit HIV haben ein Recht darauf, diese Frage selbst zu entscheiden - unabhängig von ihrem Gesundheitszustand.

Die Krankheitszeichen, die im Verlauf der HIV-Infektion auftreten können, sind im einzelnen betrachtet unspezifisch, d.h. sie entstehen auch bei vielen anderen Krankheiten. Ob ein Immundefekt vorliegt oder nicht, kann deshalb nur ein Arzt feststellen, der auf diesem Gebiet spezialisiert ist.

WIE WIRD HIV NICHT ÜBERTRAGEN?

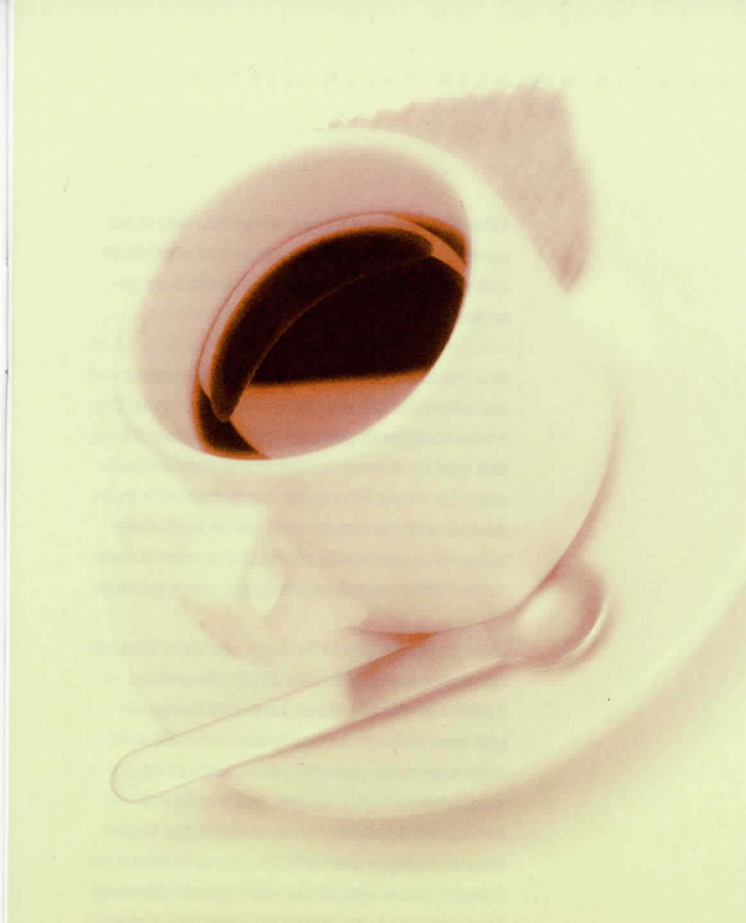
HIV gehört zu den schwer übertragbaren Krankheitserregern. Das Virus ist sehr empfindlich und außerhalb des menschlichen Körpers unter Alltagsbedingungen nicht lebensfähig. Die üblichen Hygienemaßnahmen im Haushalt und im Krankenhaus reichen aus, um das Virus unschädlich zu machen.

Das Virus wurde zwar auch in Urin, Kot, Speichel, Schweiß und Tränenflüssigkeit nachgewiesen, jedoch in sehr geringer Menge, die für eine Ansteckung nicht ausreicht. Weltweit ist kein einziger Fall bekannt, bei dem eine Infektion über diese Körperflüssigkeiten erfolgt wäre.

Deshalb besteht keine Ansteckungsgefahr beim

- Händedruck, Umarmen, Streicheln, Küssen
- Anhusten oder Anniesen
- Benutzen derselben Teller, Gläser und Bestecke
- Benutzen von Toiletten, Bädern oder Saunen
- Zusammenarbeiten und -wohnen mit Menschen mit HIV/AIDS
- Betreuen und Pflegen von Menschen mit HIV/AIDS.

In der Arztpraxis und im Krankenhaus gilt:
Was vor Hepatitis B schützt, schützt auch vor HIV und damit vor AIDS.



NICHT DURCH DIE GEMEINSAME BENUTZUNG VON TOILETTEN **NICHT** DURCH DIE PFLEGE VON MENSCHEN, DIE AN AIDS ERKRANKT SIND **NICHT** DURCH DEN GEMEINSAMEN GEBRAUCH VON GESCHIRR, BESTECK, GLÄSERN, WÄSCHE USW. **NICHT** DURCH DEN GEMEINSAMEN GENUß VON LEBENSMITTELN **NICHT** DURCH HÄNDESCHÜTTELN, UMARMEN, STREICHELN, MASSIEREN UND KÜSSEN **NICHT** DURCH ZÄRTLICHEN UMGANG, DURCH SCHMUSEN, SPIELEN UND TOBEN MIT KINDERN **NICHT** DURCH TRÄNEN **NICHT** DURCH HUSTEN UND NIESEN **NICHT** DURCH INSEKTENSTICHE UND HAUSTIERE **NICHT** BEIM ANFASSEN VON TÜRGRIFFEN, TELEFONHÖRERN U.Ä. **NICHT** BEIM GEMEINSAMEN SPORT **NICHT** IM SCHWIMMBAD, IN DER SAUNA, BEIM DUSCHEN.

HIV kann nur übertragen werden, wenn es in ausreichender Menge vorhanden ist und direkt in die Blutbahn oder auf die Schleimhäute gelangt.

Blut - auch Menstruationsblut - und Sperma enthalten das Virus in hoher Konzentration. Die Konzentration ist geringer in der Scheidenflüssigkeit und Muttermilch, sie kann jedoch immer noch für eine Ansteckung ausreichen. HIV kann deshalb übertragen werden, wenn eine dieser Körperflüssigkeiten in die Blutbahn oder auf die Schleimhäute eines anderen Menschen gelangt.

Am häufigsten wird HIV beim Sex ohne Kondom übertragen. Vor allem die Darmschleimhaut ist äußerst empfindlich und kann HIV direkt aufnehmen. Deshalb ist der Analverkehr ohne Kondom sehr risikoreich. HIV kann auch beim vaginalen Verkehr übertragen werden: Durch kleine, nicht spürbare Verletzungen der Vagina oder Reizungen der Gebärmutter (z.B. durch die Spirale, durch Pilze und andere sexuell übertragbare Erreger) kann infektiöse Samenflüssigkeit in die Blutbahn der Frau gelangen. Möglich ist auch eine Übertragung von der Frau auf den Mann: Infektiöses Scheidensekret oder Menstruationsblut kann durch winzige Hautrisse am Penis zur Ansteckung des Partners führen. Es gibt jedoch Hinweise darauf, daß HIV leichter vom Mann auf die Frau übertragen wird als umgekehrt. Während der Periode ist das Infektionsrisiko für die Frau wie für den Mann erhöht.

Besonders risikoreich ist der gemeinsame Gebrauch von Injektionsbestecken (Spritzen) beim Fixen. Hierbei kann infiziertes Blut direkt in die Blutbahn eindringen.

Kinder von HIV-positiven Frauen können während der Schwangerschaft, während der Geburt und auch beim Stillen angesteckt werden.

Neuere Studien zeigen, daß sich in Europa ca. 13 - 20% dieser Kinder als tatsächlich infiziert erweisen. Die Übertragungsraten hängen dabei wesentlich vom Gesundheitszustand der Mutter ab.

Vermutet wird, daß sie unter bestimmten Umständen noch weiter gesenkt werden kann, z.B. durch die Einnahme von Medikamenten gegen HIV während der Schwangerschaft und durch eine Kaiserschnittgeburt. Die hiermit verbundenen Risiken sind gegen den Nutzen abzuwägen.

Bluterkrankte Menschen (Hämophile) sind heute nicht mehr durch das für sie lebenswichtige Blutplasmakonzentrat HIV-gefährdet. Durch besondere Verfahren, z.B. durch Erhitzen, und durch gentechnische Herstellung wird weitestgehend sichergestellt, daß derartige Blutprodukte kein HIV enthalten. Um zu verhindern, daß bei Bluttransfusionen HIV übertragen wird, werden in der Bundesrepublik alle Blutspenden in einem Routine-Test auf HIV-Antikörper untersucht. Ein minimales Restrisiko bleibt bestehen durch die „diagnostische Lücke“ (das ist der Zeitraum, der zwischen der eventuellen Ansteckung des Spenders und der Bildung zuverlässig nachweisbarer Antikörper liegt: in der Regel 12 bis 16 Wochen). Auf eine lebensrettende Bluttransfusion sollte deshalb niemand verzichten. Bei geplanten Operationen ist auch eine Eigenblutspende sinnvoll.

HIV UND AIDS - WER IST BETROFFEN, WER INFektionsGEFÄHRDET?

Die HIV-Infektion hat sich in den einzelnen Weltregionen jeweils anders ausgeprägt:

- In Europa und in den USA hat sich HIV vor allem bei homo- und bisexuellen Männern sowie bei Drogengebern verbreitet. Wer zu diesen Gruppen gehört, setzt sich bei ungeschütztem Sex einem Risiko aus. Das trifft auch auf die Männer und Frauen zu, die Sex mit Partnern und Partnerinnen aus diesen Gruppen haben. In Deutschland gibt es außerhalb dieser Gruppen noch relativ wenige Menschen mit HIV. Doch auch hier steigen die Zahlen beständig an.

- In den südlich der Sahara gelegenen Regionen Afrikas und in einigen Ländern Asiens (vor allem Thailand und Indien) sind Frauen im gleichen Maße von HIV und AIDS betroffen wie Männer. Beide Kontinente weisen zugleich die höchste Zahl an infizierten und erkrankten Menschen auf. Das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex anzustecken, ist dort sehr hoch.

Zu bedenken ist auch:

Die Mobilität hat weltweit zugenommen. Viele Menschen verlassen für immer oder vorübergehend das Land, in dem sie leben. Die einen unfreiwillig, z.B. aufgrund unerträglicher Lebensbedingungen, die anderen freiwillig, z.B. aus Reiselust. Und so mobil wie die Menschen sind, so mobil ist auch das Virus.



WIE KANN MAN SICH SCHÜTZEN?

Die Eigenschaft von HIV, sich ständig zu verändern, macht es schwierig, Schutzimpfstoffe zu entwickeln. Die Forschung arbeitet fieberhaft, um hier einen Durchbruch zu erzielen. In naher Zukunft ist jedoch mit keinem Erfolg zu rechnen. Vorbeugen ist heute das einzig mögliche Mittel gegen eine HIV-Infektion. Hierbei gilt es, Risikosituationen zu erkennen und sein Verhalten darauf einzustellen.

Männer, die mit Männern Sex haben, schützen sich durch Sexualpraktiken, die das Ansteckungsrisiko stark verringern (Safer Sex) und verwenden beim Analverkehr Kondome.

Kondome schützen auch vor Hepatitis B und C. Gegen Hepatitis A und B empfehlen sich Schutzimpfungen.

Für Menschen, die sich Drogen spritzen (Fixer), besteht ein sehr hohes Infektionsrisiko, wenn sie Spritzbestecke gemeinsam benutzen. Vorbeugen heißt hier: Immer nur das eigene Spritzbesteck verwenden - und zwar nur bei sich selbst. Um eine Übertragung von HIV beim Sex zu vermeiden, heißt Vorbeugen zugleich: Safer Sex, z.B. Verwenden von Kondomen.

Auch beim Sex zwischen Frau und Mann kann ein Risiko bestehen: beim ungeschützten vaginal- und Analverkehr. Beim sexuellen Abenteuer - auch und gerade im Urlaub - ist es ratsam, Safer Sex zu praktizieren, z.B. Kondome zu benutzen.

Wenn Frauen Sex mit Frauen haben, ist das Risiko einer Ansteckung wesentlich geringer. Um ganz sicherzugehen, können sie mit Safer Sex verhindern, daß Blut oder Vaginalsekret in den Körper der Partnerin gelangt, z.B. indem ein „Dental dam“ (Latextuch) auf die Scheide gelegt wird. „Dental dams“ gibt's in Apotheken.

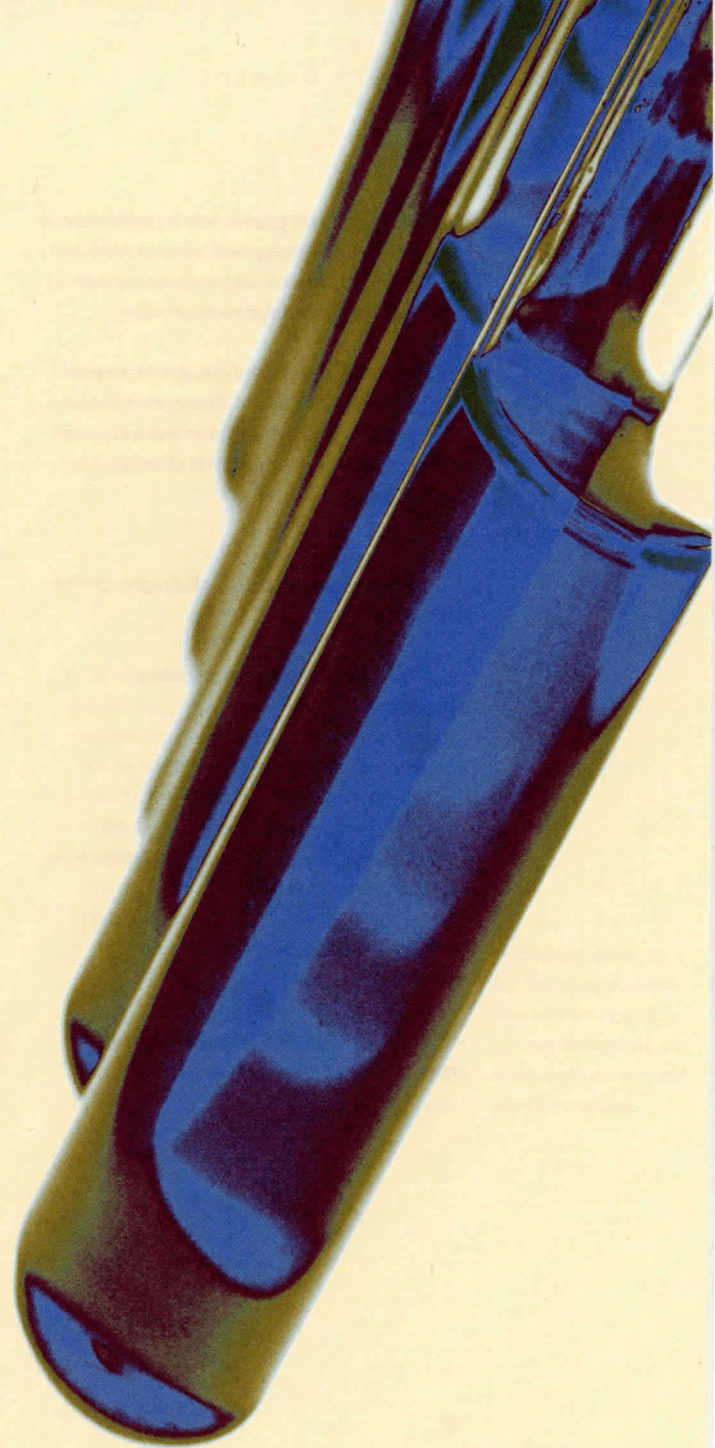
Genauere Informationen über Vorbeugen beim Sex (Safer Sex) und bei Drogengebrauch (Safer Use) geben entsprechende Materialien der Deutschen AIDS-Hilfe.

Die heute üblichen Testverfahren suchen nach HIV-Antikörpern im Blut. Das Virus selbst wird damit nicht nachgewiesen. Der HIV-Antikörpertest kann nicht aussagen, ob bzw. wann jemand an AIDS erkrankt. Die oft gehörte Bezeichnung „AIDS-Test“ trifft deshalb nicht zu.

Nach einer Ansteckung mit HIV dauert es in der Regel etwa zwölf bis sechzehn Wochen, bis sich Antikörper zuverlässig nachweisen lassen. Wenn der Test vor Ablauf dieser Zeit durchgeführt wird, ist er nicht aussagekräftig. Wenn durch diese Testverfahren HIV-Antikörper festgestellt werden, lautet das Testergebnis „positiv“; werden keine nachgewiesen, ist das Testergebnis „negativ“.

Als erstes Verfahren wird ein hochempfindlicher Suchtest („ELISA“-Test) angewendet. Ein „positives“ Testergebnis muß auf jeden Fall durch einen Bestätigungstest - den noch genaueren „Western Blot“ - überprüft werden. Erst bei einer erneuten Bestätigung darf ein „positiver“ Befund mitgeteilt werden. Mit den heute üblichen Testverfahren können Antikörper gegen alle Virustypen (HIV-1 und HIV-2) und ihre Subtypen nachgewiesen werden.

Mit dem „Test“ ist verantwortungsvoll umzugehen. Er gehört deshalb zum Katalog ärztlicher Leistungen. Deshalb darf auch niemand ohne sein ausdrückliches Einverständnis getestet werden. Zwangstests oder stillschweigend durchgeführte Tests (z.B. bei Untersuchungen im Krankenhaus) sind rechtlich unzulässig und können als Körperverletzung geahndet werden.



Wer sich fragt: „Test ja oder nein?“, sollte sich beraten lassen. Beratung wird z.B. von AIDS-Hilfen, Gesundheitsämtern und anderen Institutionen sowie erfahrenen Ärzten angeboten.

Wer nicht weiß, daß er HIV-infiziert ist, nimmt ärztliche Hilfe oft zu spät in Anspruch. Für Menschen mit einem realen Infektionsrisiko kann es deshalb sinnvoll sein, möglichst frühzeitig den Test zu machen.

In der Beratung sollten folgende Fragen geklärt werden:

- Hat tatsächlich ein Ansteckungsrisiko bestanden?
- Belastet mich die Ungewißheit mehr als ein positives Testergebnis?
- Wäre ich in der Lage, ein positives Testergebnis psychisch zu verkraften?
- Welche Unterstützung würde ich mir wünschen?
- Welche medizinischen Behandlungsmöglichkeiten gibt es für Menschen mit HIV/AIDS?

Das ausführliche und sensible Beratungsgespräch ist insbesondere bei Frauen mit Kinderwunsch oder schwangeren Frauen wichtig, wenn sie einen HIV-Antikörpertest machen wollen.

Thema der Beratung sollen auch die rechtlichen und gesellschaftlichen Folgen eines positiven Testergebnisses sein (z.B. arbeits- und versicherungsrechtliche Probleme, Ablehnung durch Mitmenschen).

Wer sich für den Test entschieden hat, sollte beachten:

- Es ist ratsam, den Test anonym (ohne Angabe des Namens) durchführen zu lassen. Anonym ist der Test z.B. bei den Gesundheitsämtern.
- Die Testergebnisse - negative wie positive - dürfen nur persönlich, nicht brieflich oder telefonisch mitgeteilt werden.
- Die Mitteilung des Testergebnisses muß mit einem ausführlichen Beratungsgespräch verbunden sein.

Die örtlichen AIDS-Hilfen können darüber Auskunft geben, wo der Test sachgemäß durchgeführt wird.

Unabhängig davon, ob der Test gemacht wurde oder nicht und unabhängig vom Testergebnis gilt: In Risikosituationen kann man sich schützen.

Das Bild der HIV-Infektion hat sich in den letzten Jahren gewandelt. Der medizinische Fortschritt ermöglicht es heute vielen HIV-Positiven, weitaus länger zu leben als noch vor einiger Zeit. Die enge Verknüpfung „HIV = AIDS = Tod“ hat sich dadurch gelockert.

Viele Betroffene erleben das HIV-positive Testergebnis als tiefen Einschnitt in ihrem Leben. Ängste kommen auf vor Krankheit, Schmerzen und einem möglicherweise frühen Tod, aber auch vor den Reaktionen von Freunden und Angehörigen, des gesellschaftlichen Umfelds. HIV-Positive treffen immer noch recht oft auf Unverständnis und Ablehnung. Nicht genug, daß die eigenen Ängste und Probleme bewältigt sein wollen; viele HIV-Positive müssen sich auch noch mit denen des sozialen Umfeldes herumschlagen.

Oft schafft man es nicht aus eigener Kraft, das positive Testergebnis zu verarbeiten. Das ist verständlich. Sich bewußt mit seinen Ängsten auseinanderzusetzen, kann sehr schmerzhaft sein. Mit Menschen des Vertrauens über Angst, Verzweiflung und Trauer zu sprechen, kann sehr hilfreich sein. Die AIDS-Hilfen machen verschiedene Angebote zur Unterstützung bei der Bewältigung des Testergebnisses, z.B. Beratung und Positiven-Gesprächsgruppen (Adressen siehe „AIDS-Hilfe-Organisationen in Deutschland“).

Es gibt zwar noch kein Mittel, das die HIV-Infektion rückgängig machen oder gänzlich ausheilen könnte. Und es gibt auch keine allgemeingültigen Rezepte für Verhaltensweisen, die ein möglichst langes Leben mit dem Virus garantieren könnten. Dagegen liegen jede Menge Erfahrungen vor, die belegen, daß es auch mit HIV möglich ist, ein gutes und erfülltes Leben zu führen. Die HIV-Infektion sollte also kein Grund sein, zu resignieren und in die Einsamkeit zu flüchten.

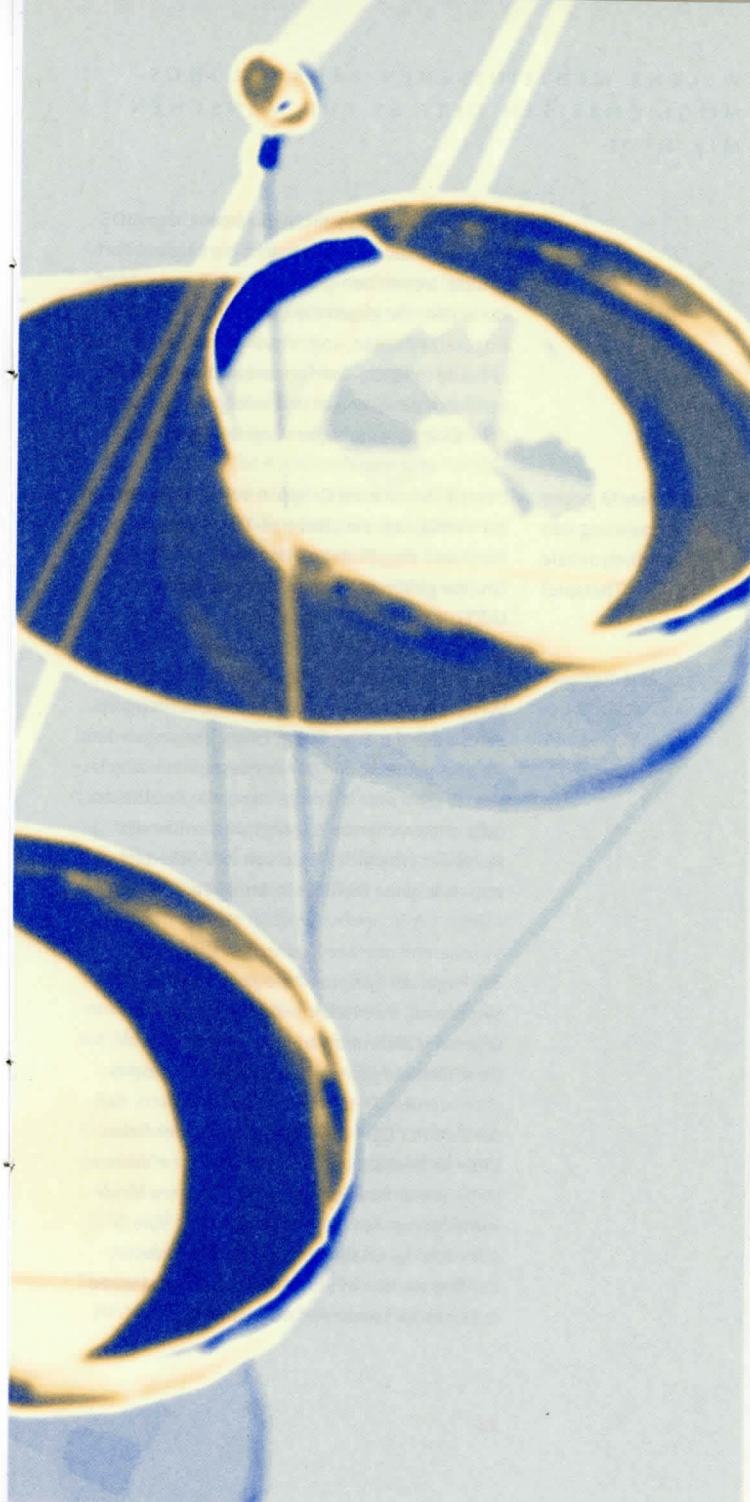
Jeder geht anders mit seiner HIV-Infektion um, und für jeden bedeutet Lebensqualität etwas anderes. Hier gilt es, einen eigenen Weg zu finden. Wichtig ist, sich ein gewisses Maß inneren Gleichgewichts zu schaffen, um Entscheidungen für die Zukunft treffen zu können.

Viele der bekannten Empfehlungen für eine gesunde Lebensführung können selbstverständlich auch bei HIV-Infektion gelten, z.B. sich Entlastung zu schaffen und ausreichend zu schlafen. Vor allem eine gute und ausgewogene Ernährung kann viel dazu beitragen, den Körper und das Immunsystem zu stabilisieren. Die neuesten Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft zeigen, daß es schon in der Frühphase der HIV-Infektion wichtig ist, gut zu essen und einem Gewichtsverlust vorzubeugen. Was den Genuß von Alkohol, Nikotin und Drogen anbelangt, sollte jeder für sich abwägen, was und wieviel ihm guttut.

Sexualität ist ein wichtiger Bestandteil des Lebens. In der ersten Zeit haben viele HIV-positive Männer und Frauen Schwierigkeiten mit dem Sex. Die Tatsache, sich beim Sex angesteckt zu haben und dabei auch andere anstecken zu können, kann belasten. Sexuelle Abstinenz ist mit Sicherheit kein geeigneter Weg, um sexuelle Probleme zu bewältigen. Viel besser ist es, entsprechende Hilfsangebote zu nutzen. Beratung und Gesprächsgruppen zum Thema Sexualität bieten z.B. die AIDS-Hilfen an.

*Ein HIV-positives
Testergebnis bedeutet
nicht gleich Krankheit,
nicht gleich Sterben,
nicht gleich Tod.
Auch mit HIV ist ein
erfülltes Leben möglich.*

Die Angst, andere anstecken zu können, läßt sich durch Safer Sex stark verringern. Safer Sex kann aber auch eine Strategie beim Sex zwischen HIV-Positiven sein, um eine Ansteckung mit anderen sexuell übertragbaren Krankheitserregern, vor allem Hepatitis B, zu verhindern. Impfungen gegen Hepatitis A und B empfehlen sich auch für HIV-Positive.



WELCHE MEDIZINISCHEN BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN GIBT ES FÜR MENSCHEN MIT HIV?

Bisher gibt es noch kein Medikament, das AIDS heilen könnte. Dennoch macht die Medizin Fortschritte. Inzwischen gibt es eine Reihe von Medikamenten, die gegen die Vermehrung von HIV eingesetzt werden, sog. Virushemmer. Zudem ist es heute möglich, viele opportunistische Infektionen rasch zu erkennen und erfolgreich zu behandeln. Einigen kann sogar vorgebeugt werden.

Medikamente gegen die Vermehrung von HIV (antiretrovirale Therapie)

Derzeit stehen zwei Gruppen von Medikamenten zur Verfügung: die „Reverse-Transkriptase-Hemmer“ und die „Protease-Hemmer“. Zur ersten Gruppe gehören die Medikamente Retrovir® (AZT), Videx®(DDI), Hivid®(ddC), Eпивir®(3TC) und Zerit® (d4T), zur zweiten Invirase®(Saquinavir), Crixivan®(Indinavir) und Norvir®(Ritonavir). Weitere Medikamente und Medikamentengruppen sind in der Erprobung. Einige der genannten Medikamente sind in der Bundesrepublik zugelassen. Andere sind über internationale Apotheken oder entsprechende Zugangsprogramme der Hersteller erhältlich. Ärzte von HIV-Schwerpunktpraxen können hierüber informieren.

Virushemmende Medikamente verlängern in der Regel die symptomfreie Zeit oder bessern Symptome. Ihre Nebenwirkungen sind sehr unterschiedlich und variieren je nach Patient. Sie sollten auf jeden Fall mit dem Arzt besprochen werden. Die Medikamente bewirken, daß die Zahl der CD4-Zellen zu- und die der freien Viren im Blut abnimmt: Zeichen für eine verbesserte Immunfunktion und eine geringere Virusvermehrung. Auf diese Weise soll das Vorschreiten der Erkrankung gebremst werden. Zur Zeit werden in Studien mehrere Substanzen miteinander kombiniert oder abwechselnd

verabreicht. Einiges spricht dafür, daß sich dadurch ihre Wirkungen noch steigern lassen. Wie sich erwiesen hat, ist es weitaus besser, die antiretrovirale Therapie mit einer Kombination verschiedener Medikamente zu beginnen als mit nur einem Medikament. Nach heutigem Kenntnisstand ist die Wirkungsdauer dieser Medikamente allerdings begrenzt. Zur Zeit wird untersucht, durch welche Kombinationen und Kombinationsfolgen sich die Wirkungsdauer weiter verlängert. Neuere Studien belegen, daß sich durch Kombinationstherapien, zum richtigen Zeitpunkt eingesetzt, die Lebenserwartung individuell steigern läßt.

Der bisher häufigsten opportunistischen Infektion, der Pneumocystis carinii Pneumonie (PcP), kann durch die Einnahme oder das Inhalieren von Medikamenten vorgebeugt werden. Sie werden dann angewendet, wenn die Gefahr einer PcP am höchsten ist, also bei einem schweren Immundefekt (z.B. Zahl der CD4-Zellen unter 200 pro Mikroliter Blut). Auch gegen Toxoplasmose oder Kryptokokkose ist eine Vorbeugung möglich.

Medikamente gegen opportunistische Infektionen

Gegen Infektionen mit Pilzen, Bakterien oder Parasiten gibt es inzwischen zahlreiche gut wirksame Medikamente. Gegen einige Infektionen gibt es bisher nur experimentelle Therapieansätze.

Opportunistische Infektionen bedürfen der fachgerechten Behandlung durch spezialisierte Ärzte.

Wichtig ist, sie frühzeitig zu erkennen. Es empfiehlt sich deshalb, bei Beschwerden und Veränderungen frühzeitig zum Arzt zu gehen. Über Therapien bei AIDS informieren Beratungsstellen, HIV-Schwerpunktpraxen oder die Fachliteratur.

Der Zugang zur vorbeugenden Behandlung wird derzeit von einem positiven HIV-Antikörpertest-Befund und bestimmten Blutwerten (sog. Immunstatus) abhängig gemacht.

Bei der Feststellung des Immunstatus kommt es insbesondere auf die Veränderung der CD4-Zellzahl pro Mikroliter Blut an. Deshalb werden diese Blutwerte meist in regelmäßigen Abständen wiederholt ermittelt. Eine neue diagnostische Methode ist die Bestimmung der Zahl freier Viren im Blut (sog. Viruslast). Sie liefert wichtige Hinweise für die Therapieentscheidung. Sie kann auch schnell zeigen, ob eine antiretrovirale Therapie anspricht oder nicht. Grundlage für Therapieentscheidungen sollte nie ein einzelner Laborwert sein. Erst mehrere Untersuchungen ergeben ein Gesamtbild.

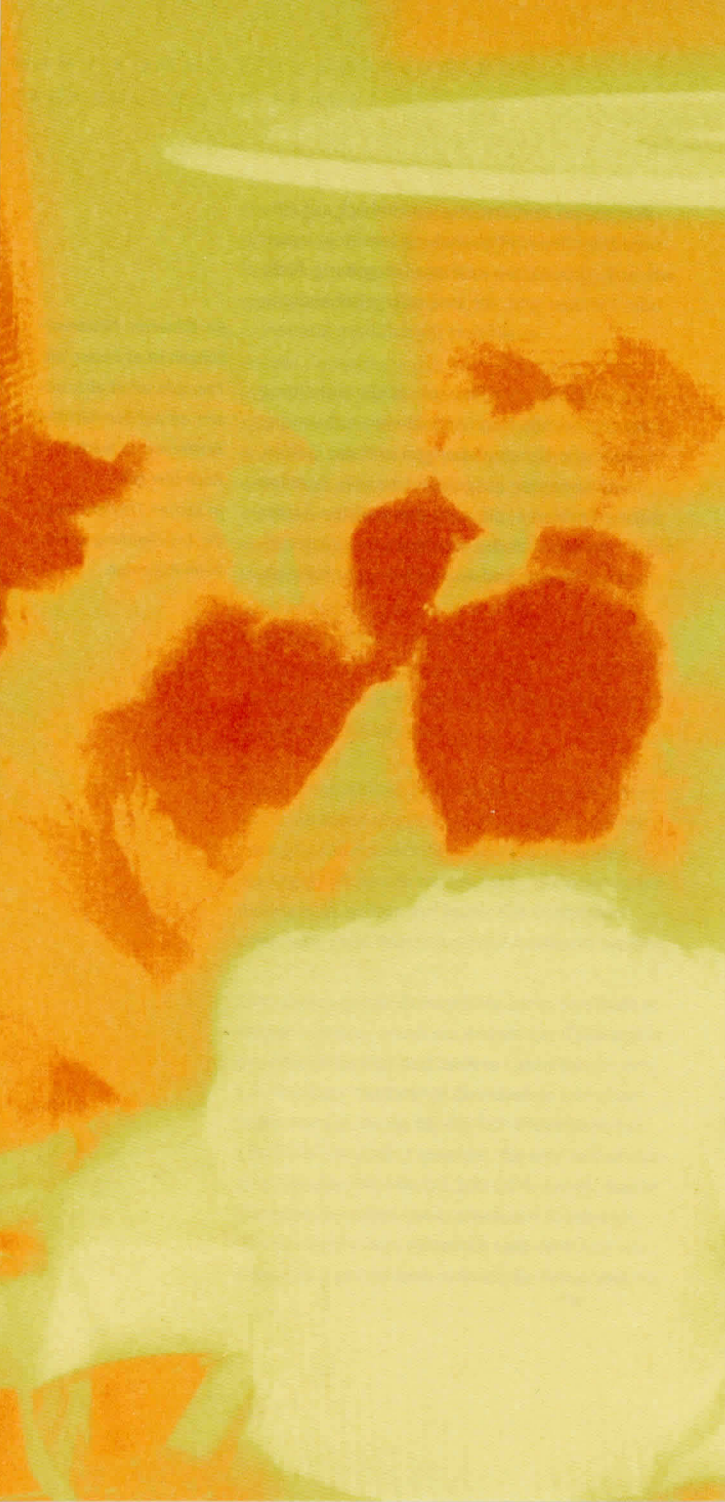
Das Warten auf die Befunde ist psychisch belastend. Einzelne ungünstige Blutwerte, die sehr entmutigend sein können, sind jedoch ohne Aussagekraft. Immunstatuswerte, die unerwartet niedrig sind, sollten auf jeden Fall kontrolliert oder nach zwei Wochen erneut bestimmt werden.

Eine vorbeugende Behandlung sollte ernsthaft erwogen werden, wenn die Anzahl der CD4-Zellen pro Mikroliter Blut und andere Labormessungen, z.B. Viruslast, bestimmte Grenzwerte erreichen. Diese werden heute für die Pcp-Prophylaxe bei z.B. 200 CD4-Zellen gesehen, für eine antiretrovirale Therapie bei 500 bis 200 CD4-Zellen. Solche Grenzwerte stellen keine absoluten Richtwerte dar. Sie bieten dem Patienten und dem Arzt nur Anhaltspunkte für eine individuelle Entscheidung.

Wer seinen Immunstatus im Hinblick auf eine medizinische Frühbehandlung ermitteln lassen will, sollte klären, wo in seiner Umgebung Ärzte oder Kliniken sind, die eine solche Behandlung qualifiziert durchführen können.

Für den Erfolg einer Therapie ist die Einhaltung der therapeutischen Maßnahmen notwendig. Körperliche Nebenwirkungen und das Gefühl, Medikamenten ausgeliefert zu sein, bereiten häufig Probleme, die auch den meisten Ärzten nicht unbekannt sind. Ein offenes Gespräch zwischen Patient und Arzt ist hier sehr hilfreich.

Bei schweren Nebenwirkungen ist es besser, die Therapie sofort abzusetzen, als auf den nächsten Arzttermin zu warten. Auch hier gilt: In Sachen Therapie liegt die Entscheidung allein beim Patienten.



AIDS berührt Themen wie Sex zwischen Männern, Sex außerhalb fester Zweierbeziehungen, Gebrauch illegaler Drogen, Sterben und Tod. Themen, die gerne verdrängt werden, weil sie unbequem sind, moralisch verwerflich erscheinen oder bedrohlich wirken. Die Menschen mit AIDS werden häufig im gleichen Lichte wahrgenommen, manchmal sogar von Angehörigen, Freunden und Bekannten. So kommt es vor, daß Eltern ihre erkrankten Kinder verlassen, daß Angehörige der Krankheit nach außen hin einen weniger anrühigen Namen geben, daß sie alles fernzuhalten oder zu verdrängen versuchen, was irgendwie mit der Lebensweise des Sohnes, der Tochter, des Lebenspartners zu tun hat.

* Für Angehörige ist es verständlicherweise schwierig, sich mit der Diagnose AIDS und - wie es häufig geschieht - zugleich mit der bisher verschwiegenen oder verdrängten Homosexualität des Erkrankten auseinanderzusetzen zu müssen. Andererseits überlegen Schwule sich meist sehr genau, wem gegenüber sie sich als solche zu erkennen geben. Wer sich aus der Enge des Elternhauses in das schwule Großstadtleben befreit und nur losen Kontakt zu den Eltern hat, sieht vielleicht keinen Grund, sich ihnen mitzuteilen. Und am Arbeitsplatz gegenüber Chef und Kollegen selbstbewußt schwul aufzutreten, kann durchaus folgenreich sein.

Diskriminierung läuft dabei nicht immer offen ab. Lange Zeit sind Homosexuelle auf fast allen gesellschaftlichen Ebenen „übersehen“ worden, was der heterosexuellen Mehrheit kaum aufgefallen ist. Das hat sich inzwischen geändert: Wie Homosexuelle leben und lieben ist heute ein

Modethema der Medien. Dabei geht es nicht immer darum, die Akzeptanz von Homosexualität zu fördern. Oft sind Voyeurismus und Sensationslust im Spiel. Nicht zuletzt sorgen die heterosexuellen Leitbilder in Werbung, Film, Literatur und Erziehung dafür, daß Homosexualität nach wie vor im Lichte des Fremden, weit Entfernten, bestenfalls Exotischen erscheint. Angesichts dieser „Heterowelt“ gibt es für Homosexuelle kaum Orientierungshilfe für Selbstfindung und Lebensplanung.

Schwule und Lesben treten immer wieder an die Öffentlichkeit und fordern gesellschaftliche Akzeptanz. Es gilt anzuerkennen: Homosexualität steht gleichberechtigt neben anderen sexuellen Verhaltensweisen. Und sie ist weiter verbreitet, als oft angenommen wird. Homosexuelle Jugendliche, Männer und Frauen begegnen uns in allen Lebensbereichen: als Mitschüler, Arbeitskollegen, Nachbarn, Angehörige und Freunde.

* Wer illegale Drogen, z.B. Heroin oder Kokain, nimmt, ist nicht zwangsläufig süchtig. Nicht jedes Ausprobieren führt unweigerlich in die Abhängigkeit. Wer aber abhängig ist, kann sich sehr schnell in einem Teufelskreis finden: Drogenhunger oder Entzugserscheinungen, Beschaffungskriminalität und -prostitution, polizeiliche Verfolgung, Haftstrafen, Therapieversuche, Rückfälle. Das Leben auf der Szene bestimmen außerdem die Abhängigkeit vom Dealer und der Drogenmafia sowie Schwankungen in Angebot und Zusammensetzung des Stoffs.

Verelendung, Obdachlosigkeit, schlechte Ernährung und hohe Sterblichkeit sind vor allem Folge der sozialen Diskriminierung der Drogengebraucher und der Kriminalisierung des Drogengebrauchs. Das gilt auch für den prekären gesundheitlichen Zustand, der sich nicht nur an der Häufigkeit der HIV-Infektionen und AIDS-Erkrankungen ablesen läßt.

Wer Drogen injiziert, ist oft gezwungen, dies unter unhygienischen Bedingungen und Streß zu tun. Verunreinigte Spritzbestecke, aber auch mißglückte oder riskante Injektionen sind Ursache vieler Erkrankungen wie Venenentzündungen, Abszesse und Thrombosen. Bei weiblichen wie auch männlichen Drogengebern, die der Beschaffungsprostitution nachgehen, sind Geschlechtskrankheiten keine Seltenheit; denn ihre Notsituation nutzen die Freier oftmals dazu aus, sie zum Sexualverkehr ohne Kondom zu drängen. Häufig sind außerdem Vergiftungen durch der Droge hinzugefügte Streckmittel und Mehrfachabhängigkeit (z.B. von Heroin, Kokain, Alkohol, Barbituraten).

Häufig wird angenommen, es gebe für Drogengebraucher nur die Alternativen „Abstinenz durch Therapie oder Tod durch die Droge“. Tatsache ist, daß viele im Laufe der Zeit aus der Sucht „herauswachsen“ und den Drogengebrauch von selbst aufgeben. Tatsache ist auch, daß die Behandlung mit Ersatzstoffen für immer mehr Betroffene den Weg aus Illegalität und Drogenelend zurück in die Gesellschaft eröffnet.

Der zunehmend stärker werdende Überlebenswille in der Szene hat inzwischen zu einem Netzwerk von Selbsthilfe geführt, das Dachorganisation wie auch regionale Mitgliedsgruppen kennt: JES ist ein Bündnis von Junkies, Ex-Junkies und Substituierten, das den Erfahrungsaustausch in der Szene fördert und konkrete Hilfen anbietet. Darüber hinaus formuliert JES gegenüber der Drogen- und Gesundheitspolitik das Recht der Betroffenen auf menschenwürdige Lebensbedingungen.

* Im Justizvollzug verschärft sich die Situation drogengebrauchender Menschen. Es gibt Drogen, aber kaum Spritzbestecke. Homosexuelle Kontakte zwischen Männern sind gang und gäbe, Kondome hingegen Mangelware. Angst und Mißtrauen kennzeichnen die Gefängnisatmosphäre und erschweren die so dringend nötige Aufklärung und Beratung. Zudem kommt es immer noch vor, daß Inhaftierte ohne deren ausdrückliche Zustimmung getestet werden, daß Menschen mit HIV abgesondert und von gemeinsamen Aktivitäten und Arbeiten ausgeschlossen werden. Die medizinische und psychosoziale Betreuung von Gefangenen mit AIDS ist häufig unzureichend. Und immer noch kommt es vor, daß Menschen mit AIDS im Gefängnis sterben.

* Die Zahl der infizierten Frauen und Männer, die aus keiner der genannten Gruppen kommen, ist vergleichsweise gering. Anders als etwa Schwule oder Junkies eint sie weder das Bewußtsein, einer Minderheit anzugehören, noch die damit verbundene Erfahrung, diskriminiert oder verfolgt zu werden. Wenn der familiäre Rückhalt

fehlt, gibt es meist keine „Ersatzfamilie“ wie etwa bei homosexuellen Betroffenen in den Großstädten. Als vereinzelte Infizierte in der sog. Normalbevölkerung sehen sie sich mit ihren Problemen recht oft alleingelassen. Die Angst vor der ungewohnten Erfahrung, einer Randgruppe zugerechnet und ausgegrenzt zu werden, macht es ihnen besonders schwer, „offen positiv“ zu leben. Manche verschweigen die Infektion, um Kinder und Familie vor Diskriminierung zu schützen.

Das unter dem Dach der D.A.H. entstandene bundesweite „Netzwerk Frauen und AIDS“ bietet infizierten Frauen Unterstützung und vertritt deren Interessen. Es setzt ein Zeichen gegen Schweigen und Vereinzelung, für gegenseitige Hilfe und Solidarität.

* Gesundheit und Krankheit umfassen nach heutigem Verständnis körperliche, seelische und soziale Aspekte. Sie hängen ab vom Grad der Zufriedenheit, von sozialen Beziehungen, von Ernährung, Wohnung, Arbeit, der Zuwendung durch Mitmenschen.

Wenn Menschen Angst haben müssen, abgelehnt oder bestraft zu werden, weil sie schwul sind oder Drogen gebrauchen, wenn sie befürchten müssen, aufgrund ihrer HIV-Infektion gemieden oder abgesondert zu werden, fällt es ihnen schwer, Selbstwertgefühl zu entwickeln. Wer sich hingegen akzeptiert weiß und eine Zukunft für sich sieht, wird sich und seinem Leben einen hohen Wert beimessen. Dem wird es auch leichterfallen, sich selbst und das Leben anderer zu schützen. Nötig ist deshalb ein gesellschaftliches Klima ohne Angst und Zwang, ein Klima, das eine Vielzahl von Lebensstilen zuläßt.

* HIV-Infektionen können verhindert werden - wenn der einzelne über die hierfür nötigen Mittel verfügt. Drogengebraucher können nur dann saubere Spritzbestecke benutzen, wenn diese ohne Schwierigkeiten erhältlich sind. Deshalb geben immer mehr Drogenberatungsstellen und AIDS-Hilfen kostenlos Spritzbestecke aus oder stellen Spritzenautomaten auf. Die Angebote zur Behandlung der Drogenabhängigkeit müssen ausgebaut und ergänzt werden. So ist die Substitution mit Methadon und Codein für alle zugänglich zu machen, die sie wünschen. Daneben sollte es auch in Deutschland möglich werden, Modellprogramme zur Vergabe von Originalstoff (reines Heroin auf Rezept) durchzuführen.

All dies sind Angebote, die unmittelbar der Erhaltung von Gesundheit und Leben dienen. Sie sind einzubetten in ein Beratungs- und Betreuungsnetz, das drogenabhängige Menschen akzeptiert und auf dieser Basis medizinische und soziale Hilfen sicherstellt. Wichtig sind außerdem der Aufbau von Treffpunkten, die gemeinsame Aktivitäten ermöglichen und Selbsthilfe fördern, sowie Modellprojekte zur stufenweisen Integration in das Arbeitsleben.

* Auch im Justizvollzug ist die Vergabe von sterilen Spritzbestecken und von Kondomen Gebot der Stunde. Die inzwischen in einigen Haftanstalten angelaufenen Modellversuche zur Spritzenvergabe weisen den richtigen Weg. Für Inhaftierte mit HIV muß ein umfassendes Beratungs- und Betreuungsangebot bereitstehen. Daher müssen Mitarbeiter von AIDS- und Drogenhilfen ungehinderten Zugang zu Haftanstalten haben. Inhaftierten Betroffenen muß es außerdem möglich sein, Ärzte ihres Vertrauens außerhalb der Anstalt aufzusuchen. Um zu verhindern, daß Menschen im Gefängnis an AIDS sterben, sollte von der Möglichkeit der Haftverschonung (Aussetzung der Strafe zur Bewährung oder Erlaß der Reststrafe) Gebrauch gemacht werden.

Der HIV-Antikörpertest darf nur mit dem Einverständnis der Inhaftierten und der garantierten Schweigepflicht des Arztes durchgeführt werden. Die Weigerung, sich einem Test zu unterziehen, darf nicht mit Nachteilen verknüpft sein.

* Für infizierte Frauen und Männer außerhalb der Hauptbetroffenengruppen mangelt es an Beratungs- und Betreuungsangeboten, die auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. Besondere Probleme ergeben sich für Frauen/Paare bei Kinderwunsch und Schwangerschaft. Hier bedarf es gezielter sozialer und psychosozialer Hilfsangebote, um die Schwangerschaft bewältigen und später mit dem Kind zusammenleben zu können. Für Kinder, die nicht von ihren Müttern/Eltern aufgezogen werden, müssen Betreuungsmöglichkeiten geschaffen werden. Pflegeeltern oder einzelne Pflegepersonen werden den Bedürfnissen betroffener Kinder am ehesten gerecht.

* Menschen mit HIV und AIDS haben ein Recht auf Ausbildung, Arbeit, Wohnung, materielle Sicherung, angemessene medizinische Versorgung, ein Recht auf gelebte Sexualität. Sie haben ebenso ein Recht auf Betreuung durch Menschen ihres Vertrauens. Wenn dies gesichert ist, kann verhindert werden, daß Menschen mit HIV und AIDS vereinsamen und verelenden. Wenn es gelingt, unbegründete Ängste vor Ansteckung abzubauen und Vorurteile gegenüber Minderheiten zu überwinden, kann die Gesellschaft nicht durch AIDS gespalten werden.

Die Deutsche AIDS-Hilfe leistet Präventionsarbeit. Bei HIV und AIDS heißt das: in den Hauptbetroffenengruppen Wissen und Fähigkeiten zum Infektionsschutz fördern, Infizierte in ihrem Leben mit dem Virus unterstützen, Erkrankten eine hohe Lebensqualität sichern. Die Deutsche AIDS-Hilfe nimmt dabei das Verhalten einzelner und ganzer Gruppen genauso in den Blick wie die Verhältnisse (Strukturen), in denen sie leben. Denn was der einzelne zu seiner Gesundheit beitragen kann, hängt stark ab vom sozialen Umfeld und der Gesellschaft.

Und hier setzt die Deutsche AIDS-Hilfe mit ihrem Konzept der „strukturellen Prävention“ an: Sie richtet ihre Angebote zu gesundheitsförderndem Verhalten an den Lebenswelten von Individuen und Gruppen aus. Sie fördert Selbsthilfe und bietet Menschen mit HIV und AIDS vielfältige Möglichkeiten zur Selbstorganisation. Sie zeigt auf, wo Politik und Gesellschaft Gesundheitsförderung behindern und mahnt entsprechende Veränderungen an. Sie widersetzt sich dem Sozialabbau und der Entsolidarisierung in Staat und Gesellschaft. Sie engagiert sich für die Humanisierung des Gesundheitswesens, für eine Pflege und Versorgung, die sich an den Rechten und Bedürfnissen der Patienten orientiert. Sie tritt ein für Menschenwürde und gesellschaftliche Akzeptanz, stellt sich gegen Diskriminierung und Ausgrenzung.

Die Deutsche AIDS-Hilfe - das sind über 120 örtliche AIDS-Hilfe-Organisationen. In ihrer Bundesgeschäftsstelle in Berlin sind überregionale Aufgaben angesiedelt. Hier werden Arbeits- und Bildungskonzepte entwickelt und in Projekte

- z.B. Seminare, Printmedien - umgesetzt. Hier ist die Schaltstelle für die Kommunikation mit Politik, Verwaltung, Medienöffentlichkeit und Verbänden auf Bundesebene.

Die AIDS-Hilfen leisten die praktische Arbeit vor Ort. Zu ihren Aufgaben zählen:

- Einrichtung von Selbsthilfe- und Gesprächsgruppen für Menschen mit HIV und AIDS, für ihre Partner, Freunde und Angehörigen
- Verteilung von Informationsmaterialien
 - Information und Beratung in der Schwulenszene (Bars, Kneipen, Saunen), in der Drogenszene, im Prostituierten- und Strichermilieu
 - Betreuung zu Hause, im Krankenhaus, im Justizvollzug, in Drogentherapieeinrichtungen
 - ambulante Pflege
 - telefonische und persönliche Beratung
- Aufklärungs- und Fortbildungsveranstaltungen für verschiedene Bevölkerungs- und Berufsgruppen
- Presse- und Öffentlichkeitsarbeit auf örtlicher Ebene.

Die örtlichen AIDS-Hilfen geben gerne Auskunft über ihre Angebote. Adressen und Telefonnummern siehe Liste der AIDS-Hilfe-Organisationen.

**Broschüren, Faltblätter
(nach Themen oder Zielgruppen)**

Medizin Klinische Studien · Unkonventionelle Medizin
bei HIV und AIDS · Therapien bei AIDS
(Loseblattsammlung)

Ernährung Essen mit Lust. Appetitmacher für Menschen mit
HIV und AIDS · Vitamine, Vitamine

Pflege Menschen mit AIDS zu Hause pflegen. Tips für
Freunde und Angehörige · Menschen mit AIDS
und die Pflegeversicherung. Ein Ratgeber · Das
bißchen Haushalt. Informationen zur hauswirt-
schaftlichen Versorgung

Psychosoziales AIDS und die Angst · Ich ließ dich los nach ein
paar schönen Jahren. Vom Sterben, Trauern und
vom Tod · Vorsorge für den Todesfall

*homo- und bisexuelle
Männer* Verliebte Jungs · Partnerschaften · Familienbande ·
Safer Sex · Fairplay · Bisexualität ist eine Möglich-
keit

*drogengebrauchende
Frauen und Männer* Safer Use - Weniger Risiko beim Spritzen ·
Safer Work · Mein Partner drückt. Und was ist mit
AIDS?

Frauen mit HIV und AIDS Frau. Mutter. Positiv · Frauen mit HIV und AIDS.
Ein medizinischer Ratgeber · Wir sind da. Weiblich
und positiv · Wir machen Sex zum Thema

Menschen in Haft Positiv, was nun? Ein Ratgeber für Menschen mit
HIV/AIDS in Haft

Allgemeinbevölkerung Safer Sex · Im Zeichen des Regenbogens - AIDS
und Familie · Gemeinsame Rechte, gemeinsame
Verantwortung

Buchpublikationen

Selbsthilfehandbuch für Menschen mit HIV ·
Beratungsführer Drogen und AIDS

Periodika

aktuell. Das Magazin der Deutschen AIDS-Hilfe ·
AIDS-Forum D.A.H. · AIDS Treatment News ·
Med Info

Eine detaillierte Bestellliste kann bei der
Deutschen AIDS-Hilfe angefordert werden.

AIDS-Hilfe Aachen e.V.

Zollernstr. 1
D 52070 Aachen
Tel.: 0241/532558
Fax: 0241/902232
Beratung: 0241/19411

**AIDS-Hilfe Ahaus &
Westmünsterland e.V**

Windmühlentor 6
D 48683 Ahaus
Tel.: 02561/67192
Fax: 02561/67192
Beratung: 02561/19411

AIDS-Hilfe Ahlen e.V.

Königstr. 9
D 59227 Ahlen
Tel.: 02382/3193
Fax: 02382/81179
Beratung: 02382/19411

Augsburger AIDS-Hilfe e.V.

Morellstr. 24
D 86159 Augsburg
Tel.: 0821/585908
Fax: 0821/585905
Beratung: 0821/19411

HIV e.V.

Lilienthalstr. 28
D 10965 Berlin
Tel.: 030/6918033
Fax: 030/6943349

jederMann e.V.

Prenzelberger AIDS Projekt
Greifenhagener Str. 6
D 10437 Berlin
Tel.: 030/4441764
Fax: 030/4456000
Beratung: 030/4446655

pluspunkt Berlin e.V.

Ueckermünder Str. 1a
D 10439 Berlin
Tel.: 030/4458681
Fax: 030/4459608
Beratung: 030/4444412

Mann-O-Meter e.V.

Gay-Switchboard
Motzstr. 5
D 10777 Berlin
Tel.: 030/2169674
Fax: 030/2157078
Beratung: 030/2168008

**Kommunikations- und
Beratungszentrum
homosexueller Frauen
und Männer**

2 HH, 4. Etage
Kulmer Str. 20 a
D 10783 Berlin
Tel.: 030/2153742
Beratung Männer: - 9000
Beratung Frauen: - 2000

ad hoc e.V.

Chamissoplatz 5
D 10965 Berlin
Tel.: 030/6941260
Fax: 030/6941114

ziK zuhause im Kiez gGmbH

Gemeinnützige Gesellschaft zur
besseren Wohnraumversorgung
für Kranke und Hilfsbedürftige
Reichenberger Str. 130
D 10999 Berlin
Tel.: 030/6185036
Fax: 030/6186564

Berliner AIDS-Hilfe e.V.

Meinekestr. 12
D 10719 Berlin
Tel.: 030/885640-0
Fax: 030/885640-25
Beratung: 030/19411

FIXPUNKT e. V.

Verein für suchtbegleitende
Hilfen e.V
Graefestr. 18
D 10967 Berlin
Tel.: 030/6929198

SUBWAY Berlin e.V.

Nollendorfstr. 31
D 10777 Berlin
Tel.: 030/215 57 59

Familien-AIDS-Forum e.V.

Bredowstr. 14
D 10551 Berlin
Tel.: 030/3967505
Fax: 030/3967801

AIDS-Hilfe Bielefeld e.V.

Artur-Ladebeck-Str. 26
D 33602 Bielefeld
Tel.: 0521/133388
Fax: 0521/133369
Beratung: 0521/19411

AIDS-Hilfe Bochum e.V.

Bergstr. 115
D 44791 Bochum
Tel.: 0234/51910
Fax: 0234/51919
Beratung: 0234/19411

AIDS-Hilfe Bonn e.V.

Weberstr. 52
D 53113 Bonn
Tel.: 0228/219021
Fax: 0228/219024
Beratung: 0228/19411

DASB Drogen und AIDS

Selbsthilfe e.V. Bonn
Bonner Talweg 119
D 53113 Bonn
Tel.: 0228/211011
Fax: 0228/262670

Humanitas e.V.

**Gefangenen- und AIDS-Hilfe
Brandenburg**
Geschwister-Scholl-Str. 20
D 14776 Brandenburg
Tel.: 03381/223917
Fax: 03381/223917

Braunschweiger AIDS-Hilfe e.V.

Echternstr. 15
D 38100 Braunschweig
Tel.: 0531/14141
Fax: 0531/14667
Beratung: 0531/19411

AIDS-Hilfe Bremen e.V.

Am Dobben 66
D 28203 Bremen
Tel.: 0421/71925
Fax: 0421/702012
Beratung: 0421/701313

**Rat&Tat Zentrum für
Homosexuelle e.V.**

Theodor-Körner-Str. 1
D 28203 Bremen
Tel.: 0421/700007
Fax: 0421/700009
Beratung: 0421/704170

Cellesche AIDS-Hilfe e.V.

Großer Plan 12
D 29221 Celle
Tel.: 05141/23646
Fax: 05141/23646
Beratung: 05141/19411

AIDS-Hilfe Chemnitz e.V.
Hauboldstr. 6
D 09111 Chemnitz
Tel.: 0371/415223
Fax: 0371/415223
Beratung: 0371/19411

AIDS-Hilfe Darmstadt
Saalbaustr. 27
D 64283 Darmstadt
Tel.: 06151/28073 -74
Fax: 06151/28076
Beratung: 06151/19411

AIDS-Hilfe Dortmund e.V.
Müllerstr. 15
D 44137 Dortmund
Tel.: 0231/16864
Fax: 0231/16865
Beratung: 0231/19411

AIDS-Hilfe Dresden e.V.
Florian-Geyer-Str. 3
D 01307 Dresden
Tel.: 0351/4416142
Fax: 0351/4416142
Beratung: 0351/4416141

**AIDS-Hilfe
Duisburg/Kreis Wesel e.V.**
Friedenstr. 100
D 47053 Duisburg
Tel.: 0203/666633
Fax: 0203/69984
Beratung: 0203/19411

AIDS-Hilfe Düsseldorf e.V.
Oberbilkler Allee 310
D 40227 Düsseldorf
Tel.: 0211/7260526
Fax: 0211/7260536
Beratung: 0211/19411

**Elterninitiative
HIV-betroffener Kinder e.V.**
Burscheiderstr. 33
D 40591 Düsseldorf
Tel.: 0211/767237
Fax: 0211/762104

**AIDS-Hilfe für die Kreise
Pinneberg und Steinburg e.V.**
Vormstegen 25
D 25336 Elmshorn
Tel.: 04121/65058
Fax: 04121/65058
Beratung: 04121/19411

AIDS-Hilfe Thüringen e.V.
Beratungs- und Geschäftsstelle Erfurt
Filßstr. 8
D 99089 Erfurt
Tel.: 0361/7312233
Fax: 0361/7312458
Beratung: 0361/19411

AIDS-Hilfe Essen e.V.
Varnhorststr. 17
D 45127 Essen
Tel.: 0201/236096-97
Fax: 0201/200235
Beratung: 0201/19411

AIDS-Hilfe Flensburg e.V.
Kompanietor Schiffb.12
D 24939 Flensburg
Tel.: 0461/25599
Fax: 0461/12450
Beratung: 0461/19411

AIDS-Hilfe Frankfurt e.V.
Friedberger Anlage 24
D 60316 Frankfurt
Tel.: 069/439704/05
Fax: 069/4980171
Beratung: 069/19411

AIDS-Hilfe Freiburg e.V.
Habsburgerstr. 79
D 79104 Freiburg
Tel.: 0761/276924
Fax: 0761/288112
Beratung: 0761/19411

**AIDS-Hilfe
Ansbach/Dinkelsbühl e.V.**
c/o Georg Großeibel
Raustetten 9
D 86742 Fremdingen
Tel.: 0981/88445

AIDS-Hilfe Fulda e.V.
Friedrichstr. 4
D 36037 Fulda
Tel.: 0661/77011
Fax: 0661/241011

AIDS-Hilfe Gelsenkirchen e.V.
Husemannstr. 39-41
D 45879 Gelsenkirchen
Tel.: 0209/25526
Fax: 0209/209166
Beratung: 0209/19411

AIDS-Hilfe Gießen e.V.
Diezstr. 8
D 35390 Gießen
Tel.: 0641/390226
Fax: 0641/394476
Beratung: 0641/19411

Positiv e.V.
Waldschlößchen
D 37130 Gleichen
Tel.: 05592/382
Fax: 05592/1792

**AIDS-Arbeitskreis
Göttinger AIDS-Hilfe e.V.**
Obere Karspüle 14
D 37073 Göttingen
Tel.: 0551/43735
Fax: 0551/41027
Beratung: 0551/19411

AIDS-Hilfe Hagen e.V.
Körner Str. 82
D 58095 Hagen
Tel.: 02331/338833
Fax: 02331/338833
Beratung: 02331/19411

AIDS-Hilfe Halberstadt e.V.
Finkestr. 7
D 38820 Halberstadt
Tel.: 03941/601666

AIDS-Hilfe Halle e.V.
Magdeburger Str. 34
D 06112 Halle/Saale
Tel.: 0345/230900
Fax: 0345/2309025

Palette Hamburg e.V.
Im Schanzenhof
Bartelsstr. 12
D 20357 Hamburg
Tel.: 040/4302777
Fax: 040/433096

**Hein & Fiete
Hamburgs schwuler Infoladen**
Kleiner Pulverteich 17-21
D 20099 Hamburg
Tel.: 040/240440
Fax: 040/240675
Beratung: 040/240333

AIDS-Hilfe Hamburg e.V.

-Struensee Centrum-
Paul-Roosen-Str. 43
D 22767 Hamburg
Tel.: 040/3196981
Fax: 040/3196984
Beratung: 040/19411

BASIS-Projekt e.V.

Ernst-Merck-Str. 9
D 20099 Hamburg
Tel.: 040/249694
Fax: 040/2802673

AIDS-Hilfe Hamm e.V.

Werler Str. 105
D 59063 Hamm
Tel.: 02381/5575
Fax: 02381/5576
Beratung: 02381/19411

Hannöversche AIDS-Hilfe e.V.

Johannsenstr. 8
D 30159 Hannover
Tel.: 0511/327771
Fax: 0511/327773
Beratung: 0511/19411

SIDA e.V.

**Soforthilfe und Information
durch Ambulante Versorgung**
Ferdinand-Wallbrecht-Str. 34
D 30163 Hannover
Tel.: 0511/624568
Fax: 0511/623944
Beratung: 0511/664630

AIDS-Hilfe Westküste e.V.

Große Westerstraße 30
D 25746 Heide
Tel.: 0481/7676
Fax: 0481/7676
Beratung: 0481/19411

AIDS-Hilfe Heidelberg e.V.

Untere Neckarstr. 17
D 69117 Heidelberg
Tel.: 06221/161700
Fax: 06221/168837
Beratung: 06221/19411

AIDS-Hilfe Unterland e.V.

Wilhelmstr. 3
D 74072 Heilbronn
Tel.: 07131/89064
Fax: 07131/89065
Beratung: 07131/19411

AIDS-Hilfe Herne e.V.

Hauptstr. 94
D 44651 Herne
Tel.: 02325/60990

Hildesheimer AIDS-Hilfe e.V.

Einumer Str. 74
D 31135 Hildesheim
Tel.: 05121/516612
Fax: 05121/510051
Beratung: 05121/19411

AIDS-Hilfe Kaiserslautern e.V.

Pariser Str. 23
D 67655 Kaiserslautern
Tel.: 0631/18099
Fax: 0631/10812
Beratung: 0631/19411

AIDS-Hilfe Karlsruhe e.V.

Sophienstr. 58
D 76133 Karlsruhe
Tel.: 0721/26424
Fax: 0721/25198
Beratung: 0721/19411

I.P.E Pflegeprojekt AIDS e.V.

Ostendorfplatz 3
D 76199 Karlsruhe
Tel.: 0721/882904
Fax: 0721/887658

AIDS-Hilfe Kassel e.V.

Frankfurter Str. 65
D 34121 Kassel
Tel.: 0561/283907
Fax: 0561/21917
Beratung: 0561/283908

AIDS-Hilfe Kiel e.V.

Knooper Weg 120
D 24105 Kiel
Tel.: 0431/569085
Fax: 0431/569087
Beratung: 0431/19411

AIDS-Hilfe Koblenz e.V.

Löhrstr. 53
D 56068 Koblenz
Tel.: 0261/16699
Fax: 0261/17235
Beratung: 0261/19411

AIDS-Hilfe Konstanz e.V.

Münzgasse 29
D 78462 Konstanz
Tel.: 07531/21113
Fax: 07531/15029
Beratung: 07531/19411

AIDS-Hilfe Krefeld e.V.

Nordwall 83
D 47798 Krefeld
Tel.: 02151/775020
Fax: 02151/786592
Beratung: 02151/19411

Junkie-Bund-Köln e.V.

Berliner Str. 98-100
D 51063 Köln
Tel.: 0221/622081

AIDS-Hilfe Köln e.V.

Beethovenstr. 1
D 50674 Köln
Tel.: 0221/202030
Fax: 0221/230325
Beratung: 0221/19411

**Schwule Initiative für
Pflege und Soziales**

Pipinstr. 7
D 50667 Köln
Tel.: 0221/92576869
Fax: 0221/92576845

AIDS-Hilfe Landau e.V.

Weißburger Str. 2b
D 76829 Landau
Tel.: 06341/88688
Fax: 06341/84386
Beratung: 06341/19411

AIDS-Hilfe Leipzig e.V.

Ossietzkystr. 18
D 04347 Leipzig
Tel.: 0341/2323126/7
Fax: 0341/2323126
Beratung: 0341/19411

AIDS-Hilfe Leverkusen e.V.

Lichstr. 36a
D 51373 Leverkusen
Tel.: 0214/401766
Fax: 0214/401766

AIDS-Hilfe Emsland e.V.

Konrad-Adenauer-Ring 13
D 49808 Lingen
Tel.: 0591/54121
Fax: 0591/54121
Beratung: 0591/19411

Lübecker AIDS-Hilfe e.V.

Ebeling-Haus
Engelsgrube 16
D 23552 Lübeck
Tel.: 0451/72551
Fax: 0451/7070218
Beratung: 0451/19411

**AIDS-Hilfe im
Märkischen Kreis e.V.**
Duisbergweg 3
D 58511 Lüdenscheid
Tel.: 02351/23202
Beratung: 02351/23202

AIDS-Hilfe Lüneburg e.V.
Am Sande 50
D 21335 Lüneburg
Tel.: 04131/403550
Fax: 04131/403505
Beratung: 04131/19411

AIDS-Hilfe Magdeburg e.V.
Weidenstr. 9
D 39114 Magdeburg
Tel.: 0391/541084911
Fax: 0391/541084915
Beratung: 0391/19411

AIDS-Hilfe Mainz e.V.
Hopfengarten 19
D 55116 Mainz
Tel.: 06131/222275
Fax: 06131/233874
Beratung: 06131/19411

**AIDS-Hilfe
Mannheim-Ludwigshafen e.V.**
L 10 / 8
D 68161 Mannheim
Tel.: 0621/28600
Fax: 0621/152764
Beratung: 0621/19411

AIDS-Hilfe Marburg e.V.
Bahnhofstr. 27
D 35037 Marburg
Tel.: 06421/64523
Fax: 06421/62414
Beratung: 06421/19411

**AIDS-Hilfe
Memmingen Allgäu e.V.**
Hallhof 5a
D 87700 Memmingen
Tel.: 08331/48457
Beratung: 08331/48457

**AIDS-Hilfe
Mönchengladbach/Rheydt e.V.**
Rathausstr. 13
D 41061 Mönchengladbach
Tel.: 02161/36033
Beratung: 02161/19411

Münchener AIDS-Hilfe e.V.
Lindwurmstr. 71-73
D 80337 München
Tel.: 089/5446470
Fax: 089/54464711
Beratung: 089/19411

AIDS-Hilfe Münster e.V.
Herwarthstr. 2
D 48143 Münster
Tel.: 0251/43031
Fax: 0251/43019
Beratung: 0251/19411

AIDS-Hilfe Neumünster e.V.
Wasbecker Str. 93
D 24534 Neumünster
Tel.: 04321/66866
Beratung: 04321/19411

AIDS-Hilfe Grafschaft Bentheim e.V.
Bentheimer Str. 35
D 48529 Nordhorn
Tel.: 05921/76590
Fax: 05921/76590
Beratung: 05921/19411

**AIDS-Hilfe
Nürnberg-Erlangen-Fürth e.V.**
Bahnhofstr. 13-15
D 90402 Nürnberg
Tel.: 0911/2309030
Fax: 0911/23090319
Beratung: 0911/19411

AIDS-Hilfe Oberhausen e.V.
Langemarkstr. 12
D 46045 Oberhausen
Tel.: 0208/806518
Fax: 0208/201221

AIDS-Hilfe Offenbach e.V.
Frankfurter Str. 48
D 63065 Offenbach
Tel.: 069/883688
Fax: 069/881043

AIDS-Hilfe Offenburg
Malergasse 1
D 77652 Offenburg
Tel.: 0781/77189
Fax: 0781/24063
Beratung: 0781/19411

Oldenburgische AIDS-Hilfe e.V.
Nadorster Str. 24
D 26123 Oldenburg
Tel.: 0441/883010
Fax: 0441/8850507
Beratung: 0441/19411

AIDS-Hilfe Kreis Olpe e.V.
Kampstraße 26
D 57462 Olpe
Tel.: 02761/40322
Beratung: 02761/19411

AIDS-Hilfe Osnabrück e.V.
Koksche Str. 4
D 49080 Osnabrück
Tel.: 0541/801024
Fax: 0541/804788
Beratung: 0541/19411

AIDS-Hilfe Paderborn e.V.
Riemekestr. 15
D 33102 Paderborn
Tel.: 05251/21959
Beratung: 05251/19411

AIDS-Hilfe Pforzheim e.V.
Frankstr. 143
D 75172 Pforzheim
Tel.: 07231/43330
Fax: 07231/468682
Beratung: 07231/19411

AIDS-Hilfe Potsdam e.V.
Berliner Str. 49
D 14467 Potsdam
Tel.: 0331/2801060
Fax: 0331/2801070
Beratung: 0331/19411

**POSITIV
AIDS-Hilfe Ravensburg e.V.**
Frauenstr. 1
D 88212 Ravensburg
Tel.: 0751/354072

AIDS-Hilfe Regensburg e.V.
Bruderwöhrdstr. 10
D 93055 Regensburg
Tel.: 0941/791266
Fax: 0941/7957767
Beratung: 0941/19411

AIDS-Hilfe Kreis Steinfurt e.V.
c/o Waltraud Rohlmann
Thiemauer 42
D 48431 Rheine
Tel.: 05971/54023
Fax: 05971/54004

**AIDS-Hilfe Rostock
in Rat und Tat e.V.**
Gerberbruch 13-15
D 18055 Rostock
Tel.: 0381/453156
Fax: 0081/453156

AIDS-Hilfe Saar e.V.
Nauwieser Str. 19
D 66111 Saarbrücken
Tel.: 0681/31112
Fax: 0681/34252
Beratung: 0681/19411

**AIDS-Hilfe
Kreis Siegen-Wittgenstein**
Sandstr. 12
D 57072 Siegen
Tel.: 0271/22222
Fax: 0271/54811

AIDS-Hilfe im Kreis Soest e.V.
Siechenstr. 9
D 59494 Soest
Tel.: 02921/2888

**AIDS-Hilfe Solingen
Regenbogen e.V.**
c/o DPWW
Weyerstr. 243-245
D 42719 Solingen
Tel.: 0212/332992
Fax: 0212/332992
Beratung: 0212/19411

AIDS-Initiative Starnberg
Joseph-Fischhaber-Str. 49a
D 82319 Starnberg
Tel.: 08151/2372

AIDS-Hilfe Stuttgart e.V.
Hölderlinplatz 5
D 70193 Stuttgart
Tel.: 0711/224690
Fax: 0711/2246999
Beratung: 0711/19411

AIDS-Hilfe Trier e.V.
Paulinstr. 114
D 54292 Trier
Tel.: 0651/25076
Fax: 0651/25595
Beratung: 0651/19411

**AIDS-Hilfe
im Rhein-Sieg Kreis e.V.**
Am Bürgerhaus 3
D 53840 Troisdorf
Tel.: 02241/78018
Fax: 02241/83605

**AIDS-Hilfe
Tübingen-Reutlingen e.V.**
Herrenberger Str. 9
D 72070 Tübingen
Tel.: 07071/440414
Fax: 07071/44437
Beratung: 07071/121-19411

**AIDS-Hilfe
Ulm/Neu-Ulm/Alb-Donau e.V.**
Furttenbachstr. 14
D 89077 Ulm (Donau)
Tel.: 0731/37331
Fax: 0731/9317527
Beratung: 0731/19411

AIDS-Hilfe im Kreis Unna e.V.
Wasserstr. 25
D 59423 Unna
Tel.: 02303/89605
Beratung: 02303/19411

AIDS-Hilfe Kreis Viersen e.V.
Lambersartstr. 29
D 41747 Viersen
Tel.: 02162/34987
Fax: 02162/34987
Beratung: 02162/19411

AIDS-Hilfe Weimar e.V.
Erfurter Str. 17
D 99423 Weimar
Tel.: 03643/61451
Fax: 03643/59636
Beratung: 03643/61451

AIDS-Hilfe Sylt e.V.
c/o Villa Nordfriesland
Bundiswung 9
D 25980 Westerland
Tel.: 04651/201775
Fax: 04651/7849
Beratung: 04651/19411

AIDS-Hilfe Wiesbaden e.V.
Karl-Gläsingstr. 5
D 65183 Wiesbaden
Tel.: 0611/309211
Fax: 0611/377213
Beratung: 06121/19411

**Wilhelmshavener
AIDS-Hilfe e.V.**
Bremer Str. 139
D 26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421/21149
Fax: 04421/27939
Beratung: 04421/19411

**AIDS-Hilfe
West-Mecklenburg e.V.**
Mühlenstr. 32
D 23966 Wismar
Tel.: 03841/214755
Fax: 03841/214755
Beratung: 03841/19411

AIDS-Hilfe Wolfsburg e.V.
Schachtweg 5a
D 38440 Wolfsburg
Tel.: 05361/13332
Beratung: 05361/19411

AIDS-Hilfe Wuppertal e.V.
Hofaue 9
D 42103 Wuppertal
Tel.: 0202/450004
Fax: 0202/452570
Beratung: 0202/19411

AIDS-Hilfe Würzburg e.V.
Grombühlstr. 29
D 97080 Würzburg
Tel.: 0931/22070
Fax: 0931/22070
Beratung: 0931/19411

**Zwickauer AIDS-Hilfe
„ZASA“ e.V.**
Hauptstraße 18-20
D 08056 Zwickau
Tel.: 0375/835365
Fax: 0375/835370
Beratung: 0375/293300

LABAS e.V.
Landesverband der Berliner AIDS-Selbsthilfegruppen e.V.
 Neue Bahnhofstr. 28, HH-Quer
 D 10245 Berlin
 Tel.: 030/2910099
 Fax: 030/2910083

Landesarbeitsgemeinschaft AIDS-Hilfen und Positivengruppen in Schleswig-Holstein
 c/o AIDS-Hilfe Flensburg
 Kompanietor Schiffbrücke 12
 D 24939 Flensburg
 Tel.: 0461/25599
 Fax: 0461/12450

Landesverband hessischer AIDS-Hilfen
 Friedberger Anlage 24
 D 60316 Frankfurt
 Tel.: 069/439796
 Fax: 069/440729

Landesverband der Niedersächsischen AIDS-Hilfen
 Obere Karspüle 14
 D 37073 Göttingen
 Tel.: 0551/45196
 Fax: 0551/41027

Arbeitsgemeinschaft hamburgische AIDS-Hilfen
 c/o Werner Borsbach
 Poolstr. 11
 D 20355 Hamburg
 Tel.: 040/340312
 Fax: 040/346204

Landesverband der AIDS-Hilfen NRW
 Hohenzollernring 48
 D 50672 Köln
 Tel.: 0221/253595
 Fax: 0221/252495

Landesarbeitsgemeinschaft der bayerischen AIDS-Hilfen
 Lindwurmstr. 71-73
 D 80337 München
 Tel.: 089/5446470
 Fax: 089/54464711

Landesverband der AIDS-Hilfen in Baden-Württemberg
 Frankstr. 143
 D 75172 Pforzheim
 Tel.: 07231/40110
 Fax: 07231/468682

Landesverband der AIDS-Hilfen in Rheinland-Pfalz e.V.
 c/o AIDS-Hilfe Trier
 Paulinstr. 114
 D 54292 Trier
 Tel.: 0651/25076
 Fax: 0651/25595

Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
 – Bundesgeschäftsstelle –
 Dieffenbachstraße 33
 D-10967 Berlin
 Telefon: 030/6 90 08 70
 Fax: 030/69 00 87 42
 keine Beratung