


# چگونه به ایدز مبتلا نشویم؟



کتابچه آموزشی برای جوانان و آموزشگران همسان  
نگارش دکتر امید زمانی

unicef 

صندوق کودکان ملل متحد (یونیسف)

زندگی مثبت ایرانیان 

موسسه زندگی مثبت ایرانیان

## بنام خداوند بخشنده مهربان

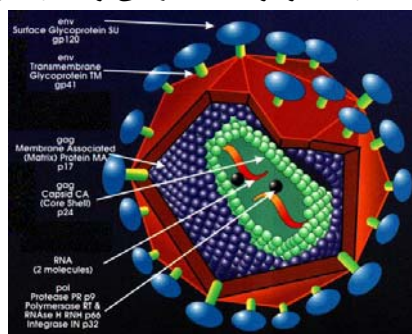
اچ.آی.وی/ایدز معضلی پزشکی است که ابعاد اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی آن بسیار گسترده‌اند. از آغاز کشف اولین مبتلایان آن در خرداد سال ۱۳۶۰ تاکنون در سراسر جهان بیش از ۶۳ میلیون نفر مبتلا شده‌اند و ۲۳ میلیون نفر فوت کرده‌اند. در حدود نیمی از کسانی که دچار ایدز هستند قبل از ۲۵ سالگی آلوده شده‌اند و بدون دارو اغلب قبل از ۳۵ سالگی می‌میرند. هر روز ۱۴۰۰۰ نفر جدید به مبتلایان اضافه می‌شود که نیمی زن هستند و نیز نیمی ۱۵ تا ۲۵ ساله هستند. زنان و دختران به دلایل زیستی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی بیش از مردان در معرض خطر ابتلاء و آسیب ناشی از ایدز هستند.



در کشور ما تعداد افراد مبتلای ثبت شده تا اول تیر ماه ۱۳۸۴ حدود ۱۱۲۲۰ نفر است که در طی سه سال گذشته حدود سه برابر شده است، و تخمین زده می‌شود که بین ۵۰ تا ۷۰ هزار نفر مبتلای ناشناخته در کشور حضور داشته باشند. بنابراین لازم است همه و به ویژه نوجوانان و جوانان آموزش‌هایی در راستای پیشگیری ببینند چون تاکنون واکسن و یا علاج قطعی برای این مشکل کشف نشده است و در آینده نزدیک نیز امکان پذیر نیست.

## اچ.آی.وی چیست؟

HIV حروف اول نام «ویروس نقص ایمنی انسانی» به زبان انگلیسی است، که عامل ایجاد ایدز شناخته شده است. ویروس ها موجوداتی بسیار ریز هستند که در محیط آزاد زنده نمی‌مانند و فقط داخل یاخته‌های زنده موجودات دیگر می‌توانند زندگی



کنند و تکثیر یابند. تولیدمثل ویروسها با مصرف مواد حیاتی یاخته‌های میزبان امکان پذیر است و فعالیت اصلی آنها را مختل می‌کند. ویروسهای بسیاری جانوران و گیاهان را مبتلاء می‌کنند اما فقط برخی از آنها انسانها را بیمار می‌کنند. اچ.آی.وی ویروسی است که با مختل کردن عملکرد و متلاشی کردن نوعی از یاخته‌های مسؤول ایمنی منجر به نقص دستگاه دفاعی بدن انسان می‌شود.

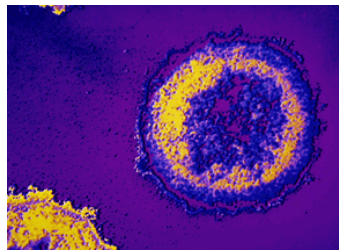
سودابه ۲۰ ساله: نوجوانهایی که فکر می‌کنند بزرگ شدند و اگر دوست جنس مخالف نداشته باشند و رابطه جنسی نداشته باشند بقول خودشون سितه، بخوانند!

**آیا ابتلا به اچ.آی.وی علامت دارد؟** حدود نیمی از افرادی که تازه به اچ آی وی آلوده می‌شوند در عرض دو تا چهار هفته به علائمی شبیه آنفولانزا مبتلا می‌شوند. این علائم شامل تب، خستگی، ناراحتی پوستی، درد مفاصل، سردرد و تورم در غدد لنفاوی است. البته چون این علائم در بیماریهای بسیاری دیده می‌شوند اگر بیمار به پزشک در مورد رفتارهای پرخطر قبلی خود چیزی نگوید، ممکن است از تشخیص اچ.آی.وی غفلت شود.

**آیا افراد به ظاهر سالم ممکن است دچار اچ.آی.وی باشند؟** در برخی از افراد دچار اچ.آی.وی سالها طول می‌کشد تا مرحله ایدز ظاهر شود (بسته به راه سرایت، تعداد ویروس وارد شده، وضعیت دستگاه ایمنی و تغذیه فرد و ... ) و در این مدت آنها احساس سلامت کرده و هیچ علائم آشکاری از حضور این ویروس ندارند. حدود ۹۰ درصد مبتلایان به اچ.آی.وی حتی خودشان نمی‌دانند که به این ویروس دچار هستند. بنابراین نظریاتی از قبیل جداکردن افرادی که با اچ.آی.وی/ایدز زندگی می‌کنند از جامعه و قرنطینه ایشان غیرممکن، غیرمنطقی و غیر انسانی است.

### ایدز چیست؟

AIDS مخفف عبارت «نشانگان نقص ایمنی اکتسابی» به زبان انگلیسی است. بر اثر تخریب یاخته‌های دستگاه ایمنی بدن ناشی از اچ.آی.وی، بیماریها و عفونتهایی فرصت مبتلاء کردن انسان را پیدا میکنند که موجب نشانه‌ها و علائم متنوعی در بدن



می‌شوند. برخی از این نشانه‌ها اولین بار در سال ۱۹۸۱ میلادی در افراد بالغ جوانی دیده شد که دچار نقص های ایمنی مادرزادی نبودند و این تعجب پزشکان را برانگیخته بود. به همین لحاظ مجموعه این علائم را «نشانه‌های نقص ایمنی اکتسابی» یا ایدز نام نهادند، چون نمی‌توانستند آنها را به بیماری مشخصی نسبت دهند و هنوز اچ.آی.وی شناخته نشده بود.

بنابراین ایدز مرحله‌ای است که اچ.آی.وی مدتها (چندماه تا چند سال) در بدن حضور داشته و موجب تخریب اکثر یاخته‌های دستگاه دفاعی بدن شده است. در نتیجه فرد مبتلاء مستعد بروز بیماریهای عفونی، سرطانها و مشکلات دیگر می‌گردد.

## راه های سرایت اچ.آی.وی کدامند؟

اچ.آی.وی در مایعات داخلی و مترشحه بدن انسان مبتلاء وجود دارد، اما فقط از راه آمیزش جنسی، تبادل خون یا فرآورده‌های آن و از مادر مبتلاء به جنین قابل سرایت از فردی به فرد دیگر است. بنابراین عطسه، سرفه، تماس پوستی سالم، روبوسی، استفاده از ظروف غذای مشترک، مستراح، حمام یا استخر مشترک، نیش پشه و غذاها و اجسام برنده خشک راه انتقال آن نیستند.

### ۱) آمیزش جنسی

تماس جنسی موقعی ممکن است منجر به سرایت اچ.آی.وی شود که یک طرف دچار اچ.آی.وی/ایدز باشد و تبادل یا تماس مایعات بدن طرفین رخ دهد. بنابراین تماس جنسی مرد با مرد، مرد با زن، زن با زن در این شرایط ممکن است موجب سرایت شود. لازم به ذکر است در مقاربتها حتی اگر انزال (خروج منی از آلت مرد) هم رخ ندهد امکان سرایت وجود دارد چون مایعات مترشحه قبل از آن هم حاوی ویروس هستند.

در صورت ارتباط جنسی با شخص مبتلاء (مرد با زن / مرد با مرد)، احتمال آلوده شدن کدام یک بیشتر است؟

خطر انتقال ویروس اچ.آی.وی در مردان همجنسگرا بیشتر و تقریباً دو برابر مردان غیر همجنسگرا است. در ضمن خطر دریافت ویروس در بین مردان همجنسگرا در فرد مفعول بیشتر است. احتمال انتقال

آلودگی در هر بار آمیزش جنسی از مرد به زن (نزدیکی مهبلی) در حدود ۱/۱ درصد است و احتمال انتقال آلودگی از زن به مرد (نزدیکی مهبلی) در حدود ۰/۳ درصد می‌باشد. اما حتی یکبار تماس جنسی هم ممکن است منجر به سرایت اچ.آی.وی شود (این ارقام احتمال آماری است) بنابراین با این که احتمال سرایت در یک

رابطه جنسی خیلی کم است اما صفر نیست!! و حتی مردانی وجود دارند که تنها با یک نزدیکی با زن اچ.آی.وی مثبت مبتلاء شده‌اند یا زنانی که با یکبار آمیزش با مردان اچ.آی.وی مثبت دچار شده‌اند.

در چه مواقعی احتمال سرایت از راه جنسی بیشتر می‌شود؟ اگر زخم یا عفونت تناسلی وجود داشته باشد، اگر تماس جنسی با

خشونت یا اجبار باشد، اگر فردی شرکای جنسی متعدد داشته باشد و نیز در مقاربت خشک خطر سرایت بیشتر است. همچنین در آمیزش جنسی مقعدی (مقاربت از راه پشت) احتمال سرایت بیشتر از راه مهبلی است. ازدواج موقت (متععه، صیغه) چون معمولاً طرفین سابقه ازدواج‌های منجر به طلاق یا موقت متعدد با دیگر افراد هم دارند یک عامل گسترش بیماریهای مقاربتی و از جمله ایدز می‌تواند باشد.

### برخی واژگان در باره آمیزش جنسی:

آمیزش = تماس جنسی = مقاربت = مُجامَعَت = جماع =

نزدیکی = گشنیدن = وَطْی = رابطه جنسی = sex

مُهْبَل = قُبُل = فَرْج = نُس = واژن = Vagina

آلت مردانه = نره = ذَكَر = قَضِيب = (شیمبول) = پنیس

Penis=Dick=

مَقْعَد = دُبُر = پییزی = کون = Anus= ass=

هوموسکسوتل = هم جنس گرا

بیسکسوتل = دو جنس گرا

هتروسکسوتل = فقط دارای گرایش به جنس مخالف

بابک ۲۳ ساله دانشجوی من فکر می‌کردم درباره ایدز همه چیز را می‌دانم ولی فهمیدم خیلی چیزها باید یاد بگیرم.

فریبا ۲۳ ساله: قرار نیست هر دختری با پسری دوست شود تماس جنسی داشته باشد، کاش این انتظار غلط ریشه کن می‌شد.

## ۲) تبادل خون

انتقال خون و فراورده های آن اگر بدون اقدامات تشخیصی و ویروس زدایی انجام شود به احتمال بسیار زیادی موجب سرایت اچ.آی.وی می شود. امری که در کشور ما نیز برای بیماران هموفیلی و تالاسمی رخ داده است. لازم به ذکر است اهداء خون خطری برای سرایت به فرد اهداءکننده ندارد و فقط دریافت کنندگان خون در معرض خطرند. همچنین علیرغم انجام آزمایش های تشخیصی بر روی تمام نمونه های خون در حال حاضر اگر دوره پنجره را در نظر بگیریم که در آن نتیجه آزمایش منفی خواهد بود، بنابراین هر دریافت خون و فراورده های آن باید برای آزمایش اچ.آی.وی اقدام کند.

راه دیگر تبادل خون استفاده از سرنگ و ابزارهای تزریق مشترک (مانند پمپ دست ساز) است که مصرف کنندگان مواد مخدر تزریقی به ناچار یا ناآگاهانه از آنها استفاده می کنند. راه دیگر هم سرایت از طریق پیوند اعضاء (کلیه، کبد، لوزالمعده و ...) است.

## ۳) مادر به جنین یا نوزاد

مادران باردار اگر مبتلاء به اچ.آی.وی باشند محتمل است که در حین بارداری یا هنگام زایمان ویروس به فرزند آنان سرایت کند. همچنین شیردادن مادران اچ.آی.وی مثبت به فرزندانشان ممنوع است چون ویروس درون شیر نیز ترشح شده و منتقل می شود. انتقال در مراحل مختلف بارداری بدون داروهای پیشگیرانه در 25% تا 40% رخ می دهد. در صورتی که خانم های اچ.آی.وی مثبت باردار بشوند لازم است داروهای مصرف کنند که احتمال سرایت به فرزندشان را کم می کند. همچنین نوزاد متولد شده از این مادران باید مدتی داروی ضد اچ.آی.وی بگیرد و شش هفته و ۱۸ ماه پس از تولد آزمایش اچ.آی.وی بشود تا وضعیت ابتلاش مشخص گردد.

## آیا در اعمال پزشکی امکان سرایت وجود دارد؟

هرگونه عمل جراحی، اندوسکوپی، دیالیز با دستگاه، دندانپزشکی، ختنه، حجامت، تزریقات و طب سوزنی که در آن شرایط سترون سازی کامل رعایت نشود ممکن است موجب سرایت اچ.آی.وی و سایر ویروسها از یک فرد مبتلاء به دیگران شود. در این موارد لازم است تا حد ممکن از وسایل سترون یک بار مصرف استفاده شود، ابزارهای مقاوم به حرارت (مثل برخی ابزارهای فلزی جراحی و دندانپزشکی) در اتوکلاو یا فور و ابزارهای غیرمصرفی نامقاوم (مثل آندوسکوپ) با مواد شیمیایی ضدعفونی شوند که این کارها باید برای هر بیمار انجام شود. البته با توجه به رعایت دقیق این احتیاطهای همه جانبه مواردی که ثابت شده باشد اچ.آی.وی از مکانهایی مانند دندانپزشکی سرایت کرده باشد در تمام جهان انگشت شمار است.

## آیا کارکنان بیمارستانها و درمانگاه ها در معرض خطراند؟

پزشکان و پرستارانی که با بیماران اچ.آی.وی مثبت سر و کار دارند ممکن است در اثر تماس اتفاقی (فرو رفتن سوزن سرنگ یا تیغ جراحی) به اچ.آی.وی دچار شوند. در ضمن احتمال سرایت از بیمار اچ.آی.وی مثبت به پزشک بسیار بیشتر از احتمال سرایت از پزشک اچ.آی.وی مثبت به بیماران است. در هر صورت با مصرف به موقع داروهای ضدویروسی این احتمال به شدت کم می شود. در مواقعی که فرو رفتن سوزن یا موارد مشابه رخ می دهد باید در عرض ۷۲ ساعت شروع به مصرف داروهای ضد ویروسی شود. این امر با مراجعه به کلینیک ها و بخش های تخصصی بیماریهای عفونی امکان پذیر است.

## آیا در آرایشگاه ها امکان سرایت وجود دارد؟

تراشیدن مو، خالکوبی، تاتو، سوراخ کردن گوش که در آن شرایط سترون سازی کامل رعایت نشود ممکن است موجب سرایت اچ.آی.وی و سایر ویروسها از یک فرد مبتلاء به دیگران شود. در این موارد لازم است مشابه اقدامات پزشکی از وسایل یک بار مصرف (مانند تیغ) برای هر فرد استفاده شود یا ابزارها بطور کامل سترون شوند. توصیه می‌شود هر فرد هنگام مراجعه به آرایشگاه ها وسایل شخصی خود را به همراه ببرد (تیغ، قیچی، شانه، حوله و ...) تا از سرایت ایدز و سایر بیماریهای عفونی جلوگیری شود. اپیلاسیون (کندن موها) ممکن است آسیب به پوست و ایجاد زخم های بسیار ریز در محل کندن موها بکند، بنابراین بهتر است از وسایل یکبار مصرف برای آن استفاده شود.

## چگونه از ابتلاء به اچ.آی.وی پیشگیری کنیم؟

با توجه به آنکه اچ.آی.وی برخلاف برخی ویروسهای بیماریزای سرماخوردگی یا اسهال راه انتقال محدودی دارد پیشگیری از آن با رعایت برخی اصول آسان است:

**Abstinence** تقوا و خویشتن داری: پرهیز از هر گونه تماس جنسی

پیش از ازدواج رسمی

**Be Faithful** وفاداری: پابندی به تک همسری و حریم خانواده

**Continuous Condom Use** کاربرد مداوم کاندوم: استفاده از

لادن ۲۶ ساله: چرا به محض آنکه خانمی تنها کنار خیابان بایستد فوراً ماشینی برای او توقف می‌کند؟



کاپوت در هر بار تماس جنسی (و با هر نوع شریک جنسی یا همسر)

**Drug avoidance** پرهیز از مصرف مواد و اعتیاد: هر گونه مواد

روانگردان، توهم زا، شادی آور، محرک و مخدر حتی برای یکبار

و این که همیشه از وسایل شخصی مخصوص خودتان (مسواک، تیغ،

ریش تراش و...) استفاده کنید.

برای این که نوجوانان و جوانان ما بتوانند این اصول را رعایت کنند و

از رفتارهای پرخطر پرهیز کنند نیاز به کسب دانش و مهارتهای مختلفی

دارند که باید به موقع آموزش دیده و یادگیرند. مهارتهای زندگی سالم

مانند مهار استرس های دوران بلوغ، قدرت نه گفتن به تعارف دوستان به

انجام رفتارهایی مانند کشیدن سیگار، مصرف مواد، رابطه جنسی بی محابا، جز با آموزش تدریجی و مستمر در محیط خانواده، مدرسه و اجتماع بدست نمی آید. خانواده ها و مربیان باید محیطی مناسب برای گفتگو، آموزش و توانمندسازی برای مصون کردن فرزندان خود از خطرهایی مانند ایدز فراهم کنند. انجام برخی آموزشها از طریق گروه های همسان بسیار مؤثر است.

نسترن ۲۴ ساله: با همه چیز در زندگی  
برخورد عقلانی بکنید.

## پندارها و باورهای غلط درباره اچ.آی.وی / ایدز کدامند؟

- ✘ زندگی و کار در کنار افراد مبتلا برای ما خطرناک است.
- ✘ خطر ایدز من / فرزندم / خانواده ام را تهدید نمیکند.
- ✘ اگر کسی برای برقراری روابط جنسی تا ازدواج صبر کند امل است.
- ✘ اگر مردی تنها با همسر خود روابط جنسی داشته باشد بی عرضه است.
- ✘ همبستر شدن با یک دختر باکره بیماری آمیزشی را درمان میکند.
- ✘ صحبت با فرزندان در مورد روابط جنسی یا مزایای کاندوم آنها را تشویق به تجربه میکند.
- ✘ اچ.آی.وی / ایدز فقط تن فروشان شهرها را می کشد.
- ✘ ایدز فقط بیچاره ها و افراد مطرود جامعه را مبتلا می کند.
- ✘ فقط مردان هم جنس باز مبتلا به HIV می شوند.
- ✘ اچ.آی.وی / ایدز بیشتر به مردان ختنه نشده آسیب می رساند.
- ✘ رابطه جنسی تا هنگامی که شریک جنسی قوی و سلامت به نظر می رسد، بی خطر است.
- ✘ افراد مبتلاء قصد انتقام از جامعه را دارند.
- ✘ عمده افراد مبتلاء گناهکارند.
- ✘ اچ.آی.وی / ایدز بوسیله پشه منتقل می شود.
- ✘ رابطه جنسی یک مسئله طبیعی است که مانند غذا لذت بخش است. ما نمی توانیم شهوت جنسی را مهار یا متوقف کنیم زیرا مربوط به احساسات است.
- ✘ رمالان و طبیبان سنتی می توانند یک داروی گیاهی تهیه کنند که اگر قبل از رابطه جنسی استفاده شود می تواند از انتقال ویروس HIV جلوگیری کند.
- ✘ افراد مبتلا به ایدز افرادی مسحور یا نفرین شده اند.
- ✘ اچ.آی.وی / ایدز نفرین شیطان است.
- ✘ می توان تمام خون آلوده شده را عوض کرد و بدن شخص مبتلا را با خون تازه و سالم پر نمود.
- ✘ رابطه جنسی با یک باکره بیماری را درمان می کند.
- ✘ برخی می توانند با دعا اچ.آی.وی / ایدز را شفا دهند.
- ✘ رابطه جنسی با یک کودک ایدز را درمان می کند.

**همه باورهای فوق نادرست اند و باید از آنها پرهیزیم**



## کاندوم چیست؟



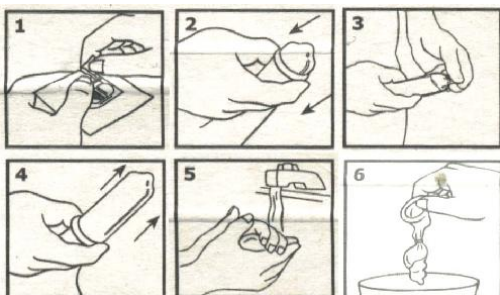
کاندوم غلافی کش آمدنی است که از تماس مستقیم آلت تناسلی مرد با مخاط طرف مقابل (مرد یا زن) جلوگیری می‌کند و اجازه تبادل ترشحات جنسی را نمی‌دهد. بدین لحاظ از بسیاری از بیماریهای مقاربتی و حاملگی ناخواسته پیشگیری می‌کند. کاندوم را برخی به نام های کاپوت و غلاف می‌شناسند. برای جلوگیری از انتقال ویروسهایی مانند اچ.آی.وی، هپاتیت ب و ث جنس کاندوم باید لاتکس باشد. کاندوم دو نوع اصلی دارد: زنانه و مردانه

**کاندوم زنانه :** به ویژه برای زنانی مناسب است که نمی‌توانند شوهر (یا شریک جنسی) خود را متقاعد به پوشیدن کاندوم مردانه بکنند. البته در کشور ما هنوز در دسترس عموم نیست.

زیبا ۲۴ ساله: بهتر است مسائل بیشتر باز شوند، به مشکلات جنسی در دبیرستانها اشاره شود چون به نظر می‌رسد به دلیل ناآگاهی درباره اچ.آی.وی در این دوره مشکلات بیشتری وجود دارد

**کاندوم مردانه:** پوششی است که روی آلت راست شده مرد کشیده می‌شود. کاندوم بارداری و نیز انتقال HIV و بیماریهای مقاربتی دیگر جلوگیری کند. این نوع کاندوم در کشور ما رایج است. از مزایای کاندوم آن است که نقش بسزایی در درمان انزال زودرس مردان دارد و قدرت نعوظ را در افراد مسن یا کم توان، حفظ می‌کند

## استفاده صحیح از کاندوم چگونه است؟



پیش از شروع

نزدیکی، باید کاندوم را بر روی آلت در حال نعوظ (راست شده) کشید زیرا ترشحاتی که مردان پیش از انزال کامل دارند، ممکن است حاوی ویروس باشد و باعث سرایت شود.

باید کاندوم را

طوری استفاده کرد که فضای خالی کوچکی در انتهای آن باقی بماند تا مایع منی در آن جمع شود.

کاندوم باید تمامی طول آلت مردانه را تا ته بپوشاند.

بلافاصله پس از انزال، در حالی که هنوز در حالت نعوظ قرار دارد،

خروج بایستی با گرفتن لبه کاندوم صورت گیرد تا از سر خوردن

باید نزدیکی را خاتمه داد و کاندوم را درآورد.

کاندوم و نشست منی جلوگیری شود.



## نکات مهم در استفاده از کاندوم

احمد ۲۰ ساله: دیدن فیلم «متولد ایدز» را توصیه می‌کنم به کسانی که مانده اند بین اینکه رابطه جنسی را تجربه کنند یا نکنند

- هر کاندوم را باید یکبار استفاده کرد و پس از مصرف از بین برد .
- دقت کنید که کاندوم سوراخ نباشد و یا در اثر تماس با ناخن یا اجسام دیگر پاره نشود .
- قبل از استفاده از کاندوم به تاریخ پایان مصرف آن توجه کنید و از کاندومهای شکننده و چسبناک که احتمال پاره شدن دارند ، استفاده نکنید .
- کاندوم را از حرارت ، نور و رطوبت دور نگه دارید ، زیرا این عوامل احتمال پارگی یا سوراخ شدن آن را افزایش می دهد .
- در صورت پاره شدن کاندوم در حین مقاربت ، مقاربت را بلافاصله متوقف کرده و از کاندوم جدیدی استفاده نمایید .
- از آغشتن کاندوم با مواد چرب (مانند وازلین) جداً پرهیز کنید چون باعث صدمه به آن و از بین رفتن خاصیت پیشگیری از انتقال بیماریها را بدنبال دارد. برای لیز کردن کاندوم از آب تمیز ( نه آب دهان) یا ژل های لوبریکانت مبتنی بر آب که در داروخانه ها به فروش می‌رسند استفاده کنید.

## کاندوم را از کجا تهیه کنیم؟



کاندوم را می‌توان در خانه‌های بهداشت روستایی، مراکز بهداشتی - درمانی روستایی و شهری، درمانگاه های دولتی و کلینیک های مشاوره بیماریهای رفتاری بصورت رایگان دریافت کرد. همچنین تمام داروخانه ها موظفند بدون پرس و جو کاندوم را به هر خریدار، حتی نوجوان، بفروشند. برخی فروشگاه های لوازم بهداشتی نیز کاندوم عرضه می‌کنند. در برخی شهرهای کشور امکان سفارش اینترنتی آن نیز وجود دارد که با پیک تحویل می‌گردد.



## پگونه، تشفیص می دهند فردی مبتلاء به اچ.آی.وی/ایدز است؟

شهرام ۲۱ ساله: احساس می کنم اچ.آی.وی در هر جا و هر زمانی در کمین ماست

موقع مواجهه با عفونت، دستگاه دفاعی بدن پادتن‌هایی تولید می کند که در خون گردش و به عوامل بیماری‌زا حمله می کنند. پادتن‌ها بر بسیاری از عوامل بیماری‌زا غلبه می کنند اما در مورد اچ.آی.وی با این که پادتن‌ها تولید می شوند ولی نمی توانند از تکثیر ویروس جلوگیری کنند و فقط وجود آنها در خون برای تشخیص ابتلاء بکار می رود. نکته مهم آن است که هیچ آزمونی نباید بدون مشاوره قبل و بعد آزمایش انجام شود. چون تفسیر نتیجه آزمایش کاری تخصصی است و فشار روانی نتیجه مثبت را هیچ فردی نمی تواند در تنهایی تحمل کند.

### چرا مشاوره ضروری است؟

تداوم و همیشگی بودن عفونت اچ.آی.وی، بروز مشکلات روانی قبل از آزمایش و در دوره انتظار آماده شدن جواب، بروز مشکلات روانی و عاطفی بدنبال ابتلاء، وجود مشکلات اجتماعی بدنبال ابتلاء، اطلاع رسانی در راستای کاهش رفتارهای پرخطر و توصیه به رفتارهای سالمتر



### در اولین مشاوره چه می گذرد؟

- گفتگو در مورد جریان مشاوره و محرمانه بودن آزمایش و رازداری
- گفتگو در مورد راههای انتقال و پیشگیری
- گفتگو در مورد معنای آزمایش مثبت و منفی - نتیجه بینابینی،
- گفتگو درباره معنای دوره پنجره، نتیجه مثبت کاذب، منفی کاذب
- پرسش و پاسخ مستقیم برای دلیل انجام آزمایش
- گفتگو در مورد استرس ناشی از نتیجه آزمایش و واکنشهای احتمالی
- گفتگو در مورد پیامدهای اجتماعی و خانوادگی
- کمک به فرد در تصمیم گیری برای انجام آزمایش
- گفتگو در مورد راههای کاهش آسیب
- قرار برای ملاقات بعدی

### در کلینیک های بیماریهای رفتاری چه خدماتی ارائه می شود؟

مشاوره قبل و بعد از آزمایش، مشاوره روانشناختی و جلسات گروه درمانی، مشاوره و معاینات پزشکی، مشاوره و خدمات ترک اعتیاد و کاهش آسیب، خدمات مددکاری، پیگیری سلامت مبتلایان و تجویز دارو در موارد ضروری، انجام معاینات و مشاوره های تخصصی (روانپزشکی، چشم پزشکی، عفونی و ...) یا ارجاع به مراکز تخصصی معتبر، در بعضی مراکز برگزاری جلسات آموزشی، گفتگو، موسیقی درمانی و برخی خدمات دیگر

## آزمایش های اچ.آی.وی کدامند؟

الف) آزمایش های پادتن اچ.آی.وی

- 1- آزمایش الیزا (ELISA) : آزمایشی حساس که آزمون استاندارد در کشور ما برای غربالگری خون و فرآورده های خونی و نیز افرادی است که می‌خواهد از وضعیت اچ.آی.وی خود آگاه شوند. این آزمایش ممکن است بصورت کاذب نتیجه مثبت گزارش کند.
- 2- آزمایش سریع (Rapid): آزمایشی که در برخی کشورها موجود است ولی انجام آن بطور خودسرانه توصیه نمی‌شود چون دقت آن کمتر از آزمایش الیزای استاندارد است.
- 3- آزمایش وسترن بلات (Western Blot): آزمایشی که دقت بیشتری از الیزا دارد و برای تأیید نتیجه مثبت آن بکار می‌رود. در کشور ما فقط در آزمایشگاه های سازمان انتقال خون با معرفی از کلینیک های مشاوره بیماریهای رفتاری یا پزشکان انجام می‌گیرد.

ب) آزمایش های سنجش خود ویروس

- 1- HIV PCR: پی.سی.آر وجود ژنهای ویروس را در نمونه خون بررسی می‌کند. برای تأیید وجود ویروس از آن استفاده می‌کنند اما گران است.
- 2- Viral Load : سنجش بار ویروس که در آن تعداد ذرات ویروس را در یک میلیمتر مکعب خون می‌سنجند. برای تعیین شدت عفونت اچ.آی.وی بکار می‌رود و بسیار گران است.



## چرا آزمایش‌ها در چند مرحله انجام میشود؟

به دلیل مسائل علمی پیرامون توان تشخیصی آزمایش‌ها و نیز مسائل اخلاق حرفه‌ای و قانونی، آزمایش پادتن اچ.آی.وی در کشور ما در دو مرحله انجام می‌شود در مرحله اول که الیزا است، نتیجه مثبت نشان می‌دهد که فرد به احتمال زیاد مبتلا به ویروس شده است، سپس به فاصله چند روز آزمایش الیزای دوم و وسترن بلات انجام می‌شود تا نتیجه مثبت نخستین را تایید کند. اگر نتیجه آزمایش دوم پادتن اچ.آی.وی مثبت درآید فرد مبتلا به اچ.آی.وی در نظر گرفته می‌شود و اصطلاحاً به او **اچ.آی.وی-مثبت** می‌گویند. اما اگر نتیجه آزمایش دوم پادتن اچ.آی.وی منفی درآید (مانند گلاره)، لزوماً به معنی آن نیست که او **اچ.آی.وی-منفی** است چون گاهی مدتی طول می‌کشد تا بدن بتواند پادتن تولید کند. این دوره را **دوره پنجره** می‌گویند. بنابراین لازم است این فرد شش ماه بعد آزمایش‌های پادتن اچ.آی.وی را تکرار کند تا به شرطی در این مدت رفتارهای پرخطری هم نکرده باشد، از اچ.آی.وی-منفی بودن خود مطمئن شود.

## من نمی‌خواهم کسی بداند من آزمایش اچ.آی.وی می‌دهم، آیا ممکن است؟

آزمایش اچ.آی.وی باید تنها با کسب رضایت آگاهانه فرد و داوطلبانه انجام شود که این رضایت در طول مشاوره قبل از آزمایش بدست می‌آید، وقتی شخص کاملاً مفاهیم آزمایش و گرفتاری‌های آن را و نیز تاثیرات ناشی از نتیجه را بر زندگی خود درک کرده باشد. همچنین نتیجه آزمایش محرمانه تلقی می‌گردد و فقط به خود شخص داده میشود (یا در صورت بستری بودن به پزشک او). همچنین اگر افراد از طریق مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری به آزمایشگاه ارجاع داده شوند، معرفی آنان بدون نام و به صورت شماره کد خواهد بود تا هویت آنان فاش نگردد.

## چه زمانی بعد از رفتار خطرناک بایستی آزمایش اچ.آی.وی داد؟

- اولین آزمایش 8 هفته بعد از رفتار خطرناک
  - تکرار آزمایش 6 ماه بعد از رفتار خطرناک
- (به شرط پرهیز از تکرار رفتارهای پرخطر)

## چرا آزمایش اچ.آی.وی اجباری نمی‌شود (برای ازدواج، ورود به کشور و...)?

همان گونه که گفته شد انجام آزمایش تنها پس از مشاوره منطقی است و از طرفی با در نظر گرفتن دوره پنجره که در آن علیرغم وجود ویروس در بدن، نتیجه آزمایش منفی خواهد بود، اجبار افراد در مکان یا زمانی خاص به انجام آزمایش معقول، به صرفه و کارآمد نیست.

## اگر برای اطلاع از صحت مزاج از پزشک بخواهم آزمایش بنویسد، اچ.آی.وی هم بررسی می‌شود؟

آزمایش اچ.آی.وی. به جز در موارد خاصی، جزو آزمایش‌های روتین پزشکی جهت چک آپ نمی‌باشد. بایستی که در برگه دقیقاً نام آزمایش **اچ.آی.وی** ذکر شود تا آزمایشگاه آن را انجام دهد. در صورتی که تمایل به انجام آزمایش اچ.آی.وی دارید، بایستی دقیق آن را با پزشک خود در میان بگذارید.

علیرضا ۲۰ ساله: بهتره همه ما بریم همین الان یک آزمایش بدهیم!

### آیا جلق زدن (استمناء) ممکن است موجب ایدز شود؟

جلق زدن به معنی استفاده از دست برای تحریک اندامهای جنسی است که معمولاً برای رسیدن به اوج احساس جنسی (ارگاسم) بکار می‌رود و توسط خود فرد یا شریک جنسی او انجام می‌شود. سرایت HIV در نتیجه جلق زدن تقریباً ناممکن است.

### آیا معاشقه (بدون آمیزش جنسی) باعث سرایت می‌شود؟

اچ.آی.وی از راه تماس‌های سطحی (بوسیدن، در آغوش گرفتن، لمس بدن) که عشق بازی یا معاشقه خوانده می‌شود و کارهایی مثل غذا خوردن در ظروف مشترک، استفاده از حمام یا استخر مشترک انتقال نمی‌یابد. البته بوسه فرانسوی که با مکیدن لبها و زبان طرف مقابل انجام می‌شود ممکن است باعث سرایت اچ.آی.وی شود.

### تماس جنسی دهانی یعنی چه و آیا باعث سرایت می‌شود؟

لیلا ۲۶ ساله دانشجوی: این اطلاعات را باید به دانش آموزان داد زیرا خیلی‌ها وارد دانشگاه نمی‌شوند

ورود آلت تناسلی مرد به دهان زن و مکیدن آن یا لیسیدن و مکیدن ناحیه تناسلی زن را تماس جنسی دهانی می‌گویند و به دلیل وجود ویروس در ترشحات جنسی و امکان زخم‌های بسیار کوچک در مخاط دهان و لثه ممکن است باعث سرایت اچ.آی.وی شود. پس مقاربت دهانی (مکیدن یا لیسیدن آلت تناسلی طرف مقابل چه زن چه مرد) نیز ممکن است منجر به سرایت بشود

### آیا تماس جنسی با تن فروشان جوان خطر دارد؟

بلی. تن فروشان جوانتر و زیباتر چون مشتریان بیشتری دارند به احتمال بیشتری مبتلاء به بیماریهای مقاربتی و ایدز هستند.

## ارتباط اعتیاد یا مصرف مواد با اچ.آی.وی/ایدز چیست؟

مواد روانگردان از دو جهت ممکن است فرد را در معرض ابتلاء به اچ.آی.وی/ایدز قرار دهند:

1 اختلال در قوه ادراک: در این مورد هیچ تفاوتی ندارد که ماده مخدر (مثل هروئین، تریاک)، محرک (مثل اکستازی=اکس)، توهم زا (مثل حشیش، گرس، علف) یا انواع دیگر موادی (مثل مشروبات الکلی) باشد که مورد سوء مصرف قرار می گیرند. موقعی که قوای ذهنی انسان مختل باشد ممکن است رفتارهای پرخطری مانند انجام یک رابطه جنسی بی محابا انجام دهد که او را در معرض ابتلاء به اچ.آی.وی قرار دهد. طبق آمار رسمی بیش از ۲/۷ میلیون نفر در کشور به مصرف انواع مختلف مواد می پردازند. در ضمن افرادی که در اعتیاد غرق شده اند مطمئناً به بروشورهای پیشگیری از ابتلا و انتقال اچ.آی.وی/ایدز توجهی نخواهند کرد. و راهکارهای برخورد با آنها تخصصی است.

زهرآه ۲۲ ساله: باید پای مسؤولان را برای پاسخگویی، چاره اندیشی و همکاری به میان کشید

2 استفاده از سرنگ مشترک در اعتیاد تزریقی: استفاده از سرنگ مشترک یا هر گونه ابزار تزریقی دست ساز (پمپ، لوله و ...) برای تزریق مواد فعلاً در کشور ما بیشترین خطر را در انتقال اچ.آی.وی دارد. در حال حاضر بیش از ۳۰۰۰۰۰۰ مصرف کننده تزریقی مواد (بویژه هروئین و مورفین) در کشور وجود دارد که تخمین زده می شود حدود ۳۰۰۰۰۰ نفر آنان به اچ.آی.وی دچار شده باشند.

مهديه ۲۳ ساله: باید با حقایق جامعه و مسائل دور و بر خود آشنایی کامل داشته باشیم و جامعه را رو به سلامت ببریم

فعلاً بیشترین افراد مبتلاء به اچ.آی.وی/ایدز ثبت شده در کشور ما مصرف کنندگان مواد تزریقی هستند (حدود ۵۱ درصد).



## زندگی با اچ.آی.وی چگونه است؟

حمید رضا ۲۱ ساله، دانشجو: ایدز یک واقعیت قابل لمس در جامعه ماست.

افرادی که مبتلا به اچ.آی.وی هستند تا سالها می توانند به راحتی به زندگی عادی خود و اشتغال متمر ادامه دهند و با مصرف داروهای موجود سالها با حفظ سلامت زنده بمانند، هر چند اچ.آی.وی در بدنشان ریشه کن نخواهد شد. البته فشار روانی، اجتماعی و ضعف جسمی و اقتصادی آنها را آسیب پذیر می کند. آنچه آنها نیاز دارند تأمین دارو، خدمات مشاوره‌ای و درمانی، حمایت و پرهیز از سوء ظن و انگ و تبعیض است. آنان را از خود طرد نکنیم و اجازه دهیم زندگی کنند. مسؤولان سیاسی و شخصیت های مذهبی و اجتماعی می توانند نقش مهمی در رفع انگ و تبعیض و تدارک خدمات لازم داشته باشند.

### چرا جنین خانم باردار اچ.آی.وی مثبت را از بین نمی برند؟

گرفتن حق حیات جنین از نظر اخلاق پزشکی ممنوع است مگر موجب به خطر افتادن سلامت مادر یا جنین باشد. در مورد اچ.آی.وی با توجه به اینکه با داروهای موجود و پرهیز از شیردهی مادر مبتلاء می توان در بیش از ۹۵-۷۰ درصد از ابتلاء فرزند پیشگیری کرد لزومی به سقط جنین نیست. (به شرطی که مادر تحت درمان، حمایت و مراقب کافی در کلینیک بیماریهای رفتاری یا مراکز مشاوره مشابه باشد) پس از تولد در شش هفتگی و ۱۸ ماهگی آزمایش های اچ.آی.وی برای مشخص شدن وضعیت ابتلاء کودک انجام خواهد شد.

### آیا افراد اچ.آی.وی مثبت می توانند ازدواج کنند؟

ازدواج حق طبیعی و فطری هر انسان است و منع قانونی و طبی در این زمینه وجود ندارد. اما باید قبل از اقدام به ازدواج طرفین به طور کامل از واقعیت های بیماری آگاه شوند و آموزش ها و مشاوره های متعدد روانی، حمایتی و پزشکی بگیرند. همچنین لازم است در تمام مقاربت ها از کاندوم لاتکس استفاده کنند تا ویروس از یکی به دیگری سرایت نکند. به همین دلیل توصیه می شود قصد بچه دار شدن نکنند. حتی اگر هر دو زوج اچ.آی.وی مثبت باشند لازم است این امر را رعایت کنند چون ویروس اچ.آی.وی زیرگونه های مختلفی دارد و سرایت یک زیرگونه جدید به فرد به او آسیب بیشتری می رساند. استفاده از سایر روشهای پیشگیری از بارداری به غیر از کاندوم به ایشان توصیه نمی شود و این ربطی به شدت ابتلاء آنان ندارد.

## در چه مواردی لازم است برای مشاوره و آزمایش به کلینیک های بیماری های رفتاری مراجعه کنیم؟

در صورتی که شما سابقه انجام هر کدام از رفتارهای خطرناک زیر را داشته اید:

ژاله ۲۱ ساله: باعث تأسف است که افرادی به چه قیمتی رفتار پرخطر را انتخاب می کنند

(تماس جنسی حفاظت نشده= رابطه جنسی دهانی، مقعدی یا مهبلی بدون استفاده صحیح از کاندوم لاتکس)

- استفاده از سوزن و سرنگ مشترک در اعتیاد تزریقی (حتی برای یک بار)
- ابتلاء به بیماری های آمیزشی (مثل سوزاک، سیفلیس، تبخال و زگیل تناسلی)
- با فرد آلوده به ویروس اچ. آی. وی. تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد تزریق کننده مواد مخدر (حتی همسر) تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد دارای سابقه ابتلاء به بیماریهای آمیزشی تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- بدون اطلاع از سابقه ابتلاء فردی به بیماریهای آمیزشی تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد دارای سابقه روابط جنسی با مردان یا زنان دیگر تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد دارای سابقه روابط جنسی با نوع همجنس تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید. (خصوصاً اگر رابطه بین دو مرد بوده و در این رابطه وی مفعول بوده باشد).
- با فردی که در نواحی پر خطر زندگی می کند یا قبلاً زندگی می کرده، تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.

(مناطق که در آن آمار میزان افراد آلوده به ویروس اچ. آی. وی در عموم مردم یا گروه های خاص زیاد می باشد. مثلاً بعضی کشورهای جنوب، شرق و غرب آفریقا، تایلند، هند، کشورهای آسیای مرکزی مانند اوکراین، بلاروس، و کشورهای که تجارت جنسی غیربهداشتی رواج دارد مانند آذربایجان، بنگلادش، افغانستان و نیز امارات، عراق و حاشیه خلیج فارس)

- استفاده از مشروبات الکلی یا مواد (تریاک، هروئین، اکستاسی، حشیش، گرس و ....) بویژه در مهمانی های مختلط
- سابقه مورد تجاوز و سوء استفاده جنسی قرار گرفتن
- سابقه دریافت خون و فراورده های آن (به ویژه قبل از ۱۹۸۵ در سراسر جهان)
- سابقه ازدواج موقت بویژه اگر طرف مقابل سابقه ازدواج های متعدد داشته است.
- اگر همسر (یا شریک جنسی تان) تان سابقه اعتیاد، زندانی شدن، اقامت طولانی مدت یا متناوب دور از شما بویژه خارج کشور دارد.
- اگر به صورت اتفاقی و ناشناس یا در ازای پول یا کالا اقدام به تماس جنسی محافظت نشده با کسی کرده اید.

## منابعی برای اطلاعات بیشتر

در این فهرست سعی شده است منابع معتبر و عمدتاً به زبان فارسی معرفی شوند

### کتاب ها

- ایدز : ضمیمه زیست شناسی، سال اول دبیرستان (وزارت آموزش و پرورش)
- جوانان و اچ‌آی‌وی-ایدز؛ فرصتی در بحران (مرکز مدیریت بیماریهای وزارت بهداشت با همکاری یونیسف)
- ایدز و بیماریهای مقاربتی (انجمن تنظیم خانواده جمهوری اسلامی ایران)
- جنبه های پزشکی، بهداشتی و اجتماعی اچ.آی.وی/ایدز (وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی)
- جزوات آموزشی جمعیت هلال احمر

### پایگاه های اینترنتی

- پایگاه اطلاع رسانی درباره ایدز در ایران <http://www.ZendegiMosbat.org>
- منابع و مدارک در زمینه اچ.آی.وی - ایدز <http://www.Downloads.ZendegiMosbat.org>
- شبکه اطلاع رسانی افراد مبتلا در ایران <http://Persiaplus.org>
- وزارت بهداشت [http://www.hbi.or.ir/english/en\\_links/en\\_inks.htm](http://www.hbi.or.ir/english/en_links/en_inks.htm)
- امداد ایدز <http://www.aids-ir.org>
- صدا و سیما <http://www.irib.ir/health>
- <http://www.HIVinFocus.org>
- زنان، دختران و اچ.آی.وی/ایدز <http://www.WomenandAIDS.org>
- دانش نامه آزاد ویکی پدیا <http://fa.wikipedia.org>
- [http://www.bbc.co.uk/persian/specials/1136\\_global-aids-1](http://www.bbc.co.uk/persian/specials/1136_global-aids-1)
- ایدز در ایران (انجمنی در اورکوت) <http://www.orkut.com/Community.aspx?cmm=444335>
- ایران اچ.آی.وی / ایدز (گروه یاهو) <http://groups.yahoo.com/group/iranhivaids>
- سلامت ایرانیان <http://www.salamatiran.com>
- ویژه نامه ایدز (روزنامه شرق) <http://www.sharghnewspaper.com/830911/html/spc1.htm>
- <http://www.UNAIDS.org>
- <http://www.UNICEF.org>

### فیلم ها و مولتی مدیا

- VCD متولد ایدز (مؤسسه رسانه‌های تصویری)
- CD ایدز چیست (گروه کاری اچ.آی.وی/ایدز سازمان ملل متحد در ایران)
- VCD زنان رهبر تحول هستند (گروه کاری اچ.آی.وی/ایدز سازمان ملل متحد در ایران)
- VCD ایدز، ساخته سعید ابوطالب
- CD سه رفیق ([www.ThreeAmigos.org](http://www.ThreeAmigos.org))
- مجموعه آموزشی تلویزیونی ایدز (محصول شبکه دوم سیما ۱۳۸۰)

نشانی مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری مربوط به دانشگاه‌های علوم پزشکی

شماره تماس	آدرس	استان
66038920 - 21	تهران - بلوار استاد معین - خ شهید دستغیب مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری والفجر(مرکز بهداشت غرب)	تهران
22712787 22701266 0261_2506547 0229 - 2364177 0262 - 4227482 0262 - 3222910	تهران - میدان قدس، خیابان دربند، خیابان شهید احمدی زمانی - کوچه نشاط - مرکز اورژانس اجتماعی هاجر کرج مرکز مشاوره بیماری‌های شهید سبزه‌پرور(مرکز بهداشت کرج) رباط کریم مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری ولیعصر(عج) ساوجبلاغ مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری شهید کلیم‌اله معدن‌دار شهریار مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری شهریار اسلامشهر، جاده ساوه، شهرک قائمیه، مرکز مشاوره	
22247383 2922127040	تهران- خ شریعتی، پایین تر از میدان قدس، مرکز بهداشت شمیرانات (مرکز بهداشت طالقانی) ورامین - شهر قرچک، خ مخابرات، انتهای کوچه آزادی 5، درمانگاه امام خمینی (ره)، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری	
66911296 55008222 55278899	تهران انتهای غربی بلوار کشاورز، مجتمع بیمارستانی امام خمینی (ره)، جنب بخش عفونی شهرری، خ شهید رجایی، اول کوی سیزده آبان، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری شهرری(دانشگاه تهران) چهاردانگه (جاده ساوه)- روبروی پمپ‌بنزین، ساختمان بهاران، طبقه اول شرقی، مرکز مشاوره چهاردانگه	
7274623	کرمانشاه - میدان فاطمیه (رفعتیه)، درمانگاه رفعتیه	کرمانشاه
7389255 2226800	شیراز - فلکه خاتون، بلوار دلاوران بسیج، خ لاوان، مرکز بهداشتی درمانی حسین بن علی (2) فسا - خ امام خمینی، مرکز بهداشتی درمانی شماره 1 (مرکز مشاوره رفتاری)	فارس
3239210	سنندج - خیابان مردوخ جنوبی، جنب بیمارستان بعثت	کردستان
2413283 5229600 3338400 4228404 5222401 -2 2237970 و 2222932 2297040	زاهدان - خیابان مدرس، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری سراوان - خیابان نبوت، فلکه قدس، مرکز بهداشت شماره 2 شهری چابهار - خیابان امام خمینی، مرکز بهداشتی درمانی شماره دو شهری خاش - خ انقلاب، مرکز بهداشتی درمانی شماره 3 شهری، مرکز مشاوره بیماری‌ها نیکشهر- مرکز بهداشت شهرستان ایرانشهر - مرکز بهداشت شهرستان - واحد هماهنگ‌کننده سل	سیستان و بلوچستان
2297040	اصفهان - خ بزرگمهر، فلکه احمدآباد، مرکز بهداشتی درمانی آموزشی شهید نواب صفوی کاشان - میدان امام، خ امام، مرکز بهداشتی درمانی گلابچی.	اصفهان

8419010	مشهد - انتهای خ سناباد، جنب مرکز بهداشت استان، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری و عفونی	خراسان
2645620 و 2645200 2222713 2226441	سبزوار - بلوار سپاه، خیابان دانشگاه، میدان دانشگاه، طبقه فوقانی، مرکز بهداشتی درمانی شماره 3 ياسوج، بلوار بوير احمد، مرکز بهداشتی و درمانی شهيد اشرفی اصفهانی گچساران، خیابان بلادیان، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری گچساران	رضوی کهکلیوه و بوير احمد
2723290	کرمان - خیابان جهاد، کوچه شماره 31، مرکز مشاوره بیماری‌های اجتماعی وابسته به مؤسسه خیریه ثامن الحجج کرمان - مرکز مشاوره بیماری‌های اجتماعی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی کرمان، چهارراه کار	کرمان
8225152	رفسنجان - خیابان حضرت امام (ره) - مرکز بهداشتی درمانی شماره 1 شهری - کلینیک مشاوره بیماری‌های رفتاری	
4449001-2	جهرم - انتهای بلوار حافظ، مرکز بهداشت، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری.	
2818188	تبریز - خیابان بهار، روبروی پارک شهرداری، مرکز مشاوره	آذربایجان غربی
6241444	یزد - چهار راه مهدیه، بلوار امام جعفر صادق، مرکز بهداشتی درمانی اکبرآباد (شهید نصیری)	یزد
4454600 4445027/ 4421100 6324225204 2230039	اهواز: زیتون کارمندی، خیابان زاویه، جنب بیمارستان ابوذر، مرکز مشاوره تخصصی آبادان: مرکز بهداشت شهرستان آبادان، مرکز مشاوره بیماری‌ها خرمشهر: خ خلیج فارس، خ سی متری درمانگاه طالقانی، مرکز مشاوره بیماری‌ها دزفول: روبروی بیمارستان افشار، مرکز بهداشت درمانی امام‌رضاع)، مرکز مشاوره بیماری‌ها	خوزستان
6613229710 662443054	خرم آباد: خ مطهری، سه راهی اول ( تقاطع خ انقلاب ) مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری حاج کاظم صدیق بروجرد: انتهای خ دکتر علی شریعتی، ساختمان سابق شبکه بهداشت و درمان	لرستان
2261165 4230750	ساری، بلوار امیر مازندرانی و خ شهپند، مرکز بهداشت شماره 1 تنکابن، خیابان علامه، مرکز بهداشت شهرستان	مازندران
3222610	بابل - خیابان شهید بسطامی، روبروی آرامگاه گل‌محله، مرکز بهداشتی درمانی شهید ذاکریان	
3334477	ایلام - بالاتر از میدان کمیته، ابتدای بلوار جمهوری، سمت چپ	ایلام
662183	قم - خیابان امام خمینی (ره) ، 20 متری شهید بهشتی	قم
4445671 7222598	بیرجند - خیابان معلم، مرکز شماره 1 شهری، طبقه فوقانی گناباد - خ امام خمینی، درمانگاه شهید فیاض‌بخش.	خراسان جنوبی
2249636 2245600/ 2222878 4225580	بندر عباس، چهارراه مرادی، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری بندر لنگه، شبکه بهداشت و درمان بندر لنگه/ مرکز شهید رجایی مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری رودان، جمال‌آباد/مرکز قدیم(امام خمینی)، داخل مرکز بهداشتی درمانی	هرمزگان

5227314	قشم، جنب بیمارستان فاطمه الزهرا، مرکز بهداشتی درمانی شهید ذاکری	
4430822	کیش، بلوار خاتم الانبیا، خ اقبال، مرکز بهداشت و درمان کیش، کلینیک مثلثی بیماری‌های رفتاری	
2224628	میناب، بلوار امام خمینی، ساختمان انتقال خون	
4227774	زنجان - خ جمهوری اسلامی، نبش خیابان نهم انصاریه (اعتمادیه)	زنجان
5555883 و 5559501 7370	رشت: خیابان طالقانی، چمارسرا، کلینیک مشاوره بیماری‌های رفتاری آستارا: مرکز بهداشتی درمانی شهید محمدزاده جنب بیمارستان شهید بهشتی	گیلان
2522286	بوشهر - خ امام خمینی، (سنگی)، کوچه مرکز بهداشتی و درمانی هفتم تیر، مرکز مشاوره جامع بهداشت باروری	بوشهر
2521411	همدان - ابتدای خ تختی، بهداشتی درمانی شهدا	همدان
2260470/2224591	شهر کرد: میدان انقلاب، ابتدای خ همت، جنب مرکز بهداشت استان. کلینیک مشاوره	چهار محال بختیاری
3328058/3321709	سمنان - خ شهید رجایی مرکز بهداشت استان، واحد پیشگیری و مبارزه با بیماری‌ها	سمنان
2220061 - 2	شاهرود - خیابان فردوسی، مرکز بهداشت شهرستان، مرکز بهداشتی درمانی عظیمیا	
3447500	ارومیه - خ کاشانی، مرکز بهداشت شماره 6 شهری.	آذربایجان غربی
5530180-1	گرگان - بلوار ناهارخوران، روبروی عدالت 97، مرکز بهداشتی درمانی شماره 5 شهری (قلعه حسن)	گلستان
3335066 - 7	قزوین - خیابان فردوسی، مرکز بهداشت شهید بلندیان	قزوین
2239113	اردبیل - خ امام خمینی، جنب پیش دانشگاهی مدرس، کوچه اسلامی، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری	اردبیل



نشانی و تلفن مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری، ایدز و اعتیاد جمعیت هلال احمر			
ردیف	نام شهرستان	آدرس	شماره تماس
1	تهران	میدان شوش، خیابان شهید هرنندی، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری ایدز و اعتیاد.	۵5303171 ۵5066319 ۵5303001
2	کرمانشاه	میدان آزادی، جنب فروشگاه ارتش	8236304
3	کردستان	سنندج، خیابان آبدرد، بالاتر از ساختمان مرکزی دانشگاه علوم پزشکی	3932352
4	قم	خیابان صفائیه، کوچه 23	7743454
5	ساری	خیابان 18 دی، ساختمان جمعیت هلال احمر، طبقه اول	3247197
6	سمنان	خیابان قدس، ساختمان جمعیت هلال احمر	3328059/3328057
7	اردبیل	خیابان امام خمینی، جنب استادیوم ورزشی تختی، ساختمان مرکزی، جمعیت هلال احمر استان اردبیل	2246500
8	بوشهر	خیابان معلم	2531149
9	همدان	بلوار دانشگاه، جنب پمپ بنزین	8272589
10	قزوین	کمربندی شهید بهشتی، روبروی پارک دهخدا، بالاتر از بیمارستان قدس، پایگاه امدادی	0912_1813666
11	ارومیه	خیابان کاشانی، مرکز بهداشت شماره 6	3444101-3
12	اراک	خیابان شهید بهشتی، جمعیت هلال احمر استان مرکزی	2226031-2
13	زاهدان	ابتدای خیابان شریعتی، جمعیت هلال احمر	3229192
14	گرگان	چهارراه میدان، خیابان سرخواجه، مرکز تجاری سروش	2254600
15	زنجان	بلوار آزادی، خ کشاورز، جمعیت هلال احمر استان زنجان طبقه زیرزمین،	3229051
16	یاسوج	خ شهید منتظری، جنب دانشکده مامایی، مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری جمعیت هلال احمر استان کهکلوپه و بویر احمد	2222285
17	شهرکرد	چهاراه فصیحی، طبقه فوقانی داروخانه هلال احمر	2262590
18	شیراز	چهارراه مشیرخ لطفعلی خان زند، درمانگاه نجات	2359549 - 2308993