



Polish
Language
Version

Profilaktyka PrEP zakażenia HIV w Irlandii

Broszura informacyjna
dla osób przyjmujących
leki profilaktyczne PrEP
lub rozważających
przyjęcie PrEP w
celu zapobiegania
zakażeniu wirusem
HIV



Spis treści

Co to jest profilaktyka PrEP zakażenia HIV?	2
Czy profilaktyka PrEP jest skuteczna?	2
Profilaktyka PrEP a inne infekcje przenoszone drogą płciową	2
Profilaktyka PrEP w Irlandii	3
Kto kwalifikuje się do bezpłatnej profilaktyki PrEP w publicznej służbie zdrowia?	3
Osoby, które nie kwalifikują się do bezpłatnej profilaktyki PrEP	4
Kto nie powinien stosować profilaktyki PrEP?	4
Zakup PrEP przez Internet	4
Skutki uboczne, interakcje z lekami i oporność	5
Czy profilaktyka PrEP wywołuje skutki uboczne?	5
Czy leki w ramach profilaktyki PrEP wchodzi w interakcję z innymi lekami?	5
Leki w ramach profilaktyki PrEP a lekooporność	6
Badanie i monitorowanie	7
Przed rozpoczęciem profilaktyki PrEP	7
Po przyjęciu leków profilaktyki PrEP	9
Jak stosować leki w ramach profilaktyki PrEP	10
1. Codzienne przyjmowanie leków w ramach profilaktyki PrEP – stosunki analne i pochwowe	10
2. Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu (EBD): tylko w przypadku stosunków analnych	12
Zmiana sposobu stosowania profilaktyki PrEP	14
Zmiana codziennego przyjmowania leków PrEP na dawkowanie doraźne przy zdarzeniu.	14
Zaprzestanie stosowania leków PrEP	14
Inne uwagi	16
Antykoncepcja	16
Profilaktyka PrEP w ciąży	16
Usługi i zasoby pomocy	16

Na podstawie podręcznika Wytyczne i-Base odnośnie PrEP opracowanego przez Zarząd Opieki Zdrowotnej i Społecznej HSE (publiczną służbę zdrowia), Program zdrowia seksualnego i ciąży kryzysowej oraz Grupę Roboczą HIV PrEP za uprzejmą zgodą i-Base (<http://i-base.info/>).

Październik 2019 roku

Informacje zawarte w tej broszurze należy wykorzystać podczas rozmowy z lekarzem.



Co to jest profilaktyka PrEP zakażenia HIV?

PrEP oznacza profilaktykę przedekspozycyjną zakażenia HIV. Ta broszura dotyczy stosowania profilaktyki PrEP w celu zapobiegania zakażeniu HIV.

PrEP stosują osoby niezakażone wirusem HIV przed stosunkiem (przed narażeniem) i po stosunku, aby zapobiec zakażeniu HIV (nazywa się to profilaktyką).

Profilaktyka PrEP polega na przyjęciu tabletki złożonej, zawierające dwa leki – tenofowir i emtrycyabinę. Leki te są szeroko stosowane w leczeniu HIV. Zostały dopuszczone do stosowania w ramach profilaktyki PrEP w Europie od sierpnia 2016 roku.

W kontekście tej broszury PrEP odnosi się wyłącznie do profilaktyki PrEP w zakresie zapobiegania HIV.

Czy profilaktyka PrEP jest skuteczna?

W wielu badaniach wykazano, że profilaktyka PrEP jest bezpieczna i wysoce skuteczna w zapobieganiu HIV. Profilaktyka PrEP obejmująca prawidłowe przyjęcie leków okazała się skuteczna w około 99%.

Badania dotyczące profilaktyki PrEP wykazały, że większość osób, które stały się nosicielami wirusa HIV nie przyjmowało odpowiednio leku w momencie zarażenia się wirusem HIV.

Osoby, które zdecydują się na profilaktykę PrEP, powinny ją stosować przy wsparciu zespołu opieki zdrowotnej, a ponadto uzyskać wiedzę, jak prawidłowo ją stosować.

Profilaktyka PrEP a inne infekcje przenoszone drogą płciową

Profilaktyka PrEP nie chroni przed innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową, jak kiła (syfilis), chlamydia, rzeżączka i zapalenie wątroby typu C. Aby zmniejszyć ryzyko zarażenia się innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową osoby stosujące profilaktykę PrEP mogą stosować jednocześnie prezerwatywy i profilaktykę PrEP.

U osób stosujących profilaktykę PrEP zaleca się regularne badania (co najmniej raz na trzy miesiące) na obecność infekcji przenoszonych drogą płciową.

Szczepienia przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B są zalecane dla wszystkich osób homoseksualnych, biseksualnych i mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami oraz osób wstrzykujących narkotyki. Aby zapewnić ochronę przed brodawczakiem narządów płciowych i nowotworami związanymi z HPV, mężczyznom uprawiającym seks z mężczyznami w wieku do 45 lat włącznie zaleca się szczepienie przeciwko HPV. Szczepienia są dostępne bezpłatnie w publicznych klinikach zajmujących się infekcjami przenoszonymi drogą płciową.



Profilaktyka PrEP w Irlandii

Osoby niebędące nosicielem wirusa HIV i nie zawsze stosujące prezerwatywę podczas stosunku analnego lub pochwowego, mogą zarazić się HIV.

Profilaktyka PrEP jest bezpłatnie dostępna za pośrednictwem publicznej służby zdrowia dla osób, które uznano za narażone na znaczne ryzyko zarażenia się wirusem HIV podczas stosunku.

Profilaktyka PrEP jest dostępna w niektórych publicznych placówkach zdrowia seksualnego oraz w niektórych przychodniach lekarzy rodzinnych i w prywatnych placówkach. Więcej informacji na temat dostępności profilaktyki PrEP www.sexualwellbeing.ie/getprep.

Apteki wydają leki w ramach profilaktyki PrEP. Aby uzyskać dostęp do bezpłatnej profilaktyki PrEP za pośrednictwem publicznej służby zdrowia niezbędna jest karta w ramach systemu płatności za leki (DPS), karta medyczna lub karta choroby przewlekłej. Każda osoba posiadająca numer PPS może ubiegać się o kartę DPS. Na witrynie www.myDPS.ie można pobrać formularz wniosku <https://www2.hse.ie/services/drugs-payment-scheme/apply-for-a-drugs-payment-scheme-card.html> lub poprosić o to farmaceutę.

Osoby bez numeru PPS mogą uzyskać informacje pod adresem https://www.citizensinformation.ie/en/social_welfare/irish_social_welfare_system/personal_public_service_number.html

Kto kwalifikuje się do bezpłatnej profilaktyki PrEP w publicznej służbie zdrowia?

Aby skorzystać z bezpłatnej profilaktyki PrEP w publicznej służbie zdrowia:

- wynik badania na obecność wirusa HIV musi być ujemny
- należy poddawać się kontroli medycznej co najmniej raz na trzy miesiące.

Należy także spełnić **co najmniej jeden** z następujących warunków:

- odbywanie stosunków seksualnych bez zabezpieczenia z partnerami zakażonymi HIV, którzy
 - ◆ nie leczą HIV LUB
 - ◆ są w trakcie leczenia, ale wirus nie jest stłumiony (nie mają „niewykrywalnego” miana wirusa)
- mężczyźni uprawiający seks z mężczyznami (w tym mężczyznami transpłciowymi, którzy uprawiają seks z mężczyznami) lub kobiety transpłciowe uprawiające seks z mężczyznami, i mężczyźni spełniający **którekolwiek** z poniższych warunków:
 - ◆ mieli stosunek analny bez prezerwatywy z więcej niż jednym partnerem w ciągu ostatnich 6 miesięcy

- ◆ mieli infekcję przenoszoną drogą płciową w ostatnim roku
 - ◆ stosowali profilaktykę poekspozycyjną na HIV (PEP) w ostatnim roku
 - ◆ w ciągu ostatnich 6 miesięcy stosowali narkotyki rekreacyjne podczas seksu (znane również jako ChemSex)
- heteroseksualni mężczyźni lub kobiety uznani przez specjalistę chorób przenoszonych drogą płciową lub lekarza chorób zakaźnych za narażonych na znaczne ryzyko zarażenia się wirusem HIV przez stosunek.

Osoby, które nie kwalifikują się do bezpłatnej profilaktyki PrEP.

Osoby, które nie spełniają kryteriów bezpłatnej profilaktyki PrEP i zdecydują się zapłacić za leki, mogą je kupić na receptę w miejscowej aptece. Należy wiedzieć, w jakich sytuacjach profilaktyka PrEP nie jest zalecana (patrz poniżej).

Dla własnego bezpieczeństwa, niezależnie od sposobu uzyskania dostępu do profilaktyki PrEP, należy przestrzegać tych samych wskazówek dotyczących oceny i monitorowania, które są zalecane w dalszej części tej broszury.

Kto nie powinien stosować profilaktyki PrEP?

Profilaktyki PrEP nie powinni stosować:

- Nosiciele wirusa HIV.

Profilaktyka PrEP zwykle nie jest konieczna:

- Jeśli odbywa się stosunki tylko z partnerami zakażonymi wirusem HIV, którzy poddają się leczeniu i wirus jest u nich niewykrywalny.
- Jeśli konsekwentnie stosuje się prezerwatywy i zamierza się nadal ich używać.

Zakup PrEP przez Internet

Możliwe jest zakupienie leków generycznych do profilaktyki PrEP przez Internet. W Irlandii nielegalne jest pozyskiwanie leków na receptę bez posiadania takiej recepty oraz nielegalna jest wysyłkowa sprzedaż leków, w tym przez Internet. Urząd ds. Regulacji Produktów Zdrowotnych (HPRA) udziela opinii publicznej informacji na temat ryzyka związanego z zakupem leków przez Internet.

<http://www.hpra.ie/homepage/medicines/safety-information>.



Skutki uboczne, interakcje z lekami i oporność

Czy profilaktyka PrEP wywołuje skutki uboczne?

Większość osób przyjmujących leki w ramach profilaktyki PrEP nie zgłasza żadnych poważnych skutków ubocznych.

Jednak, podobnie jak każdy inny lek, leki w ramach profilaktyki PrEP mogą powodować działania niepożądane. Mniej niż 10% osób przyjmujących leki w ramach profilaktyki PrEP zgłasza łagodne nudności, biegunkę, wzdęcia lub bóle głowy. Te działania niepożądane zwykle ustępują w ciągu pierwszego miesiąca.

Czasami profilaktyka PrEP może powodować poważniejsze działania niepożądane. Profilaktyka PrEP może również wpływać na nerki, dlatego ważne jest monitorowanie stanu zdrowia. U niewielkiego odsetka osób przyjmujących leki w ramach profilaktyki PrEP, u których rozwinęła się niewydolność nerek, zmiany te zwykle ustępowały po odstawieniu leków. Ryzyko to jest większe, u osób powyżej 40 lat lub jeśli czynność nerek jest zmniejszona już przy rozpoczęciu profilaktyki PrEP.

Profilaktyka PrEP może również prowadzić do zmniejszenia gęstości kości o 1–2%, powodując lekkie osłabienie kości. Ta zmiana cofa się po zaprzestaniu terapii PrEP. Ten efekt uboczny może być istotniejszy, jeśli już występuje niska gęstość kości związana z innymi czynnikami. Może to być również ważne w wieku poniżej 30 lat, ponieważ kości wciąż się rozwijają.

Czy leki w ramach profilaktyki PrEP wchodzą w interakcję z innymi lekami?

Tenofowir i emtrycytabina nie wchodzą w interakcje z większością innych leków. (Interakcja oznacza, że dwa lub więcej leków łącznie może wywołać problemy lub skutki uboczne).

Należy zawsze poinformować lekarza (w tym lekarza rodzinnego) o przyjmowaniu innych leków. Można także zapytać farmaceutę o opinię. Trzeba powiedzieć, że stosuje się leki w ramach profilaktyki PrEP, aby farmaceuta mógł sprawdzić wszelkie interakcje, w tym z lekami dostępnymi bez recepty.

Należy zwrócić szczególną uwagę na jednoczesne stosowanie tenofowiru z niesteroidowymi lekami przeciwzapalnymi (NLPZ), zwłaszcza diklofenakiem. Razem mogą wywoływać problemy z nerkami. Inne leki z tej klasy to ibuprofen i naproksen. Należy unikać przyjmowania tych leków jeśli zażywa się leki w ramach profilaktyki PrEP lub powiadomić lekarza, gdy trzeba je przyjąć.

U osób transpłciowych przyjmujących leki w ramach profilaktyki PrEP, nie ma obawy, że profilaktyka PrEP zmieni skuteczność terapii hormonalnej. Istnieją jednak dowody na to, że hormony feminizujące mogą wpływać na poziom leków w ramach profilaktyki PrEP w

organizmie, dlatego zaleca się, aby kobiety transpłciowe stosujące terapię hormonalną stosowały tylko codzienną dawkę leków PrEP i NIE STOSOWAŁY dawkowania doraźnego.

Leki w ramach profilaktyki PrEP a lekooporność

Gdy zachoruje się na HIV podczas stosowania profilaktyki PrEP, istnieje niewielkie ryzyko rozwoju oporności na jeden lub oba leki. Wtedy leki te nie będą działać równie dobrze przeciwko HIV.

W badaniach nad PrEP bardzo niewiele osób zachorowało na HIV podczas przyjmowania leków w ramach profilaktyki PrEP. U tych osób, które zachorowały, u mniej niż 5% rozwinęła się lekooporność.

Prawdopodobieństwo oporności na leki wzrasta, jeśli:

- Rozpocznie się profilaktykę PrEP, nie wiedząc, że jest się już nosicielem wirusa HIV. Dlatego tak ważne jest, aby przed rozpoczęciem profilaktyki PrEP, wykonać badanie na obecność HIV.
- Należy zrobić przerwę od profilaktyki PrEP i nie wykonywać badania na HIV przed ponownym rozpoczęciem profilaktyki.
- Nie przyjmuje się prawidłowo leków w ramach profilaktyki PrEP i wtedy dochodzi do zarażenia HIV.
- Doszło do kontaktu z lekoopornym wirusem HIV. Jest to bardzo rzadkie – na całym świecie zgłoszono tylko dwa przypadki, w których profilaktyka PrEP nie działa, gdy dana osoba miała kontakt z lekoopornym wirusem HIV.



Badanie i monitorowanie

Przed rozpoczęciem profilaktyki PrEP

Przed rozpoczęciem profilaktyki PrEP należy wykonać kilka badań.

1. HIV – ludzki wirus niedoboru odporności

Przed rozpoczęciem lub w trakcie rozpoczynania profilaktyki PrEP konieczne jest wykonanie testu czwartej generacji na obecność wirusa HIV. Zostanie pobrana próbka krwi, zwykle z ramienia, i wysłana do laboratorium. Ten test ma okres przejściowy około czterech tygodni.

Okres przejściowy to czas pomiędzy momentem, w którym było się narażonym na HIV, oraz momentem, w którym test da dokładny wynik. W tym okresie można być zarażonym wirusem HIV, ale nadal wynik testu na HIV jest ujemny.

Jeśli istnieje prawdopodobieństwo zetknięcia się z HIV w ciągu ostatnich czterech tygodni, należy poinformować o tym swojego lekarza. Może zaistnieć potrzeba wykonania dodatkowych badań krwi i wykonania powtórnego testu na obecność HIV po 4 tygodniach. Dzięki temu można wykryć również wczesne zarażenie wirusem.

Jeśli niedawno wystąpiło ryzyko zakażenia wirusem HIV i wystąpiły objawy podobne do grypy, może to być oznaką serokonwersji wirusa HIV (wtedy układ odpornościowy wytwarza przeciwciała w odpowiedzi na niedawne zakażenie wirusem HIV). W tej sytuacji rozpoczęcie profilaktyki PrEP może być niebezpieczne i należy poczekać na wynik badania na obecność HIV z laboratorium i ewentualne wykluczenie HIV.

Jeśli zaczyna się profilaktykę PrEP po PEP (profilaktyce po narażeniu), najlepiej rozpocząć ją natychmiast po zakończeniu PEP. Nie ma potrzeby opóźniać profilaktyki PrEP po PEP. Najlepiej jest wykonać badanie czwartej generacji na obecność wirusa HIV we krwi w momencie ukończenia PEP/rozpoczęcia PrEP, a także kolejne badanie krwi na obecność HIV cztery tygodnie po rozpoczęciu profilaktyki PrEP.

Czasami oprócz laboratoryjnego badania na obecność wirusa HIV wykonuje się szybki test na obecność HIV. Jeśli wynik szybkiego testu jest negatywny, możliwe jest rozpoczęcie przyjmowania leków już w dniu zgłoszenia się do profilaktyki PrEP. Lekarz szczegółowo omówi to z pacjentem.

2. Zapalenie wątroby typu B

Należy wykonać badanie na zapalenie wątroby typu B, ponieważ leki PrEP działają zarówno przeciwko wirusowi HIV, jak i wirusowemu zapaleniu wątroby typu B. Przyjmowanie leków w ramach profilaktyki PrEP w przypadku niezdiagnozowanego zapalenia wątroby typu B może wyrządzić szkodę.

Można stosować profilaktykę PrEP u osób z zapaleniem wątroby typu B, ale należy to robić ostrożniej.

Osoby cierpiące na zapalenie wątroby typu B, muszą codziennie przyjmować leki w ramach profilaktyki PrEP zgodnie z zaleceniami i pod kontrolą lekarza, a szczególnie jeśli chce się profilaktykę przerwać. W przypadku zapalenia wątroby typu B (lub nieznanego stanu zapalenia wątroby typu B) dawkowanie doraźne przy zdarzeniu nie jest odpowiednie.

To dobry moment na pierwsze szczepienie lub szczepienie przypominające.

Szczepienia przeciw wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B są zalecane dla osób homoseksualnych, biseksualnych i innych mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami oraz osób wstrzykujących narkotyki.

3. Praca nerek

Monitorowanie pracy nerek obejmuje badanie krwi na stężenie kreatyniny, a niekiedy badanie moczu na obecność białka. Najlepiej wykonać je tuż przed lub w dniu rozpoczęcia profilaktyki PrEP.

4. Infekcje przenoszone drogą płciową

Należy wykonać badania na infekcje przenoszone drogą płciową, które obejmują badanie na kiłę, chłamydię, rzeżączkę i zapalenie wątroby typu C.

Oprócz szczepień przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B, osobom homoseksualnym, biseksualnym i innym mężczyznom uprawiający seks z mężczyznami, w wieku do 45 lat włącznie, zaleca się szczepienie przeciwko HPV. Szczepienie przeciwko HPV chroni przed brodawczakiem narządów płciowych i nowotworami związanymi z HPV.

5. Ciąża

U kobiet, które mogą zająć w ciążę należy ciążę wykluczyć i w razie potrzeby potwierdzić to jeszcze raz podczas ponownej wizyty.

Po przyjęciu leków profilaktyki PrEP

Po rozpoczęciu profilaktyki PrEP konieczne jest monitorowanie obecności wirusa HIV i chorób przenoszonych drogą płciową oraz regularne sprawdzanie czynności nerek. Chociaż działania niepożądane występują rzadko, monitorowanie w klinice pomoże ustalić potencjalne problemy na ich wczesnym etapie.

Po pierwszym miesiącu

Jeśli po raz pierwszy przyjmuje się leki w ramach profilaktyki PrEP, kolejna wizyta lekarska może być umówiona za miesiąc, aby upewnić się, że leki są dobrze tolerowane lub potrzebne będzie wykonanie kolejnych badań lub szczepień.

Co 3 miesiące

- wykonanie badania krwi czwartej generacji na obecność HIV
- wykonanie badania na inne choroby przenoszone drogą płciową
- wykonanie badania krwi w celu sprawdzenia czynności nerek

Co 12 miesięcy

- Wykonanie badania na zapalenie wątroby typu C
 - ◆ może zająć potrzeba częstszych badań



Jak stosować leki w ramach profilaktyki PrEP

Aby profilaktyka PrEP była najbardziej skuteczna, stężenie leku musi być na poziomie ochronnym w momencie wystąpienia narażenia na HIV. Ponieważ organizm potrzebuje trochę czasu na wchłonięcie leków, leki w ramach profilaktyki PrEP należy przyjmować zarówno **przed** stosunkiem seksualnym, jak i przez kilka dni **po nim**.

Leki PrEP można przyjmować na dwa sposoby, w zależności od okoliczności i częstotliwości stosunków:

1. **Codziennie przyjmowanie leków w ramach profilaktyki PrEP**
2. **Dawkowanie doraźne oparte na zdarzeniu** (przyjmowanie leków PrEP w czasie stosunku)

1. Codziennie przyjmowanie leków w ramach profilaktyki PrEP – stosunki analne i pochwowe

■ Przyjmowanie codziennie jednej tabletki.

Przyjmując leki w ramach profilaktyki PrEP codziennie, uzyskuje się pewność, że w tkance pochwy i odbytu poziom leku zapewnia ochronę 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.

Wtedy nie trzeba planować seksu. Dla osób, które odbywają stosunki regularnie, co najmniej raz w tygodniu, codzienne przyjmowanie leków w ramach profilaktyki PrEP będzie prawdopodobnie lepszą opcją dawkowania.

Należy dołożyć starań, aby przyjmować leki PrEP codziennie o tej samej porze.

W razie pominięcia dawki, nie przerywać stosowania leków PrEP, po prostu kontynuować przyjmowanie, gdy sobie o tym przypomnisz.

PrEP i stosunki analne

Kiedy zaczyna się przyjmować leki w ramach profilaktyki PrEP, należy wziąć **dwie tabletki PrEP, od 2 do 24 godzin** przed stosunkiem analnym, aby upewnić się, że poziom leku jest wystarczająco wysoki, czyli zapewniający ochronę.

Kontynuować dalej przyjmowanie jednej tabletki PrEP dziennie, każdego dnia.

Jeśli pominę dawkę

Codziennie przyjmowanie leków PrEP pozwala na pewną elastyczność w stosunkach analnych. Po ustaleniu rutyny codziennego przyjmowania leków PrEP, jeśli od czasu do czasu pominie się jedną lub dwie dawki, ochrona będzie nadal bardzo skuteczna.

Przy stosunkach analnych leki w ramach profilaktyki PrEP należy przyjmować **przynajmniej** przez 4 dni w tygodniu, aby zapewnić dobrą ochronę. Jeśli pominie się więcej dawek, przy stosunkach seksualnych bez prezerwatywy ochrony przed HIV nie będzie. W takim przypadku należy umówić się na wizytę do lekarza.

Jeśli w ciągu tygodnia pominięto więcej niż 3 dawki leków PrEP i osoba odbyła stosunek bez prezerwatywy, może potrzebować PEP (profilaktyki po narażeniu) – należy natychmiast skonsultować się w tej sprawie z lekarzem.

Jeśli regularnie pomija się dawki, trzeba to omówić z lekarzem, który doradzi, jak postąpić.

Profilaktyka PrEP i stosunki pochwowe

Przy odbywaniu stosunków pochwowych należy codziennie przyjmować leki PrEP. Dawkowanie doraźne oparte na zdarzeniu JEST NIEODPOWIEDNIE. Należy zażywać leki PrEP codziennie, ponieważ leki nie przedostają się do tkanek pochwy tak szybko, jak do tkanek odbytnicy.

Aby osiągnąć ochronne stężenie leku **należy przyjmować leki PrEP codziennie przez 7 dni przed stosunkiem bez prezerwatyw.**

Jeśli pominę dawkę

Elastyczność w pominięciu dawki przy stosunkach pochwowych jest mniejsza, dlatego ważne jest ustalenie rutyny przyjmowania leku.

Aby zapewnić dobrą ochronę przy stosunku pochwowym należy przyjmować leki PrEP **przynajmniej przez 6 dni w tygodniu**. Jeśli pominie się więcej niż jedną dawkę w tygodniu, podczas stosunków seksualnych bez prezerwatywy nie będzie ochrony przed HIV.

Jeśli w ciągu tygodnia pominięto więcej niż 1 dawkę leków PrEP i osoba odbyła stosunek bez prezerwatywy, może być konieczne zastosowanie PEP (profilaktyki po narażeniu) – należy natychmiast skonsultować się w tej sprawie z lekarzem.

Gdy zdarza się pomijać dawki leku należy o tym porozmawiać z lekarzem.

Inne wskazówki dotyczące przyjmowania leków w ramach profilaktyki PrEP

Używać pudełka na pigułki - ułatwia to sprawdzenie, czy zażyło się dawkę na dany dzień.

Ustawić alarm w telefonie lub użyć aplikacji przypominającej o pigułce.

Należy ustalić stały czas przyjmowania leków PrEP i starać się go trzymać każdego dnia. Połączyć przyjmowanie leków z rutynowym zajęciem, jak mycie zębów. Nie musi to być dokładnie ten sam czas, ale pomoże wyrobić rutynowe zachowanie.

Gdy odbywa się stosunek bez prezerwatywy podczas przerwy w stosowaniu leków PrEP, należy rozważyć zastosowanie PEP. Przed ponownym rozpoczęciem profilaktyki PrEP zaleca się wykonać kolejny test na HIV.

2. Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu (EBD): tylko w przypadku stosunków analnych

Znane również pod nazwą „PrEP 2-1-1” lub „PrEP na żądanie”

- Przyjmowanie dwóch tabletek przed stosunkiem jako podwójnej dawki i jednej tabletki 24 i 48 godzin później.

W wielu badaniach, głównie z udziałem homoseksualnych mężczyzn (w tym badanie IPERGAY), wykazano, że dla osób odbywających stosunki analne, dawkowanie doraźne przy zdarzeniu (EBD) jest tak samo skuteczne jak codzienne przyjmowanie leków PrEP.

Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu (EBD) jest sposobem na stosowanie profilaktyki PrEP tylko wtedy, gdy istnieje prawdopodobieństwo odbycia stosunku.

Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu jest opcją dla osób, które nie chcą przyjmować leków PrEP cały czas. Dawkowanie doraźne mogą stosować wyłącznie osoby, które tylko sporadycznie odbywają stosunki bez prezerwatywy i które mogą zaplanować seks z wyprzedzeniem.

Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu jest odpowiednie wyłącznie dla stosunków analnych i NIEODPOWIEDNIE dla stosunków pochwytych.

Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu jest NIEODPOWIEDNIE dla kobiet transpłciowych stosujących terapię hormonalną.

Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu jest NIEODPOWIEDNIE dla osób chorujących na zapalenie wątroby typu B. Bardzo ważne jest, aby przed zażyciem PrEP znać stan zapalenia wątroby typu B.

Dawkowanie oparte na zdarzeniu w przypadku stosunków jeden raz w tygodniu

1. Przyjąć dwie tabletki PrEP (podwójna dawka) od 2 do 24 godzin przed stosunkiem. Podwójna dawka przed stosunkiem jest bardzo ważna, aby mieć pewność, że w organizmie jest wystarczająco wysokie stężenie leków podczas stosunku.
2. Przyjąć jedną tabletkę 24 godziny po podwójnej dawce.
3. Przyjąć kolejną jedną tabletkę następnego dnia, 24 godziny później.

Dawkowanie doraźne przy zdarzeniu w przypadku stosunków kilka razy w pewnym okresie czasu

Na przykład, podczas weekendu lub na wakacjach, kiedy odbywa się stosunki kilka razy w danym okresie czasu.

1. Należy zażyć podwójną dawkę (dwie tabletki PrEP) jak zwykle, od 2 do 24 godzin przed stosunkiem.
2. Jeśli będzie się odbywać kolejne stosunki, przyjąć jedną tabletkę 24 godziny po podwójnej dawce i kontynuować zażywanie jednej tabletki co 24 godziny w dniach, w których odbywa się stosunek.
3. Kontynuować przyjmowanie leków PrEP, aż do zażycia dwóch dawek po ostatnim stosunku. Wieże się to z przyjęciem po jednej dawce przez kolejne dwa dni po ostatnim stosunku.

Rysunek 1. Przykład dawkowania doraźnego, gdy uprawia się seks raz tygodniu

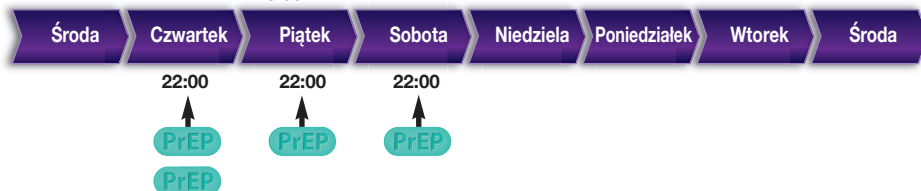
Przed seksem

2 tabletki PrEP (podwójna dawka 2 do 24 godzin przed seksem)



Po seksie

1 tabletkę PrEP 24 godziny* po podwójnej dawce
1 tabletkę PrEP 48 godzin* po pierwszej
- razem 2 tabletki po seksie
*2 godziny przed lub po zaplanowanym czasie jest OK



Rysunek 2. Przykład dawkowania doraźnego, gdy uprawia się seks kilka razy

Przed seksem

2 tabletki PrEP (podwójna dawka 2 do 24 godzin przed seksem)



Po seksie

1 tabletkę PrEP 24 godziny* po podwójnej dawce. Dalej przyjmować PrEP co 24 godz. aż do 2 dawek po ostatnim seksie
*2 godziny przed lub po zaplanowanym czasie jest OK



Przed zdecydowaniem o zastosowaniu dawkowania doraźnego przy zdarzeniu (EBD) w ramach profilaktyki PrEP, należy wiedzieć, jak prawidłowo stosować takie dawkowanie. Lekarz może to wyjaśnić i odpowiedzieć na wszelkie pytania.

Jeśli pominię dawkę

Gdy przyjmuje się leki PrEP na zasadzie dawkowania doraźnego przy zdarzeniu, ważne jest, aby nie pomijać dawek.

W sytuacji, gdy pominię dawkę leków PrEP i nie użyje prezerwatywy lub prezerwatywa nie zadziała prawidłowo, należy rozważyć PEP (profilaktykę po narażeniu).

Przy całkowitym pominięciu dawki PRZED STOSUNKIEM, nadal należy jak najszybciej zażyć podwójną dawkę PO STOSUNKU i kontynuować dawkę codziennie. Należy również jak najszybciej skontaktować się z kliniką, maksymalnie w ciągu 72 godzin. W zależności od zaistniałego ryzyka, może być konieczne zastosowanie PEP, czyli dodatkowego leku na HIV.



Zmiana sposobu stosowania profilaktyki PrEP

Ryzyko zakażenia wirusem HIV może się z czasem zmieniać. Można zatem zmienić sposób przyjmowania PrEP lub w zależności od okoliczności przestać i ponownie rozpocząć stosowanie profilaktyki PrEP.

Zmiana codziennego przyjmowania leków PrEP na dawkowanie doraźne przy zdarzeniu.

Profilaktykę PrEP można indywidualnie dostosować do potrzeb.

Chęć zmiany sposobu przyjmowania leków PrEP należy omówić z lekarzem. Lekarz pomoże zdecydować, czy dawkowanie doraźne przy zdarzeniu (EBD) jest właściwym rozwiązaniem, i będzie nadzorować bezpieczną zmianę pomiędzy dawkowaniem dziennym i doraźnym.

Gdy stosuje się dawkowanie doraźne (EBD) i planuje się przejść na codzienne dawkowanie, należy zacząć od podwójnej dawki, pamiętając, że trzeba przyjąć leki co najmniej 2 godziny, a najlepiej 24 godziny przed stosunkiem i kontynuować codzienne przyjmowanie leków PrEP.

Zaprzestanie stosowania leków PrEP

Gdy planuje się całkowicie przerwać stosowanie leków PrEP, najlepiej omówić tę decyzję z lekarzem. Lekarz zapewni bezpieczne zaprzestanie stosowania PrEP, zleci wszelkie potrzebne badania i udzieli porad na temat przyszłego zapobiegania HIV i chorobom przenoszonym drogą płciową.

Jeśli okoliczności ulegną zmianie w przyszłości, można ponownie rozpocząć stosowanie leków PrEP.

Po przerwanej profilaktyce PrEP jest się narażonym podczas stosunku seksualnego, należy rozważyć PEP (profilaktykę po narażeniu). Najlepiej leki przyjąć jak najszybciej, ale nie później niż 72 godziny po narażeniu.

Jak zaprzestać przyjmowania leków w ramach profilaktyki PrEP?

Stosunki analne

Gdy stosuje się leki PrEP w celu zapobiegania HIV przy seksie analnym, należy kontynuować przyjmowanie leków przez **48 godzin po ostatnim narażeniu na HIV**. Wiąże się to z przyjęciem 2 końcowych dawek PrEP – jednej dawki kolejnego dnia i jednej dawki dwa dni po ostatnim narażeniu. W tym czasie należy przyjąć leki PrEP o zwykłej porze.

Seks pochwowy

Gdy stosuje się leki PrEP w celu zapobiegania HIV przy seksie pochwowym, należy kontynuować przyjmowanie leków przez **7 dni po ostatnim narażeniu na HIV**. W tym czasie należy przyjąć leki PrEP o zwykłej porze.

Wstrzykiwanie narkotyków

Osoby wstrzykujące narkotyki lub inne substancje, powinny kontynuować przyjmowanie leków PrEP przez **7 dni po ostatnim narażeniu na HIV**. W tym czasie należy przyjąć leki PrEP o zwykłej porze.



Inne uwagi

Antykoncepcja

Stosowanie leków PrEP z większością hormonalnych metod antykoncepcji (pierścień dopochwowy, plaster, pigułka lub implant) jest bezpieczne. Profilaktyka PrEP nie wpłynie na antykoncepcję i antykoncepcja nie wpłynie na PrEP.

Profilaktyka PrEP w ciąży

Chociaż dostępne informacje na temat stosowania leków PrEP w ciąży są ograniczone, to dotychczas nie stwierdzono żadnych powikłań związanych z ciążą.

Zarażenie wirusem HIV w czasie ciąży wiąże się ze zwiększonym ryzykiem przeniesienia wirusa HIV na dziecko. Dlatego stosowanie profilaktyki PrEP w ciąży może być właściwe. Jeśli kobieta przyjmująca leki PrEP może zajść w ciążę, powinna omówić swoją sytuację z lekarzem, aby mieć możliwość podjęcia świadomej i najlepszej decyzji.

Usługi i zasoby pomocy

Infolinia publicznej służby zdrowia ds. HIV, zdrowia seksualnego, narkotyków i alkoholu

Infolinia publicznej służby zdrowia to bezpłatna i poufna usługa zapewniająca pomoc, informacje, wskazówki i skierowania we wszelkich kwestiach związanych z HIV, zdrowiem seksualnym, używaniem różnych substancji i alkoholu. Prosimy zadzwonić na bezpłatny numer **1 800 459 459** od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:30 do 17:30 lub wysłać e-mail na adres **helpline@hse.ie**.

Sexualwellbeing.ie

Witryna publicznej służby zdrowia HSE zawiera więcej informacji na temat HIV, infekcji przenoszonych drogą płciową i zdrowia seksualnego.

Profilaktyka poekspozycyjna HIV (PEP)?

Wszystkie usługi profilaktyki PrEP muszą obejmować PEP lub oferować ustanowioną ścieżkę skierowania do usług obejmujących PEP, jeśli zajdzie potrzeba szybkiego dostępu do takiej usługi.

W nagłych przypadkach lista lokalizacji świadczących profilaktykę poekspozycyjną PEP w Irlandii, jest dostępna tutaj: <https://www.sexualwellbeing.ie/need-urgent-information-and-care-/post-exposure-prophylaxis/>

Drugs.ie

Więcej informacji na temat chemsex (przyjmowania narkotyków lub alkoholu po to, by zwiększyć swoje doznania seksualne) oraz usług pomocy można uzyskać pod adresem <http://drugs.ie/ghb>

Man2Man.ie

Informacje i pomoc dla gejów, biseksualistów i innych mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami (MSM).

Witryna **man2man.ie** oferuje więcej informacji na temat następujących usług i pomocy:

Poradnictwo i infolinie <http://man2man.ie/testing-support/>

Chemsex i bezpieczniejsze wstrzykiwanie <http://man2man.ie/alcohol-drugs-cigarettes/>

Więcej egzemplarzy tej broszury można zamówić
bezpłatnie na witrynie www.healthpromotion.ie.

Październik 2019 roku

Sláinte Ghnéis &
Clár um Thoirchis Ghéarchéime

**Sexual Health &
Crisis Pregnancy Programme**