



NETZWERK PRADI NRW

PREP-LEITFADEN
A GUIDELINE FOR PREP
GUIDE DE LA PREP
راهنمای قرص پرپ
دلیل إرشادي بريب
РУКОВОДСТВО ПО PREP

EIN PROJEKT IN KOOPERATION MIT

HERZENSLUST



NETZWERK PRADI NRW

PRÄVENTION • ANTIDISKRIMINIERUNG • INTEGRATION



ALLGEMEINES ZUR PREP

- PrEP (Prä-Expositionsprophylaxe) ist ein Medikament, das eine HIV-negative Person vor und nach dem Sex einnimmt, um eine HIV-Infektion zu verhindern.
- Die Kosten für das Medikament und die Untersuchungen werden von der gesetzlichen Krankenkasse (zum Beispiel die AOK, BKK oder IKK) übernommen. Privatversicherte müssen sich bei ihrer Kasse erkundigen.
- Man kann eine HIV-Infektion auch durch Kondome und Schutz durch Therapie verhindern.
- Sie bietet keinen Schutz vor anderen sexuell übertragbare Infektionen (STI), wie zum Beispiel Syphilis, Chlamydien und Gonorrhoe.
- Während eines „Blowjobs“ oder beim „rimmen“ besteht ebenfalls die Möglichkeit eine STI zu bekommen (Der Gebrauch von einem Kondom kann das Risiko senken, ist allerdings nicht realistisch). Für eine HIV-Infektion spielt der Oralverkehr eine untergeordnete Rolle.

EINNAHMESCHEMATA

Tägliche PrEP

- Eine Tablette pro Tag, zur gleichen Uhrzeit.

Anlassbezogene PrEP

- Tabletten werden vor einem Sexdate oder sexuelle Veranstaltung (zum Beispiel einer Sexparty) eingenommen

- Die ersten 2 Tabletten werden mindestens 2-24 Stunden vor dem Sex eingenommen, besser jedoch ein bis zwei Tage früher beginnen.
- Danach muss eine Tablette ein Tag und noch einen UND zwei Tage nach dem letzten Sex eingenommen werden.
- Insgesamt müssen mindesten 4 Tabletten (2 vor und 2 nach dem Sex) eingenommen werden
- Vorsicht: wenn du manchmal vergesslich bist oder ganz spontan kondomlosen Sex machen möchtest, wäre eine tägliche PrEP Einnahme besser für dich!

VORTEILE

- Spontaner und angstfreier Sex
- Mehr Entspannung, weniger Sorgen und Gedanken, da ein sicherer Schutz vor HIV gewährleistet ist
- Der Wirkungsschutz bei einer korrekten PrEP-Einnahme ist weit über 90%

NEBENWIRKUNGEN

- Mögliche Nebenwirkungen: Kopfschmerzen, Übelkeit und/oder Magenprobleme. Es kann in Einzelfällen zu einer Beeinträchtigung der Nierenfunktion kommen, daher wird dies bei jedem neuen Rezept, ebenso wie der HIV-Status kontrolliert.
- Falls Nebenwirkungen auftreten, verschwinden diese in der Regel nach den ersten vier bis sechs Tagen.
- Bei besonders starken oder andauernden Nebenwirkungen, wende dich an den Arzt, der dir die PrEP gegeben hat.





GENERAL INFORMATION FOR PREP

- PrEP (Pre-exposure prophylaxis) is a medication that an HIV-negative person takes before and after having sex in order to prevent an HIV infection.
- The costs of the medication and the laboratory tests are covered by your statutory health insurance company (for instance the AOK, BKK or IKK).
- If you have a private health insurance company, you should ask if they cover the costs for the PrEP.
- One can also prevent an HIV infection by using condoms and Treatment-as-Prevention.
- The PrEP does not protect you from other sexually transmitted infections (STIs), such as syphilis, chlamydia and gonorrhea.
- There is a risk of infection with some STIs through „blow-jobs“ or „rimming“ (the use of condoms in the course of a blowjob or rimming can reduce the risk. It is however not a practical solution). Oral sex plays a minor role in HIV infections.

DOSING REGIMEN

A daily PrEP

- One pill every day, at the same time.

PrEP on demand

- The pills should be taken before and after a sex date or a sexual occasion (for instance a sex party).

- 2 pills should be taken at least 2-24 hours before the sexual encounter. However, it is better to begin taking the PrEP 1-2 days prior.
- One pill should be taken one day after the last sexual encounter AND another pill on the following day.
- Altogether one should take at least 4 pills (two before the sexual encounter and two after).
- Attention: if you tend to be forgetful or you wish to engage in spontaneous sex without a condom, the daily PrEP would be a better option for you!

ADVANTAGES

- Spontaneous sex, free of anxiety
- Release of tension and reduction of anxiety, knowing that you are protected against an HIV infection.
- If you use PrEP correctly, your protection against HIV is above 90%.

SIDE EFFECTS

- Possible side effects: headaches, nausea and/or digestion problems. In some cases PrEP can lead to an impairment of kidney functions. For this reason these functions are checked regularly, just like one's HIV status.
- Side effects usually disappear after four to six days.
- If you suffer from very strong or permanent side effects, please contact the physician who gave you the prescription for PrEP.





GÉNÉRALITÉS SUR LA PREP

- La Prep (prophylaxie pré-exposition) est un médicament qu'une personne séronégative prend avant et après les rapports sexuels afin de prévenir l'infection par le VIH.
- Le coût du médicament et des examens est pris en charge par la caisse d'assurance maladie obligatoire (par exemple l'AOK, la BKK ou l'IKK). Les personnes bénéficiant d'une assurance privée doivent se renseigner auprès de leur caisse.
- On peut aussi prévenir l'infection par le VIH en utilisant des préservatifs et en suivant un traitement.
- Elle ne protège pas contre les autres infections sexuellement transmissibles (IST), comme la syphilis, la chlamydia et la gonorrhée.
- Il est également possible de contracter une IST lors d'une „fellation“ ou d'une „anulingus“ (l'utilisation d'un préservatif peut réduire le risque, mais ce n'est pas réaliste). Le sex oral ne joue qu'un rôle mineur dans l'infection par le VIH.

LE SCHÉMA DE PRISE DU MÉDICAMENT

Prep quotidienne

- Un comprimé par jour, à la même heure.

Prep de circonstance

- Les comprimés sont pris avant un rendez-vous sexuel ou un événement sexuel (par exemple une sexparty).

- Les 2 premiers comprimés doivent être pris au moins 2 à 24 heures avant le rapport sexuel, mais il est préférable de commencer un ou deux jours plus tôt.
- Ensuite, un comprimé doit être pris un jour et encore un ET deux jours après le dernier rapport sexuel.
- Au total, il faut prendre au moins 4 comprimés (2 avant et 2 après le rapport sexuel).
- Attention : si tu as parfois tendance à oublier ou si tu souhaites avoir des rapports sexuels sans préservatif de manière spontanée, une prise quotidienne de Prep serait préférable pour toi !

AVANTAGES

- Des rapports sexuels spontanés et sans crainte.
- Plus de détente, moins de soucis et d'inquiétudes, car une protection sûre contre le VIH est garantie.
- La protection contre les effets d'une prise correcte de la Prep est largement supérieure à 90%.

EFFETS SECONDAIRES

- Effets secondaires possibles : maux de tête, nausées et/ou problèmes gastriques. Dans certains cas, la fonction rénale peut être affectée, c'est pourquoi elle est contrôlée à chaque nouvelle prescription, tout comme le statut VIH.
- Si des effets secondaires apparaissent, ils disparaissent généralement après les quatre à six premiers jours.
- Si les effets secondaires sont particulièrement importants ou persistants, contacte le médecin qui t'a donné la Prep.





اطلاعات عمومی در مورد پرپ:

- پرپ دارویی است که یک فرد سالم عاری از ویروس ایدز قبل و پس از رابطه جنسی جهت جلوگیری از ابتلا به ویروس ایدز مصرف می کند.
- هزینه ی این دارو و معاینات آن برای افرادی که تحت پوشش بیمه های دولتی همچون بکک اوک و ای کاکا هستند توسط بیمهدولتی پرداخت میشود، برای افرادی که تحت پوشش بیمه های درمانی خصوصی هستند متفاوت است و بایستی از خود شرکت بیمه جهت پرداخت هزینه ها سوال گردد.
- استفاده همزمان از پرپ و کاندوم میتواند به اطمینان کامل عدم ابتلا به ایدز کمک کند.
- پرپ از ابتلا به سایر ویروس ها و بیماری های امیزش جنسی مانند سیفلیس، کلامیدیا و سوزاک محافظت نمی کند
- امکان ابتلا به بیماری های امیزشی توسط امیزش جنسی دهانی وجود دارد (کاندوم تا حد زیادی از ابتلا پیشگیری میکند ولی نه به صورت کامل و قطعی)

دستور العمل مصرف:

• مصرف روزانه:

مصرف روزانه یک قرص در ساعت مشخص و یا

• مصرف پرپ قبل از یک امیزش جنسی (سکس پارتی):

- مصرف 2 قرص تا 24 ساعت قبل از رابطه جنسی (توصیه میشود یک تا دو روز قبل از رابطه جنسی مصرف شود)
- پس از آن، یک قرص باید یک روز و دیگری و دو روز پس از آخرین رابطه جنسی مصرف شود
- مجموعاً بایستی حداقل 4 قرص (2 قرص قبل و 2 قرص بعد از رابطه جنسی) مصرف شود

احتیاط:

اگر گاهی اوقات فراموش کار هستید یا به صورت یکدفعه رابطه جنسی بدون کاندوم دارید مصرف روزانه پرپ برای شما توصیه میشود

مزایا:

- رابطه جنسی یکدفعه و اتفاقی
- استرس و آرامش خاطر، به دلیل ایمنی بهتر در برابر ویروس ایدز
- حفاظت و جلوگیری از ابتلا در صورت مصرف درست و به موقع بیش از 90 درصد تضمین شده است.

عوارض جانبی:

- عوارض جانبی احتمالی: سردرد، تهوع و / یا مشکلات معده. ممکن است اختلال در عملکرد کلیه در موارد فردی وجود داشته باشد، بنابراین این کار با هر نسخه جدید، و همچنین وضعیت اچ آی وی کنترل می شود.
- اگر عوارض جانبی رخ دهد، معمولاً پس از چهار تا شش روز اول ناپدید می شوند
- در صورت بروز علائم شدید و طولانی به پزشک مربوطه که پرپ را دریافت کردید مراجعه کنید





نقاط عامة عن «بريب»:

- «بريب» هو دواء يتناوله الشخص الذي ليس لديه عدوى نقص المناعة المكتسب قبل الجنس وبعده لكي يتجنب انتقال العدوى له.
- سوف يتم تغطية جميع تكاليف الدواء و التحاليل من قبل التأمينات الصحية (آ و ك، ب ك ك، ي ك ك)
- يستطيع المرء أن يتجنب عدوى نقص المناعة المكتسب أيضاً عن طريق استعمال الواقي الذكري و الوقاية من خلال العلاج
- «بريب» لا يحمي من بقية الأمراض الجنسية المنقولة الأخرى مثل: الزهري ، الكلاميديا، السيلان
- أثناء الجنس الفموي أو لحس فتحة الشرج يمكن أن يتم أنتقال عدوى أحد الأمراض الجنسية المنقولة الأخرى مثل: الزهري ، الكلاميديا ، السيلان. بالنسبة لعدوى نقص للمناعة المكتسب فأن الجنس الفموي يلعب دورا ثانوي

نماذج تناول الدواء:

- «بريب» يوميا:
حبة واحدة باليوم و بنفس الوقت
- ذو علاقة بالسبب:
يمكن أن يتم تناول أقراص الدواء قبل موعد جنسي أو حدث جنسي مثل: حفل جنسي
- أول حبتين يجب أن يتم تناولهما قبل الجنس على الأقل من 24-2 ساعة والأفضل أن يكون قبل يوم أو يومين من الجنس
- بعد الجنس بيوم يجب تناول حبة و بعد يومين حبة أخرى
- بالمحمل يجب تناول أربع حبات على الأقل (2 قبل الجنس و 2 بعد)
- تحذير: إذا كنت شخص ينسى أو تقيم موعد جنس بشكل فجائي، ينصح إذاً بأن تتناول «بريب» يوميا

المزايا:

- جنس فجائي و بدون خوف
- ارتخاء أكثر قلق و تفكير أقل لأن الحماية من عدوى نقص المناعة المكتسب مضمونة
- تأثير الحماية هو أكثر من 90% عند تناول «بريب» بشكل صحيح

التأثيرات الجانبية:

- التأثيرات الجانبية الممكنة: صداع في الرأس، غثيان أو/و مشاكل في المعدة. في حالات فردية أحياناً يمكن أن يحدث تدهور في الوظائف الكلوية، لذلك يتم مراقبة ذلك عند كتابة كل وصفة جديدة و مراقبة حالة العدوى
- في حال ظهور التأثيرات الجانبية، ستزول تلك العوارض بعد أول أربع - ستة أيام
- في حال كانت التأثيرات الجانبية قوية جدا و مستمرة الرجاء مراجعة الطبيب الذي وصف لك «بريب»





ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О PREP

- PrEP (preexposure prophylaxis) - это лекарство, которое ВИЧ-отрицательный человек принимает до и после секса для профилактики ВИЧ-инфекции.
- Расходы на лекарства и обследования покрываются за счет обязательного медицинского страхования (например, АОК, ВКК или ИКК). Люди с частной медицинской страховкой должны обратиться в свою страховую компанию.
- Вы также можете предотвратить ВИЧ-инфекцию, используя презервативы и предохраняясь с помощью терапии.
- PrEP не обеспечивает защиту от других заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП), таких как сифилис, хламидиоз и гонорея.
- Во время „минета“ или „римминга“ также существует вероятность заражения ЗППП (использование презерватива может снизить риск, но не гарантирует 100% защиту). Оральный секс играет незначительную роль в заражении ВИЧ.

РЕЖИМЫ ПРИЕМА

ЕЖЕДНЕВНЫЙ PREP

- Одна таблетка в день, в одно и то же время суток.

ЭПИЗОДИЧЕСКИЙ PREP

- Таблетки принимают перед сексуальным свиданием или сексуальным мероприятием (например, секс-вечеринкой).

- Первые 2 таблетки принимаются не менее чем за 2-24 часа до секса, но лучше начать за один-два дня до этого.
- После этого необходимо принять одну таблетку на следующий день и одну через два дня после последнего полового акта.
- Всего примите не менее 4 таблеток (2 до и 2 после секса).
- Внимание: если вы иногда забывчивы или хотите спонтанно заняться сексом без презерватива, вам лучше принимать PrEP ежедневно!

ПРЕИМУЩЕСТВА

- Спонтанный и свободный секс.
- Больше отдыха, меньше забот и мыслей, так как гарантирована надежная защита от ВИЧ.
- Защита от последствий при правильном приеме PrEP составляет более 90%.

ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ

- Возможные побочные эффекты: головная боль, тошнота и/или проблемы с желудком. В отдельных случаях может быть нарушена функция почек, поэтому периодический контроль происходит при каждом новом назначении препарата, как и ВИЧ-статус.
- Если побочные эффекты возникают, они обычно исчезают после первых четырех-шести дней.
- Если побочные эффекты особенно тяжелые или постоянные, обратитесь к врачу, который назначил вам PrEP.



HERAUSGEBERIN

Aidshilfe Düsseldorf
PRADI NRW
Amit Marcus
in Kooperation mit PRADI Bochum
Johannes-Weyer-Str. 1
40225 Düsseldorf

Fon 0211 77095-31
pradi@duesseldorf.aidshilfe.de
duesseldorf.aidshilfe.de



pradi-nrw.com