

PrEP quotidienne : mode d'emploi

La PrEP pour prévenir le VIH



La PrEP (prophylaxie pré-exposition) est un traitement efficace et sûr qui empêche l'infection par le VIH (virus de l'immunodéficience humaine). La PrEP est disponible sous la forme d'un comprimé quotidien (Truvada ou sa forme générique, ou Descovy) ou d'une injection que vous recevez tous les deux mois.

PrEP quotidienne

La prise d'un comprimé de PrEP une fois par jour est efficace pour stopper le VIH :

- lors de tout type de rapports sexuels ou lors de l'injection de drogues ;
- pour les personnes de tout genre et de toute orientation sexuelle.



Prenez la PrEP tous les jours.

- Prenez la PrEP tous les jours, même les jours où vous n'avez pas de rapports sexuels ou ne vous injectez pas de drogues.
- Envisagez de prendre des comprimés de PrEP uniquement avant et après un rapport sexuel si vous êtes un homme ayant des rapports sexuels avec des hommes.

Si vous avez des difficultés à prendre un comprimé quotidien :

- Parlez à votre prestataire de soins de santé de la possibilité de passer à une injection de PrEP tous les deux mois.
- Si vous êtes un homme ayant des rapports sexuels avec des hommes, vous pouvez ne prendre les comprimés de PrEP qu'avant et après les rapports sexuels.

Pour vous rappeler de prendre vos comprimés :

- Programmez un rappel quotidien sur votre téléphone ou dans votre agenda.
- Prenez la PrEP avant ou après une activité quotidienne régulière, par exemple au moment du petit déjeuner ou avant de vous coucher.
- Ayez toujours sur vous un comprimé de PrEP dans une petite boîte à pilules ou enveloppé dans du papier d'aluminium. Ainsi, si vous oubliez de le prendre à la maison ou si vos plans changent, vous aurez toujours un comprimé de PrEP sur vous.

Si vous avez des rapports sexuels anaux, la PrEP est très efficace pour prévenir le VIH, même si vous oubliez occasionnellement de prendre un comprimé. Si vous avez des rapports sexuels vaginaux réceptifs, la PrEP fonctionne mieux si vous prenez le comprimé tous les jours.

Faites le point avec votre prestataire de soins de santé

Voyez votre prestataire de soins de santé tous les trois mois pour renouveler votre ordonnance et pour vous faire dépister pour le VIH et d'autres infections sexuellement transmissibles (IST). Certains prestataires offrent de faire le suivi par téléphone ou par appel vidéo. Indiquez à votre prestataire de soins de santé si :

- quelque chose rend difficile pour vous de prendre la PrEP ;
- des effets secondaires vous incommodent ;
- vous présentez des symptômes de fièvre, de ganglions enflés ou d'éruption cutanée ; il peut s'agir de signes précoces que vous êtes séropositif(-ve).

Faites preuve de prudence avec la PrEP

- Lorsqu'elle est prise telle que prescrite, la PrEP réduit le risque de contracter le VIH par le biais des rapports sexuels d'environ 99 %. L'utilisation de préservatifs offre une protection supplémentaire contre le VIH.
- La PrEP permet uniquement de prévenir le VIH. Pour prévenir d'autres IST, faites-vous tester régulièrement pour les IST et utilisez des préservatifs. Pour prévenir une grossesse, utilisez des préservatifs ou une autre méthode de contraception.

La PrEP fonctionne même si vous buvez de l'alcool ou si vous consommez de la drogue. Elle n'interfère pas avec la thérapie hormonale ou tout autre type de contraception. Si vous tombez enceinte, il n'est pas nécessaire d'arrêter la PrEP.

Continuez la PrEP

- Continuez la PrEP si vous êtes sexuellement actif(-ve) et susceptible d'être exposé(e) au VIH.
- Consultez votre prestataire si vous souhaitez arrêter la PrEP ou si vous avez arrêté et souhaitez recommencer.
- Si vous arrêtez la PrEP, utilisez des préservatifs ou une autre méthode de prévention du VIH.

Traitez les effets secondaires

La PrEP peut provoquer des effets secondaires légers comme des nausées, des maux d'estomac, de la fatigue et des maux de tête. Ces effets secondaires s'atténuent ou disparaissent souvent au cours du premier mois sous comprimés de PrEP. Si des effets secondaires continuent à vous incommoder, parlez-en à votre prestataire.

- Pour prévenir les nausées, prenez la PrEP avec un en-cas. Pour atténuer les nausées, prenez la PrEP avant d'aller vous coucher. Pour soulager les nausées, essayez les bonbons au gingembre ou le thé à la menthe poivrée.
- Pour atténuer les gaz et les ballonnements, essayez un médicament en vente libre destiné à soulager les gaz intestinaux.
- Si des selles molles vous incommodent, essayez un complément de fibres alimentaires.

Medicaid et la plupart des régimes d'assurance maladie devraient couvrir la PrEP sans ticket modérateur. Si vous avez des difficultés à payer la PrEP, demandez à votre prestataire si une aide financière est disponible.

Pour obtenir plus d'informations
et d'autres modes d'emploi, consultez
nyc.gov/health/hiv ou scannez le code QR.

