



Polish

Profilaktyka przedekspozycyjna (PrEP) HIV w Irlandii

**Broszura
informacyjna dla
osób, które stosują
PrEP lub rozważają
stosowanie PrEP w
celu zapobiegania
zakażeniu wirusem
HIV**



sexualwellbeing.ie



Spis treści

Czym jest HIV PrEP?	2
Jak skutecznie działa PrEP?	2
PrEP a inne choroby przenoszone drogą płciową (STI)	2
Przyjmowanie PrEP w Irlandii	3
Kto może odnieść korzyści z bezpłatnej profilaktyki PrEP?	3
Co zrobić, jeśli nie kwalifikuję się do otrzymania bezpłatnej PrEP?	4
Kto nie powinien przyjmować PrEP?	4
Jeśli pacjent kupuje PrEP przez Internet	4
Działania niepożądane, interakcje z innymi lekami i oporność	5
Czy PrEP ma działania niepożądane?	5
Czy PrEP wchodzi w interakcje z innymi lekami?	5
PrEP i oporność na leki	6
Badania i monitoring	7
Przed rozpoczęciem przyjmowania PrEP	7
W trakcie przyjmowania PrEP	9
Jak przyjmować PrEP	10
Bezpieczne rozpoczęcie i przerwanie przyjmowania PrEP	10
Pominięcie dawek i konieczność zastosowania PEP	16
Zmiana sposobu stosowania PrEP	18
Zmiana schematu przyjmowania	18
Decyzja o przerwaniu stosowania PrEP	18
Pozostałe uwagi	19
Antykoncepcja	19
Stosowanie PrEP w ciąży	19
Usługi wsparcia i przydatne zasoby	19

Styczeń 2025

Informacje zawarte w tej broszurze należy wykorzystać w rozmowie ze swoim lekarzem prowadzącym.



Czym jest HIV PrEP?

PrEP to skrót od profilaktyki przedekspozycyjnej (ang. Pre-Exposure Prophylaxis). Ta broszura dotyczy przyjmowania PrEP w celu zapobiegania zakażeniu wirusem HIV (HIV PrEP).

HIV PrEP jest przyjmowana przez osoby niezakażone wirusem HIV przed stosunkiem (przed ekspozycją) i po stosunku, aby zapobiec zakażeniu wirusem HIV (jest to tzw. profilaktyka).

Obecnie dostępna HIV PrEP to tabletki złożone, zawierające dwa leki: tenofowir i emtrycyabinę. Leki te są powszechnie stosowane w leczeniu HIV. Są one dopuszczone do stosowania jako PrEP w Europie od sierpnia 2016 r.

W pozostałej części tej broszury HIV PrEP jest określana mianem „PrEP”, która jest połączeniem tenofowiru i emtrycytabiny. W kontekście tej broszury „PrEP” odnosi się wyłącznie do PrEP mającej na celu zapobieganie HIV.

Jak skutecznie działa PrEP?

W wielu badaniach wykazano, że PrEP jest bezpieczna i wysoce skuteczna w zapobieganiu zakażeniom HIV. Przy prawidłowym stosowaniu PrEP zmniejsza ryzyko zarażenia się wirusem HIV o około 99%.

W badaniach nad PrEP w przypadkach, w których doszło do zakażenia wirusem HIV, większość osób, które stały się nosicielami, nie przyjmowała prawidłowo leku w momencie zarażenia.

W przypadku podjęcia decyzji o stosowaniu PrEP ważne jest, aby robić to przy wsparciu pracownika służby zdrowia i aby rozumieć, jak prawidłowo przyjmować PrEP.

PrEP a inne choroby przenoszone drogą płciową (STI)

PrEP nie chroni przed innymi STI, takimi jak kiła, chłamydia, rzeżączka i zapalenie wątroby typu C. Osoby przyjmujące PrEP mogą łączyć prezerwatywy i PrEP, aby zmniejszyć ryzyko zarażenia się innymi STI.

U osób przyjmujących PrEP zaleca się regularne badania pod kątem STI, zwykle co trzy miesiące.

Szczepienie przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B jest zalecane dla wszystkich gejów, osób biseksualnych i mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami (gbMSM), osób przyjmujących narkotyki dożylnie oraz heteroseksualnych mężczyzn i kobiet z grupy wysokiego ryzyka. Szczepienie przeciwko HPV jest zalecane dla gbMSM do 45. roku życia włącznie w celu ochrony przed brodawkami narządów płciowych i nowotworami związanymi z HPV. Szczepionki te są dostępne bezpłatnie w publicznych poradniach STI. Szczepienie przeciwko Mpx jest zalecane pracownikom seksualnym i niektórym osobom gbMSM. Jest dostępne za pośrednictwem niektórych poradni publicznych. W celu uzyskania informacji o sposobach dostępu do tych szczepionek należy skontaktować się z członkiem personelu opieki zdrowotnej.

Przyjmowanie PrEP w Irlandii

Osoby niezakażone wirusem HIV, które nie zawsze stosują prezerwatywy podczas seksu lub wspólnie z innymi osobami używają sprzętu do wstrzykiwania narkotyków, mogą być narażone na ryzyko zakażenia wirusem HIV.

Od roku 2019 HSE udostępnia leki PrEP bezpłatnie za pośrednictwem ogólnodostępnych aptek tym osobom, które mogą odnieść korzyści z takich interwencji i którym nie są one przeciwwskazane.

Obecnie bezpłatna opieka PrEP jest dostępna dzięki publicznym usługom PrEP. Osoby korzystające z innych zatwierdzonych przez HSE dostawców PrEP (takich jak praktyki medycyny ogólnej (GP) lub świadczeniodawcy prywatni) będą musiały płacić za konsultacje, badania, leczenie STI oraz szczepienia.

Więcej informacji na temat dostępności PrEP można znaleźć na stronie internetowej: www.sexualwellbeing.ie/getprep.

PrEP jest wydawana przez ogólnodostępne apteki i aby uzyskać dostęp do bezpłatnej PrEP za pośrednictwem HSE, należy być członkiem programu refundacji leków (DPS), posiadać kartę medyczną lub kartę choroby przewlekłej. Każda osoba mająca numer PPS może ubiegać się o kartę DPS. Należy odwiedzić stronę www.myDPS.ie lub zwrócić się z pytaniem do swojego farmaceuty.

W przypadku braku numeru PPS należy odwiedzić stronę https://www.citizensinformation.ie/en/social_welfare/irish_social_welfare_system/personal_public_service_number.html

Kto może odnieść korzyści z bezpłatnej profilaktyki PrEP?

Aby skorzystać z bezpłatnej PrEP za pośrednictwem HSE, należy:

- mieć negatywny wynik testu na HIV
- być w stanie stawiać się na wizyty kontrolne, zwykle co 3–6 miesięcy.

Możesz odnieść korzyści z przyjmowania PrEP, jeśli:

- uprawiasz seks bez prezerwatywy z partnerami zakażonymi HIV, którzy
 - ◆ nie są leczeni na HIV lub
 - ◆ są leczeni, ale nie osiągnięto u nich supresji wirusa (nie mają „niewykrywalnego” miana wirusa)
- jesteś mężczyzną uprawiającym seks z mężczyznami (dotyczy to również transseksualnych mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami) lub transseksualną kobietą uprawiającą seks z mężczyznami i **spełniasz którekolwiek** z poniższych kryteriów:
 - ◆ uprawianie seksu analnego bez prezerwatywy z więcej niż jednym partnerem w ciągu ostatnich 6 miesięcy

- ◆ wysokie prawdopodobieństwo uprawiania seksu analnego bez prezerwatywy w ciągu najbliższych 3 miesięcy
- ◆ choroba przenoszona drogą płciową (STI) w ostatnim roku
- ◆ stosowanie profilaktyki poekspozycyjnej HIV (PEP) w ciągu ubiegłego roku
- ◆ używanie narkotyków rekreacyjnych do uprawiania seksu (znane również jako chemsex) w ciągu ostatnich 6 miesięcy
- jesteś osobą ze znacznym ryzykiem zarażenia się wirusem HIV w wyniku stosunku płciowego lub przez używanie sprzętu do wstrzykiwania narkotyków wspólnie z innymi osobami.

Nie kwalifikujesz się do bezpłatnej PrEP, jeśli:

- pozostajesz w związku opartym na wzajemnej monogamii z partnerem żyjącym z HIV, który jest leczony i osiągnięto u niego supresję wirusa;
- pozostajesz w związku opartym na wzajemnej monogamii z partnerem, o którym wiadomo, że nie jest zakażony wirusem HIV.

Go zrobić, jeśli nie kwalifikuję się do otrzymania bezpłatnej PrEP?

Jeśli nie kwalifikujesz się do otrzymania bezpłatnej PrEP i zdecydujesz się na samodzielne opłacenie PrEP, możesz nabyć taką profilaktykę w ogólnodostępnych aptekach na receptę. Należy pamiętać o sytuacjach, w których PrEP NIE JEST zalecana, o których mowa poniżej.

Niezależnie od sposobu uzyskania PrEP zalecamy, aby dla własnego bezpieczeństwa stosować te same wytyczne dotyczące oceny i monitorowania przedstawione w dalszych częściach niniejszej broszury.

Kto nie powinien przyjmować PrEP?

PrEP nie należy stosować, jeśli:

- jesteś osobą zarażoną HIV;
- nie wiesz, czy jesteś osobą zarażoną HIV;
- masz uczulenie na leki dostępne jako PrEP w Irlandii.

Jeśli pacjent kupuje PrEP przez Internet

Istnieje możliwość zakupu generycznych produktów PrEP przez Internet. W Irlandii nielegalne jest pozyskiwanie leków na receptę bez jej posiadania i nielegalne jest dostarczanie leków drogą wysyłkową, w tym zamówionych przez Internet. Urząd Regulacji Produktów Zdrowotnych (HPRA) udostępnia społeczeństwu informacje na temat ryzyka związanego z kupowaniem leków przez Internet.

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

Czy PrEP ma działania niepożądane?

Większość osób stosujących PrEP nie zgłasza żadnych poważnych działań niepożądanych.

Jednak, jak wszystkie leki, PrEP może potencjalnie powodować skutki uboczne. Mniej niż 1 na 10 osób stosujących PrEP zgłasza łagodne nudności, biegunkę, wzdęcia lub ból głowy. Te działania niepożądane zwykle ustępują w ciągu pierwszego miesiąca.

Sporadycznie PrEP może powodować poważniejsze działania niepożądane. PrEP może również wpływać na nerki, dlatego ważne jest ich monitorowanie. U niewielkiego odsetka osób przyjmujących PrEP, u których wystąpiło zmniejszenie czynności nerek, zmiany te są zwykle odwracane po zaprzestaniu jej stosowania. Ryzyko to jest większe, jeśli pacjent ma 40 lat i więcej lub jeśli w momencie rozpoczęcia stosowania PrEP ma już zmniejszoną czynność nerek albo przyjmuje inne leki, które mogą wpływać na czynność jego nerek.

PrEP może również zmniejszyć gęstość kości o 1% do 2%, powodując niewielkie zmniejszenie masy kostnej. Utrata ta odwraca się po zaprzestaniu stosowania PrEP. To działanie niepożądane może być bardziej istotne, jeśli pacjent ma już małą gęstość kości w związku z innymi czynnikami. Może to być również istotne, jeśli pacjent ma mniej niż 24 lat, ponieważ jego kości wciąż się rozwijają.

Czy PrEP wchodzi w interakcje z innymi lekami?

Tenofowir i emtrycytabina nie wchodzi w interakcje z wieloma innymi lekami. (Interakcja oznacza, że stosowanie dwóch lub więcej leków w połączeniu ze sobą może powodować problemy lub działania niepożądane).

Należy zawsze poinformować pracownika opieki zdrowotnej (w tym lekarza prowadzącego) o przepisanych innych lekach lub przyjmowaniu suplementów diety w związku z ćwiczeniami na siłowni. Przyjmowanie suplementów diety w związku z ćwiczeniami na siłowni, takich jak kreatyna, może mieć wpływ na wyniki badań czynności nerek i utrudnić ich interpretację.

Należy zachować szczególną ostrożność w przypadku stosowania tenofowiru w tym samym czasie co niesteroidowych leków przeciwzapalnych (NLPZ), zwłaszcza diklofenaku. Połączenie tych dwóch substancji może spowodować problemy z nerkami. Innymi lekami z tej klasy są ibuprofen i naproksen. Należy unikać stosowania tych leków w przypadku przyjmowania PrEP lub poinformować lekarza o konieczności ich stosowania.

Można również zapytać o to farmaceutę. Należy poinformować ich o przyjmowaniu PrEP, aby mogli sprawdzić, czy nie dochodzi do interakcji, także z lekami dostępnymi bez recepty.

W przypadku osób przyjmujących PrEP, które stosują również hormony afirmujące płeć, nie ma powodów, aby zakładać, że stosowanie PrEP zmieni skuteczność terapii hormonalnej. Niektóre badania wykazały jednak nieco niższy poziom leków PrEP u transpłciowych kobiet przyjmujących feminizującą terapię hormonalną. Dlatego zaleca się, aby transpłciowe

kobiety, które przyjmują terapię hormonalną afirmującą płeć (feminizującą), stosowały PrEP codziennie lub stosowały lek tylko w razie potrzeby, będąc pod opieką i nadzorem konsultanta w dziedzinie medycyny układu moczowo-płciowego lub chorób zakaźnych.

PrEP i oporność na leki

Jeśli dojdzie do zakażenia HIV podczas stosowania PrEP, istnieje niewielkie ryzyko rozwoju oporności na jeden lub oba leki. Oznacza to, że leki te nie będą tak skutecznie działać przeciwko wirusowi HIV.

Badania nad PrEP pokazują, że bardzo niewiele osób zaraziło się HIV podczas jej stosowania. Wśród tych, u których do tego doszło, u mniej niż 1 na 20 osób rozwinęła się oporność na leki.

Prawdopodobieństwo wystąpienia lekooporności wzrasta, jeśli:

- Pacjent rozpocznie stosowanie PrEP nie wiedząc, że jest już zakażony wirusem HIV. Dlatego bardzo ważne jest wykonanie laboratoryjnego badania krwi na obecność HIV przed rozpoczęciem stosowania PrEP.
- Pacjent przerwie stosowanie PrEP i nie sprawdzi, czy zaraził się HIV przed ponownym rozpoczęciem terapii.
- Pacjent nie przyjmuje PrEP poprawnie, zarazi się HIV, a następnie będzie kontynuował przyjmowanie leku PrEP.
- Pacjent wejdzie w kontakt z lekoopornym wirusem HIV. Takie zdarzenia są bardzo rzadkie: na świecie odnotowano zaledwie dwa przypadki braku skuteczności PrEP po zetknięciu się danej osoby z lekoopornym wirusem HIV.

Przed rozpoczęciem przyjmowania PrEP

Istnieje kilka badań, które należy wykonać przed rozpoczęciem stosowania PrEP.

HIV

Przed rozpoczęciem stosowania PrEP lub w momencie rozpoczęcia terapii konieczne jest wykonanie testu na HIV 4. generacji. Zostanie pobrana próbka krwi, zwykle z ramienia, i wysłana do laboratorium. W przypadku tego badania zakłada się, że okno serologiczne* trwa 45 dni.

*Okno serologiczne to przedział czasu od ewentualnej ekspozycji na HIV do momentu możliwości wykrycia tego zakażenia przez test. Podczas okresu okna serologicznego pacjent może być zakażony HIV, ale badanie w kierunku tego wirusa daje wynik ujemny.

Jeśli istnieje prawdopodobieństwo, że w ciągu ostatnich 45 dni pacjent był narażony na kontakt z wirusem HIV, należy poinformować o tym członka personelu opieki zdrowotnej. Może zaistnieć potrzeba wykonania dodatkowych badań krwi i zlecenia powtórzenia badania w kierunku HIV 45 dni (lub około 6 tygodni) po rozpoczęciu stosowania PrEP. Ma to na celu upewnienie się, że nie przeoczono wczesnego zakażenia.

Jeśli pacjent był niedawno narażony na zakażenie wirusem HIV i wystąpiły u niego objawy grypopodobne, ważne jest, aby powiadomić zespół, który zalecił stosowanie PrEP, ponieważ może to być oznaką serokonwersji (jest to sytuacja, w której układ odpornościowy wytwarza przeciwciała w odpowiedzi na niedawne zakażenie wirusem HIV). W takiej sytuacji nie należy rozpoczynać stosowania PrEP, dopóki nie zostanie wykluczone zakażenie HIV. Lekarz wyjaśni to pacjentowi.

W przypadku stosowania PrEP po przyjmowaniu PEP (profilaktyka poekspozycyjna) najlepiej rozpocząć je natychmiast po zakończeniu cyklu PEP. Nie ma potrzeby opóźniania rozpoczęcia PrEP po PEP. Należy wykonać badanie krwi 4. generacji na obecność wirusa HIV w momencie zakończenia przyjmowania PEP/ rozpoczęcia stosowania PrEP oraz kolejne takie badanie po 4–6 tygodniach od rozpoczęcia przyjmowania PrEP.

Czasami oprócz laboratoryjnego badania w kierunku HIV wykonuje się szybki test na HIV.

Rozpoczęcie przyjmowania PrEP może być możliwe w dniu pierwszej wizyty. Zostanie to szczegółowo omówione z pacjentem przez członka personelu opieki zdrowotnej.

Wirusowe zapalenie wątroby typu B (WZW B)

Konieczne jest wykonanie badania na obecność wirusa WZW B, ponieważ leki PrEP wykazują aktywność zarówno wobec HIV, jak i WZW B. Przyjmowanie PrEP w przypadku niezdiagnozowanego WZW B może być szkodliwe dla pacjenta.

W przypadku zachorowania na WZW B nadal można stosować PrEP, ale należy zachować większą ostrożność.

W przypadku WZW B należy przyjmować PrEP codziennie zgodnie z zaleceniami lekarskimi i pod kontrolą, zwłaszcza jeśli chce się przerwać stosowanie leku. Przyjmowanie dorażne nie jest odpowiednie, jeśli pacjent ma WZW B (lub jeśli nie wie, czy ma WZW B).

Szczepienie przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B jest zalecane dla wszystkich osób gbMSM i osób wstrzykujących narkotyki.

Czynność nerek

Monitorowanie nerek polega na badaniu krwi na poziom kreatyniny, a czasem na badaniu moczu na zawartość białka. Najlepiej, aby badania te były wykonane tuż przed lub w dniu rozpoczęcia przyjmowania PrEP. Częstotliwość kontroli nerek po tym czasie będzie zależała od wielu czynników, w tym od wieku, historii medycznej i przyjmowanych leków. W przypadku przyjmowania suplementów kreatyny należy powiadomić o tym zespół, który zlecił stosowanie PrEP, ponieważ takie suplementy mogą utrudniać interpretowanie wyników badań krwi w zakresie monitorowania nerek. Zalecane jest przerwanie przyjmowania suplementów kreatyny co najmniej 2 tygodnie przed wykonaniem badań krwi na potrzeby monitorowania nerek.

Choroby przenoszone drogą płciową (STI)

Należy poddać się badaniom pod kątem STI, które obejmują testy na kiłę, chłamydię, rzeżączkę i zapalenie wątroby typu C.

Oprócz szczepienia przeciwko WZW A i B osobom gbMSM do 45. roku życia włącznie zaleca się szczepienie przeciwko HPV. Szczepienie przeciwko HPV ma na celu ochronę przed brodawkami narządów płciowych i nowotworami związanymi z HPV. Szczepionka przeciwko Mpox jest również zalecana pracownikom seksualnym i niektórym osobom gbMSM celem redukcji ryzyka zakażenia Mpox lub redukcji nasilenia choroby w razie zakażenia.

Ciąża

Pod kątem ciąży należy badać osoby, które mogą zająć w ciążę i w razie potrzeby można je ponownie zbadać podczas kolejnej wizyty. Osoby w ciąży mogą przyjmować PrEP i jest ona zalecana osobom w ciąży, które są narażone na ryzyko zakażenia wirusem HIV.

W trakcie przyjmowania PrEP

Po rozpoczęciu stosowania PrEP należy koniecznie prowadzić monitoring pod kątem HIV i STI oraz regularnie sprawdzać czynność nerek. Chociaż działania niepożądane są rzadkie, monitorowanie pomoże zidentyfikować wszelkie potencjalne problemy na wczesnym etapie.

Osoby przyjmujące PrEP od niedawna

W przypadku przyjmowania PrEP po raz pierwszy pacjentowi może zostać zaproponowana wizyta po 4–6 tygodniach, aby upewnić się, czy dobrze znosi lek lub czy potrzebuje dodatkowych badań lub szczepień.

Osoby przyjmujące PrEP codziennie

Na ogół osoby przyjmujące PrEP codziennie potrzebują kontroli co 3–6 miesięcy, aby wykonać:

- badanie krwi pod kątem HIV (test 4. generacji)
- badania pod kątem innych STI
- niektóre osoby mogą wymagać badania krwi w celu sprawdzenia czynności nerek.

Osoby przyjmujące PrEP doraźnie

- W przypadku stosowania PrEP doraźnie częstotliwość wizyt kontrolnych będzie zależała od częstotliwości stosowania PrEP i potencjalnego ryzyka ekspozycji na HIV i STI.
- Nie wszystkie osoby przyjmujące PrEP doraźnie potrzebują testów na HIV i STI co 3 miesiące. Osoby rekomendujące przyjmowanie PrEP omówią tę kwestię z pacjentem i ustalą plan wizyt kontrolnych.

Testy na STI i HIV w domu

- Niektóre osoby mogą wykonać część badań kontrolnych pod kątem STI i HIV za pośrednictwem krajowych usług HSE w zakresie domowych testów w kierunku STI. Kwestię tę można omówić z osobami rekomendującymi przyjmowanie PrEP, które zdecydują, czy jest to odpowiednie dla pacjenta.

Badanie pod kątem wirusowego zapalenia wątroby typu C

- Jest zalecane raz w roku u aktywnych seksualnie osób gbMSM
 - ◆ może być konieczne częstsze wykonywanie tego badania w zależności od okoliczności

Jak przyjmować PrEP

Aby PrEP była najbardziej skuteczna, stężenie ochronne leku musi zostać osiągnięte do momentu, w którym może dojść do ekspozycji na HIV. Ponieważ organizm potrzebuje trochę czasu na wchłonięcie leków, PrEP należy przyjąć zarówno **przed** narażeniem, jak i **po**.

Aktualne wytyczne określają, że PrEP zapewnia ochronę przed HIV po podwójnej dawce (2 tabletkach) przyjętej w okresie od 2 do 24 godzin zanim ochrona stanie się potrzebna. Dotyczy to różnych typów seksu oraz sytuacji, gdy ochrona jest potrzebna w przypadku stosowania narkotyków wstrzykiwanych. Czas ochrony zapewniany przez PrEP po epizodzie seksu lub zażyciu narkotyków wstrzykiwanych może być różny. W kolejnych sekcjach przeanalizujemy różne okoliczności oraz sposoby na bezpieczne rozpoczęcie i przerwanie przyjmowania PrEP.

Istnieją dwa różne sposoby przyjmowania PrEP: zależnie od okoliczności:

- **Codzienne przyjmowanie PrEP** (przyjmowanie PrEP każdego dnia)
- **Przyjmowanie doraźne** (przyjmowanie PrEP w okresie uprawiania seksu)

Bezpieczne rozpoczęcie i przerwanie przyjmowania PrEP

Schemat codziennego przyjmowania PrEP: w przypadku receptywnego seksu analnego, a także insertywnego seksu analnego, waginalnego* i frontального

Rozpoczęcie: W przypadku rozpoczęcia **przyjmowania PrEP należy wziąć dwie tabletki PrEP co najmniej 2 godziny przed stosunkiem, ale nie wcześniej niż 24 godziny**, aby mieć pewność, że stężenie leku będzie wystarczająco wysokie i zapewni ochronę podczas **seksu bez prezerwatywy**.



Receptywny seks analny



Insertywny seks analny, waginalny i frontalny

Rozpoczęcie



Seks w ciągu 2–24 godzin od przyjęcia dawki wysycającej



PrEP

PrEP

*W niniejszym dokumencie termin *wagina* obejmuje termin *neowagina*.

Dalsze przyjmowanie: Należy kontynuować, przyjmując jedną tabletkę PrEP na dobę każdego dnia.



Receptywny seks analny



Insertywny seks analny, waginalny i frontalny

Dalsze przyjmowanie



Seks w ciągu 2–24 godzin od przyjęcia dawki wysycającej



Przerwanie przyjmowania: Aby przerwać przyjmowanie PrEP, należy kontynuować przyjmowanie 1 tabletki co 24 godziny do czasu przyjęcia **2 tabletek** od czasu ostatniej ekspozycji na wirusa w wyniku stosunku.



Receptywny seks analny



Insertywny seks analny, waginalny i frontalny

Przerwanie przyjmowania



Ostatnia ekspozycja na wirusa w wyniku stosunku



Schemat codziennego przyjmowania PrEP:w przypadku receptywnego seksu waginalnego i seksu frontalnego oraz wspólnego używania sprzętu do wstrzykiwania narkotyków

Rozpoczęcie: W przypadku rozpoczęcia przyjmowania PrEP należy **wziąć dwie tabletki PrEP co najmniej 2 godziny przed ekspozycją, ale nie wcześniej niż 24 godziny**, aby mieć pewność, że stężenie leku będzie wystarczająco wysokie i zapewni ochronę **zanim jeszcze nastąpi ekspozycja**.



Receptywny seks waginalny i frontalny



Stosowanie narkotyków wstrzykiwanych

Rozpoczęcie



Ekspozycja w ciągu 2–24 godzin od przyjęcia dawki wysycającej



Dalsze przyjmowanie: Należy kontynuować, przyjmując jedną tabletkę PrEP na dobę każdego dnia.



Receptywny seks waginalny i frontalny



Stosowanie narkotyków wstrzykiwanych

Dalsze przyjmowanie



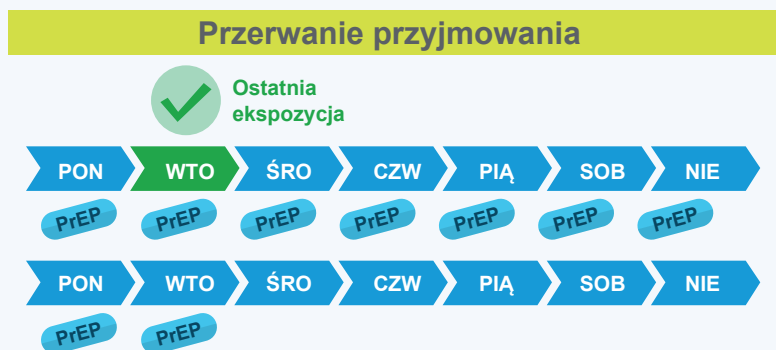
Przerwanie przyjmowania: Aby przerwać przyjmowanie PrEP, należy kontynuować przyjmowanie 1 tabletki co 24 godziny do czasu przyjęcia **7 tabletek** od czasu ostatniej ekspozycji.



Receptywny seks
waginalny i frontalny



Stosowanie narkotyków
wstrzykiwanych



Inne wskazówki dotyczące codziennego przyjmowania PrEP

Używać pudełka na tabletki — dzięki temu łatwo sprawdzić, czy dawka została przyjęta, czy pominięta.

Ustawić alarm w telefonie lub użyć aplikacji przypominającej o tabletkach, takiej jak My PrEP, PrEPTIME Pill Reminder lub PrEPtrack.

Wybrać porę przyjmowania PrEP i staranie się jej przestrzegać każdego dnia. Połączyć przyjmowanie leku z inną rutynową czynnością, taką jak mycie zębów. Nie musi to być dokładnie ta sama godzina, ale dzięki temu stanie się to codzienną rutyną.

W przypadku przerwy w stosowaniu PrEP i uprawiania w tym czasie seksu bez prezerwatywy ważne jest, aby rozważyć zażycie PEP i wykonać kolejny test na HIV przed ponownym rozpoczęciem stosowania PrEP.

Przyjmowanie doraźne: w przypadku receptywnego seksu analnego, a także insertywnego seksu analnego, waginalnego i frontalnego

Kilka badań przeprowadzonych głównie wśród gejów (w tym badanie IPERGAY) wykazało, że przyjmowanie doraźne jest równie skuteczne jak codzienne stosowanie PrEP u osób uprawiających seks analny.

Przyjmowanie doraźne to sposób stosowania PrEP tylko wtedy, gdy istnieje prawdopodobieństwo odbycia stosunku.

Przyjmowanie doraźne może być opcją dla osób, które nie chcą przyjmować PrEP przez cały czas, które tylko od czasu do czasu uprawiają seks bez prezerwatyw, np. raz w tygodniu, podczas wakacji lub wyjazdu na weekend, i które mogą zaplanować z wystarczającym wyprzedzeniem przyjęcie podwójnej dawki przed uprawianiem seksu bez prezerwatywy.

Przyjmowanie doraźne NIE jest odpowiednie, jeśli pacjent ma wirusowe zapalenie wątroby typu B. Jest naprawdę ważne, aby wiedzieć, czy jest się zakażonym wirusem WZW B, zanim zacznie się stosować PrEP.

Schemat przyjmowania doraźnego: na potrzeby epizodów seksualnych w ciągu jednego dnia

1. Należy przyjąć dwie tabletki PrEP (podwójna dawka) co najmniej 2 godziny przed stosunkiem, ale nie wcześniej niż 24 godziny. Podwójna dawka przed stosunkiem jest bardzo ważna, aby upewnić się, że w momencie uprawiania seksu w organizmie znajduje się wystarczająca ilość leku.
2. Należy przyjąć pojedynczą tabletkę 24 godziny po przyjęciu podwójnej dawki.
3. Ostatnią tabletkę należy przyjąć 24 godziny później. Jest to często określane jako schemat 2 + 1 + 1.



Receptywny seks analny



Insertywny seks analny, waginalny i frontalny

Epizody seksualne w ciągu jednego dnia



Seks w ciągu 2–24 godzin od przyjęcia dawki początkowej



PrEP
PrEP
@19:00

PrEP
@19:00

PrEP
@19:00



@23:00

Schemat przyjmowania doraźnego: na potrzeby epizodów seksualnych w ciągu więcej niż jednego dnia

Na przykład w przypadku wyjazdu na weekend lub na wakacje i zamiaru uprawiania seksu kilka razy w ciągu tego okresu.

1. Należy przyjąć podwójną dawkę (dwie tabletki PrEP) co najmniej 2 godziny przed stosunkiem, ale nie wcześniej niż 24 godziny.
2. W przypadku kontynuowania uprawiania seksu należy przyjąć jedną tabletkę 24 godziny po przyjęciu podwójnej dawki i kontynuować przyjmowanie jednej tabletki co 24 godziny.
3. Należy kontynuować przyjmowanie PrEP do momentu przyjęcia dwóch dawek po ostatnim stosunku. Oznacza to przyjęcie jednej dawki w każdym z dwóch dni po ostatnim stosunku.



Receptywny seks analny

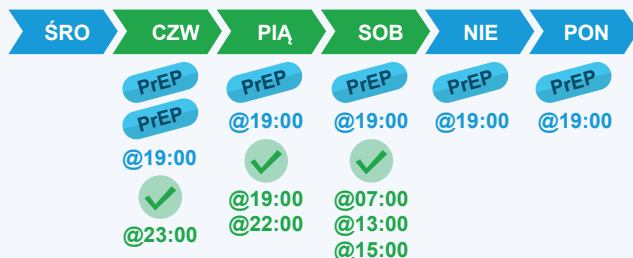


Insertywny seks analny, waginalny i frontalny

Epizody seksualne w ciągu więcej niż jednego dnia



Seks w ciągu 2–24 godzin od przyjęcia dawki początkowej



W przypadku doraźnego przyjmowania PrEP ważne jest, aby nie pomijać dawek.

Pominięcie dawek i konieczność zastosowania PEP

W przypadku pominięcia kilku dawek PrEP może być konieczne rozpoczęcie stosowania PEP, aby zmniejszyć prawdopodobieństwo zakażenia HIV.

Tylko seks oralny

- Jeśli ekspozycja nastąpiła wyłącznie poprzez seks oralny, niezależnie od liczby pominiętych dawek PrEP, **zastosowanie PEP nie jest potrzebne**.

Dawkowanie codzienne: seks analny bez prezerwatywy (insertywny/receptywny) oraz insertywny seks waginalny i frontalny

- Jeśli upłynęło **więcej niż 7 dni** od ostatniej przyjętej doustnie dawki PrEP:
 - ◆ Należy wznowić przyjmowanie PrEP od podwójnej dawki (2 tabletki) możliwie jak najszybciej, a najlepiej w ciągu 24 godzin i nie później niż 72 godziny po ekspozycji na wirusa w wyniku stosunku. Należy kontynuować przyjmowanie jednej tabletki PrEP dziennie i **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP**.
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP**.
- Jeśli od ostatniej przyjętej doustnie dawki PrEP upłynęło **nie więcej niż 7 dni**:
 - ◆ Należy wznowić codzienne przyjmowanie PrEP możliwie jak najszybciej.
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP**.

Dawkowanie codzienne:receptywny seks waginalny i frontalny bez prezerwatywy

- Jeśli upłynęło **więcej niż 3 dni** od ostatniej przyjętej doustnie dawki PrEP:
 - ◆ Należy wznowić przyjmowanie PrEP od podwójnej dawki (2 tabletki) możliwie jak najszybciej, a najlepiej w ciągu 24 godzin i nie później niż 72 godziny po ekspozycji na wirusa w wyniku stosunku. Należy kontynuować przyjmowanie jednej tabletki PrEP dziennie i **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP**.
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP**.
- Jeśli od ostatniej przyjętej doustnie dawki PrEP upłynęło **nie więcej niż 3 dni**:
 - ◆ Należy możliwie jak najszybciej wznowić przyjmowanie PrEP od podwójnej dawki (2 tabletki). Kontynuować przyjmowanie jednej tabletki PrEP dziennie i **skontaktować się z placówką oferującą PrEP**.
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP**.

Ryzyko wynikające ze wspólnego używania sprzętu do wstrzykiwania narkotyków


- Jeśli upłynęło **więcej niż 4 dni** od ostatniej przyjętej doustnie dawki PrEP:
 - ◆ Należy wznowić przyjmowanie PrEP od podwójnej dawki (2 tabletki) możliwie jak najszybciej w ciągu 24 godzin i nie później niż 72 godziny po ekspozycji. Należy kontynuować przyjmowanie jednej tabletki PrEP dziennie i **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP.**
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP.**
- Jeśli od ostatniej przyjętej doustnie dawki PrEP upłynęło **nie więcej niż 4 dni**:
 - ◆ Należy możliwie jak najszybciej wznowić przyjmowanie PrEP od podwójnej dawki (2 tabletki). Kontynuować przyjmowanie jednej tabletki PrEP dziennie i **skontaktować się z placówką oferującą PrEP.**
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP.**

Przyjmowanie doraźne (EBD) w przypadku seksu analnego bez prezerwatywy oraz insertywnego seksu analnego, waginalnego i frontального

- W razie pominięcia dawki profilaktyki PrEP przyjmowanej doraźnie po stosunku:
 - ◆ W przypadku opóźnionego przyjęcia lub pominięcia pierwszej dawki po stosunku można ją przyjąć do maksymalnie 48 godzin po stosunku, pod warunkiem że przyjęto co najmniej jedną tabletkę przed stosunkiem. Druga dawka po stosunku powinna zostać przyjęta 24 godziny po pierwszej celem zakończenia cyklu.
 - ◆ Jeśli od czasu ostatniej ekspozycji na wirusa w wyniku stosunku upłynęło **więcej niż 48 godzin**, wówczas należy przyjąć pierwszą dawkę po stosunku i skontaktować się **w ciągu 24 godzin z placówką oferującą PEP, aby uzyskać informacje o możliwości podjęcia takiej profilaktyki.**
 - ◆ W przypadku braku jakiegokolwiek leku PrEP należy **możliwie jak najszybciej, w ciągu 72 godzin, poddać się pilnej ocenie pod kątem PEP.**

Wszystkie placówki oferujące PrEP muszą mieć w swojej ofercie PEP lub zapewniać ustaloną ścieżkę skierowania do placówki oferującej PEP w razie pilnej potrzeby.

Lista miejsc, w których można uzyskać PEP w Irlandii, jest dostępna pod tym adresem: <https://www.sexualwellbeing.ie/need-urgent-information-and-care-/post-exposure-prophylaxis/>.



Zmiana sposobu stosowania PrEP

Potrzeba stosowania PrEP oraz ochrony przed zakażeniem wirusem HIV może zmieniać się w czasie. Można zmienić sposób przyjmowania leku PrEP lub przerwać i ponownie rozpocząć jego stosowanie, w miarę jak zmieniają się okoliczności.

Zmiana schematu przyjmowania

Przyjmowanie PrEP może zostać dostosowane do indywidualnych potrzeb pacjenta w różnych okresach.

W przypadku codziennego przyjmowania PrEP i zamiaru przejścia na dawkowanie doraźne należy omówić to z lekarzem. Pomoże on zdecydować, czy przyjmowanie doraźne jest odpowiednią opcją dla pacjenta, a także upewni się, że można bezpiecznie zmienić dawkowanie z codziennego na doraźne.

W przypadku przyjmowania doraźnego i zamiaru przejścia na przyjmowanie codzienne należy rozpocząć od dawki podwójnej, pamiętając, że lek należy przyjąć co najmniej 2 godziny przed odbyciem stosunku płciowego bez prezerwatywy, ale nie wcześniej niż 24 godziny. Następnie należy kontynuować przyjmowanie PrEP codziennie. W przypadku przejścia z przyjmowania doraźnego na codzienne pacjent powinien upewnić się, że ma wystarczającą ilość leku, aby przyjmować dawkę każdego dnia przed kolejną wizytą w placówce oferującej PrEP.

W niektórych sytuacjach placówka oferująca PrEP może zasugerować zmianę z przyjmowania codziennego na przyjmowanie doraźne, aby ograniczyć wpływ leków PrEP na nerki pacjenta.

Decyzja o przerwaniu stosowania PrEP

W przypadku podjęcia decyzji o zaprzestaniu stosowania PrEP najlepiej jest omówić ją z lekarzem. Może się upewnić, że pacjent bezpiecznie odstawił PrEP, zorganizować potrzebne badania i udzielić porad na temat przyszłej profilaktyki w zakresie HIV i STI.

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

Należy pamiętać, że w przypadku odstawienia PrEP i ryzyka ekspozycji na wirusa w wyniku stosunku może być konieczne zastosowanie PEP (profilaktyki poekspozycyjnej). Najlepiej jest to zrobić jak najszybciej, ale nie później niż 72 godziny po zagrożeniu.



Pozostałe uwagi

Antykoncepcja

Można bezpiecznie stosować PrEP z większością hormonalnych środków antykoncepcyjnych (krążkiem, plastrem, pigułką lub implantem). PrEP nie będzie miała wpływu na antykoncepcję, a antykoncepcja nie będzie miała wpływu na PrEP.

Stosowanie PrEP w ciąży

Chociaż dostępnych jest niewiele informacji na temat stosowania PrEP w ciąży, nie stwierdzono powikłań ciąży związanych z jego przyjmowaniem.

Nieleczone zakażenie wirusem HIV w czasie ciąży wiąże się ze zwiększonym ryzykiem przeniesienia wirusa na dziecko. Dlatego też stosowanie PrEP w ciąży może być wskazane. Profilaktyka PrEP jest zalecana w ciąży w przypadkach ryzyka zakażenia wirusem HIV. Jeśli pacjentka przyjmuje PrEP i może zajść w ciążę, ważne jest, aby omówić to z członkiem personelu opieki zdrowotnej, który pomoże podjąć świadomą decyzję o tym, co jest dla niej najlepsze.

Usługi wsparcia i przydatne zasoby

Infolinia HSE ds. HIV, zdrowia seksualnego, narkotyków i alkoholu

Infolinia HSE jest bezpłatną i poufną usługą, która zapewnia wsparcie, informacje i wskazówki dotyczące wszystkiego, co ma związek z HIV, zdrowiem seksualnym, przyjmowaniem narkotyków i alkoholem. Bezpłatny numer telefonu **1800 459 459** od poniedziałku do piątku w godz. 9:30–17:30 lub e-mail: **helpline@hse.ie**.

Sexualwellbeing.ie

Na stronie internetowej HSE można znaleźć więcej informacji na temat HIV, STI i zdrowia seksualnego.

Drugs.ie

Więcej informacji o chemsex i usługach wsparcia:

https://www.drugs.ie/drugs_info/about_drugs/chemsex/

Man2Man.ie

Informacje i wsparcie dla gejów, osób biseksualnych i innych mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami (gbMSM).

Na stronie internetowej **man2man.ie** można znaleźć więcej informacji na temat następujących usług wsparcia:

Profilaktyka HIV i STI <https://man2man.ie/prevention/>

Usługi wsparcia i infolinie <https://man2man.ie/support-services-helplines/>

Chemsex i bezpieczniejsze wstrzykiwanie narkotyków <https://man2man.ie/chemsex/>

MPOWER

Program **MPOWER** to usługa typu „peer led”, która obejmuje usługi, informacje i wsparcie dla gejów i mężczyzn biseksualnych. Zespół MPOWER jest dostępny, aby odpowiadać na pytania dotyczące PrEP przez WhatsApp, Grindr, e-mail lub telefon. Więcej szczegółowych informacji można znaleźć na stronie <https://mpower.hivireland.ie/speak-to-our-team/>

**Więcej egzemplarzy tej broszury można zamówić
bezpłatnie ze strony: www.healthpromotion.ie.**

Styczeń 2025

Producent: HSE Sexual Health Programme