

Act **BEFORE**
you **PLAY!**

PrEP

PrEP

Pravočasna zaščita **HIV** om.
pred



Kaj je PrEP?	3
Kako deluje?	3
Ali PrEP zares deluje?	3
Za koga je PrEP primeren in za koga ni?	4
PrEP in osebe s hivom.....	5
PrEP za transspolne osebe in za ženske	6
Katera zdravila lahko in katerih ne smemo uporabljati?.....	7
Součinkovanje z drugimi zdravili in prehranskimi dodatki	8
Morebitni neželeni učinki zdravila in druga tveganja	8
Kje lahko dobim PrEP?.....	9
Kako jemati zdravilo?.....	10
»Po potrebi«	11
»Vsakodnevni PrEP«	12
»Počitniški PrEP«	13
Spremljanje zdravstvenega stanja.....	14
Prenehanje uporabe	15
Uporaba zdravila na lastno pest.....	16
Kontakti.....	18



PrEP (*predekspozicijska profilaksa oziroma zaščitno zdravljenje pred izpostavitvijo*) je preventivna metoda za preprečevanje okužbe s hivom.

Zajema vsakodnevno ali občasno uporabo zdravila **em-tricitabin/dizoproksiltenofovirat** (FTC/TDF) in redne kontrolne preglede pri zdravniku.

Kako deluje?

Zdravilo preprečuje, da bi virus, ki med spolnim odnosom vstopi v telo osebe, ki uporablja PrEP, povzročil trajno okužbo.

Ali PrEP zares deluje?

Da. Strategija PrEP-a je izjemno učinkovita pri preprečevanju okužbe s hivom. Je pa za učinkovito zaščito zdravilo treba jemati dosledno v skladu z eno od shem, ki zagotavljajo zadostno koncentracijo zdravila v krvi in tkivih ves čas morebitne izpostavitve okužbi, tj. ves čas, ko ima oseba spolne odnose. To lahko pomeni jemanje zdravila vsak dan ali pa določeno časovno obdobje – v vsakem primeru pa pred in po spolnem odnosu. Obstajajo 3 temeljne sheme jemanja zdravil: *Po potrebi, Vsakodnevni PrEP in Počitniški PrEP*.



Za koga je PrEP primeren in za koga ni?

PrEP je primerna zaščita za vse hiv negativne osebe z visokim tveganjem za okužbo s hivom, kot so:

- moški, ki imajo spolne odnose z moškimi (MSM) in transspolne osebe;
- osebe, ki ne uporabljajo (vedno) kondomov, še posebej pri receptivnih (pasivnih) analnih spolnih odnosih;
- osebe, ki so že imele spolno prenesene okužbe v preteklosti;
- osebe, katerih partnerji imajo hiv, a se še ne zdravijo oz. se zdravijo, a še nimajo nezaznavnega virusnega bremena v trajanju vsaj 6 mesecev;
- osebe, ki prakticirajo kemseks.

PrEP ni primeren oz. potreben za:

- osebe, ki živijo s hivom;
- osebe z nizkim tveganjem za okužbo s hivom (npr. niso moški, ki imajo spolne odnose z moškimi - MSM, so v vzajemno monogamnem razmerju, ne menjavajo spolnih partnerjev, imajo partnerje z nizkim tveganjem, prakticirajo spolne prakse z nizkim tveganjem ...);
- osebe, ki imajo oslABLJENO delovanje ledvic;
- osebe, ki jim je uporaba zdravila odsvetovana zaradi zdravstvenih razlogov;
- osebe, ki nimajo težav z uporabo kondomov.

Osebe z boleznimi ledvic ali hepatitisom B naj se o uporabi strategije PrEP obvezno pogovorijo z infektologom. Jemanje PrEP-a brez posveta z zdravnikom na lastno pest močno odsvetujemo!



PrEP lahko uporabljajo zgolj osebe, ki nimajo hiva. Za PrEP se namreč uporablja zdravilo FTC/TDF, ki se v kombinaciji z nekaterimi drugimi zdravili uporablja tudi za zdravljenje hiva. Če to zdravilo samo, brez drugih potrebnih zdravil, uporabljajo osebe, ki imajo hiv, lahko to privede do nastanka odpornosti virusa proti zdravilom in s tem na zmanjšanje možnosti za uspešno zdravljenje okužbe s hivom. Pred začetkom jemanja zdravil se morate zato **obvezno testirati na hiv**. Svetujemo vam testiranje s testom četrte generacije, kakršni se v Sloveniji uporabljajo v zdravstvenih ustanovah ali na Legebitrinem testiranju. Ti testi imajo 6-tedensko diagnostično okno – z drugimi besedami: od vaše zadnje izpostavitve oz. tveganega spolnega odnosa, ko bi se lahko okužili, mora miniti vsaj 6 tednov, da je test zanesljiv. Hitri testi, pri katerih za testiranje uporabimo vzorec sline ali kapilarno kri oz. hitri testi za samotestiranje, so manj primerni za ugotavljanje okužbe pred začetkom uporabe PrEP-a, saj imajo zelo dolgo, praviloma 3-mesečno diagnostično okno.



PrEP za transspolne osebe in za ženske

PrEP je učinkovit pri preprečevanju okužbe s hivom tudi pri transspolnih osebah. Uporabljamo ga lahko skupaj z nadomestno hormonsko terapijo. Podatkov, ki bi omogočali shemo *Po potrebi* pri heteroseksualnih moških in ženskah ter pri transspolnih osebah, še ni dovolj, zato se tem osebam svetuje zgolj uporaba *Vsakodnevne PrEP-a*. Samo MSM lahko zdravilo uporabljajo po shemi *Po potrebi*.

Ženske, ki imajo visoko tveganje za okužbo s hivom, lahko uporabljajo PrEP. Visoko tveganje za okužbo s hivom predstavljajo vaginalni ali analni spolni odnosi. PrEP se lahko souporablja s hormonsko kontracepcijo. Nosečnost in dojenje nista kontraindikaciji za uporabo PrEP-a, vendar se je treba o tem posvetovati z zdravnikom.

Katera zdravila lahko in katerih ne smemo uporabljati?



Trenutno sta v svetu za uporabo strategije PrEP odobreni dve zdravili: **emtricitabin/dizoproksiltenofovirat** in emtricitabin/alafenamidtenofovirat (zadnje ni odobreno v Evropi).

V Sloveniji za PrEP uporabljamo emtricitabin/dizoproksiltenofovirat, okrajšano **FTC/TDF**. Včasih je bil znan kot originalno zdravilo Truvada®, ki pa je v Sloveniji ne uporabljamo več, namesto nje je na voljo več istovetnih generičnih zdravil (npr. Emtricitabin/dizoproksiltenofovirat Krka®, Emtricitabin/dizoproksiltenofovirat Teva®). Emtricitabin/alafenamidtenofovirat je novejše zdravilo s tržnim imenom Descovy®.

FTC/TDF se ne uporablja samo kot PrEP, ampak ga osebe s hivom uporabljajo tudi kot del kombinirane terapije za zdravljenje okužbe s hivom. **To pa ne pomeni, da lahko kot PrEP jemljete katerokoli drugo zdravilo za hiv. Uporabite lahko zgolj za to odobreno zdravilo, tj. FTC/TDF.**



Součinkovanje z drugimi zdravili in prehranskimi dodatki

Pomembnejših součinkovanj med zdravili za PrEP in ostalimi zdravili ni. Tisti, ki prejimate kakšna zdravila, se pred začetkom uporabe PrEP-a posvetujete z zdravnikom. Če uporabljate PrEP, lahko sočasno uživate tudi vse prehranske dodatke.



Morebitni neželeni učinki zdravila in druga tveganja

Najpogostejši neželeni učinki zdravila FTC/TDF so glavobol, slabost, bruhanje, napihnjenost in vetrovi. Ti neželeni učinki navadno izzvenijo v enem mesecu po uvedbi FTC/TDF. Zdravilo lahko vpliva na delovanje ledvic in mineralno kostno gostoto. Za varno jemanje zdravila in izvajanje celotne strategije PrEP je zelo pomembno, da ste pod permanentnim zdravniškim nadzorom.



V Sloveniji je do PrEP-a možno dostopati v ambulanti Klinike za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKC Ljubljana, v Mariboru na Oddelku za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKC Maribor in v Celju v ambulanti za infekcijske bolezni in vročinska stanja.

Za pregled ne potrebujete napotnice izbranega osebnega zdravnika

Z zdravnikom oziroma zdravnico se boste pogovorili o vaših željah in potrebah, o vašem zdravstvenem stanju ter o različnih vidikih PrEP-a. Če se boste skupaj z zdravnikom odločili za uvedbo PrEP-a, boste opravili še klinični pregled in določene preiskave. Preden začnete, je treba preveriti delovanje ledvic, testirati na okužbo z virusom hepatitisa B in predvsem testirati na prisotnost okužbe s HIVom.



Kako jemati zdravilo?

PrEP se lahko trenutno uporablja po treh različnih shemah, odvisno od potreb, vrste seksa, spola, življenjskega sloga in zdravstvenega stanja uporabnika. Pomembno je, da uporabnik zdravilo jemlje na pravilen način in da redno opravlja vse potrebne preiskave v skladu z zdravniškimi navodili. Le pravilna uporaba strategije PrEP nudi zanesljivo zaščito pred okužbo s hivom!

Preden začnete jemati zdravilo, je pomembno, da ste – z upoštevanjem šesttedenskega diagnostičnega okna – testirani na hiv. Če PrEP-a niste jemali nekaj časa, bili pa ste izpostavljeni hivu, počakajte šest tednov, se testirajte in nato začnite uporabljati zdravilo. Ob kakršnihkoli simptomih in znakih akutnega hiv sindroma* (glejte *Spremljanje zdravstvenega stanja*), se nemudoma obrnite na zdravnika, ki vam je PrEP predpisal, in do pregleda prekinite s PrEP-om.

Če želite zamenjati shemo jemanja zdravil, se o tem pogovorite z zdravnikom, ki vam je zdravilo predpisal. Sheme PrEP *Po potrebi* ne smete uporabljati, če imate receptivne vaginalne ali frontalne spolne odnose ali če imate prisoten HbsAg (pomemben marker okužbe z virusom hepatitisa B).




Pri vseh shemah jemanja pa velja naslednje: če boste bruhalo v eni uri po zaužitju zdravila, zdravilo vzemite še enkrat. V primeru bruhanja več kot eno uro po zaužitju, zdravila ni treba vzeti ponovno.

»Po potrebi«

Če oseba ne prakticira analnih spolnih odnosov zelo pogosto, lahko jemlje PrEP le po potrebi. Pri tej shemi je treba spolne odnose načrtovati oziroma predvideti vnaprej. V primeru enega spolnega odnosa je treba vzeti 2 tableti naenkrat 2-24 ur pred spolnim odnosom (oz. 1 tableto, če ste v zadnjih 6 dneh že vzeli vsaj 1 tableto), naslednjo tableto 24 ur po prvem odmerku in nato še eno tableto 48 ur po prvem odmerku. Če predvidevate ponovne spolne odnose, lahko z zdravilom nadaljujete v odmerku 1 tableta dnevno, po zadnjem spolnem odnosu pa nadaljujete še dva dni po eno tableto dnevno.






PrEP *Po potrebi* je primeren samo za zaščito pri analnih spolnih odnosih oziroma za MSM (moške, ki imajo spolne odnose z moškimi). Vendar bodite previdni – v obdobjih, ko ne jemljete zdravila, a se zgodi, da imate spolne odnose, obvezno uporabite kondom. Če bi se okužili, nato pa ponovno začeli uporabljati zdravila po tej shemi, lahko nastane odpornost virusa proti zdravilu.

Na spodnji sliki je shema jemanja zdravil v primeru enega spolnega odnosa. Označene ure so zgolj za primer.

PON		
TOR		
SRE		 ob 22.00
ČET	seks ob 20.00	 ob 22.00
PET		 ob 22.00
SOB		
NED		

← dve tableti
po spolnem
odnosu!

Če ima oseba v kratkem časovnem obdobju po prvem seksu še nekaj spolnih odnosov, naj vsak dan, dokler ima spolne odnose, vzame eno tableto na 24 ur. Pravilo je, da je treba po zadnjem spolnem odnosu vzeti vsaj še dve tableti, in sicer po eno na 24 ur.

PON		
TOR		
SRE		 ob 22.00
ČET	seks ob 20.00	 ob 22.00
PET	seks ob 14.00	 ob 22.00
SOB	seks ob 05.00	 ob 22.00
NED		 ob 22.00
PON		
TOR		
SRE		

← dve tableti
po spolnem
odnosu!

»Vsakodnevni PrEP«

Zaščito pri vseh vrstah spolnih odnosov (analnih, vaginalnih in frontalnih) omogoča *Vsakodnevni PrEP*. Oseba vsak dan ob isti uri (z največ dvournim odklonom) vzame zdravilo, s čimer je vedno ustrezno zaščiten in spolnih odnosov ne potrebuje načrtovati vnaprej.

PON	TOR	SRE	ČET	PET	SOB	NED
						

»Počitniški PrEP«

Ta shema je izpeljanka Vsakodnevnega PrEP-a in je primerna za tiste, ki potrebujejo zaščito za točno določeno obdobje, ko bodo imeli zelo visoko tveganje za okužbo s hivom, na primer na počitnicah. Pri tem načinu je treba 7 dni pred začetkom počitnic vsak dan vzeti eno tableto, nato vsak dan eno tableto ves čas počitnic in nato še 7 dni po koncu počitnic vsak dan eno tableto.

1 teden pred počitnicami

PON	TOR	SRE	ČET	PET	SOB	NED
						

počitnice

PON	TOR	SRE	ČET	PET	SOB	NED
						

1 teden po počitnicah

PON	TOR	SRE	ČET	PET	SOB	NED
						



Spremljanje zdravstvenega stanja

Pred uvedbo PrEP-a in nato na vsake 3 mesece boste imeli redne preglede v zdravstveni ustanovi, kjer so vam PrEP predpisali. Ti pregledi bodo vključevali spremljanje delovanja ledvic, testiranje na hiv ter druge spolno prenosljive okužbe, pogovor o varni spolnosti, spremljanje pravilnega jemanja zdravila itd.

Zdravniku, ki vam bo predpisal PrEP, povejte za vsa zdravila, ki jih jemljete. Tako se boste izognili morebitnim součinkovanjem različnih zdravil, ki bi lahko vplivala na vaše zdravje in učinkovit PrEP.

PrEP nudi zelo visoko zaščito pred hivom. Kljub temu se lahko okužite, zato je zelo pomembno, da prepoznate simptome in znake zgodnje okužbe s hivom (akutni hiv sindrom). Ti so lahko zelo izraziti ali pa blagi in kratkotrajni in jih lahko spregledate. Pojavijo se v 2-6 tednih po tvegane spolnem odnosu. Najpogostejše težave so vročina, bolečine v žrelu, razjede v ustih, glavobol, povečane bezgavke na vratu in tudi drugod po telesu (npr. v pazduhah), utrujenost, rdečkasti izpuščaji na koži, bolečine v mišicah in sklepih, slabost, bruhanje in driska, nočno znojenje ter izguba teka. Če boste opazili enega ali več simptomov in znakov, o tem takoj obvestite zdravnika, ki vam je predpisal PrEP in do pregleda prenehajte s PrEP-om.

Zdravnika obvestite tudi, če boste opazili simptome in znake katerekoli druge spolno prenosljive okužbe (izcedek iz sečnice, pekoče bolečine v sečnici, bolečine v žrelu, bolečine v zadnjiku, driska/zaprtost, izpuščaji po koži/dlaneh/podplatih, neboleče razjede na spolovilu, jeziku, ustnicah itd).



Če prenehate uporabljati PrEP, še vedno pa imate spolne odnose, je pomembno, da se zaščitite, zato uporabite katero od drugih preventivnih metod za preprečevanje prenosa HIVa. Najbolj zanesljiva in enostavna je uporaba kondomov, ki zaščitijo tako pred HIVom kot pred drugimi spolno prenosljivimi okužbami.

Če jemljete zdravila po shemi [Vsakodnevni PrEP](#) in [Počitniški PrEP](#) in želite prenehati, morate zdravila jemati še 7 dni po zadnjem spolnem odnosu.

Če jemljete zdravila po shemi [Po potrebi](#), vzemite po zadnjem spolnem odnosu še dve tableti v razmaku 24 ur.

O načinih prenehanja jemanja PrEP-a vas bo zdravnik seznanil že ob uvedbi te preventivne strategije. Če ne boste najbolj prepričani, kako prenehati z uporabo, se nujno obrnite na zdravnika.



Uporaba zdravila na lastno odgovornost

Svetujemo vam, da PrEP pridobite po uradni poti, torej da vam ga predpiše zdravnik specialist infektologije, saj boste tako deležni popolne zdravstvene oskrbe, ki poleg jemanja zdravil zajema tudi redne zdravniške preglede. Če pa boste zdravilo kljub temu pridobili in jemali na lastno odgovornost, je treba pri tem upoštevati:

- Pred začetkom uporabe PrEP-a se obvezno testirajte na hiv, najbolje z laboratorijskim testom četrte generacije, kakršen se uporablja za testiranje v zdravstvenih ustanovah in na Legebitri. Pri tem upoštevajte diagnostično okno 6 tednov – torej čas, ki mora miniti od morebitne okužbe pa do takrat, ko jo test lahko zazna. Hitri testi za testiranje slin ali kapilarne krvi oziroma hitri testi za samotestiranje so manj primerni za ugotavljanje okužbe pred začetkom uporabe PrEP-a, saj imajo zelo dolgo, praviloma 3-mesečno diagnostično okno.
- Po začetku uporabe PrEP-a se na hiv testirajte vsake 3 mesece. Če uporabljate PrEP shemo Po potrebi in ste v času, ko niste jemali zdravila, imeli nezaščitene spolne odnose, se testirajte tudi pred ponovno uporabo zdravila.
- PrEP vas ne zaščiti pred drugimi spolno prenosljivimi okužbami (SPO), zato se redno testirajte, na


primer na 3–6 mesecev na sifilis, gonorejo, okužbo s klamidijami itd.. Zgodnje odkrivanje in zdravljenje okužb preprečuje resne zdravstvene posledice pri vsaki posamezni osebi, preprečuje pa tudi širjenje okužb na druge. Prisotnost SPO pri posamezniku povečuje tudi tveganje za okužbo s hivom.


- Če imate hepatitis B, lahko uporabljate Vsakodnevni PrEP, a vam močno svetujemo, da PrEP-a ne uporabljate brez rednega zdravniškega nadzora. Zdravilo tenofovir, ki je sestavni del FTC/TDF, se uporablja tudi za zdravljenje kroničnega hepatitisa B. Občasno jemanje FTC/TDF oziroma prenehanje jemanja tega zdravila lahko močno poslabša vašo bolezen.
- Osebam, ki nikoli niso bile okužene z virusom hepatitisa B (HBV), se svetuje cepljenje za zaščito pred tem virusom. Osebe, rojene leta 1992 ali kasneje, ki so v osnovno šolo vstopile v Sloveniji, so bile cepljene proti HBV kot otroci. Necepljene osebe naj se pred začetkom strategije PrEP testirajo na HBV, test pa naj periodično ponavljajo skupaj s testiranjem na SPO.
- PrEP lahko vodi v poslabšanje ledvične funkcije, še posebej pri osebah s predhodno boleznijo ledvic.
- Priporočeno je cepljenje proti hepatitisu B in hepatitisu A, cepljenje proti mpxu in okužbam s humanim papiloma virusom (HPV). O tem se pogovorite z zdravnikom.



Klinika za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKCL


Poljanski nasip 58, 1000 Ljubljana


 **01 522 26 22** - vsak delovni dan med 8.00 in 9.00 uro
in med 13.00 in 14.45 uro

 **narocanje.kibvs@kclj.si**

Oddelek za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKCM


Ljubljanska ulica 5, 2000 Maribor


 **02 321 26 57** - ob ponedeljkih med 10.00 in 12.00 uro

 **prep.mb@ukc-mb.si**

Ambulanta za infekcijske bolezni in vročinska stanja Splošne bolnišnice Celje


Oblakova ulica 5, 3000 Celje


 **034 233 521** - vsak delovni četrtek med 8.00 in 9.00 uro

 **prep@sb-celje.si**

Društvo Legebitra

Trubarjeva 76a, 1000 Ljubljana

 **030 361 280** - vsak delovni dan med 10.00 in 16.00 uro

 **info@kajisces.si**



Avtor: Mitja Čosić

Brošuro sta strokovno pregledala Blaž Pečavar in prof. dr. Janez Tomažič, dr. med., s Klinike za infekcijske bolezni in vročinska stanja UKC Ljubljana.

Izdajatelj: Društvo Legebitra

Zanj: Sebastjan Sitar

Lektura: Petra Aškerc

Oblikovanje in tisk: grafex agencija | tiskarna

Naklada: 1500 izvodov

Drugi ponatis, Ljubljana 2024

V besedilu tega priročnika uporabljeni izrazi, zapisani v slovnični obliki moškega spola, so uporabljeni kot nevtralni in veljajo enakovredno za vse spole.

LEGBITRA



**Sofinancira
Evropska unija**

Sofinancirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za zdravje in digitalno tehnologijo (HADEA). Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti organ, ki dodeljuje sredstva.

