

Le guide d'utilisation de

La PrEP

Consignes et conseils à l'intention des *futurs* utilisateurs et *future*s utilisatrices de
la PrEP en Belgique

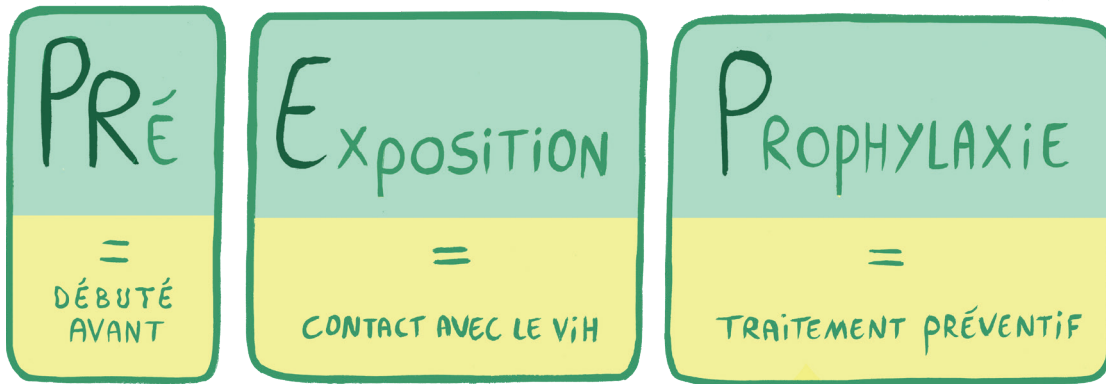
2019

CE GUIDE A ÉTÉ RÉALISÉ EN COLLABORATION AVEC DES MÉDECINS INFECTIOLOGUES, GÉNÉRALISTES, INFIRMIER-E-S, AUTRES PROFESSIONNEL-LE-S DE LA SANTÉ, TRAVAILLEURS/EUSES D'ASSOCIATIONS COMMUNAUTAIRES CONCERNÉES ET UTILISATEURS/TRICES DE LA PrEP.

CE DOCUMENT SE VEUT INFORMATIF ET NE SE SUBSTITUE PAS À UNE CONSULTATION MÉDICALE INDIVIDUALISÉE (OBLIGATOIRE POUR LA PRESCRIPTION ET LE REMBOURSEMENT DE LA PrEP EN BELGIQUE).

SOMMAIRE :	L'ACCOMPAGNEMENT MÉDICAL :	8
QU'EST-CE QUE LA PrEP ?	L'ACCOMPAGNEMENT COMMUNAUTAIRE :	8
PREP/TPE QUELLE DIFFÉRENCE ?	LES SCHÉMAS DE PRISE ACTUELS	10
LA PrEP PROTÈGE UNIQUEMENT DU VIH	LES RÈGLES IMPORTANTES À RESPECTER :	10
A QUI S'ADRESSE LA PrEP ?	UNE BONNE ADHÉRENCE	15
COMMENT LA PrEP FONCTIONNE-T-ELLE ?	QUELLES PRÉCAUTIONS D'UTILISATION ?	15
LA PrEP MARCHE BIEN SI ON LA PREND BIEN !	EFFETS SECONDAIRES	15
COMMENT OBTENIR LA PrEP ?	INTERACTIONS	16
A CHACUN-E SON TRAITEMENT	ET SUR LE LONG TERME ?	16
AVANT DE COMMENCER LA PrEP	SITUATIONS PARTICULIÈRES	16
QUELS SONT LES RISQUES DE TRANSMISSION DU VIH ?	GROSSESSE ET ALLAITEMENT	16
COMMENT RÉDUIRE LES RISQUES DE TRANSMISSION DU VIH ?	TRAITEMENT POST-EXPOSITION (TPE)	16
LES PRÉSERVATIFS	QUELS EFFETS POSITIFS ?	16
SHOOT, INJECTION ET SLAM	ET LES PRÉSERVATIFS DANS TOUT ÇA ?	17
ET S'IL Y A EU UNE PRISE DE RISQUE ?	OÙ TROUVER DES PRÉSERVATIFS ?	17
COMMENT REPÉRER LA PHASE DE PRIMO-INFECTION ?	S'INFORMER ET/OU PRENDRE UN RENDEZ-VOUS	18
POURQUOI ET QUAND DÉPISTER LES IST ?	VIA LES ASSOCIATIONS COMMUNAUTAIRES OU LOCALES	18
QUEL SUIVI ?	VIA LES CENTRES DE RÉFÉRENCE SIDA	18

PREP SIGNIFIE PROPHYLAXIE PRÉ-EXPOSITION



QU'EST-CE QUE LA PrEP ?

Ce traitement préventif, médicament actif contre le virus du VIH, est proposé aux personnes séronégatives fortement exposées au risque d'infection au VIH afin d'éviter une contamination.

La combinaison Emtricitabine/Tenofovir (Emt/Tnf) en prise orale est actuellement le seul médicament dont la composition est reconnue pour la PrEP en Belgique.

La PrEP est une nouvelle stratégie qui complète la palette existante d'outils de prévention. Elle ne s'adresse cependant pas à tous les publics (voir 'A qui s'adresse la PrEP' p4).

PrEP/TPE quelle différence ?

Il ne faut pas confondre la PrEP (Prophylaxie Pré-Exposition) avec le TPE (Traitement Post-Exposition). Les deux sont des antirétroviraux (médicaments anti-VIH) prescrits à une personne séronégative. Par contre, la PrEP est débutée avant tout risque d'exposition au VIH alors que le TPE (auss appelé traitement d'urgence ou PEP en anglais) est débuté juste après une prise de risque.

Le TPE doit être débuté le plus rapidement possible et au plus tard dans les 72 heures qui suivent la prise de risque. C'est une trithérapie d'antirétroviraux à prendre durant 28 jours. L'accès au kit de démarrage se fait via un service spécialisé ou via le service des urgences

de la plupart des hôpitaux. La suite du traitement est délivré par un Centre de Référence SIDA.

Attention, l'un n'exclut pas l'autre : il est possible d'avoir recours au TPE suite à un oubli de prise PrEP ainsi que d'être orienté vers la PrEP à la fin de son TPE.

La PrEP protège uniquement du VIH

La PrEP (comme le TPE) ne protège pas des autres IST (Infections Sexuellement Transmissibles : syphilis, chlamydia, gonorrhée, condylomes, hépatites...). D'autres précautions doivent être prises en complément de la PrEP pour se protéger des autres IST (préservatifs, etc. voir 'Et le préservatif dans tout ça' p17). Il est recommandé de faire un dépistage régulier des IST.

Les IST sont en augmentation en Belgique notamment parmi les hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes. La plupart des IST se soignent facilement mais attention à l'Hépatite C dont le traitement est plus complexe et le gonocoque qui devient résistant aux antibiotiques.

La PrEP ne prévient pas non plus d'une grossesse, il est nécessaire de bien maîtriser sa contraception (pour trouver un planning familial surfez sur loveattitude.be).

A QUI S'ADRESSE LA PrEP ?

La PrEP est indiquée uniquement pour certaines personnes selon leur profil et leurs pratiques. Pour avoir accès à la PrEP, il faut :

- ▶ Etre séronégatif au VIH
- ▶ Avoir plus de 18 ans
- ▶ Etre une personne à haut risque d'acquisition :
 - a. homme cisgenre (gay/bi) qui a des rapports sexuels avec d'autres hommes
 - b. personne transgenre qui a des rapports sexuels avec d'autres hommes
 - c. personne originaire de régions à forte prévalence (Afrique subsaharienne, Europe de l'est, Caraïbes, etc.) et leur(s) partenaire(s)
 - d. travailleur/euse du sexe exposé-e-s à des rapports sexuels non protégés et leurs partenaires
 - e. usager-e de drogues par voie intraveineuse avec partage de seringue
 - f. partenaire séronégatif/ve dans un couple séro-différent dont le/la partenaire séropositif/ve n'est pas sous traitement ou n'a pas une charge virale indétectable depuis au moins 6 mois
 - g. avec des facteurs de risque individuels :
 - avoir eu des relations anales ou vaginales sans préservatif avec au moins deux partenaires dans les 6 derniers mois
 - avoir présenté plusieurs épisodes d'IST durant l'année écoulée
 - avoir eu un ou plusieurs traitement d'urgence (TPE) contre le VIH
 - avoir consommé des substances psychoactives dans un contexte sexuel
 - avoir des facteurs de risque physiques (ulcères génitaux, saignements, autres).

Transgenre : personne dont l'identité/expression de genre ne correspond pas à celle habituellement associée au genre qui lui a été assigné à la naissance.

Cisgenre : personne dont l'identité/expression de genre correspond à celle habituellement associée au genre qui lui a été assigné à la naissance.

Plus d'infos sur genrespluriels.be

Si vous pensez rentrer dans les conditions d'accès à la PrEP ou si vous prenez déjà de la PrEP, n'hésitez pas à prendre rendez-vous (voir p18). Cependant, sachez que c'est toujours le/la médecin spécialiste qui décide de prescrire ou non la PrEP après avoir analysé avec vous le risque d'acquisition du VIH selon les critères INAMI (voir INAMI.fgov.be).

COMMENT LA PrEP FONCTIONNE-T-ELLE ?



La PrEP est composé de deux antirétroviraux (médicaments anti-VIH) à débiter avant un risque pour empêcher le VIH de se développer et de se fixer dès son entrée dans le corps.

Pour plus d'infos sur le fonctionnement d'un traitement anti-rétroviral rendez-vous sur preventionsida.org

La PrEP marche bien si on la prend bien !

La prise de PrEP a montré une protection efficace à condition de bien respecter le schéma de prise.

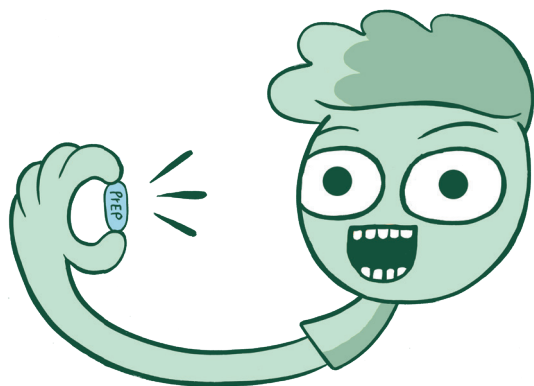
La PrEP n'est pas un traitement à vie (comme dans le cas de l'infection par le VIH) mais un traitement adapté à des périodes de vie où le risque d'exposition au VIH est élevé. Les options de protection peuvent changer en fonction du mode de vie.

Une bonne perception du risque et de son évolution au cours du temps permet d'adapter son observance en conséquence (régularité des rapports, planification des rapports à l'avance...).

Le mieux est de discuter de tout changement avec l'équipe de suivi.

COMMENT OBTENIR LA PrEP ?

Actuellement le seul médicament évalué et validé par des études scientifiques pour la PrEP est un traitement antirétroviral qui combine deux molécules anti-VIH (l'Emtricitabine et le Ténofovir disoproxil fumarate). Il existe plusieurs marques et conditionnements pour ce produit. Attention, certains ne contiennent que pour une prise quotidienne.



La PrEP est remboursée en Belgique selon certaines conditions. Seul-e médecin spécialiste rattaché-e à un Centre de Référence SIDA peut autoriser ce remboursement après une évaluation et pour une période d'un an.

Si vous rentrez dans les critères de prescription, vous recevrez une demande de remboursement à remettre à votre mutuelle. Suite à son accord, vous pourrez alors obtenir le médicament en pharmacie grâce à l'ordonnance délivrée par le/la médecin au prix maximum de 12,10€ par 30 comprimés. A ce coût viendront s'ajouter le prix des analyses médicales. Le prix des consultations varie selon le lieu de suivi médical, renseignez-vous avant auprès du centre de suivi.

La PrEP pourrait aussi être fournie via l'AMU (Aide Médicale Urgente) si vous en êtes bénéficiaire ou via le centre Croix-rouge / Fédasil. Renseignez-vous auprès de votre CPAS local, d'une assistante sociale, d'une association locale ou d'un Centre de Référence SIDA.

Voir les conditions précises de remboursement sur [INAMI.fgov.be](https://inami.fgov.be)

La qualité des comprimés PrEP vendus via le web ne peut être garantie (notamment la composition, les conditions de transport et de conservation). De plus, l'achat de ces médicaments en ligne est interdite en Belgique. Si vous êtes déjà dans le cas ou si vous pensez vous la fournir comme cela, parlez-en à un centre de suivi.

Des recherches sont en cours afin de développer d'autres molécules et moyens d'administration.

A chacun-e son traitement

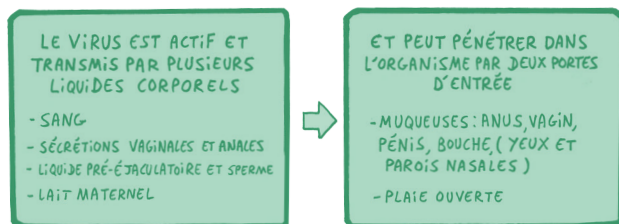
Il est préférable de consulter pour recevoir son propre schéma de prise et ses ordonnances, avec un suivi adapté.

AVANT DE COMMENCER LA PrEP

Il existe certaines recommandations importantes à respecter pour un accès optimal à la prise de PrEP. En effet, elle est contre-indiquée chez les personnes infectées par le VIH ou en cours de séroconversion, chez les personnes dont le statut sérologique VIH n'est pas connu, ceci en raison du risque de développement de résistances médicamenteuses. Voici quelques informations afin de limiter au maximum ces situations.

La résistance médicamenteuse fait référence à la capacité du virus VIH qui développe une résistance au traitement et non à votre corps qui développe une résistance à la PrEP. Plus d'infos sur preventionsida.org

Quels sont les risques de transmission du VIH ?



IL EXISTE ÉGALEMENT UNE TRANSMISSION DE LA MÈRE À L'ENFANT AU COURS DE LA GROSSESSE, DU TRAVAIL, DE L'ACCOUCHEMENT OU DE L'ALLAITEMENT.

LORS DE RAPPORTS SEXUELS SANS PROTECTION, LES PÉNÉTRATIONS (ANALES ET VAGINALES) AINSI QUE LA FELLATION ACTIVE (SUCER UN PÉNIS) SONT À RISQUE POUR LE VIH. SELON LE TYPE DE RAPPORT LE RISQUE VA EN AUGMENTANT (VOIR CI-CONTRE)



Comment réduire les risques de transmission du VIH ?

Pour rappel, afin d'entamer la PrEP il faut impérativement être séro-négatif-ve. En sachant cela, il est très fortement recommandé d'utiliser un préservatif jusqu'à la mise sous PrEP voire au-delà jusqu'à une protection optimale (à voir avec le/la médecin).

Les préservatifs

Il existe le préservatif externe à mettre sur le pénis et le préservatif interne à mettre dans le vagin ou l'anus. Ce sont tous deux des moyens efficaces et peu coûteux pour éviter la transmission du VIH lors des pénétrations. Pour éviter leur rupture ou glissement, il faut vérifier la date de péremption, ouvrir l'emballage avec les doigts (et non avec les dents ou une paire de ciseaux), le conserver à l'abri des frottements et de la chaleur intense, utiliser du lubrifiant à base d'eau ou de silicone lors de sécheresse vaginale ou de pénétration anale, choisir la bonne taille pour les externes et le poser en suivant les règles (voir emballage). S'il y a des rougeurs et démangeaisons lors de l'utilisation, privilégiez les préservatifs sans latex (le préservatif interne est sans latex). Fournissez-vous en préservatifs avec lubrifiants et demandez conseil à votre centre PrEP ou à votre pharmacie.

Vous pouvez également utiliser un préservatif externe pour sucer le pénis (il existe même des goûts spéciaux dans certains points de vente). Si vous n'utilisez pas de préservatif externe lors de la fellation, évitez de recevoir le sperme en bouche (ou dans les yeux), si c'est le cas ne l'avalez pas, recrachez le. Le risque de transmission du VIH au partenaire qui donne la fellation est augmenté s'il y a une lésion au niveau de ses muqueuses buccales (saignement d'une gencive, coupures, plaies, extraction dentaire récente). Contrairement à ce que l'on pense parfois, il est préférable de ne pas se brosser les dents directement avant ou après avoir fait une fellation.

NB : la fellation n'est à risque pour le VIH que lorsque l'on suce et non lorsque l'on se fait sucer !

Shoot, injection et slam

Même si le risque de contamination est beaucoup plus important pour l'hépatite C, le partage de seringue est aussi à risque pour le VIH. Il faut donc toujours éviter de partager son matériel de shoot. Des kits

de seringue stérile (et des pailles de sniff) sont parfois disponibles au centre de suivi PrEP ou dans les centres spécialisés (voir chemsex.be).

La consommation de n'importe quelle drogue psychotrope (alcool, cocaïne, GHB, méphédrone, crystalmeth...) lors de rapports sexuels (chemsex) peut amener à un relâchement de la vigilance et des prises de risque.

Il existe des moyens de réduire les risques liés à la consommation, n'hésitez pas à en parler en consultation ou à contacter un centre d'aide (voir chemsex.be)

En résumé, lors de la période d'attente avant d'accéder à la PrEP :

- ▶ Limitez le nombre de partenaires sexuel-le-s
- ▶ Utilisez des préservatifs (externes ou internes) et du lubrifiant
- ▶ Évitez d'avoir du sperme en bouche et de l'avaler
- ▶ Utilisez votre propre matériel d'injection et de sniff
- ▶ Évitez l'abus de drogues psychotropes, le chemsex ou le slamming afin de garder le contrôle sur vos pratiques

Et s'il y a eu une prise de risque ?

Si vous avez couru un ou plusieurs risques pour le VIH ou d'autres IST pendant cette période d'attente, rendez-vous tout de même à la consultation prévue avec le/la médecin. Vous y discuterez des différentes options possibles afin d'accéder à la PrEP sans risque pour votre santé.

N'oubliez pas la possibilité d'avoir recours au TPE juste après un risque avéré pour le VIH !

Comment repérer la phase de primo-infection ?

La primo-infection par le VIH correspond à la phase d'invasion du virus dans l'organisme, peu après la contamination. Des signes cliniques peuvent apparaître après une à huit semaines et disparaissant spontanément en quelques semaines. Ils sont très variables d'une personne à l'autre ; de nombreuses personnes ne présentent aucune manifestation.

Les symptômes sont semblables à ceux de beaucoup d'autres infections virales et peuvent apparaître ensemble ou séparément. Ils peuvent consister en :

- FIÈVRE PERSISTANTE	- MAL DE GORGE
- FATIGUE	- MANIFESTATIONS DIGESTIVES (DIARRHÉES, DOULEURS ABDOMINALES, NAUSÉES)
- SUEURS NOCTURNES	- ULCÉRATIONS BUCCALES OU GÉNITALES
- GANGLIONS DIFFUS	- MANIFESTATIONS NEUROLOGIQUES (MÉNINGITE, ENCÉPHALITE...)
- DOULEURS MUSCULAIRES ET ARTICULAIRES	
- ÉRUPTION CUTANÉE (RASH) LOCALISÉE PRÉFÉRENTIELLEMENT SUR LE TRONC ET LE VISAGE	

La présence de tels symptômes après un risque d'exposition au VIH doit conduire à une consultation médicale !

NB: Il est à souligner que la séroconversion sous traitement antirétroviral pourrait avoir une présentation différente.

Pourquoi et quand dépister les IST ?

Avant de débuter une PrEP, il faut veiller à confirmer l'absence du VIH mais aussi des autres infections sexuellement transmissibles. La majorité de ces infections est actuellement en augmentation en Belgique. Bien que certains symptômes peuvent parfois attirer l'attention (démangeaisons, brûlures, boutons, rougeur...), souvent les IST sont asymptomatiques (il n'y a aucune plainte et aucun signe visible).

Or, une IST non traitée peut favoriser une infection par le VIH et inversement. Par ailleurs, certaines IST peuvent avoir des conséquences graves (telles que stérilité, cancer...). Cependant une fois dépistées, la plupart des IST peuvent être traitées et guéries sans laisser de séquelles.

Il faut un certain délai après la prise de risque pour que les tests de dépistage puissent détecter la présence d'une infection. C'est ce qu'on appelle la période-fenêtre (qui est de 6 semaines pour le VIH et la plupart des autres IST).

Pour ces différentes raisons, des tests de dépistage vous sont proposés avant le démarrage de la PrEP et tout au long du suivi de manière régulière.

QUEL SUIVI ?

Une surveillance médicale régulière afin de vérifier l'efficacité et la tolérance au traitement est nécessaire.

Un accompagnement par des bénévoles formé-e-s issu-e-s d'associations communautaires est possible afin de faciliter le lien avec l'équipe de soins et de vous aider à mieux prendre en charge votre traitement et votre santé sexuelle (voir « Via les associations communautaires ou locales » p.18).

De plus, dans cet objectif de bien-être sexuel, un suivi par d'autres collaborateurs-trices de l'équipe pluridisciplinaire pourrait vous être proposé (psychologue, sexologue, pharmacien-ne, assistant-e social-e ...).

D'autres outils de prévention seront également mis à votre disposition (préservatifs, gel, outils de réduction des risques liés à l'usage de drogues).

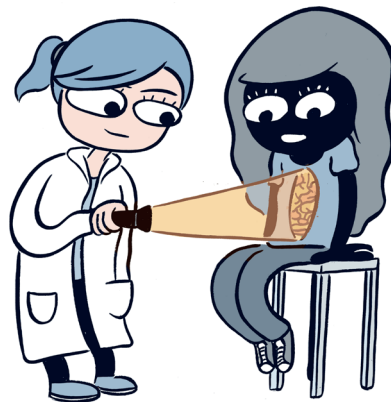
Pour rappel, avant de commencer la PrEP, il faut impérativement être séronégatif/ve afin de ne pas risquer une apparition de résistance médicamenteuse.

L'accompagnement médical :

Comprend quelques étapes importantes :

- ▶ le bilan médical (examen clinique, recherche de signes de primo-infection, inventaire des traitements éventuels, des pratiques sexuelles et mode de vie...)
- ▶ le dépistage (VIH, hépatites A, B et C, autres IST, fonctionnement des reins...)
- ▶ l'entretien incitant à se protéger (voir « Avant de commencer la PrEP » p5) en cas de rapports sexuels jusqu'au début de la prise de PrEP

Ensuite, après évaluation de votre balance risque/bénéfice et résultat des analyses, le/la médecin vous prescrira éventuellement la PrEP. Des vaccinations (hépatite A/B et papillomavirus) vous seront également recommandées. Un dépistage chez le/la gynécologue/proctologue peut également être proposé.



Le début du suivi peut varier selon les personnes et, pour rappel, la PrEP peut être arrêtée à tout moment (dans ce cas informez-en votre médecin et/ou votre accompagnateur/trice communautaire et utilisez si nécessaire d'autres moyens de protection contre le VIH).

Une surveillance (clinique et biologique) sera organisée et ensuite le suivi sera trimestriel. Il permettra de faire un dépistage régulier du VIH et des IST et de contrôler la fonction rénale.

Si vous avez eu un rapport sans PrEP et sans préservatif, ou dès le moindre doute, vous pouvez toujours demander un TPE. Le traitement d'urgence doit être débuté le plus tôt possible (voir p3) après une prise de risque.

Si un TPE est débuté, la PrEP sera interrompue jusqu'au résultat de contrôle VIH. Si ce délai de 72h est dépassé, contactez votre centre de suivi PrEP pour fixer un rendez-vous.

Si vous contractez le VIH, la PrEP sera interrompue et un traitement (trithérapie) contre le VIH sera débuté.

Pour rappel, un traitement pris correctement permet une charge virale indétectable qui, après plusieurs mois, supprime totalement le risque de transmission à une personne séronégative (voir preventionsida.org).

Dès qu'il y a des symptômes, un contrôle des IST devra être réalisé, dans ce cas contactez votre centre de suivi PrEP pour fixer un rendez-vous (en plus du suivi trimestriel systématique).

L'accompagnement communautaire :

Ce service vise principalement à améliorer l'observance au traitement ainsi que le bien-être global (c'est-à-dire l'épanouissement personnel psycho-social et sexuel).



C'est un accompagnement individualisé ou des ateliers en groupe qui peuvent vous être proposés mais qui ne sont pas obligatoires.

L'accompagnement communautaire vous permet de discuter avec un-e personne formé-e. Lors de ces échanges vous pouvez aborder tous les sujets qui vous questionnent de manière très large : des interrogations sur le suivi médical aux conséquences pratiques dans la vie quotidienne, tout comme des astuces pour améliorer l'observance et les manières d'aborder son usage de PrEP avec les partenaires ou l'entourage, etc. Les discussions peuvent être téléphoniques, numériques ou physiques (à définir avec votre accompagnateur/trice) et sont toujours confidentielles.

Pour plus d'informations, adressez-vous à votre équipe de suivi ou contactez directement votre organisme communautaire (voir p18).

Un forum d'entraide communautaire belge francophone est disponible sous inscription sur la plateforme Facebook dans le groupe My Prep (facebook.com/groups/myprepbe). N'hésitez pas à aller consulter les conseils d'utilisateurs ou y poser vos questions.

LES SCHÉMAS DE PRISE ACTUELS

Les règles importantes à respecter :

Le délai pour une protection optimale de la PrEP n'est pas la même chez l'homme et la femme (étant donné une diffusion plus lente et une concentration moindre des antirétroviraux dans les tissus vaginaux).

Pour les hommes cisgenres

- ▶ Débuter avec 2 comprimés en une prise dans les 2 à 24 heures avant le rapport sexuel (min 2h pour que la protection soit effective)
- ▶ Poursuivre avec 1 comprimé par jour à heure fixe, correspondant à la prise des premiers comprimés (+/-2h)
- ▶ Terminer avec au moins 2 jours de prises après le dernier rapport sexuel
- ▶ Recommencer
 - avec 1 seul comprimé si votre dernière séquence complète de PrEP s'est terminée il y a 6 jours ou moins
 - avec 2 comprimés si votre dernière séquence complète s'est terminée il y a 7 jours ou plus

Pour les femmes cisgenres

- ▶ Débuter toujours avec 1 comprimé tous les jours pendant 7 jours à heure fixe (+/-2h) avant que la protection soit effective
- ▶ Poursuivre avec 1 comprimé par jour à heure fixe, correspondant à la prise des premiers comprimés (+/-2h)
- ▶ Terminer avec au moins 2 jours de prises après le dernier rapport sexuel
- ▶ Recommencer toujours avec 7 jours de prise quotidienne avant que la protection soit effective

Pour les personnes transgenres

Le schéma de prise sera décidé au cas par cas, référez-vous à votre médecin de suivi PrEP.

Pour les personnes avec une hépatite B chronique

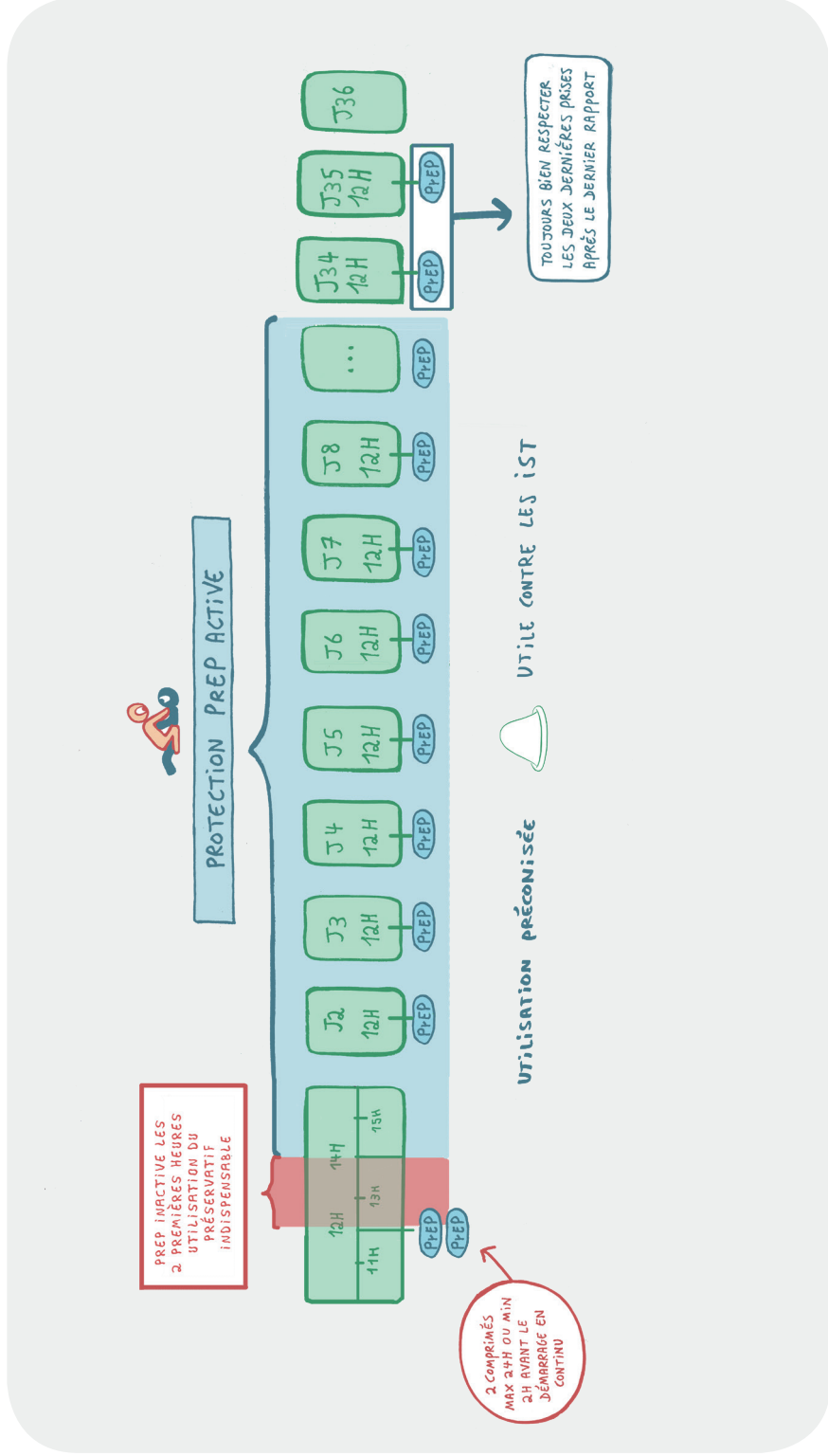
Si vous avez une hépatite B chronique, vous ne pourrez pas interrompre le traitement et vous devrez donc prendre un comprimé par jour en continu.

IL N'Y A PAS ENCORE DE CONSENSUS SCIENTIFIQUE ARRÊTÉ SUR LE DÉLAI D'ATTENTE POUR OBTENIR UNE PROTECTION OPTIMALE. CEPENDANT, LES SUGGESTIONS CI-DESSOUS SONT UN CHOIX DE NOS ASSOCIATIONS EN FONCTION D'ÉTUDES SCIENTIFIQUES ET D'EXPÉRIENCES DE TERRAIN INTERNATIONALES SÉRIEUSES. IL EST DE TOUTE FAÇON RECOMMANDÉ DE CHOISIR SON SCHÉMA DE PRISE AVEC SON/SA MÉDECIN DE SUIVI PrEP.

Pour un suivi optimal, l'initiation de la PrEP et votre schéma de prise devraient toujours être discutés avec le/la médecin.

POUR LES HOMMES CISGENRES

Deux comprimés avec 2h d'activation de la protection puis un comprimé par jour.



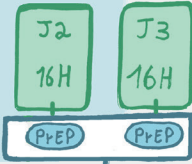
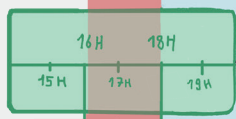
PREP INACTIVE LES 2 PREMIÈRES HEURES UTILISATION DU PRÉSERVATIF INDISPENSABLE

PROTECTION PREP ACTIVE

PREP INACTIVE LES 2 PREMIÈRES HEURES UTILISATION DU PRÉSERVATIF INDISPENSABLE

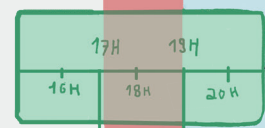
PROTECTION PREP A

J1



J4...

J1



2 COMPRIMÉS MAX 24H OU MIN 2H AVANT LE DÉMARRAGE EN CONTINU



18H

DÉLAI SANS TRAITEMENT 7 JOURS OU PLUS = REPRISE AVEC DEUX COMPRIMÉS



19H

TOUJOUR LES DEUX APRÈS L

UTILISATION PRÉCONISÉE



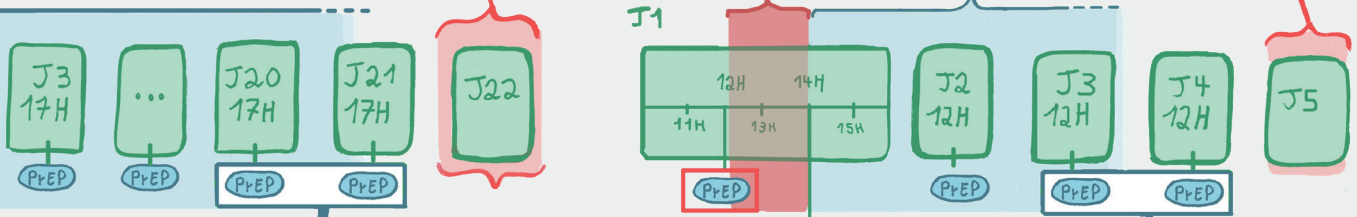
UT

PAUSE DE PROTECTION PREP

PROTECTION ACTIVE

PREP INACTIVE LES 2 PREMIÈRES HEURES UTILISATION DU PRÉSERVATIF INDISPENSABLE

PROTECTION PREP ACTIVE



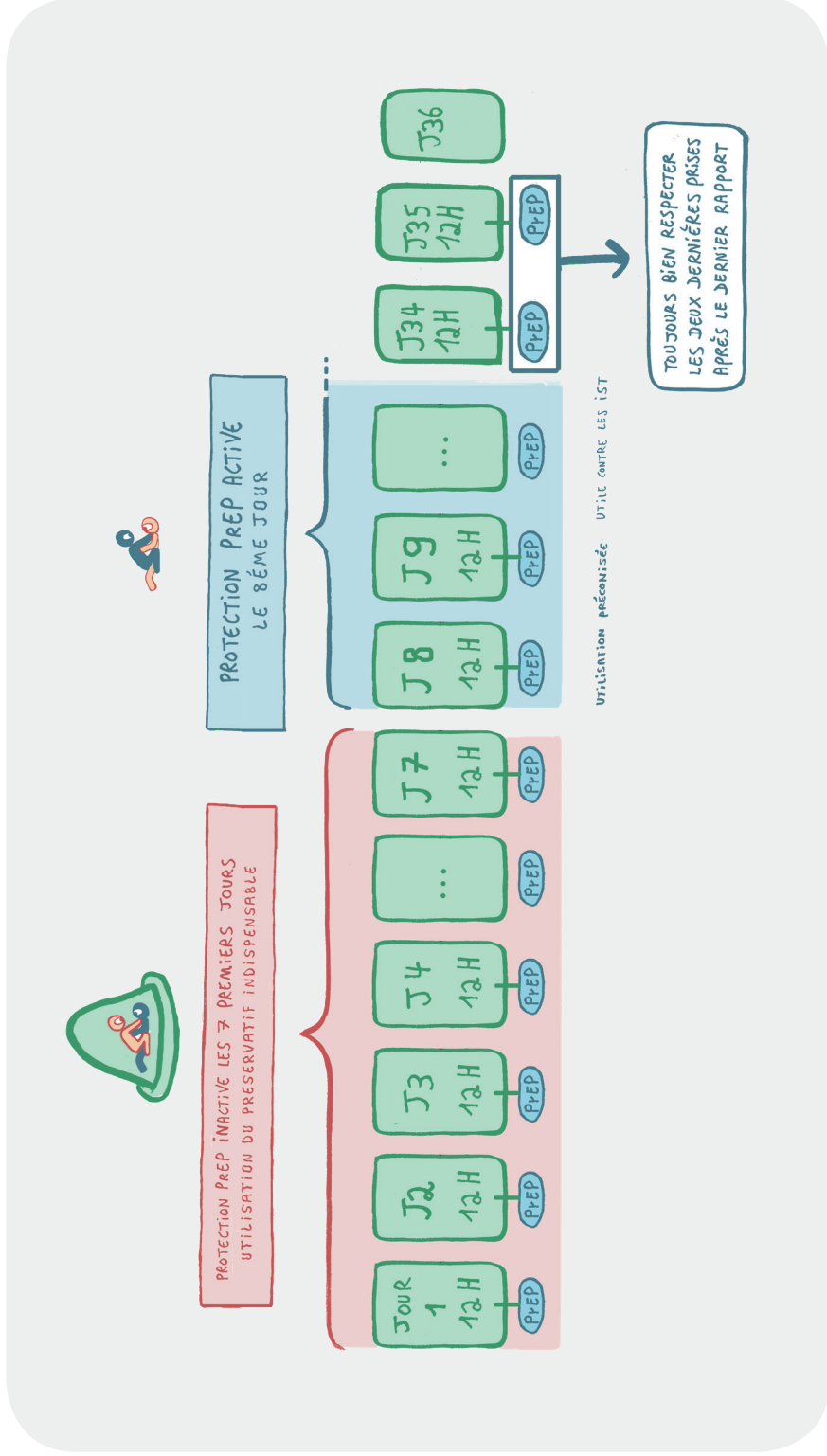
DÉLAI SANS TRAITEMENT ENTRE UN ET SIX JOURS APRÈS UN SCHEMA COMPLET = REPRÉSE AVEC UN COMPRIMÉ

TOUJOURS BIEN RESPECTER LES DEUX DERNIÈRES PRISES DANS LE DERNIER RAPPORT

EFFICACE CONTRE LES IST

POUR LES FEMMES CISGENRES

Un comprimé toutes les 24h avec 7 jours d'activation de la protection



Une bonne adhérence

Si l'heure de prise ne convient plus, on peut la décaler chaque jour de 2h vers l'heure souhaitée afin de ne pas oublier l'heure de prise.

Planifiez une alarme, surtout si vous changez souvent de cycle ou aidez-vous d'une application (AT PrEP) et d'un pillulier.

Pour les hommes cisgenres, si les rapports sont fréquents et imprévisibles, il est recommandé de prendre la PrEP sans interruption ; si la sexualité est plus épisodique, en général sur une période courte, comme le week-end, une prise intermittente peut être envisagée.

Si une ou plusieurs prises de cachet sont oubliées ou décalées, dès que vous vous en rendez compte, reprenez un comprimé directement. Cependant l'efficacité de la PrEP pourrait ne plus avoir été suffisante pendant une certaine période (en effet, le médicament doit avoir une concentration suffisante dans l'organisme pour protéger du virus). Si un risque a été pris dans les deux jours précédents ou suivants l'oubli, il est conseillé d'entamer les démarches pour un TPE éventuel, via les urgences d'un hôpital rattaché à un Centre de Référence SIDA, et d'adopter d'autres mesures de protection comme le préservatif.

Si vous vomissez moins d'1 heure après avoir pris le(s) comprimé(s), il faudra le(s) reprendre.

En cas d'autres problèmes de prise (oublis et prises de risque, prise excessive), contactez au plus vite l'équipe de suivi médical et/ou communautaire (p18).

Par ailleurs, nous vous recommandons également de prendre contact dans les situations suivantes :

- ▶ Oubli de prise
- ▶ Apparition d'effets secondaires
- ▶ Prise de nouveaux traitements
- ▶ Apparition de symptômes de séroconversion (voir 'Avant de commencer la PrEP' p6)
- ▶ Arrêt de la PrEP
- ▶ Grossesse



QUELLES PRÉCAUTIONS D'UTILISATION ?

Effets secondaires

La PrEP est généralement très bien tolérée. Cependant comme pour beaucoup de médicaments, certains effets indésirables peuvent survenir. C'est pourquoi une surveillance régulière est recommandée pendant toute la durée du traitement.

Certaines personnes peuvent ressentir de légères nausées, des diarrhées, des douleurs abdominales, des maux de tête ou de la fatigue. Ces effets disparaissent après les premières semaines de traitement.

Des problèmes de reins liés au Ténofovir (une des deux molécules contenues dans les comprimés de PrEP) peuvent aussi rarement survenir. Le suivi par prise de sang et une analyse d'urine permettent de surveiller le fonctionnement des reins et d'adapter éventuellement le traitement (les problèmes de reins régressent généralement une fois le médicament diminué ou arrêté).

Il peut également exister des réactions allergiques. La PrEP doit être évitée en cas de sensibilité connue à un des composants (Ténofovir et Emtricitabine).

Interactions

La combinaison Emtricitabine/Tenofovir n'a pas d'interaction connue avec l'alcool ou les drogues récréatives, ni avec la plupart des antidépresseurs, les traitements contraceptifs et autres traitements hormonaux (masculinisants ou féminisants). Cependant, la prise d'alcool ou d'autres drogues pourrait favoriser l'oubli de la PrEP (voir p6).

Il n'y a pas non plus d'effet connu sur le désir et la performance sexuelle.

En revanche, il est déconseillé d'utiliser, en particulier de façon prolongée, d'autres médicaments toxiques pour les reins comme les anti-inflammatoires non stéroïdiens. Il est important de savoir également que certains régimes hyper-protéinés ou des compléments protéiques ainsi que la créatine peuvent altérer le fonctionnement des reins.

Il peut aussi y avoir des interactions avec d'autres médicaments (dont certains antibiotiques, antifongiques, charbons actifs ou antiacides) qui risqueraient de perturber l'efficacité des traitements. Par contre, le pamplemousse ou le millepertuis n'influencent pas l'action de la combinaison (Emt/Tnf).

L'équipe de suivi fera régulièrement le point avec vous et vous conseillera. N'hésitez pas à signaler tout événement indésirable lié au traitement ainsi que tout démarrage ou changement dans vos autres traitements médicamenteux.

Et sur le long terme ?

Il existe de nombreuses données sur la sécurité à long terme de ce médicament car il est utilisé depuis plus de dix ans comme traitement chez les personnes vivant avec le VIH. La PrEP étant un nouvel outil de prévention, il n'existe pas encore de telles données pour les personnes séronégatives.

Dernièrement, une étude a publié des données rassurantes à propos de l'influence potentielle sur la densité osseuse. La minéralisation peut légèrement diminuer dans les 6 premiers mois puis se stabiliser et récupérer à l'arrêt de la PrEP (Mulligan et al. 2016). Aucune augmentation de fractures osseuses n'a été constatée.

SITUATIONS PARTICULIÈRES

Grossesse et allaitement

La grossesse et l'allaitement sont des périodes à haut risque de transmission du VIH à l'enfant. Bien que nous ne disposions pas d'études comparatives claires sur les risques liés au traitement pour l'enfant, la prise de PrEP lors de ces périodes pourrait être recommandée après évaluation au cas par cas de la balance bénéfiques/risques avec le/la médecin prescripteur.

Infection à l'hépatite B

En cas d'hépatite B connue ou découverte lors du suivi, seul le schéma de prise en continu sera recommandé.

Traitement Post-Exposition (TPE)

Il est possible d'avoir recours au TPE lors d'un rapport à risque d'acquisition du VIH et lorsque la PrEP n'a pas été prise correctement. La PrEP sera alors interrompue temporairement et sa reprise sera décidée par le médecin en fonction des derniers résultats.

QUELS EFFETS POSITIFS ?

La PrEP est une très bonne protection pour ceux/celles qui sont séronégatifs/ves au VIH et qui ont des rapports sexuels dans différents contextes où les préservatifs ne sont pas facilement ou toujours utilisés lors de pénétrations (actives ou passives).



La PrEP peut avoir d'énormes bénéfices émotionnels pour les personnes séronégatives qui luttent pour maintenir leur statut négatif. Les utilisateurs/trices de la PrEP rapportent une amélioration de leur qualité de vie grâce à une nette diminution de l'anxiété, leurs peurs d'attraper ou de transmettre le VIH ayant été fortement atténuées.

En se protégeant avec la PrEP, vous ne gardez pas seulement votre statut négatif pour le VIH, vous préservez tou-te-s vos partenaires sexuel-le-s négatifs/ves aussi.

Etre sous PrEP veut dire que vous ne devez plus vous inquiéter du statut de votre partenaire, à partir du moment où vous vous protégez vous-même. C'est une décision individuelle qui dépend de son choix propre, indépendamment des partenaires.

Souvenez-vous aussi que les personnes qui se savent positives au VIH et qui prennent leur traitement anti-VIH (ARV) de manière régulière jusqu'à atteindre une charge virale indétectable depuis au moins 6 mois, ne risquent pas de transmettre le VIH par voie sexuelle (voir preventionsida.org).

ET LES PRÉSERVATIFS DANS TOUT ÇA ?

Les préservatifs sont un outil efficace dans la prévention du VIH. Lorsqu'ils sont utilisés correctement et systématiquement, ils sont également le seul outil protégeant à la fois du VIH, de la plupart des IST et prévenant d'une grossesse non désirée.

La PrEP n'est pas incompatible avec les préservatifs, elle est même idéalement utilisée en complément, puisqu'ils restent une barrière utile contre les autres IST !

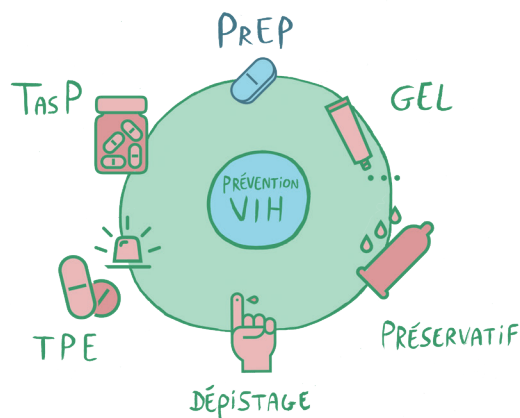
La PrEP permet aussi à une personne de se protéger quand son/sa partenaire ne veut/peut pas mettre de préservatif.

Il est souvent rappelé que la PrEP vient s'ajouter à la boîte à outils de prévention parmi lesquels :

- ▶ l'usage de préservatifs et de gels lubrifiants ;
- ▶ le dépistage régulier du VIH et des autres IST (et leurs traitements) ;

- ▶ le recours au TPE en cas d'urgence ;
- ▶ le recours au traitement comme outil de prévention (TasP) chez le/la partenaire séropositif/ve : charge virale indétectable depuis plusieurs mois/années = risque nul de transmission à la personne séronégative.

Choisir d'utiliser la PrEP, tout comme choisir d'utiliser des préservatifs ou d'autres outils, est une décision personnelle. La seule chose qui importe est de trouver la combinaison qui vous convient le mieux et contribue à votre épanouissement sexuel.



Où trouver des préservatifs ?

Les préservatifs sont en vente dans les supermarchés et dans les pharmacies. Des préservatifs gratuits sont aussi disponibles dans certains lieux comme les centres de planning familial, les associations de lutte contre le SIDA, les Centres de Référence SIDA, lors de certains événements, festivals, etc. Certaines mutuelles interviennent dans l'achat de préservatifs avec un remboursement partiel.

S'INFORMER ET/OU PRENDRE UN RENDEZ-VOUS

Via les associations communautaires ou locales

EX AEQUO

Rue des Pierres 29, 1000 Bruxelles
+32 (0)2 736 28 61 – prep@exaequo.be

SIDA SOL

Rue des Fontaines Roland 29, 4000 Liège
+32 (0)4 287 67 00 – info@sidasol.be

PLATE-FORME PRÉVENTION SIDA

Place de La Vieille Halle aux Blés 29, 1000 Bruxelles
+32 (0)2 502 36 76 – info@preventionsida.org

GENRES PLURIELS

support@genrespluriels.be

SIDA/IST CHARLEROI-MONS

Boulevard Zoé Drion 1, 6000 Charleroi
+32 (0)71 92 54 10 – 065/82 27 55
sidamst@chu-charleroi.be

SASER NAMUR

Rue Dr Haiibe, 4 5000 Namur
+32 (0)81 77 68 20
saser@province.namur.be

Via les Centres de Référence SIDA

CHU MARIE CURIE

Chaussée de Bruxelles 140, 6042 Lodelinsart
+32 (0)71 92 23 07

CHU DE LIÈGE - POLYCLINIQUE DU BRÜLL

Quai Godefroid Kurth 45, 4020 Liège
+32 (0)4 270 31 90

CHU DINANT GODINNE

Avenue Gaston Therasse 1, 5530 Yvoir
+32 (0)81 42 30 19 – +32 (0)81 42 38 22 – +32 (0)81 42 20 81

HÔPITAL ERASME

Centre Imedia 1^{er} étage

Route de Lennik 808, 1070 Bruxelles
+32 (0)2 555 74 84

Polyclinique du Lothier

Boulevard Baudouin 27, 1000 Bruxelles
+32 (0)2 555 74 84

CHU SAINT-PIERRE VIA LA S-CLINIC (SITE CÉSAR DE PAEPE)

Rue des Alexiens 11, 1000 Bruxelles
+32 (0)2 535 37 32

CLINIQUES UNIVERSITAIRES SAINT-LUC

Avenue Hippocrate 10, 1200 Bruxelles
+32 (0)2 764 19 02 – +32 (0)2 764 21 22

INSTITUUT VOOR TROPISCHE GENEESKUNDE

Kronenburgstraat 43/3, 2000 Antwerpen
+32 (0)3 247 64 65

UNIVERSITAIR ZIEKENHUIS BRUSSEL

Laarbeeklaan 101, 1090 Jette
+32 (0)2 477 60 01

UNIVERSITAIR ZIEKENHUIS GENT

De Pintelaan 185, 9000 Gent
+32 (0)9 332 23 50

UNIVERSITAIR ZIEKENHUIZEN LVN (CAMPUS GASTHUISBERG)

Herestraat 49, 3000 Leuven
+32 (0)16 34 42 75

AZ SINT-JAN BRUGGE

Ruddershove 10, 8000 Brugge
+32 (0)50 45 23 10 – +32 (0)16 34 42 75

CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE MONS-BORINAGE

Boulevard Kennedy 2, 7000 Mons
+32 (0)65 41 41 41 – +32 (0)65 41 41 85

MES CONTACTS UTILES

PSYCHOLOGUE

NOM : _____

TEL : _____

MAIL : _____

SEXOLOGUE

NOM : _____

TEL : _____

MAIL : _____

GYNÉCOLOGUE

NOM : _____

TEL : _____

MAIL : _____

PROCTOLOGUE

NOM : _____

TEL : _____

MAIL : _____

MES ACCOMPAGNEURS/TRICES COMMUNAUTAIRES

NOM : _____

TEL : _____

MAIL : _____

NOM : _____

TEL : _____

MAIL : _____

MES RENDEZ-VOUS DE SUIVI PREP :

RDV 1 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 2 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 3 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 4 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 5 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 6 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 7 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 8 : ____ / ____ / ____ h ____

RDV 9 : ____ / ____ / ____ h ____

PUBLICATION

SIDA SOL

EX AEQUO

GENRES PLURIELS

PLATEFORME PREVENTION SIDA

OBSERVATOIRE DU SIDA ET DES SEXUALITES

SASER

SIDA/IST CHARLEROI-MONS

REMERCIEMENTS

CHU de Liège

Hôpital Erasme

CHU St-Pierre

EATG

ILLUSTRATIONS

Thomas Vermeire

CONCEPTION GRAPHIQUE

Antoan Kurti

SOURCES

AIDES

IwantPrEPnow.co.uk

BePrEPared

Terrence Higgins Trust

Plate-Forme Prévention Sida

Etudes IPERGAY, PROUD, Partners PrEP,

iPrex, TDF2

LIENS

myprep.be

preventionsida.org

loveattitude.be

modusvivendi-be.org

chemsex.be

espacep.be

gettested.be

mannenseks.be

seksualiteit.be

seronet.info

vih.org

myPrEP.be



**OBSERVATOIRE
DU SIDA ET
DES SEXUALITÉS**



exæquo
NOUS SOMMES TOUS #SÉROCONCERNÉS

