

Präexpositionsprophylaxe (PrEP)

(Stand Juli 2018)

Zur PrEP (PräExpositionsProphylaxe) nehmen HIV-negative Menschen ein HIV-Medikament ein, um sich vor HIV zu schützen. Das Medikament verhindert, dass sich das Virus nach dem Eindringen in den Körper vermehren kann. Das Medikament Tenofovirdiproxil/Emtricitabin (Truvada® oder Generika, Abkürzung TDF/FTC) ist in Deutschland zur PrEP bei Erwachsenen mit hohem HIV-Risiko zugelassen.

Tägliche PrEP

Die tägliche PrEP (tägliche Einnahme einer Tablette) bedeutet, dass man seinen Sex nicht planen muss.

- Wenn man jede Woche Sex hat, ist die tägliche PrEP empfehlenswert.
- Der Schutz beginnt bei Männern am 2. Tag nach dem Start, bei Frauen am 7. Tag nach dem Start
- Wenn man schon vor dem 2. Tag nach Beginn der PrEP Sex haben wird, sollte man am ersten Tag 2 Tabletten einnehmen.
- Nach der ersten Woche schützen mindestens 4 und mehr Tabletten pro Woche bei Analsex.
- Wenn man die tägliche PrEP beenden will, sollte man mindestens 2 Kalendertage nach dem letzten Sex weiter einnehmen.

PrEP bei Bedarf

Hier muss man vor und nach dem Sex Tabletten einnehmen. Das ist nur sinnvoll, wenn man selten ungeschützten Sex hat und wenn weiß, wann man Sex haben wird.

- Mindestens 2 bis 24 Stunden vor dem Sex 2 Tabletten einnehmen.
- 24 Stunden nach der ersten Einnahme wieder eine Tablette einnehmen.
- 24 Stunden nach der zweiten Einnahme einer Tablette wieder eine Tablette einnehmen.
- NICHT empfehlenswert bei chronischer Hepatitis B.

Tabletten vergessen

- Wenn man 1 oder 2 Tabletten pro Woche vergißt, ist das kein Problem.
- Wenn man drei und mehr Tabletten pro Woche vergessen hat, sollte man mit seinem Arzt/Ärztin sprechen.
- Nie mehr als 7 Tabletten pro Woche nehmen.
- Wenn man eine Woche oder länger Pause gemacht hat, sollte man die tägliche PrEP wie die erste PrEP beginnen.
- Nie mehr als 2 Tabletten zum Start einnehmen.

Tipps zur Einnahme

- Eine Wochen-Box erleichtert die Kontrolle, ob man die Tabletten regelmäßig eingenommen hat.
- Die Einnahme immer zur gleichen Zeit oder zusammen mit einer täglichen Tätigkeit, z.B. Zähne putzen, erleichtert das Daran denken.
- Bei einer PrEP-Pause sollte man sich z.B. mit Kondomen schützen und einen HIV-Test machen.
- Bei PrEP bei Bedarf sollte man keine Tablette vergessen. Falls ja, sollte man seinen Arzt/Ärztin aufsuchen.
- Vor dem Start der PrEP nach PrEP-Pause sollte man eine HIV-Infektion ausschließen.

Untersuchungen

- Vor der PrEP:
 - HIV-Test der 4. Generation, Überprüfung der Nierenfunktion, Ausschluss Hepatitis B
- Verlaufskontrollen mindestens alle 3 Monate
 - HIV-Test der 4. Generation, Untersuchung auf sexuell übertragbare Infektionen, jährliche Kontrolle der Nierenfunktion