

PrEP, PEP et ART

Les **antirétroviraux** sont des médicaments qui empêchent le VIH d'attaquer les cellules de l'organisme et de se propager à d'autres cellules. La PrEP, la PEP et le TAR utilisent différentes combinaisons d'antirétroviraux qui agissent de différentes manières pour combattre le virus à différents stades. La PrEP, la PEP et le TAR ne peuvent pas être échangés - ils ne sont efficaces que s'ils sont utilisés conformément aux prescriptions.

MÉDICAMENTS ANTIRÉTROVIRAUX



PrEP (Prophylaxie pré-exposition)

POUR QUI EST-CE ?

Les personnes qui n'ont pas le VIH et qui veulent se protéger pour ne pas l'attraper.

COMMENT CELA FONCTIONNE-T-IL ?

La PrEP protège une personne du VIH en créant un bouclier autour des cellules que le VIH tente d'attaquer.

QUAND EST-IL UTILISÉ ?

Pendant les périodes de la vie d'une personne où elle est vulnérable ou exposée au VIH.

QUELLE EST SON EFFICACITÉ ?

Lorsque les méthodes de PrEP sont utilisées correctement et régulièrement, le médicament est le plus efficace pour prévenir le VIH. Les niveaux d'efficacité varient selon les méthodes.

PEP (Prophylaxie post-exposition)

POUR QUI ?

Les personnes qui craignent d'avoir été exposées au VIH au cours des 72 dernières heures.

COMMENT FONCTIONNE-T-IL ?

Il empêche le VIH de se propager aux autres cellules. Lorsque le VIH ne peut plus se propager, il meurt.

QUAND EST-ELLE UTILISÉE ?

Le PEP doit être commencé dans les 72 heures suivant l'exposition et pris tous les jours pendant 4 semaines.

QUELLE EST SON EFFICACITÉ ?

Cela dépend de beaucoup de choses, mais si une personne commence à prendre la PPE immédiatement et qu'elle la prend tous les jours pendant 4 semaines, il y a de fortes chances qu'elle ne devienne pas séropositive.

ART (Thérapie antirétrovirale)

POUR QUI ?

Les personnes séropositives.

COMMENT CELA FONCTIONNE-T-IL ?

Le traitement antirétroviral consiste à prendre une association de médicaments anti-VIH (antirétroviraux) qui réduit la quantité de VIH dans l'organisme d'une personne et renforce son système immunitaire.

QUAND EST-IL UTILISÉ ?

Les personnes séropositives doivent commencer un traitement antirétroviral le plus tôt possible.

QUELLE EST SON EFFICACITÉ ?

C'est différent pour chacun, mais si une personne commence un traitement antirétroviral peu après avoir contracté le VIH, elle a les meilleures chances de vivre longtemps et en bonne santé. Cela peut également empêcher la transmission du virus à d'autres personnes (U=U).

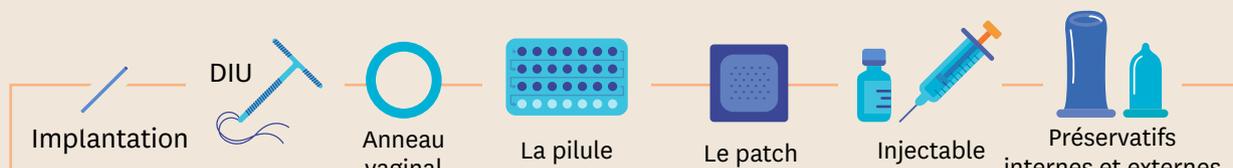
Élargir les options pour s'adapter à nos vies

Tout comme la contraception se décline en de nombreuses options différentes pour répondre aux besoins et aux préférences de chacun, de nouvelles options de prévention du VIH sont également à venir. Les méthodes de PrEP continueront d'être développées pour offrir aux gens des options qui leur permettront de choisir en toute connaissance de cause ce qui leur convient le mieux.

Comparaison des méthodes de PrEP et des préservatifs :

	Préservatifs	Méthodes de PrEP		
		 PrEP orale	 Bague	 Injectable
	Comment s'utilise-t-il ? À la demande pour les rapports sexuels ; placé sur le pénis (préservatif masculin) ou dans le vagin/rectum (préservatif féminin/interne).	Comment l'utiliser : Pilule prise quotidiennement	Comment l'utiliser : Anneau vaginal remplacé chaque mois	Comment l'utiliser : Injection tous les 2 mois
	Site d'action : Zone vaginale/anales selon le type de sexe (localisé).	Site d'action : Corps entier (systémique)	Site d'action : Zone vaginale (localisée)	Site d'action : Corps entier (systémique)
	Rôle de l'utilisation du partenaire masculin : Consentement du partenaire masculin requis.	Rôle de l'utilisation par le partenaire masculin : Initiée par la femme ; l'utilisation peut être privée	Rôle de l'utilisation par le partenaire masculin : Initiée par la femme ; l'utilisation peut être privée	Rôle de l'utilisation par le partenaire masculin : Initiée par la femme ; l'utilisation peut être privée
	Efficacité pour la prévention du VIH : Plus de 90%, lorsqu'ils sont utilisés correctement (avec un lubrifiant)	Efficacité pour la prévention du VIH : Plus de 90%, lorsqu'il est utilisé correctement et régulièrement	Efficacité pour la prévention du VIH : Environ 50%, lorsqu'il est utilisé correctement et régulièrement	Efficacité pour la prévention du VIH : Plus de 99 %, lorsqu'il est utilisé correctement et régulièrement.
	Protection contre les IST et la grossesse : Oui, si elle est utilisée correctement à chaque rapport sexuel.	Protection contre les IST et la grossesse : NON*	Protection contre les IST et la grossesse : NON*	Protection contre les IST et la grossesse : NON*
	Disponibilité : Largement disponible	Disponibilité : Disponible dans la plupart des pays (vérifier les directives locales)	Disponibilité : Disponible dans certains pays (vérifiez les directives locales)	Disponibilité : Pas encore disponible ; pas encore approuvé

* Les méthodes de PrEP doivent toujours être utilisées en combinaison avec un préservatif et une méthode de contraception fiable si possible. Les futures MPT sous forme de pilule ou d'anneau seront en mesure de protéger contre le VIH et la grossesse.



Certaines méthodes de PrEP peuvent vous être familières car elles sont similaires aux méthodes contraceptives (c'est-à-dire une pilule, un anneau ou un injectable).

Répondre à vos questions — PrEP orale

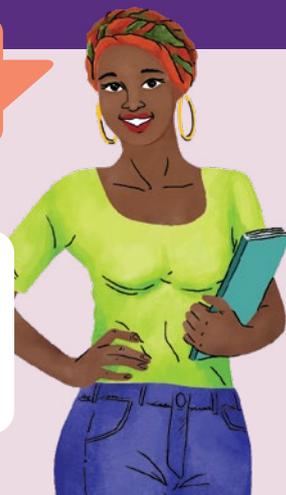


Bonjour ! Je suis un ambassadeur de la prévention du VIH. Avez-vous des questions sur la PrEP orale ?

Oui ! Qu'est-ce que la PrEP orale ?

C'est un médicament qu'une personne séronégative peut prendre pour se protéger du VIH.

Le mot **PrEP** est l'abréviation de **Pre** (avant) **Exposure** (entrer en contact avec le virus) **Prophylaxie** (médicament pour empêcher une infection de se produire).



Comment cela fonctionne-t-il ?

La PrEP orale crée un bouclier autour de vos cellules sanguines pour les protéger du VIH. Comme le VIH ne peut pas infecter ces cellules sanguines, le virus meurt.

Quelle est son efficacité ?

Si vous le prenez tous les jours, il s'accumulera dans votre organisme et deviendra efficace à plus de 90 % pour prévenir le VIH. Parlez à votre prestataire de soins de santé pour savoir combien de temps vous devez le prendre avant qu'il ne vous protège du VIH.

La PrEP orale me convient-elle ?

C'est votre décision. C'est votre corps, donc c'est votre choix ! Vous pouvez envisager une PrEP orale si vous avez des rapports sexuels et que vous souhaitez une méthode supplémentaire pour vous protéger du VIH. Les méthodes de PrEP ne doivent être utilisées qu'à des moments de votre vie où il existe un risque de contracter le VIH, et elles présentent des avantages et des inconvénients pour différentes personnes - il est donc important de discuter de votre plan de prévention du VIH avec votre prestataire de soins de santé afin de pouvoir faire un choix éclairé.

La PrEP orale me protégera-t-elle des autres IST et de la grossesse ?

Non ! La PrEP orale ne prévient pas les autres IST ni la grossesse. Il est préférable d'utiliser des préservatifs et des moyens de contraception avec la PrEP orale.

Y a-t-il des effets secondaires ?

La PrEP orale est comme tout autre médicament. Un petit nombre de personnes présentent des effets secondaires mineurs tels que des maux de tête, une perte de poids, des nausées, des vomissements ou des douleurs abdominales, mais ceux-ci disparaîtront probablement en quelques semaines.

Puis-je prendre la PrEP orale si je prends d'autres médicaments ?

Oui. La PrEP orale n'interagit pas avec la plupart des autres médicaments. Mais informez votre prestataire de soins de santé de tous les médicaments que vous prenez.

Si je prends la PrEP orale, cela signifie-t-il que je ne peux pas boire ou prendre des drogues ?

L'alcool et les autres drogues n'affectent pas la PrEP orale. Mais veillez à vous protéger lorsque vous buvez ou consommez des drogues. Si vous avez des rapports sexuels, veillez à utiliser des préservatifs pour vous protéger des autres IST et de la grossesse.

Que dois-je faire si je veux prendre la PrEP orale ?

La première étape consiste à consulter un prestataire de soins de santé. Il vous aidera à franchir les étapes suivantes.

Répondre à vos questions — Bague



Bonjour ! Je suis un ambassadeur de la prévention du VIH. Avez-vous des questions sur l'anneau ?



Quelle est la bague ?

Il s'agit d'un anneau en silicone souple qui contient l'ARV dapivirine et permet de réduire le risque d'infection par le VIH. L'anneau est inséré dans le vagin et porté pendant un mois complet avant d'être remplacé. Il est conçu pour être facilement inséré et retiré par l'utilisateur.

Comment cela fonctionne-t-il ?

L'anneau libère lentement la dapivirine dans le vagin au cours du mois. La dapivirine agit en empêchant le VIH de faire des copies de lui-même dans l'organisme. Comme le VIH ne peut pas se répliquer dans l'organisme, il n'y aura pas assez de virus pour que vous puissiez contracter le VIH.

Quelle est son efficacité ?

Si vous portez l'anneau en permanence et que vous le remplacez chaque mois, l'anneau peut réduire d'environ 50 % le risque de contracter le VIH lors de rapports vaginaux. L'anneau doit rester en place pendant au moins 24 heures pour offrir une protection maximale contre le VIH, et la dapivirine quitte rapidement l'organisme après le retrait de l'anneau. Il est donc important d'utiliser une autre forme de protection contre le VIH, comme un préservatif ou l'abstinence sexuelle, pendant les 24 premières heures. Gardez l'anneau inséré en permanence jusqu'à ce qu'il soit remplacé chaque mois.

La bague est-elle faite pour moi ?

C'est votre corps, c'est donc votre choix ! Vous pouvez envisager l'anneau si vous avez des rapports sexuels vaginaux et que vous voulez vous protéger du VIH, mais que vous ne pouvez pas obtenir ou utiliser une PrEP orale quotidienne de manière constante. C'est aussi une option discrète que personne ne peut savoir ! Les méthodes de PrEP ne doivent être utilisées qu'à des moments de votre vie où vous risquez de contracter le VIH, et elles présentent des avantages et des inconvénients pour différentes personnes. Il est important de discuter de votre plan de prévention du VIH avec votre prestataire de soins de santé afin de faire un choix éclairé.

L'anneau me protégera-t-il des autres IST et de la grossesse ?

Non ! L'anneau protège contre le VIH. Pour se protéger contre les autres IST et la grossesse, il est préférable d'utiliser des préservatifs (avec un lubrifiant à base d'eau, si possible) et un moyen de contraception avec l'anneau. L'anneau peut être utilisé avec la plupart des méthodes de planification familiale, à l'exception de l'anneau vaginal contraceptif.

Y a-t-il des effets secondaires ?

Certaines personnes présentent des effets secondaires, tels que des infections des voies urinaires, une gêne au niveau du vagin et/ou de la zone située à l'extérieur du vagin (vulve), des modifications de l'humidité ou de l'odeur du vagin, une augmentation des démangeaisons et des douleurs dans la partie inférieure du ventre. Ces effets sont généralement légers et disparaissent après quelques jours sans retirer l'anneau. Si vous constatez des changements vaginaux pendant l'utilisation de l'anneau, il est important de consulter votre prestataire de soins de santé pour vous assurer qu'il ne s'agit pas des symptômes d'une IST.

Puis-je utiliser l'anneau si je prends d'autres médicaments, si je bois ou si je consomme des drogues récréatives ?

L'anneau peut être utilisé sans danger avec l'alcool et les drogues. Le médicament contenu dans l'anneau, lorsqu'il est libéré, reste localisé dans la zone vaginale ; le médicament ne circule pas dans tout le corps. Veillez toutefois à assurer votre sécurité lorsque vous buvez ou consommez des drogues.

Dois-je retirer l'anneau pour les rapports sexuels, le bain ou pendant les menstruations (règles mensuelles/saignement) ?

Non.

- Il n'est pas nécessaire de sortir l'anneau pour le nettoyer.
- L'anneau n'affecte pas la fréquence des menstruations, la longueur ou la quantité des saignements. L'utilisation de tampons ou d'une coupe menstruelle avec l'anneau est sans danger et l'anneau ne bloque pas l'écoulement du sang. Les saignements menstruels peuvent modifier la couleur de l'anneau, mais ce n'est pas grave et cela ne changera pas la capacité de l'anneau à protéger du VIH.
- L'anneau n'affecte pas la libido (désir sexuel) des femmes. La plupart des femmes et des hommes ne sentent pas l'anneau pendant les rapports sexuels, et certains rapportent même que l'augmentation de l'humidité vaginale accroît le plaisir sexuel !

Que dois-je faire si je veux utiliser la bague ?

La première étape consiste à consulter un prestataire de soins de santé. Il vous aidera à franchir les étapes suivantes.

Conseils pour l'utilisation de la PrEP orale

- 1 Conservez vos pilules dans un endroit facile à trouver.**

Veillez à choisir un endroit sûr, loin des jeunes enfants et dans un endroit sec.



- 2 Utilisez un pilulier quotidien.**

Cela peut vous aider à garder trace de la pilule que vous devez prendre chaque jour



- 3 Gardez une réserve de secours sur vous.**

Mettez quelques pilules dans une trousse de maquillage ou une pochette et gardez-la dans votre sac à dos ou votre sac à main. Ainsi, vous les aurez avec vous si vous devez en prendre une au travail, à l'école ou en voyage. Veillez à les garder au sec et en sécurité !



- 4 Prenez la pilule dans le cadre de votre routine quotidienne.**

Prenez la pilule à la même heure chaque jour, comme lorsque vous vous brossez les dents ou au moment du coucher.



- 5 Essayez différentes façons d'avaler la pilule.**

Essayez de le placer sur votre langue, de boire une gorgée d'eau et de pencher la tête en avant pour l'avaler.



- 6 Réglez une alarme sur votre téléphone ou utilisez une application de rappel de pilules.**

Réglez une alarme répétitive sur votre téléphone ou téléchargez une application gratuite pour vous rappeler de prendre vos pilules et d'obtenir vos renouvellements. Vous pouvez également utiliser l'application pour noter les choses que vous voulez dire à votre prestataire de soins de santé.



- 7 Demandez à quelqu'un de vous rappeler.**

Demandez à un partenaire, un membre de la famille ou un ami de vous rappeler de prendre votre pilule.



N'oubliez pas votre pilule aujourd'hui!

- 8 Rejoignez ou créez un groupe de soutien pour la PrEP orale avec des amis.**

Vous n'êtes pas la seule à utiliser la PrEP orale. Connectez-vous avec d'autres filles et jeunes femmes pour vous soutenir mutuellement. Certains groupes de soutien se réunissent en personne, d'autres utilisent les médias sociaux ou les groupes de discussion virtuels.



- 9 Essayez de ne pas manquer de pilules.**

Planifiez à l'avance et rechargez vos pilules avant d'en manquer.



- 10 Respectez les rendez-vous avec votre fournisseur de soins de santé.**

Si vous avez des effets secondaires, demandez à votre prestataire de soins de santé comment les réduire ou les gérer. Votre prestataire de soins peut également vous aider si vous avez du mal à prendre la pilule tous les jours.



La prise quotidienne de votre pilule vous protège du VIH.



Conseils pour l'utilisation de l'anneau de PrEP

1 Programmer un rappel pour remplacer la bague chaque mois.

- Les rappels peuvent être sur votre téléphone, votre agenda ou une note dans un endroit que vous regardez chaque jour, comme sur un miroir.



- Définissez des rappels pour demander plus de bagues à votre prestataire. Vous pouvez également utiliser votre téléphone pour prendre des notes sur les choses que vous voulez dire à votre prestataire de soins.

4



Gardez des bagues de secours.

Il est toujours bon d'avoir une réserve de secours au cas où l'anneau sortirait dans un endroit peu hygiénique ou sortirait sans que vous vous en rendiez compte. Vérifiez auprès de votre prestataire de soins de santé si vous pouvez recevoir plus d'un anneau à la fois.

2 Rejoignez ou créez un groupe de soutien entre amis.



Vous n'êtes pas la seule à utiliser l'anneau. Entrez en contact avec d'autres filles et jeunes femmes afin de vous soutenir mutuellement. Certains

groupes de soutien se réunissent en personne, d'autres utilisent les médias sociaux ou des groupes de discussion virtuels.

5



Utilisez vos doigts pour l'ajuster

Ne retirez la bague que si vous la remplacez.

N'oubliez pas qu'il n'est pas nécessaire de retirer l'anneau pour les rapports sexuels, le bain, les menstruations ou pour le nettoyage. L'anneau ne peut pas vous protéger s'il n'est pas en place dans votre vagin. Si l'anneau vous gêne, utilisez vos doigts pour l'ajuster ou le pousser plus haut dans le vagin. L'anneau est suffisamment souple pour être inséré facilement, mais il est suffisamment ferme pour "épouser" le vagin et rester en place. Si vous ne vous sentez pas à l'aise lorsque vous utilisez l'anneau, contactez votre prestataire de soins pour obtenir de l'aide.

6 Familiarisez-vous avec la mise en place et le retrait de l'anneau afin de pouvoir le faire vous-même.



L'anneau est conçu pour être facile à insérer et à retirer. Vous pouvez apprendre à vous sentir en confiance pour le faire vous-même au cas où l'anneau tomberait ou devrait être

remplacé lorsque vous n'êtes pas à proximité de votre prestataire de soins. Entraînez-vous par vous-même. C'est facile ! Et si vous avez des questions, demandez à votre prestataire de soins de santé.

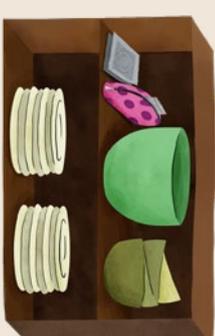
7 Utilisez des mains propres lorsque vous insérez et retirez l'anneau.



Ayez toujours les mains propres lorsque vous insérez quoi que ce soit dans le vagin pour éviter d'introduire des bactéries nocives. Si l'anneau tombe

dans un endroit propre, comme un lit ou un sous-vêtement, rincez-le à l'eau avant de le remettre en place. Si l'anneau a été placé dans un endroit sale, tel que les toilettes/latrines, remplacez-le par un nouvel anneau.

3 Conservez vos bagues de sauvegarde dans un endroit sec et frais, hors de portée des enfants et des animaux.



Veillez à choisir un endroit sûr

et privé, loin des jeunes enfants et des animaux. L'endroit doit être sec et ne pas être en plein soleil. Certaines femmes aiment cacher ou transporter leurs bagues dans un petit porte-monnaie ou une trousse de toilette pour plus d'intimité. Il est préférable de conserver les bagues inutilisées dans leur emballage d'origine, non ouvert, pour les garder propres.

8 Ne partagez jamais votre bague utilisée ou inutilisée avec d'autres personnes.



Non

Chacun devrait consulter son fournisseur de soins de santé pour obtenir ses propres bagues.