

Vodič

**za
PREP**

2023.



ISKORAK

Autori Zoran Dominković | Dubravko Pogledić

Recenzenti prim. dr. sc. Šime Zekan, dr. med. | prof. dr. sc. Josip Begovac, dr. med

Grafičko oblikovanje minusminus.agency

Nakladnik Iskorak, Šenoina 34, Zagreb

Za nakladnika Zoran Dominković

Tisak Tiskara Kasanić, Zagreb

Naklada 700 primjeraka

Besplatni primjerak

II. izdanje

Zagreb, 2023.

ISBN 978-953-50774-0-4



ISKORAK

SADRŽAJ

KORIŠTENE KRATICE I POJMOVI	2
O PrEP-U	6
PrEP ZA ŽENE	10
PrEP ZA TRANSRODNE I NEBINARNE OSOBE	11
PrEP I SPOLNO PRENOSIVE INFEKCIJE (SPI)	12
KAKO DOBITI PrEP	14
AKO NABAVLJAŠ PrEP NA DRUGI NAČIN...	16
KAKO UZIMATI PrEP	18
SAVJETI	24
KONTAKT	26

KORIŠTENE KRATICE I POJMOVI

PrEP – predekspozicijska profilaksa

HIV – virus humane imunodeficijencije

TD – tenofovir dizoproksil

FTC – emtricitabin

TAF – tenofovir alafenamid

PEP – postekspozicijska profilaksa

TasP – eng. treatment as prevention
(liječenje kao prevencija)

MSM – muškarci koji imaju spolne
odnose s muškarcima

SPI – spolno prenosive infekcije

CHEMSEX – seksualna aktivnost pod
utjecajem droga, najčešće grupni seks

GHB – gama hidroksibutirat

GBL – gama butirolakton

ART – antiretrovirusna terapija

HAV – virus hepatitisa A

HBV – virus hepatitisa B

HPV – humani papiloma virus

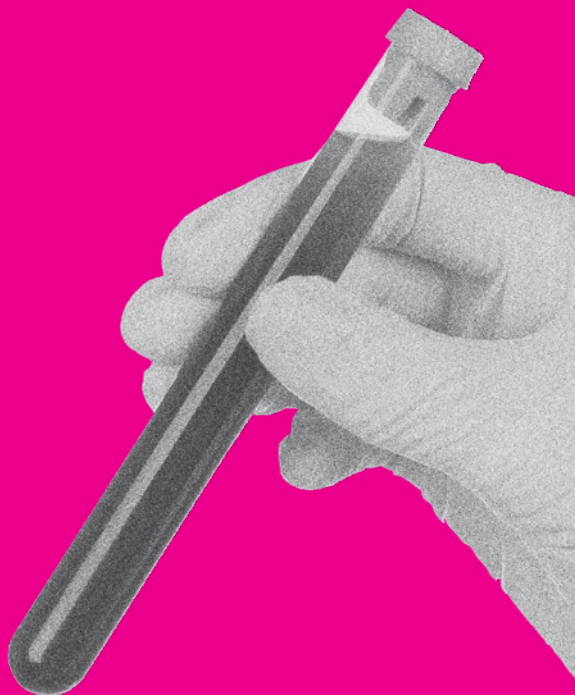
TRANS(RODNA) OSOBA – osoba čiji je rodni identitet drugačiji od spola koji joj je dodijeljen pri rođenju

TRANS MUŠKARAC (ftm, f2m – eng. female to male) – osoba koja se identificira kao muškarac, a kojoj je pri rođenju pripisan ženski spol

TRANS ŽENA (mtf, m2f – eng. male to female) – osoba koja se identificira kao žena, a kojoj je pri rođenju pripisan muški spol

CIS OSOBA – osoba čiji spol dodijeljen pri rođenju odgovara njezinu rodnom identitetu (cis muškarac, cis žena)

NEBINARNA OSOBA – osoba čiji se rodni identitet i/ili rodna uloga ne uklapaju u binarno poimanje u kojem je rod ograničen na kategorije muškarca ili žene



Ovaj vodič pruža informacije o PrEP-u u Hrvatskoj. Namijenjen je osobama koje uzimaju ili razmišljaju o uzimanju PrEP-a. PrEP je trenutno dostupan u PrEP ambulanti u Zagrebu u sklopu Klinike za infektivne bolesti “Dr. Fran Mihaljević” te u Splitu u sklopu Kliničkog bolničkog centra Split (Križine). Za vrijeme pisanja priručnika u tijeku je uspostava PrEP ambulanti u Osijeku i Rijeci. Ovo izdanje pruža savjete i osobama koje PrEP nabavljaju na druge načine, primjerice kupovinom putem interneta.

Ovo drugo izdanje na pojednostavljeniji način opisuje uzimanje PrEP-a i donosi manje izmjene i novosti od prvog izdanja.



O PrEP-U

Što je PrEP?

PrEP je način zaštite od infekcije HIV-om uzimanjem lijekova. Namijenjen je HIV-negativnim osobama. Kada se pravilno uzima, PrEP uvelike smanjuje rizik prijenosa HIV-a spolnim putem.

PrEP je kratica od “predekspozicijska profilaksa”:

predekspozicijska znači da se započinje s uzimanjem prije (pred-) izlaganja (ekspozicije), **profilaksa** znači sprječavanje infekcije. HIV-negativne osobe mogu koristiti PrEP kako bi spriječile infekciju HIV-om.

Ovakav tip prevencije nije jedinstven za HIV. Postoje lijekovi koje osobe uzimaju kako bi spriječile infekciju malarijom ili primjerice statini koje neke osobe uzimaju kako bi smanjile rizik od kardiovaskularnih bolesti.

Kao i ostale lijekove i PrEP ti mora propisati liječnik, a njegovo uzimanje zahtijeva i naknadne kontrole.

Trenutno se za PrEP koriste tablete koje se uzimaju oralno i uključuju dva lijeka: tenofovir disoproxil (TD) i emtricitabin (FTC). Ova kombinacija lijekova poznata je pod nazivom Truvada, ali dostupne su i generičke verzije koje su jednake po sastavu. Inače, TD i FTC se koriste za liječenje infekcije HIV-om u kombinaciji s drugim lijekovima. PrEP je odobren u SAD-u 2012. godine, a u Europi 2016. godine. Od 2019. godine u SAD-u je odobreno korištenje kombinacije TAF-a (tenofovir alafenamid) i FTC-a za PrEP, ali ne za receptivni vaginalni/frontalni odnos.

PrEP je jedan od načina za očuvanje spolnog zdravlja, poput korištenja kondoma s odgovarajućim lubrikantom, komunikacije i dogovora sa seksualnim partnerima, PEP-a, cijepljenja, testiranja i liječenja. PrEP štiti samo od HIV-a.

Razlika u načinu uzimanja antiretrovirusnih lijekova

PrEP Predespozicijska profilaksa	PEP Postekspozicijska profilaksa	TasP <i>Treatment as prevention</i> (liječenje kao prevencija)
Uzimaju HIV-negativne osobe	Uzimaju HIV-negativne osobe	Uzimaju HIV-pozitivne osobe
Uzimanje lijekova može biti svaki dan ili po potrebi.	Uzimanje lijekova nakon rizičnog odnosa. Uključuje uzimanje lijekova 4 tjedna. Potrebno je započeti liječenje do 72 sata nakon rizičnog odnosa (idealno unutar 12 sati).	Uzimanje lijekova svaki dan. Poželjno je liječenje započeti što prije nakon infekcije. Uzimanje lijekova pomaže održati zdravlje te sprječava prijenos HIV-a (Nemjerljivo=Nezarazno).

Kome je namijenjen PrEP?

Ako si HIV-negativan i ne koristiš uvijek kondome, PrEP te može zaštititi od infekcije HIV-om. Posebno je namijenjen populacijama s većom učestalošću HIV-a. U Hrvatskoj je infekcija HIV-om najčešća među gej/bi muškarcima i drugim muškarcima koji imaju spolne odnose s muškarcima (MSM).

Razmisli o uzimanju PrEP-a ako:

- ti je nedavno dijagnosticirana spolno prenosiva infekcija (SPI), posebno rektalna infekcija ili sifilis.
- si nedavno koristio postekspozicijsku profilaksu (PEP).
- koristiš droge za chemsex (npr. GHB/GBL, mefedron, ecstasy).
- ako tvoj partner koji živi s HIV-om neredovito uzima svoju HIV terapiju.

Obrati se infektologu koji će ti pomoći procijeniti koliko je ovaj oblik zaštite od HIV-a prikladan za tebe.

Tko ne bi trebao uzimati PrEP?

PrEP ne smiju uzimati:

- osobe koje žive s HIV-om ili nepoznatog HIV statusa (nisu se testirale na HIV prije početka uzimanja PrEP-a).
- kada postoje znakovi rane HIV infekcije (najčešće bolest nalik na gripu).
- kada osoba ima oslabljenu bubrežnu funkciju (po procjeni liječnika).

PrEP se obično ne treba koristiti ako:

- uvijek koristiš kondome.
- imaš partnera koji živi s HIV-om ali uzima antiretrovirusnu terapiju (ART) i ima nemjerljivu viremiju.
- imaš odnose samo u uzajamno ekskluzivnoj vezi, a partner je HIV-negativan.

Osobe koje žive s HIV-om koje redovito uzimaju lijekove i imaju nemjerljivu viremiju ne mogu prenijeti HIV svojim seksualnim partnerima. Više informacija o nemjerljivosti potraži na poveznici naše kampanje N=N (Nemjerljivo=Nezarazno): www.nemjerljivo.com.

U svakom slučaju, infektolog će odlučiti oko propisivanja PrEP-a nakon procjene rizika i mogućih kontraindikacija.

Kolika je učinkovitost PrEP-a?

PrEP je vrlo učinkovit (više od 99%) u smanjenju rizika infekcije HIV-om i djeluje jako dobro ako se uzima na ispravan način.

Brojna istraživanja su dokazala učinkovitost PrEP-a. Na svjetskoj razini, do sada je zabilježen samo manji broj infekcija HIV-om kod osoba kod kojih je dokazano da su uzimale PrEP pravilno. Ovo se najčešće događa zbog izloženosti soju HIV-a otpornog na lijekove, što je iznimno rijetko.

PrEP i nuspojave

Većina osoba koje uzimaju PrEP nemaju nuspojave. Međutim, kao i svi drugi lijekovi, PrEP može izazvati nuspojave. U istraživanjima su zabilježene blaga mučnina, proljev, nadutost i glavobolja (kod manje od 1 na 10 osoba). Ove nuspojave obično prestaju nakon nekoliko dana do par tjedana.

PrEP povremeno može uzrokovati blaže smanjenu bubrežnu funkciju i/ili nešto manju gustoću kostiju. Uglavnom se radi o minimalnim učincima koji se ne primjećuju osim preciznim mjerenjima, a povlače se nakon prestanka uzimanja PrEP-a. Zato su nužne liječničke kontrole i praćenje bubrežne funkcije prije i tijekom liječenja.

PrEP i otpornost na lijekove

Ako pravilno uzimaš PrEP, šansa za infekciju i razvijanje otpornosti (rezistencije) praktički ne postoji. Međutim, kod osoba koje ne uzimaju ispravno i nemaju adekvatnu koncentraciju lijeka može doći do infekcije. Ako osoba nakon inficiranja HIV-om nastavi koristiti PrEP (nesvjesna da se inficirala), lijekovi koji se koriste za PrEP kratkotrajno će suzbiti virus, ali dugoročno nisu dovoljni za liječenje i tu postoji mogućnost razvoja otpornosti na komponente PrEP-a, što može otežati buduće liječenje same infekcije.

PrEP i interakcija s ostalim lijekovima

PrEP nema interakciju s većinom ostalih lijekova. Ako su ti propisani drugi lijekovi, uvijek obavijesti svog liječnika da uzimaš PrEP te ga upitaj o mogućim interakcijama s drugim lijekovima, uključujući i lijekove bez recepta.

Iznimka je da jedan od sastojaka PrEP-a (TD) djeluje u interakciji s nekim nesteroidnim protuupalnim lijekovima (poput ibuprofena i naproksena). Interakcija je izraženija s diklofenakom (nesteroidni antireumatik) te može uzrokovati probleme s bubrezima. Posavjetuj se s infektologom o uzimanju ovih lijekova ako uzimaš PrEP.

Dva sata prije i dva sata nakon uzimanja PrEP-a izbjegavaj uzimanje psylliuma i aktivnog ugljena jer bi mogli smanjiti apsorpciju lijeka.

PrEP je siguran za transrodne osobe koje su na hormonskoj terapiji (vidi sekciju “PrEP za transrodne i nebinarne osobe”).

Informacije o interakciji PrEP-a i ostalih lijekova nalaze se na poveznici Sveučilišta Liverpool: www.hiv-druginteractions.org

PrEP ZA ŽENE

Žene koje su pod povećanim rizikom od infekcije HIV-om mogu također koristiti PrEP, ali postoji mala razlika u načinu uzimanja zbog specifičnost vaginalnog tkiva (pogledaj sekciju "Kako uzimati PrEP"). Najveći rizik za infekciju HIV-om je ako ne koristiš uvijek kondom s partnerom ili partnerima koji bi mogli biti HIV-pozitivni koji ne uzimaju terapiju. Naime, osobe koje žive s HIV-om ne mogu prenijeti HIV ako su na terapiji i imaju nemjerljivu viremiju.

Kontracepcija

PrEP neće utjecati na kontracepciju (pilula, spirala i sl.), kao ni kontracepcija na PrEP.

Trudnoća

Ako planiraš trudnoću ili prekid korištenja kontracepcije, svakodnevnim uzimanjem PrEP-a možeš se zaštititi od infekcije HIV-om. Ako znaš da ti je partner osoba koja živi s HIV-om, korisnije je za njega da je na terapiji. Ako ima nemjerljivu viremiju, nema potrebe da koristiš PrEP.

Ukoliko zatrudniš dok uzimaš PrEP, porazgovaraj o tome s infektologom jer se smjernice u ovom području mijenjaju.

Dojenje

Samo mala količina aktivnih sastojaka PrEP-a (TD-a i FTC-a) se može naći u majčinom mlijeku, puno manja nego što se koristi za liječenje HIV-a kod dojenčadi. To znači da je sigurno svakodnevno uzimati PrEP tijekom dojenja.



PrEP ZA TRANSRODNE I NEBINARNE OSOBE

PrEP je siguran i učinkovit za transrodne i nebinarne osobe. Zbog drugačije apsorpcije PrEP-a u vaginalnom tkivu te zbog mogućeg učinka nekih hormonskih terapija na PrEP prati upute za uzimanje PrEP-a za cis žene i transrodne osobe.

PrEP je sigurno uzimati ako si na hormonskoj terapiji. Ako te brine interakcija lijekova, PrEP neće utjecati na tvoje razine hormona. Interakciju hormonske terapije i HIV lijekova možeš pronaći na poveznici Sveučilišta Liverpool:

www.hiv-druginteractions.org

PrEP I SPOLNO PRENOSIVE INFEKCIJE (SPI)

PrEP ne štiti od ostalih SPI. Iako je SPI uglavnom lako liječiti, moguće su komplikacije u liječenju. Bez liječenja može doći do ozbiljnih komplikacija i trajnih posljedica. Zato se uz uzimanje PrEP-a preporuča redovno testiranje na SPI, korištenje kondoma s odgovarajućim lubrikantom i cijepljenje.

Za gej/bi muškarce i druge MSM preporučeno je testirati se na HIV, sifilis i hepatitis A, B i C, kao i na klamidiju i gonoreju, prije početka te redovito za vrijeme uzimanja PrEP-a. Za klamidiju i gonoreju bitno je testirati sve lokacije gdje se može nalaziti infekcija (urin ili bris uretre, bris grla i bris rektuma). Naime, test iz urina će biti negativan ako je infekcija u analnom području ili u grlu. Primjerice, neke SPI se može dobiti u grlu ili rektumu rimingom (lizanjem analnog područja).

Kondomi pomažu spriječiti većinu SPI kada se pravilno koriste. Posebno je važno koristiti lubrikant na bazi vode ili silikona pri analnom seksu.

Protiv nekih SPI može se cijepiti. Primjerice, za gej/bi muškarce i druge MSM preporučeno je cijepiti se protiv HPV-a, hepatitisa A i B te mpox (majmunskih boginja). U tijeku su istraživanja cjepiva protiv drugih uzročnika SPI.

Postoje i druge bolesti koje se mogu prenijeti spolnim putem. Liječnik će procijeniti je li potrebno dodatno testiranje na neke druge bakterije i parazite te dodatne pretrage poput analize uzorka stolice, brisa kožne promjene na herpes, mpox itd.

Dobro je razmijeniti kontakt brojeve s partnerima kako bi ih mogao obavijestiti ako imaš SPI (te oni tebe), kako bi se spriječilo daljnje širenje i ponovna infekcija.

Novosti u zaštiti od SPI

Istraživanja pokazuju učinkovitost profilakse doksiciklinom (doxyPEP). Doksiciklin je antibiotik koji se, između ostalog, koristi za liječenje nekih SPI te se nekada koristi za prevenciju/profilaksu (npr. protiv malarije). Nedavno provedena istraživanja pokazala su da je učinkovit kao zaštita od klamidije i sifilisa te djelomično od gonoreje. Primjerice, doxyPEP se u istraživanjima uzimao u roku od 72 h nakon seksa u jednokratnoj dozi od 200 mg te je pružio zaštitu od 47-77%, ovisno o istraživanju i infekciji. Istraživanja su još uvijek u tijeku, no možeš razgovarati s infektologom oko ove opcije za zaštitu, posebice ako si više puta imao SPI.



KAKO DOBITI PrEP

Kako bi dobio PrEP, dogovori termin u PrEP ambulanti – Klinici za infektivne bolesti “Dr. Fran Mihaljević” (Zagreb) ili Kliničkom bolničkom centru Split (Split). Kontakt podaci su navedeni na posljednjoj stranici ovog vodiča. Možeš pratiti našu stranicu iskorak.hr/prep gdje ćemo objaviti kada PrEP bude dostupan u drugim gradovima.

PrEP je besplatan ukoliko imaš obvezno i dopunsko zdravstveno osiguranje. Ako nemaš dopunsko zdravstveno osiguranje, na poveznici dzo.hzzo.hr možeš vidjeti na koji način ga ugovoriti.

1. Prvi dolazak u PrEP ambulantu

Tijekom tvog prvog posjeta, infektolog će razgovarati s tobom o potrebi i mogućnostima uzimanja PrEP-a. Napravit će ti test na HIV da se uvjeri da nemaš HIV infekciju i još niz drugih testova. Ovi testovi će osigurati da nemaš kontraindikacije na PrEP (da nisi HIV-pozitivan, da nemaš problema s bubrezima i sl.) i pokazati imaš li neku drugu SPI koja zahtijeva liječenje. Poželjno je donijeti postojeće nalaze.

Za prvi dolazak u PrEP ambulantu u Zagrebu NIJE potrebna uputnica liječnika obiteljske medicine, dok je za prvi dolazak u Splitu potrebno donijeti D1 uputnicu liječnika obiteljske medicine (šifra Z22.8).



2. Dobivanje lijekova

Ako su nalazi uredni, dobit ćeš lijekove za prvih mjesec dana korištenja (30 dana).

3. Sljedeća kontrola

Tvoja iduća kontrola bit će 3 do 4 tjedna nakon početka uzimanja PrEP-a. Liječnik će te u pravilu ponovo testirati na HIV kako bi potvrdio da ne postoji HIV infekcija.

Ako su nalazi uredni, lijekove ćeš dobiti za iduća 3 mjeseca (90 dana).

Za ovaj dolazak u Zagrebu potrebna je D1 uputnica sa šifrom Z22.8 liječnika obiteljske medicine koja vrijedi sljedećih godinu dana. Na Klinici ćeš dobiti preporuku infektologa na temelju koje će ti tvoj liječnik obiteljske medicine osigurati uputnicu.

4. Redovne kontrole svaka 3 mjeseca

Uzimanje PrEP-a uključuje i rutinske kontrole testiranja na HIV (svaka 3 mjeseca) i druge SPI (svakih 3 do 6 mjeseci), kao i testiranje bubrežnih funkcija iz krvi ili urina (barem jednom godišnje). Kontrole su svaka 3 mjeseca, a tada možeš i preuzeti svoje PrEP lijekove za sljedeća 3 mjeseca (90 dana). U iznimnim slučajevima, prema procjeni liječnika, PrEP se može izdati i na dulje od 3 mjeseca.

Cijepljenje

Tijekom PrEP kontrole, infektolog će ti možda preporučiti cijepljenje na neke SPI poput hepatitisa A (HAV), hepatitisa B (HBV), humanog papiloma virusa (HPV) i mpoxa.

HPV cjepivo može te zaštititi od genitalnih bradavica i raka grla, penisa i grlića vrata maternice (cerviks). Cjepivo je učinkovito i za gej/bi muškarce, ali nema utjecaja na aktivnu HPV infekciju.

Osobe rođene nakon 1987. godine cijepljene su protiv hepatitisa B tijekom školovanja u Hrvatskoj.

AKO NABAVLJAŠ PrEP NA DRUGI NAČIN...

U slučaju da PrEP nabavljaš kupovinom preko interneta, od prijatelja i sl., svakako prati ove upute:

Testiraj se na HIV prije početka uzimanja PrEP-a i svaka 3 mjeseca

PrEP možeš uzimati samo ako si HIV-negativan. Ako si HIV-pozitivan, a to ne znaš, mogla bi se razviti otpornost virusa na lijek.

Za PrEP korisnike bolje je napraviti HIV test četvrte generacije zbog kraćeg perioda prozora od brzih testova (koji se rade iz uzorka krvi iz jagodice prsta ili oralne tekućine), koji su većinom testovi treće generacije. Ako si tek počeo s uzimanjem PrEP-a, ponovi HIV test 4 tjedna nakon početka terapije radi sigurnosti da se nije propustila rana infekcija. Budi oprezan kod početka uzimanja PrEP-a ako imaš simptome slične gripi ili si nedavno bio u riziku od infekcije jer su ovo simptomi koji bi mogli biti znakovi nedavne infekcije HIV-om.

Provjeri funkciju bubrega prije uzimanja i jednom godišnje

Testovi funkcije bubrega uključuju test kreatinina u krvi te procjenu glomerularne filtracije. Ponekad također uključuju test urina na proteine. Ove testove bi trebalo napraviti neposredno prije ili na dan početka uzimanja PrEP-a.

Testiraj se na hepatitis B (HBV)

Testiranje na HBV je također bitno jer se lijekovi koji čine kombinaciju za PrEP također koriste i za liječenje HBV-a. I dalje možeš uzimati PrEP ako si nosilac HBV-a, ali uz više opreza. Osobe koje su nosioci HBV-a trebaju uzimati PrEP svakodnevno, uz liječnički nadzor, posebice ako žele prekinuti s uzimanjem.

Testiraj se na ostale spolno prenosive infekcije

Testiranje na HIV i SPI su dobra ideja za svaku osobu koja je seksualno aktivna, neovisno o tome uzima li PrEP ili ne. Za gej/bi muškarce i druge MSM preporučeno je testirati se na HIV, sifilis i hepatitis A, B i C, kao i na klamidiju i gonoreju, prije početka te redovi-

to za vrijeme uzimanja PrEP-a. Testovi na HIV, sifilis i hepatitis A, B i C provode se iz krvi, za klamidiju i gonoreju se uzimaju brisevi (ždrijela, rektuma), a umjesto brisa uretre u pravilu se koristi test iz uzorka urina.

Ako ti je potrebna podrška, obrati se osoblju u PrEP ambulanti. Ambulanta pruža podršku i korisnicima PrEP-a koji ga nabavljaju preko interneta.

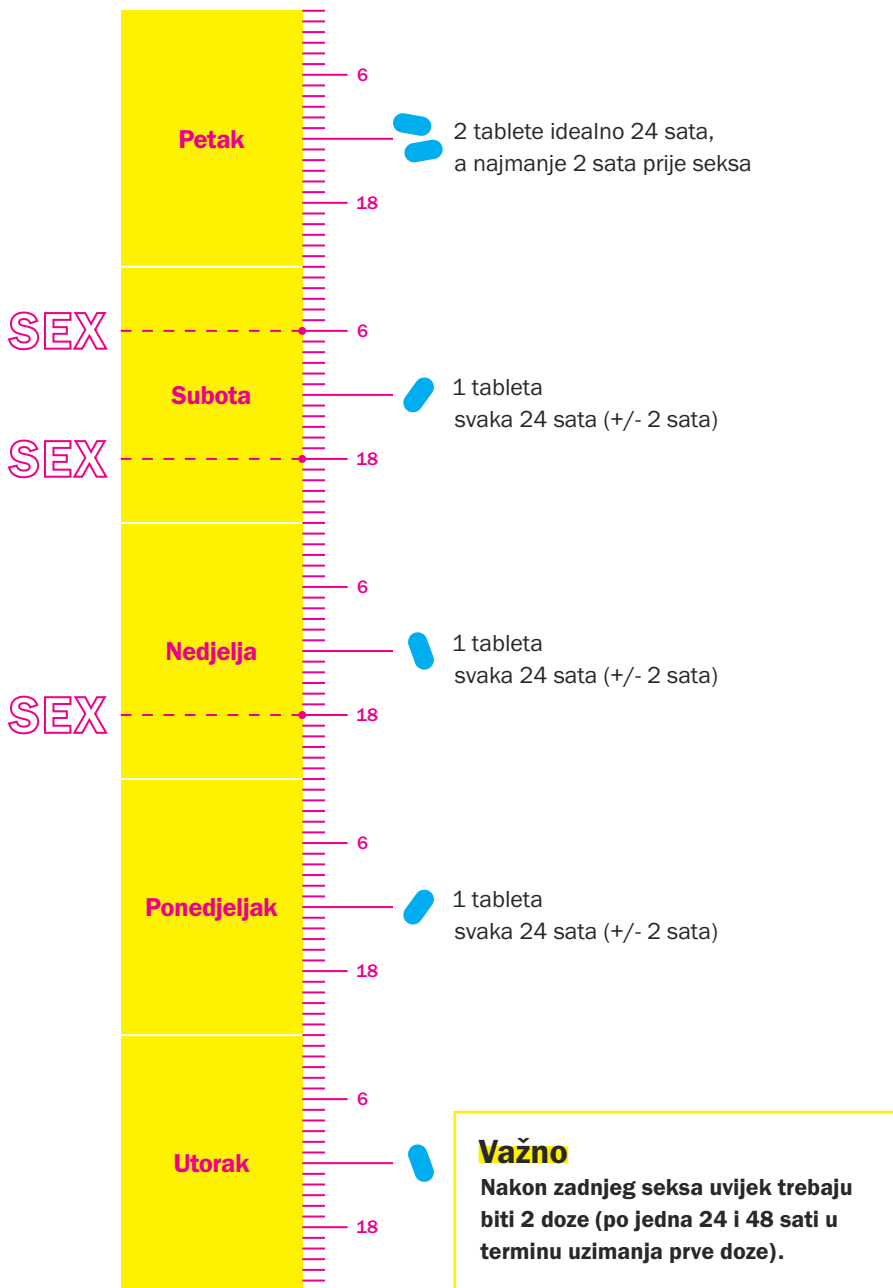


KAKO UZIMATI PrEP

Postoji razlika u načinima uzimanja PrEP-a za cis muškarce (muškarce kojima je dodijeljen muški spol pri rođenju) i druge osobe.

Za cis muškarce:

- za započeti PrEP potrebno je odjednom uzeti dvije tablete. Zaštita nastupa nakon 2 sata.
- nastaviti uzimati jednu tabletu svaki dan u otprilike isto vrijeme kao prvu dozu sve dok želiš biti zaštićen od HIV-a
- ako se želi prestati uzimati PrEP, važno je uzimati barem 2 dana po jednu tabletu nakon zadnjeg seksa



Za druge osobe (cis žene, trans muškarce i trans žene):

- za započeti PrEP potrebno je uzimati jednu tabletu svaki dan u otprilike isto vrijeme
 - maksimalna zaštita postignuta je nakon 7 dana
- nastaviti uzimati jednu tabletu svaki dan u otprilike isto vrijeme dok želiš zaštitu od HIV-a
- ako se želi prestati uzimati PrEP, važno je uzimati barem 7 dana po jednu tabletu nakon zadnjeg seksa





Apsorpcija i doziranje

Tvom tijelu treba vremena da apsorbira lijekove, odnosno da lijekovi dođu do tkiva izloženih virusu. Stoga PrEP treba uzimati i prije seksualnog odnosa (da bi se nakupila dovoljno visoka razina lijeka) i nakon seksualnog odnosa (kako bi se zadržala visoka razina lijeka).

PrEP se absorbira različito u tkivu penisa, rektuma i vagine, zbog čega je način uzimanja PrEP-a drugačiji za cis muškarce u odnosu na druge osobe.

Također, dva sastojka PrEP-a djeluju drugačije. FTC se brzo apsorbira, dajući brzu zaštitu u roku od nekoliko sati, ali mu se i zadržavanje u tkivima brže smanjuje. TD-u treba do 24 sata da dođe do rektalnog i genitalnog tkiva, ali se dulje zadržava.

PrEP će biti najučinkovitiji kada je postignuta zaštitna razina prije seksa. Međutim, čak i ako se zakasni s uzimanjem PrEP-a, postići će se manja zaštita.

Što će se dogoditi ako propustim dozu?

Istraživanja su pokazala da 4 doze tjedno pružaju dovoljnu zaštitu za cis muškarce, dok je za cis žene i trans osobe potrebno najmanje 6 doza tjedno. Porazgovaraj s liječnikom ili osobljem s klinike ukoliko imaš problem oko redovitog uzimanja PrEP-a (adherencije).

Postekspozicijska profilaksa (PEP)

Ako si zaboravio ili zakasnio uzeti PrEP i imao seks bez kondoma i nije ti poznat HIV status osobe, možeš zatražiti PEP najkasnije 72 sata nakon seksa, a idealno unutar prvih 12 sati. PEP možeš dobiti na na Klinici za infektivne bolesti "Dr. Fran Mihaljević" u Zagrebu radnim danom od 7 do 15 sati u PEP ambulanti (VI. odjel), a izvan tog vremena i vikendom na hitnom prijemu. PEP je dostupan i u Splitu.

Ako nikako nisi u mogućnosti doći po PEP na vrijeme, možeš uzeti PrEP kao PEP, odnosno što prije započeti s uzimanjem PrEP-a, što će ti pružiti određenu razinu zaštite. Svakako što prije otiđi na konzultaciju s infektologom, zato što PEP uključuje kombinaciju 3 lijekova, a PrEP kombinaciju 2 lijekova, što ga čini manje učinkovitim od PEP-a.

SAVJETI

Odaberi vrijeme uzimanja tableta i pokušaj se toga redovito pridržavati svaki dan. Poveži to s rutinskim zadatkom poput pranja zubi. Ne mora biti točno u isto vrijeme (+/- 2 sata je u redu), ali će ti pomoći steći rutinu.

Dozator za tablete može ti olakšati provjeru jesi li uzeo ili propustio dozu.

Možeš podesiti podsjetnik na mobitelu ili koristiti mobilnu aplikaciju za uzimanje lijekova (npr. My PrEP ili Medisafe).

PrEP se može uzeti bez hrane ili s hranom. Možeš ga uzeti s hranom kako bi se spriječile nuspojave koje neke osobe imaju (npr. mučnina).

Ako si prestao uzimati PrEP, dobro je imati rezervu PrEP-a za slučaj da ti bude ponovno potreban (pripazi na rok isteka uporabe).



GDJE DOBITI PrEP U HRVATSKOJ?

U ZAGREBU U PrEP AMBULANTI:

Klinika za infektivne bolesti

“Dr. Fran Mihaljević”, Mirogojska 8
(prizemlje 6/1), Zagreb

Radno vrijeme: 10–14 sati svaki radni dan (iznimno izvan tog vremena prema dogovoru). Potrebno je naručiti se za termin na broj telefona **01 2826 206**

U SPLITU U KLINIČKOM BOLNIČKOM CENTRU SPLIT:

Klinički bolnički centar Split (lokalitet Križine), pri Klinici za infektologiju – Dnevna bolnica, Šoltanska ulica 1, Split

Radno vrijeme: utorkom 11–15 sati. Potrebno je naručiti se za termin na broj **091 1556 048** (radnim danom 8–15 sati).

Podrška za uzimanje PrEP-a

Uključi se u Facebook grupu:

www.facebook.com/groups/PrEP.HR

Kontakt

Iskorak

Šenoina 34, Zagreb

091 2444 666 (radnim danom 12–18 sati)

info@iskorak.hr



ISKORAK