

# LA PrEP

mode d'emploi



Petit guide pour  
les (futurs-es)  
utilisateurs-rices de PrEP



En partenariat avec  
**ENIPSE**  
f ENIPSE ENIPSE ENIPSE  
Ensemble Ensemble Ensemble  
Santé Santé Santé  
[www.enipse.fr](http://www.enipse.fr)



# LA PrEP

## sommaire



LA PrEP VIH,  
C'EST QUOI ?



À QUI S'ADRESSE  
LA PrEP ?



LA PrEP, COMMENT  
ÇA MARCHE ?



LES SCHÉMAS  
DE PRISE



QUELS EFFETS  
INDÉSIRABLES ?



ET LE PRÉSERVATIF  
DANS TOUT ÇA ?



OÙ TROUVER DE  
LA PrEP ?



LA PrEP, COMBIEN  
ÇA COÛTE ?



QUEL SUIVI  
SOUS PrEP ?



LIENS UTILES



BIBLIOGRAPHIE -  
RESSOURCES



QUI SOMMES-NOUS ?

Date : Juin 2016

Directeur de publication : Aurélien Beaucamp

Coordination : Étienne Fouquay

Coordination technique : Audrey Musto

Rédaction : Étienne Fouquay

Relecture et remerciements : JM. Molina, G. Pialoux, B. Spire,

M. Suzan, M. Mangin, M. Dixneuf, F. Barbier, D. Rojas Castro,

V. Coquelin, C. Mey, M. Danet, S. Morel, K. Moudachirou,

F. Pilorgé, V. Leclercq, L. Riegel

Graphisme/illustrations : Maya Lambert

Impression : 51 000 exemplaires - Imprimerie ACI

Diffusion : AIDES et Enipse

GLOSSAIRE :

IST : Infection sexuellement transmissible

PrEP : Prophylaxie pré-exposition

TPE : Traitement post-exposition

VIH : Virus de l'immunodéficience humaine

TasP : Traitement comme outil de prévention



« **Pré - Exposition** » = avant d'entrer en contact avec le VIH

« **Prophylaxie** » = traitement ayant pour but d'empêcher l'apparition d'une maladie

**L**a prophylaxie pré-exposition (PrEP) est une nouvelle stratégie de prévention du VIH.

Il s'agit de proposer à une personne qui n'a pas le VIH, qui n'utilise pas systématiquement le préservatif lors de ses rapports sexuels et qui est à haut risque de contracter le VIH, un médicament actif contre ce virus afin d'éviter la contamination.

Ce principe n'est pas nouveau : la PrEP protège du VIH comme certains médicaments protègent du paludisme ou comme une pilule contraceptive prévient d'une grossesse non désirée.

### PrEP ≠ TPE

Il ne faut pas confondre la PrEP avec le traitement post-exposition (TPE) dit aussi « traitement d'urgence » qui doit être pris au plus tard dans les 48h après un risque puis tous les jours pendant un mois. Le TPE est un peu comme la « pilule du lendemain » contre le VIH.

### LA PrEP PROTÈGE UNIQUEMENT DU VIH

Il est important de noter que la PrEP, comme le TPE, ne protège pas d'autres infections sexuellement transmissibles (gonorrhée, condylomes, chlamydia, hépatites A/B/C, syphilis, etc.), ni ne prévient d'une grossesse non désirée.

Lorsqu'on prend la PrEP, il est donc important de faire un dépistage régulier des IST et de bien maîtriser sa contraception.

### PrEP, TRUVADA® : QUELLE DIFFÉRENCE ?

Le Truvada® est le seul médicament aujourd'hui disponible pour la PrEP. C'est un traitement antirétroviral qui combine deux molécules anti-VIH : l'emtricitabine et le ténofovir disoproxil fumarate.

Les recherches se poursuivent afin d'identifier d'autres médicaments aussi efficaces que le Truvada® pour la PrEP, ainsi que d'autres voies d'administration (gel, injections, implants, etc.).

# A QUI S'ADRESSE LA PrEP ?

La PrEP est actuellement indiquée pour toutes les personnes de plus de 18 ans qui n'utilisent pas systématiquement le préservatif lors de leurs rapports sexuels et qui sont à haut risque de contracter le VIH, en particulier :

## Les hommes gays et les personnes trans qui ont des relations sexuelles avec des hommes et qui ont au moins un des critères suivants :

- rapports sexuels anaux sans préservatif avec au moins deux partenaires sexuels différents dans les six derniers mois ;
- épisodes d'IST dans les 12 derniers mois ;
- plusieurs recours au TPE dans les 12 derniers mois ;
- usage de drogues lors des rapports sexuels.

## Mais aussi, au cas par cas, d'autres publics en situation de vulnérabilité par rapport au VIH, notamment :

- les travailleurs-ses du sexe ;
- les personnes originaires de région à forte prévalence (Afrique subsaharienne, Guyane, etc.) et leurs partenaires ;
- les usagers-es de drogues par voie intraveineuse ;
- les personnes ayant des partenaires sexuels-les multiples.

## ET POUR LES COUPLES SÉRODIFFÉRENTS ?

La PrEP n'est pas recommandée pour le-la partenaire séronégatif-ve, sauf exception. En effet, les experts VIH (*Rapport Morlat*) estiment que le traitement du-de la partenaire séropositif-ve est suffisant pour empêcher une contamination. Attention, pour cela le traitement doit être pris correctement (bonne observance) et la charge virale doit être indétectable depuis plusieurs mois. Cette stratégie qui a fait ses preuves depuis de nombreuses années est appelée le TasP (*Treatment as Prevention* = traitement comme outil de prévention).



C'est le médecin qui décide de prescrire ou non la PrEP après avoir analysé avec vous votre risque d'acquisition du VIH.

# LA PrEP COMMENT ÇA MARCHE ?

**L**orsqu'on est sous PrEP, les antirétroviraux présents dans l'organisme empêchent le VIH d'infecter les cellules en bloquant sa réplication à un stade très précoce.

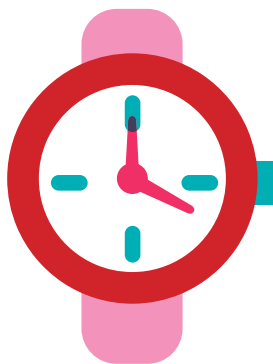
## LA PrEP MARCHE BIEN SI ON LA PREND BIEN !

Toutes les études montrent que plus la personne est assidue dans la prise de son traitement, plus grande est l'efficacité de la PrEP.

Dans les essais Proud et ANRS-Ipergay, la réduction du risque de contracter le VIH observée était de 86 %. Ce résultat prend aussi en compte les personnes qui ne prenaient pas ou pas correctement leurs comprimés. Il est donc normal de voir des contaminations se produire et faire baisser l'efficacité. Les essais montrent que quand le médicament est bien pris selon le schéma indiqué, le risque de contamination par le VIH est infime.

Plusieurs observations ont montré que la délivrance de PrEP en « vraie vie » (hors recherche) avait des résultats cohérents avec ceux des essais.

Plus la personne est assidue dans la prise de son traitement, plus grande est l'efficacité de la PrEP.





# LES SCHEMAS DE PRISE

## 1 / PrEP « EN PRISE CONTINUE » soit un comprimé par jour



est le schéma recommandé aux États-Unis depuis 2012 et dont l'efficacité a été prouvée par plusieurs essais cliniques.

Le comprimé peut être pris avec ou sans repas. Il est conseillé de le prendre à la même heure chaque jour afin d'établir une routine.

- Chez les personnes exposées au risque de contamination dans le cadre de **rapports anaux**, il est recommandé de considérer que **l'activité protectrice optimale est obtenue après sept jours de prise quotidienne**.
- Chez les personnes exposées au risque de contamination dans le cadre de **rapports vaginaux**, compte tenu du manque de données, de la diffusion plus lente des antirétroviraux et de la moindre concentration du tenofovir dans les tissus vaginaux, il est recommandé par les experts VIH (*Rapport Morlat*), par principe de précaution, de considérer que **la protection optimale est obtenue après 21 jours de prise quotidienne**. C'est pour cette raison que seul le schéma de prise continue doit être envisagé pour les femmes, et cette recommandation devrait être suivie de la même manière pour toutes les personnes trans ayant des rapports vaginaux.



### RAPPORTS ANAUX

La protection optimale est obtenue après sept jours de prise quotidienne.

### RAPPORTS VAGINAUX

La protection optimale est obtenue après 21 jours de prise quotidienne.

## 2 / PrEP « À LA DEMANDE »

Chez les hommes gays et chez les personnes trans n'ayant pas de rapports vaginaux, le schéma de prise « à la demande » peut aussi être envisagé car il a été testé par l'essai ANRS-Ipergay avec un taux d'efficacité de 86 %, qui, rappelons-le, prend en compte les personnes infectées par le VIH alors qu'elles ne prenaient pas le traitement qui leur était proposé.

Ce schéma nécessite d'anticiper ses rapports sexuels quelques heures à l'avance. L'avantage de ce schéma est qu'il permet d'arrêter de prendre des comprimés dans les périodes de moindre activité sexuelle ou de rapports protégés par un préservatif. Pour couvrir un seul risque, il faut **trois prises**, ce qui équivaut à **quatre comprimés** :

### PREMIÈRE PRISE

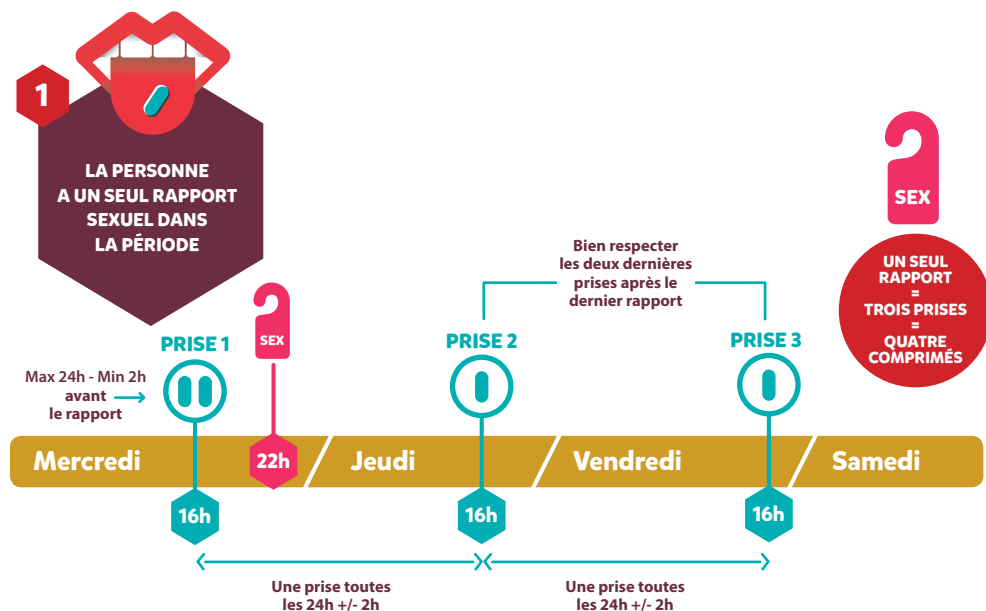
Deux comprimés de Truvada® en même temps à prendre entre 2h et 24h avant le rapport sexuel

### DEUXIÈME PRISE

Un comprimé de Truvada® à prendre environ 24h (à plus ou moins 2h près) après la première prise

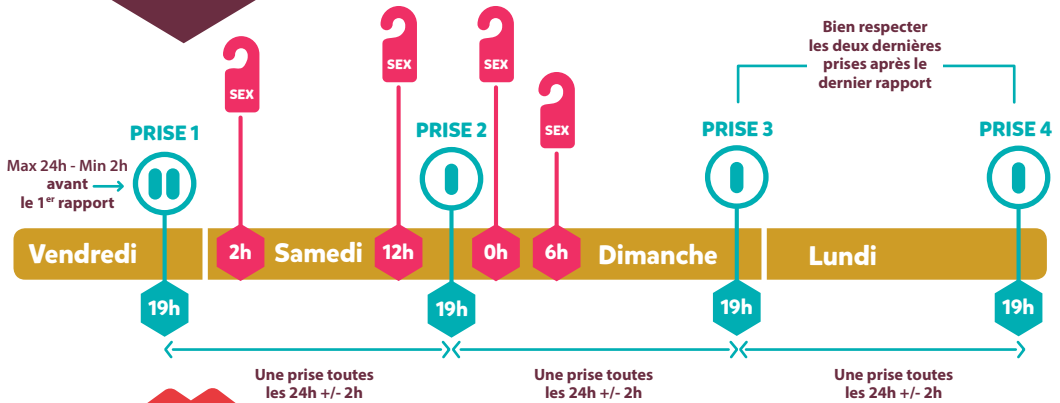
### TROISIÈME PRISE

Un comprimé de Truvada® à prendre environ 24h (+/- 2h) après la seconde prise



2

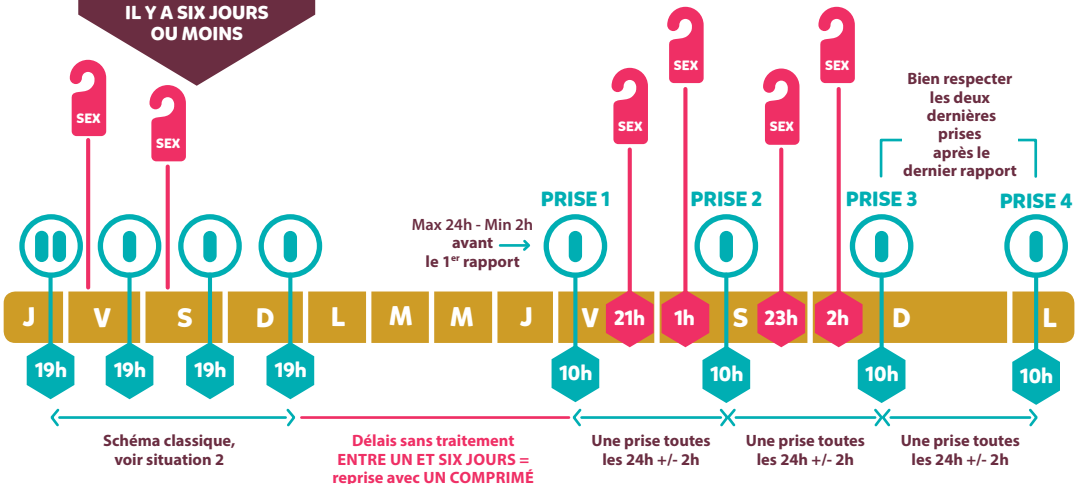
LA PERSONNE  
A PLUSIEURS  
RAPPORTS  
SEXUELS DANS  
LA PÉRIODE



Si vous avez d'autres rapports sexuels, continuez à prendre un Truvada® par jour (même heure, à 2h près), et **n'oubliez pas qu'il faut toujours deux prises espacées de 24h après le dernier rapport sexuel à risque.**

3

LA PERSONNE  
REPREND UNE ACTIVITÉ  
SEXUELLE ET ELLE A  
PRIS SON DERNIER  
COMPRIMÉ  
IL Y A SIX JOURS  
OU MOINS



Si votre dernière séquence de PrEP s'est terminée il y a six jours ou moins, débutez votre nouvelle séquence de PrEP avec un seul comprimé afin de réduire la toxicité du traitement.





# QUELS EFFETS INDESIRABLES ?

**L**a prise de Truvada® pour réduire le risque de contracter le VIH est généralement très bien tolérée. Mais comme la plupart des médicaments, il peut occasionner des effets indésirables.

Il est possible d'éprouver de légères nausées, des diarrhées, des douleurs abdominales ou des maux de tête. Dans les études, ces effets indésirables ont disparu pour la plupart des personnes après les premières semaines de traitement.

Des effets secondaires plus sérieux, liés à des problèmes de reins et de densité minérale osseuse, sont rares. Certaines personnes peuvent avoir de légères augmentations de la créatinine (un indicateur de la santé du rein). Dans les cas où ils se produisent, ces problèmes de reins régressent une fois le médicament arrêté, mais justifient une surveillance attentive pendant toute la durée du traitement par des contrôles sanguins.

## INTERACTIONS

Le Truvada® 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. Il n'y a pas non plus d'effet connu sur la libido 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.

## 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 dans les trithérapies qui sont prescrites aux 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.

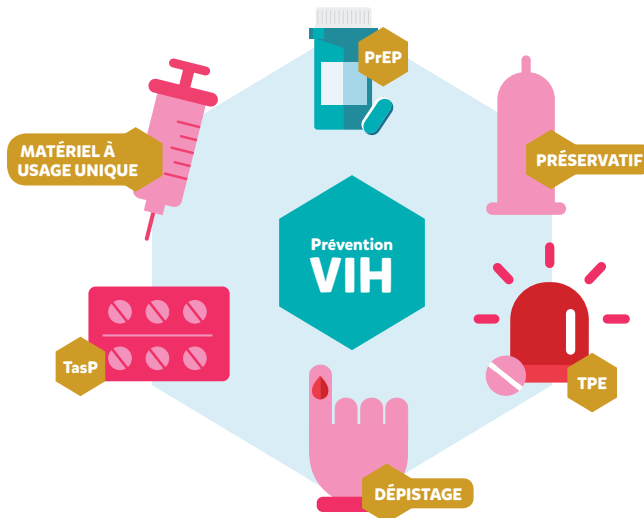


**Pour toutes ces raisons, il est indispensable d'avoir un suivi médical lorsqu'on prend de la PrEP.**

# ET LE PRÉSERVATIF DANS TOUT ÇA ?

**L**e préservatif est un outil efficace dans la prévention du VIH. Lorsqu'il est utilisé correctement et systématiquement, il est également le seul outil qui protège à la fois du VIH, de certaines IST et qui prévient d'une grossesse non désirée.

**La PrEP n'est pas incompatible avec le préservatif, elle peut même être utilisée en complément, ou en alternance avec celui-ci.** En effet, la PrEP s'adresse autant à des personnes qui ont des difficultés ponctuelles avec le préservatif qu'à des personnes qui n'en utilisent jamais. La PrEP permet aussi à une personne de se protéger quand son-sa partenaire ne veut/peut pas mettre de préservatif. La PrEP, notamment « à la demande », complète ainsi parfaitement l'utilisation du préservatif et vice-versa.



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

- **l'usage de préservatifs et de gel lubrifiant ;**
- **le recours au TPE en cas d'urgence ;**
- **le dépistage régulier du VIH et des autres IST (et leurs traitements) ;**
- **le recours au traitement comme outil de prévention (TasP) chez le-la partenaire séropositif-ve : charge virale indétectable depuis plusieurs mois/années = risque quasi nul de transmission à la personne séronégative ;**
- **l'utilisation de matériel à usage unique lors de la consommation de drogues.**

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 stratégie de prévention qui vous convient le mieux et contribue à votre épanouissement sexuel.**

# OU TROUVER DE LA PrEP ?

## PRESCRIPTION

**L**e Truvada® étant un médicament antirétroviral, seul un-e médecin expérimenté-e dans la prise en charge du VIH peut prescrire de la PrEP. En attendant l'autorisation de mise sur le marché (AMM) du Truvada® en PrEP, la prescription se fait dans le cadre d'une recommandation temporaire d'utilisation (RTU).

**Seuls-es les médecins appartenant aux structures suivantes ont la possibilité de prescrire du Truvada® en PrEP :**

- les services hospitaliers en charge du VIH ;
- les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic - Cegidd (anciennement centres de dépistage anonyme et gratuit - CDAG).

Pour l'instant, il est impossible de se faire prescrire de la PrEP par un-e médecin généraliste en ville.

Des consultations dédiées à la PrEP ont commencé à ouvrir mais ce n'est pas une obligation et certaines ont prévu de le faire plus tard. Voilà pourquoi nous avons préféré répertorier ces informations sur une cartographie en ligne disponible sur : [www.prep-info.fr](http://www.prep-info.fr)

## DÉLIVRANCE

**A**vec un ordonnance comportant la mention « **prescription sous RTU** », il est ensuite possible de récupérer le Truvada® en pharmacie hospitalière ou en pharmacie de ville.



**Pour connaître les consultations PrEP près de chez vous : [www.prep-info.fr](http://www.prep-info.fr)**

# LA PrEP, COMBIEN ÇA COÛTE ?

**U**ne boîte de Truvada® (30 comprimés) coûte environ 500 €. Il s'agit d'un médicament de marque et il n'existe pas encore de version générique accessible en France.

Depuis janvier 2016, suite à un intense plaidoyer associatif et grâce aux résultats concluants et solides de plusieurs essais, **la France est le premier pays au monde à prendre en charge intégralement le Truvada® pour un usage en PrEP.**

**Attention, si le médicament en lui-même est intégralement pris en charge par l'Assurance Maladie, il n'en est pas de même pour les consultations médicales et les analyses biologiques associées à la prescription de PrEP :** une partie sera prise en charge par l'Assurance Maladie et une autre sera à votre charge ou à celle de votre complémentaire santé. Il est donc important de venir aux consultations PrEP avec votre carte Vitale et votre carte de tiers-payant (mutuelle).

Si vous n'avez pas de droit ouvert à l'Assurance Maladie, rendez-vous au service social de l'hôpital ou dans une permanence d'accès aux soins de santé (PASS).




---

**La France est le premier pays au monde à prendre en charge intégralement le Truvada® pour un usage en PrEP.**

---

# QUEL SUIVI SOUS PrEP ?

**L**a PrEP ce n'est pas uniquement prendre un médicament, cela implique également un suivi médical régulier afin de s'assurer de l'efficacité et de la tolérance au traitement.

## LE SUIVI MÉDICAL

**Avant de commencer la PrEP**, une première visite vous sera proposée pour vous prescrire des analyses. Avec les résultats, le-la médecin évaluera si la PrEP est une stratégie adaptée à votre situation et si vous ne présentez pas de contre-indications médicales, puis il-elle vous prescrira (ou non) une première ordonnance de Truvada®.

**Un mois plus tard puis tous les trois mois**, un suivi régulier permettra de :

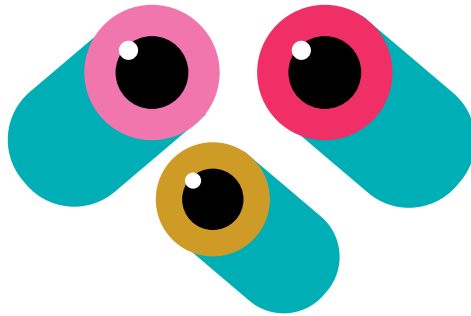
- **faire un dépistage régulier du VIH** : en effet si vous contractez le VIH, vous devez cesser dès que possible d'utiliser la PrEP afin de réduire le risque de développer des résistances médicamenteuses et de lutter efficacement contre le VIH avec un traitement antirétroviral adapté ;
- **faire un bilan régulier des IST** : la PrEP ne prévient pas des autres IST (gonorrhée, condylomes, chlamydia, hépatites A/B/C, syphilis, etc.). Il est donc recommandé de faire un bilan régulier des IST tous les trois mois au minimum et dès qu'il y a des symptômes. Des vaccinations peuvent également vous être proposées (hépatites A et B) ;
- **faire 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 (sous 48h maximum et idéalement dans les quatre premières heures). Le traitement est disponible dans les services hospitaliers spécialisés VIH en journée ou bien la nuit au service des urgences.

## L'ACCOMPAGNEMENT

Certaines consultations PrEP proposent un accompagnement vous permettant de vous familiariser avec ce nouvel outil, de faciliter le lien avec l'équipe soignante et de vous aider à mieux prendre en charge votre santé sexuelle.

Généralement, il est également mis à votre disposition d'autres outils de prévention : préservatifs, gel, outils de réduction des risques liés à l'usage de drogues.



### L'ÉCHANGE AVEC D'AUTRES UTILISATEURS-RICES DE PREP

Un guide c'est bien, mais rien ne remplace l'échange avec d'autres utilisateurs-rices de PrEP :

- **Inscrivez-vous au groupe facebook PrEP'Dial.** C'est un espace d'information, de témoignages et de discussions pour les usagers-es de la PrEP, les personnes intéressées par cette nouvelle stratégie de prévention ainsi que celles qui souhaitent la promouvoir ou en étendre l'accès : [www.facebook.com/groups/prepdial](http://www.facebook.com/groups/prepdial)
- **À AIDES, vous trouverez également :**
  - une écoute bienveillante et non-jugeante sur vos pratiques sexuelles et vos consommations ;
  - la possibilité de faire régulièrement un test rapide du VIH ou du VHC ;
  - du matériel de prévention gratuit : préservatifs, gel lubrifiant, matériel d'injection, roule ta paille, etc. ;
  - Dans certaines villes/régions, AIDES met en place des groupes d'échanges entre utilisateurs-rices de PrEP.

---

Pour trouver l'antenne de AIDES  
la plus proche, rendez-vous sur  
[www.aides.org](http://www.aides.org)

---

## LIENS UTILES

- PrEP Info, premier site d'information sur la PrEP : [www.prep-info.fr](http://www.prep-info.fr)
- PrEP'DIAL, le plus grand groupe francophone d'échange sur la PrEP : [www.facebook.com/groups/prepdial](https://www.facebook.com/groups/prepdial)
- Seronet : [www.seronet.info](http://www.seronet.info)
- VIH.org : [www.vih.org](http://www.vih.org)
- Pour les prescripteurs de PrEP : [www.rtutruvada.fr](http://www.rtutruvada.fr)
- Où trouver la PrEP dans le monde ? [www.prepwatch.org](http://www.prepwatch.org)

## BIBLIOGRAPHIE RESSOURCES

- Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) : [www.ansm.sante.fr](http://www.ansm.sante.fr)
- Organisation mondiale de la Santé (OMS) : [www.who.int](http://www.who.int)
- Conseil national du sida : [www.cns.sante.fr](http://www.cns.sante.fr)
- Société française de lutte contre le sida : [www.sfls.aei.fr](http://www.sfls.aei.fr)
- Site de l'essai ANRS-Ipergay : [www.ipergay.fr](http://www.ipergay.fr)

## QUI SOMMES-NOUS ?

AIDES est la première association de lutte contre le VIH/sida en France et est présente dans 70 villes. Co-investigatrice de l'essai ANRS-Ipergay, AIDES s'est très vite intéressée à la PrEP, en voyant dans ce nouvel outil, combiné aux autres outils existants, une opportunité d'en finir avec le VIH et d'apporter une nouvelle option à des personnes ayant des difficultés avec les stratégies actuelles. Tout en participant à cette recherche (recrutement et accompagnement des participants), AIDES a fortement milité pour l'accès à la PrEP gratuite et pour tous-tous. Si vous souhaitez également vous engager à nos côtés, des soirées de découverte de l'association ont lieu régulièrement dans toutes les villes où AIDES est implantée.

**Si vous avez des retours à nous faire sur cette brochure, n'hésitez pas à nous écrire à : [prep@aides.org](mailto:prep@aides.org)**

AIDES - 14 rue Scandicci 93500 Pantin - 01 41 83 46 46  
[www.aides.org](http://www.aides.org)  
[www.facebook.com/aides](https://www.facebook.com/aides)  
[www.twitter.com/assoAIDES](https://www.twitter.com/assoAIDES)

