



PrEP

暴露前预防手册

SCIMC™ | 蒙自路268





HIV暴露前预防让你的生活更安全、更愉悦

如果严格遵医嘱服用，那么，
你的生活会变得更美好：

- 遇到心仪的他两情相悦之时，你不用因为恐惧而耽误美妙的时刻！
- 如果你长期恐艾，暴露前预防可以提供多一重保障，多一份放心！
- 暴露前预防还可以解除因安全套破裂或半途弃用带来的后顾之忧。

PrEP，你需要吗？

如果你符合以下至少一条：

- 现在没有感染HIV（检测结果阴性）
- 对目前正在使用的HIV预防方法不太满意或感到难以坚持
- 希望尽一切可能降低自己感染HIV的风险
- 在过去6个月内，曾经发生过无套性行为
- 在过去6个月内，曾经使用过暴露后阻断药（PEP）
- 性伴中有HIV感染者（特别是其病毒载量未知或者仍然可以检测到）
- 不确定性伴的HIV感染状况
- 提供或购买过商业性服务
- 发生性行为时习惯使用娱乐性药物（如：rush、0号胶囊等）

那么，HIV暴露前预防（PrEP）可能适合你！

PrEP是什么？

HIV 暴露前预防用药 (Pre-Exposure Prophylaxis 简称 PrEP)，是一种通过口服抗病毒药物的方式来预防感染艾滋病病毒 (HIV) 的方法。暴露前预防是类似于“事前避孕药”的预防手段。

截至 2021 年 1 月，包括中国在内的全球 60 多个国家已经批准了 HIV 暴露前预防用药，全球使用者超过 60 万人。



目前有几种药物可作为暴露前预防用药，最常用的是舒发泰（恩曲他滨替诺福韦片）。2020 年 8 月国家药品监督管理局正式批准舒发泰药物用于暴露前预防。

HIV暴露前预防用药 非常有效

坚持 每日服药 能够将性行为感染HIV的风险降低99%；

正确 按需服药 能将性行为感染HIV的风险降低86%以上。

但前提是：

谨遵医嘱、坚持服药！ 因为：

- 身体需要积累足够的药量，并且保持较高且稳定的药物浓度，这样暴露前预防药物才能发挥有效作用；
- 反之，漏服药物会降低药效果，从而不能抵御HIV病毒。





HIV暴露前预防用药 非常安全

绝大多数人使用暴露前预防用药，不会出现任何副作用。

仅有10%的使用者可能会出现短期、一次性的副作用：

- 最常见的副作用：恶心、反胃、乏力和头疼；
- 这些症状通常在服药后的一个月缓解或者消失。

在罕见的情况下（1%），暴露前预防用药可能会对服药者的肾功能和骨密度造成影响。

为了你的安全，医务人员会要求使用者在服药前进行检查、在服药过程中定期随访，以便及时处理可能出现的副作用、保证服药者的身体健康。

暴露前预防 和暴露后阻断对比

	暴露前预防 (PrEP)	暴露后阻断 (PEP)
类似于	女性每天服用的避孕药	性行为后吃的72小时紧急避孕药
适用情况	确认未感染而且有需要预防HIV	发生了高危行为但不确定自己是否感染
服药方法	每日服药或按需服药	在发生高危行为后72小时内开始服用，连续服药28天
有效性	每日服用：预防性行为感染HIV的有效性在99% 按需服用（男同人群）：预防性行为感染HIV的有效性在86%以上	80%以上，越早开始，阻断效果越好
副作用	绝大多数人没有副作用。10%的使用者可能会出现轻微副作用，通常在服药一个月后缓解或消失。	不同的药物组合会有不同的副作用，一般情况下比暴露前预防的副作用大。
费用	2021年2月，舒发泰市售价为每瓶1980元（30片）。参与悦康项目期间，药物免费。	自费（在正规医院进行阻断，一次需要3000-4000元）



暴露前预防药物的服用方法

目前有两种方式服用暴露前预防药物：

每日服药：

- 每天口服1片药
- 即使当天没有性行为（口交、肛交、阴道交等）也需要服药
- 这种方法适用于所有人群，包括男性、女性、注射吸毒者等
- 保护作用最明显
- 购买药品的费用更高
- 需要养成定期服药的习惯

按需服药（2-1-1）：

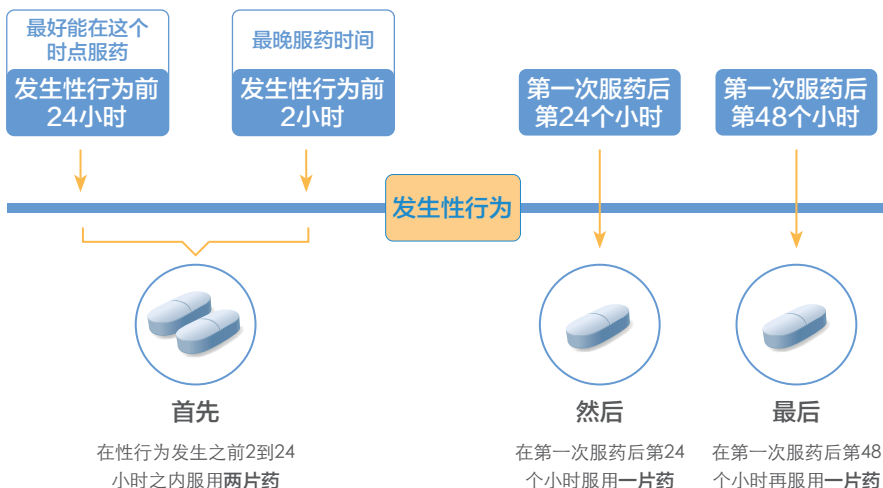
- 每次性行为前后服用4片药
- 仅适用于与男性发生肛交的男性
- 乙肝病毒携带者不适用
- 与每日服药方式相比，保护作用略低
- 没有研究表明按需服药比每日服药的副作用更小
- 购买药品的费用更低
- 服药期间需要仔细计算服药时间及片数

按需服药的具体方法

根据世界卫生组织和联合国艾滋病规划署的指南，男男性行为者可以考虑按需服药的方法。具体如下：

- 为了达到最佳保护效果，第一片药建议在性行为发生前的24小时内吃；如果做不到，那么应该至少提前2个小时吃。
- 如果连续多天多次发生性行为，这期间应该每天服用一片，直到最后一一次性行为后再连服两天，一天一片药后再停药。
- 必须先进行乙肝检测，确定没有感染，才可以考虑按需服药。

按需服药的例子：





漏了忘了怎么办？

如果你选择每日服药：

- 偶尔漏服一次，体内积累的药物水平仍然可以起到保护作用。
- 如果发现自己漏服时距离下次吃药的时间还有12小时以上：
 - 立即补服，吃一片药
- 如果发现自己漏服时距离下次吃药还有不到12小时：
 - 等到下次吃药的时间再吃
 - 只吃一片，不要一次吃两片

如果你选择按需服药（2-1-1）：

- 不能错过2-1-1当中的任何一次服药！
- 漏服任何一片药都可能导致HIV暴露前预防失去效果。

安全用药

服药前

- 如果你有兴趣使用暴露前预防用药，必须首先咨询专业医生，接受全面的行为评估、用药咨询和医学筛查。
 - 行为评估：医生会询问你的性行为等信息来评估你感染HIV的风险，确定你是否适合使用暴露前预防。
 - 医学筛查：包括HIV检测、性病检测、肾功能检测、肝炎病毒检测等。
 - 性病检测：需要至少检测梅毒、淋球菌和衣原体三项内容。对于男男性行为者来说，淋球菌和衣原体的检测应该通过拭子的方式检测尿道、直肠和咽喉三个部位的感染情况。

服药过程中

- 必须遵医嘱服药，并且按照医生要求的频率进行随访。
- 随访时医生会为你进行HIV、性病检测、肾功能检测等，并询问你服药期间是否出现任何不适情况。
- 推荐的随访频率：服药后一个月，以及随后的每三到六个月一次

如果你想停药

- 必须先咨询医生，以确定安全停药的方案。
- 对乙肝病毒携带者来说，随意停药可能会导致严重的肝脏损伤。
- 停药后，如果希望重新开始服药，请先咨询专业医生。



服药注意事项

- 必须遵医嘱服药。
- 将药品放在容易看见的地方，这样有助于提醒你按时吃药。
- 药物可以单独服用，也可以就着食物一起吃。
- 适量饮酒或吸烟不会影响药物的效果。
- 药品应在常温下储存，不要放在冰箱里或者太热的地方。
- 建议随身携带一片“备用药”，这样如果你在常规时间忘记服药，就可以使用备用药尽快补服。
- 备用药应该定期替换，避免过期。
- 如果你选择每日服药的方法：
 - 每日固定时间服药可以让暴露前预防发挥最好的效果。
 - 可以每天设定一个闹钟，提醒自己定时服药。
 - 也可以把服药时间固定安排在每日常规活动前后，比如在吃早餐时或者在睡前刷牙后服药。

暴露前预防用药与安全套

- 使用暴露前预防用药与使用安全套并不冲突。
- 如果在性行为中坚持、全程、正确使用安全套，安全套既可以预防HIV、预防性病，保持性健康，也可以避孕。
- 如果你无法坚持每次性行为全程使用安全套，暴露前预防可以帮助你最大程度避免HIV感染。
 - 但是，暴露前预防不能预防性病，也不能避孕；
 - 因此，请定期接受性病检测；如有避孕需求，请与专业医生咨询，选择最适合你的避孕方式。
- 如果发生肛交，建议使用硅基或水性润滑剂配合安全套使用。油性润滑剂可能造成乳胶安全套破裂，因此不推荐和安全套一起使用。



MSW/MTW友善医生和医院

上海市疾病预防控制中心HIV自愿咨询检测点

地址：上海市蒙自路268号2楼

电话：53070169

艾滋病咨询检测：万里等

上海长海医院(虹口院区)

地址：上海市虹口区东江湾路15号

电话：021-81867114

整形外科：赵焯德

上海市第四人民医院

地址：上海市虹口区三门路1279号

电话：021-55603999

皮肤性病科：李兰英

上海公共卫生临床中心

上海市虹口区同心路921号

电话：021-37990333

艾滋病专科：张仁芳医生、沈银忠医生

上海市皮肤病性病医院

上海市长宁区武夷路196-200号

电话：021-61833000

性病科：顾伟民等

华山医院

地址：上海市静安区乌鲁木齐中路12号

电话：021-52889999

皮肤性病科：陆小年等

感谢悦康 (B-HAPPY) 项目提供相关信息技术支持，悦康项目是美国哥伦比亚大学下属的艾伦戴蒙德艾滋病研究中心同云南省疾病预防控制中心及云南省艾滋病关爱中心合作的项目

SCMC™ | 蒙自路268



电话 Tel: 021-33070169

邮箱 E-mail: info@shscmc.org

微博 Weibo: 上海心生 SCMC

Facebook: SCMC