



PEP

暴露后阻断手册

SCMC™ | 蒙自路268



PEP是什么？

HIV暴露后阻断（**Post-Exposure Prophylaxis, PEP**）是紧急情况下使用的HIV应急预防方法，指未感染HIV的人在发生疑似HIV暴露之后，尽快服用抗病毒药物并连续服用一段时间，以阻止HIV在体内形成感染。

紧急情况发生后应立刻开始服用。如果做不到，则必须在72小时内开始服用。越早开始，阻断效果越好。

使用者需要每天服用、连续服用28天。

HIV暴露后阻断（PEP）仅为应急方法，类似于女性服用的72小时紧急避孕药，不可作为日常预防。

一年内服用暴露后阻断药物两次以上者，推荐使用暴露前预防（PrEP）。

有效性

众多研究显示，暴露后阻断的有效率在**80%以上**。

暴露后阻断过程中，仍需**坚持使用常规预防HIV的方法**，例如安全套和清洁针具等。

发挥作用的原理

艾滋病毒（HIV）从进入人体到形成感染这一过程通常需要几天时间。尽早并连续服用阻断药物，可在最大程度上阻止可能已经进入体的HIV形成感染。

HIV暴露后阻断（PEP） 适用于未感染HIV、且发生了 疑似HIV暴露的人。

疑似HIV暴露的紧急情况包括：

- 职业暴露。例如：医护、执法等专业人员在工作中接触到了HIV；
- 非职业暴露
 - 与HIV感染者（病毒载量仍然可以检测到）或感染状况未知的人发生了无保护的肛交或阴道交；
 - 与他人共用针具注射使用毒品；
 - 遭受性侵。

所用药物：

- 暴露后阻断药物属于处方药，需要时请前往医院或专业机构咨询，并在医生的指导下使用；
- 目前我国，所有非职业暴露的HIV暴露后阻断药物需要自费购买，在医疗机构进行一次阻断价格约在3000-4000元左右。

HIV暴露后阻断（PEP） 的安全性和常见副作用

- 暴露后阻断**很安全**，所用药物组合都经过多年临床实践检验。
- 服用暴露后阻断药可能会导致轻微副作用，如头痛、失眠、恶心等。不同的药物组合带来的副作用也有所不同。
 - 但这些症状通常可在服药一周后自行缓解或消失，也可对症治疗。
- 暴露后阻断药物可能与其他药物产生相互作用，因此有必要提前告知医生你正在服用的其他药物。

应对副作用的方法：

- 睡前服用或与零食一起服用，可避免出现恶心的情况。
- 如果出现跟服药有关的胃胀气、拉肚子，请咨询提供暴露前预防药物的抗病毒门诊的医生。
- 如果药物副作用一直持续或者加重，应该及时看医生进行对症处理。



正确使用 HIV暴露后阻断（PEP）

服药前：

必须首先咨询专业医生，接受全面的用药咨询和医学检查。如果评估和检查结果显示你适合使用阻断药，医生会为你开具处方。

- 用药咨询：主要评估行为的风险程度。
- 医学检查：HIV检测、乙肝检测、尿常规等。

医生可能会先给你开几片药，并指导你如何获取后续药物。你需要确保在这些药吃完之前及时续处方，保证28天内不断药。

服药过程中：

- 必须遵医嘱服药。
- HIV暴露后阻断（PEP）药需要每天服用，并连续服用28天。
- 不可擅自停药。
- 如果服药期间发生性行为，应该全程正确使用安全套。
- 服药一段时间后（约2周），建议与医生取得联系，确保你服药的依从性。假如存在药物副作用，也可及时处理。

结束服药后：

请在结束服药和之后2个月共2次检测HIV的感染情况，进行排除。



使用HIV暴露后阻断（PEP） 的其他注意事项

不要漏服：

- 漏服药物会降低阻断效果，导致阻断失败。
- 建议随身携带一颗“备用药”。这样如果你在常规时间忘记服药，也可以使用随身携带的备用药尽快补服。

帮助你记得每天服药的方法：

- 将药品放在容易看见的地方。
- 可以每天设定一个服药闹钟。
- 可以把服药时间安排在每日固定的活动前后，比如在吃早餐时或者在睡前刷牙后服药。
- 可以参考后面的表格每日打卡。

药品储存与保管：

- 药品应在常温下储存，不要放在冰箱里或者太热的地方。

HIV暴露后阻断 (PEP)

服药记录表

第 1 天	第 2 天	第 3 天	第 4 天
✓	✓	✓	✓
第 5 天	第 6 天	第 7 天	第 8 天
✓	✓	✓	✓
第 9 天	第 10 天	第 11 天	第 12 天
✓	✓	✓	✓
第 13 天	第 14 天	第 15 天	第 16 天
✓	✓	✓	✓
第 17 天	第 18 天	第 19 天	第 20 天
✓	✓	✓	✓
第 21 天	第 22 天	第 23 天	第 24 天
✓	✓	✓	✓
第 25 天	第 26 天	第 27 天	第 28 天
✓	✓	✓	✓



其他预防HIV感染的方法

- 在性行为中坚持全程正确使用安全套，可以有效预防HIV和性病。
- 如果发生肛交，请搭配使用润滑剂。推荐使用硅基或水性润滑剂。油性润滑剂可能造成乳胶安全套破裂，因此不推荐。
- 如果你无法坚持每次性行为都全程正确使用安全套，可能你应该选择暴露前预防，以帮助你最大程度避免HIV感染。
- 定期检测HIV和性病（应至少检测梅毒、衣原体和淋球菌三项内容）。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。
- 如果你的性伴侣中有HIV感染者，请鼓励他/她尽快启动HIV抗病毒治疗，并保证每天服药，尽早达到病毒抑制状态（HIV病毒载量检测不到）。这样有助于你们都保持健康，减少新发感染。

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)

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：赵烨德

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