

PrEP – LES PILULES DE LA VEILLE

Jusqu'à aujourd'hui, les mesures préventives — comme l'utilisation du préservatif lors des rapports sexuels — n'ont pas été suffisantes pour mettre fin à la propagation du VIH/Sida. La PrEP se présente comme une option supplémentaire, que nous espérons bientôt accessible à tous, qui consiste en la prise de médicaments en amont d'un risque afin de se protéger du virus. Les personnes qui pourraient s'infecter avec le VIH ont à présent de nouveaux outils pour se protéger. Si tu penses que la PrEP est une méthode de prévention qui te convient, cette brochure te renseignera. Elle s'adresse aux hommes qui ont des relations

sexuelles avec des hommes (trans*, queer, pan, bi, gay, hétéro, cis ou autres) et à tou.te.s ceux et celles qui s'intéressent à ce sujet. Ce flyer a été conçu avec la conviction que toutes les personnes qui nécessitent ou souhaitent la PrEP doivent-y avoir accès simplement et rapidement.

QU'EST-CE QUE LA PrEP ?

La PrEP consiste en la prise préventive de médicaments antirétroviraux qui empêchent une infection par le VIH (mais uniquement le virus de type 1, qui est de loin le plus répandu en Europe et aux États-Unis).

Le terme PrEP signifie :

PRÉ avant

EXPOSITION
contact (avec le virus)

PROPHYLAXIE
prévention
d'une infection

Lorsqu'on est sous PrEP, on prend des médicaments, soit régulièrement, soit épisodiquement, avant et après un possible rapport sexuel à risque. Ce traitement est une combinaison des mêmes médicaments déjà utilisés à des fins thérapeutiques pour lutter contre le VIH.

En Allemagne, plusieurs compositions chimiques pour la PrEP sont autorisées. Elles contiennent deux antirétroviraux sous la forme d'un seul cachet, et ne causent que rarement des effets secondaires.

La PrEP n'est ni une pilule du lendemain, ni un vaccin contre le VIH et ne permet pas de guérir du sida. Elle n'est pas à confondre avec le traitement post-exposition TPE (PEP) qui est prescrit **après** un rapport sexuel non protégé pour tenter de faire barrage à une possible infection.

Depuis peu il existe un médicament autorisé pour

la PrEP en Allemagne, mais pas en Suisse. En France et aux États-Unis, les autorités sanitaires et certaines assurances maladies ont évalué la PrEP comme efficace et en font donc la promotion tout en assumant les coûts. La Food and Drug

Administration FDA, l'administration américaine des denrées alimentaires et des médicaments, a autorisé le Truvada® comme moyen de prévention depuis 2012. Beaucoup de gens en savent encore que trop peu sur la PrEP. Celle-

ci tend inévitablement à être de plus en plus consommée — avec ou sans prise en charge — pour se protéger contre le VIH, que ce soit combiné avec le préservatif, ou à sa place. La PrEP peut être prise en continu (quotidienne-

ment) ou de manière ponctuelle (« PrEP à la demande ») sur plusieurs jours. Les études le prouvent : ces deux modes de traitement sont efficaces. Mais ça l'est d'autant plus, si la PrEP est prise toutes les 24 heures. Une « PrEP week-end »,

c'est-à-dire la prise du traitement planifiée et sur une courte durée avant une situation à risque, peut être une protection pratique et abordable. Dans les deux cas, l'oubli d'une prise diminue l'efficacité de la protection !

WE ARE LOVE LAZERS!

Nous informons de façon indépendante sur les nouvelles formes de "safe sex". Nos flyers essaient d'articuler le monde de l'activisme, de l'information et de la recherche avec celui du design textile et de la photographie. Nous sommes actifs.ve.s à Berlin, Zürich et Leipzig. Si tu le souhaites, tu peux nous rejoindre : info /at/ lovellazers.org

Cette brochure d'information a été traduite de l'allemand. Elle se réfère à la situation en Allemagne et en Suisse.

ACT UP! PREP NOW!

Fashion: 701 anyway
(Caroline-Sophie Frett +
Dorothee Krings)
Model: Murat dans son
atelier de l'académie
des arts
Photo: Whit Forrester
2016.

PRÊT
POUR LA médicaments pour la prévention
PrEP!

EDITION 2016
EN FRANÇAIS



new safer sex flyer 10

COMMENT FONCTIONNE EXACTEMENT LA PrEP ?

Pour que le virus puisse se multiplier continuellement dans le corps, il a besoin de répliquer ses informations génétiques dans l'ADN de cellules hôtes (T4). Pour cela, il doit transcrire ces informations afin qu'elles soient compatibles avec l'ADN humain. Cela est rendu possible par une enzyme apportée par le VIH : l'enzyme de rétro-transcriptase (RT) ou transcriptase inverse. C'est ce processus qui est bloqué par les substances actives de la PrEP, en assemblant les éléments de l'ADN dans le mauvais ordre. Cela provoque une interruption de la multiplication du virus. Comme les principes actifs ingérés sont concentrés suffisamment longtemps, notamment dans le sang et les muqueuses anales, le virus ne peut plus inscrire ses informations génétiques dans les cellules hôtes et disparaît.

QUELLES SONT LES COMPOSITIONS CHIMIQUES POUR LA PrEP ?

Les comprimés actuellement disponibles pour la PrEP combinent les principes actifs Emtricitabin FTC et Tenofovir TDF (ou FTC/TDF). Le Truvada® (des laboratoires Gilead), comme ses génériques, ont la même composition. Les deux génériques, l'Emtricitabin/Tenofovir disoproxil d'HEXAL® et l'Emtricitabin/Tenofovir-ratiopharm®, sont autorisés en Allemagne. Des études proches vont montrer si le successeur du Truvada®, le Descovy®, est aussi efficace pour la PrEP.

QUELLE EST L'EFFICACITÉ DE LA PrEP ?

Les études ont prouvées que la PrEP en prise continue (une fois par jour) et convenablement utilisée protège au moins aussi bien du VIH qu'un préservatif correctement mis ou qu'une protection par les substances actives de la PrEP, en assemblant les éléments de l'ADN dans le mauvais ordre. Cela provoque une interruption de la multiplication du virus. Comme les principes actifs ingérés sont concentrés suffisamment longtemps, notamment dans le sang et les muqueuses anales, le virus ne peut plus inscrire ses informations génétiques dans les cellules hôtes et disparaît.

Si la PrEP est prise seulement juste avant (au moins deux heures avant) l'acte sexuel, le risque d'infection est également réduit mais le niveau de protection est moindre. Il est possible que cette protection te semble trop faible. Cependant, si tu n'utilises pas du tout ou pas systématiquement le préservatif, cette option reste toujours meilleure qu'aucune protection contre le VIH. Une infection par le VIH par un virus résistant à la PrEP reste néanmoins possible, mais est très improbable (jusqu'à présent, seulement quatre cas d'infection ont été recensés dans le monde, dont seulement deux ont été causés par des virus résistants). Aucune méthode ne peut prétendre à 100% protection. **Chaque médicament oublié réduit la protection et rend la PrEP moins efficace.**

COMMENT SE PREND LA PrEP ?

Pour une PrEP en prise continue, voici ce que conseillent les fabricants du Truvada® (il en est de même pour les génériques) : prise quotidienne du médicament, à la même heure pendant un repas.



Pour une PrEP à la demande les participants de l'étude IPERGAY ont pris deux comprimés en une fois entre 2 et 24 heures avant une situation à risque. Ensuite, ils ont pris à nouveau un comprimé toutes les 24 heures, pendant deux jours, après la relation sexuelle à risque (c'est-à-dire, en tout, deux comprimés avant, et deux après).

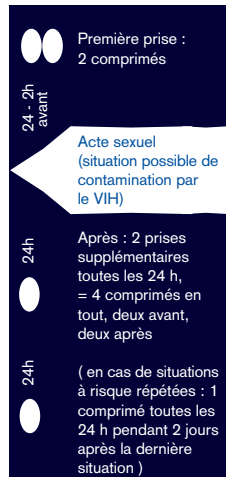


Schéma de prise du Truvada®, PrEP à la demande, étude IPERGAY (n'agit que sur les muqueuses anales)

Le début de la PrEP selon IPERGAY est sujette à discussion. Il n'est pas certain qu'une seule prise de deux comprimés avant l'acte sexuel apporte une protection suffisante. Ce qui est certain, c'est que plus les comprimés sont pris en amont de l'acte sexuel, plus la

protection est efficace. Le mieux, c'est de démarrer la PrEP si possible plusieurs jours avant un acte sexuel.

Avant le début d'une PrEP, tu dois être sûr d'être séronégatif (fais un test de dépistage !). Ne pas être infecté par une hépatite B est aussi une condition pour éviter toute complication. Il est conseillé de faire une analyse de sang avant la PrEP, puis tous les trois mois. Le taux de créatinine est à surveiller (il mesure la capacité de filtration des reins, cf. les effets secondaires). Profites-en pour dépister d'éventuelles infections sexuellement transmissibles (IST). Si tu prends la composition pour PrEP pendant les repas, l'absorption du Tenofovir dans ton corps s'améliore d'environ 30 %. Nous insistons : la régularité de la prise des comprimés détermine l'efficacité du traitement ! Pour beaucoup, la PrEP en prise continue est certainement la forme la plus pratique et efficace (et donc la plus sûre) de la PrEP. Mais toi seul peut décider quel traitement te convient le mieux.

INTERACTIONS ET EFFETS SECONDAIRES

Les principes actifs d'une PrEP peuvent provoquer des nausées, une sensation de faiblesse et des maux de tête. Après l'arrêt de la prise du médicament, ces effets secondaires disparaissent complètement. Aussi, dans de rares cas, le composé pharmaceutique peut réduire la densité osseuse ou endommager les reins. Tu ne dois en aucun cas prendre ce médicament sans accompagnement médical, en particuliers si tu as des problèmes rénaux. Par ailleurs, il contient du lactose, ce qui peut être problématique en cas d'intolérance. Informe-toi sur les interactions possibles avec d'autres médicaments auprès d'un médecin ou à l'aide de la

ET PEUT ON PAYER MOINS CHER ?

Malgré les prix plus abordables proposés par Hexal, la PrEP en prise continue a un coût : 650EUR par an, et ce, uniquement pour le médicament lui-même. On peut économiser la moitié de cette somme, si, lors de vacances, on en rapporte de pays hors de l'UE (il est permis de rapporter jusqu'à 3 boîtes, qui chacune couvre 1 mois, mais uniquement pour une consommation personnelle).

Certains commandent des génériques en ligne (de Thaïlande ou du Swaziland par ex.). Dans ce cas, on peut se procurer 3 mois de traitement pour 90EUR, frais d'envoi inclus. Ce procédé est bien plus économique. Mais attention : le paquet est souvent contrôlé à la douane et peut être saisi. D'après ce que nous savons, il est possible de commander vers une adresse privée en UK, puis de se faire transmettre le coli à une adresse en FRA. En Suisse, par contre, il est possible de se procurer directement un mois de traitement en ligne.

Au sujet de la commande en ligne : nous avons collecté des informations disponibles sur notre site (LINK13). Malgré tout, des préparations pour PrEP plus économiques continuent à être rapportées de l'étranger, des prescriptions de TPE (PEP) sont toujours consommées comme PrEP ou bien des comprimés sont procurés par une connaissance. Ces systèmes créatifs pour accéder à une PrEP à moindre coût montrent clairement que chacun ne peut s'offrir un accès simple à la PrEP. Aussi, se procurer soi-même une PrEP comporte un risque (parce que la prescription n'est pas toujours exigée), celui de se passer d'un suivi médical et de tests réguliers, ce qui est pour nous absolument nécessaire.

Malgré tout, des préparations pour PrEP plus économiques continuent à être rapportées de l'étranger, des prescriptions de TPE (PEP) sont toujours consommées comme PrEP ou bien des comprimés sont procurés par une connaissance. Ces systèmes créatifs pour accéder à une PrEP à moindre coût montrent clairement que chacun ne peut s'offrir un accès simple à la PrEP. Aussi, se procurer soi-même une PrEP comporte un risque (parce que la prescription n'est pas toujours exigée), celui de se passer d'un suivi médical et de tests réguliers, ce qui est pour nous absolument nécessaire.

POUR + CONTRE LA PrEP

Si tu envisages de prendre la PrEP, cette décision doit être personnelle et individuelle. La PrEP fonctionne seulement si tu suis le traitement régulièrement. Elle ne te protège donc du VIH que si tu l'utilises. C'est comme le préservatif. Mais contrairement à ce dernier, qui évidemment ne protège pas du tout lorsqu'il est oublié, l'effet de protection de la PrEP ne disparaît pas totalement si tu oublies de prendre ta dose quotidienne.

Des situations, liées entre autres aux effets de l'alcool, de drogues, ou de sentiments amoureux, peuvent conduire à la négligence du port du préservatif. La PrEP, lorsqu'elle est prise avant l'acte et avec l'esprit clair, protège, au contraire, tout le temps !

La PrEP – à la différence du préservatif – ne protège pas des autres IST. Cependant, le préservatif ne protège pas dans toutes les situations (fellations ou infections par contact). La PrEP se présente comme un outil fiable pour les personnes qui n'utilisent que peu ou pas le préservatif, donc personnes déjà exposées aux IST. La PrEP en prise continue a, dans ce cas, un autre avantage : on peut se faire tester plus régulièrement (tous les trois mois) pour dépister les IST (ce qui dans d'autres cas n'est pas automatique). Ces infections peuvent ainsi être dépistées et prises en charge en temps voulu. Il en est de même pour l'hépatite C. D'après ce que nous savons, le virus se transmet principalement durant certaines pratiques sexuelles "hard" (avec du

sang par ex.). Pour se protéger dans ces situations, les règles ne sont pas les mêmes. La PrEP et le préservatif ne suffisent plus.

Avec la PrEP, tu contrôles comment tu te protèges face au VIH. Mais tu es responsable de prendre correctement le médicament. Le sexe doit être un sujet discuté, afin de favoriser une pratique sûre.

Tu as pris des risques ? Tu ne t'es pas protégé et peut-être est-ce un sujet gênant pour toi ? Tu hésites à en parler ? Tu peux envisager la PrEP si tu penses pouvoir profiter de ta sexualité plus serenement et éviter tout sentiment de culpabilité qui pourraient y être liés. Peut-être que te sentir soulagé peut t'encourager, de manière générale, à envisager de parler plus ouvertement et librement de comment se protéger contre le VIH et les IST. De ce fait, peut-être que l'usage du préservatif redeviendra, dans certaines situations, un usage courant.

Dans tous les cas, les différents moyens de protection ne devraient pas entrer en concurrence ; ils peuvent se combiner, se compléter. Mais dans la plupart des situations, un seul suffit.

Il n'existe absolument aucune raison d'empêcher ou de décourager quelqu'un qui s'oriente vers la PrEP. Seule la motivation de prendre en main sa propre santé compte. Et les institutions vont dans ce sens. L'Organisation Mondiale de la Santé OMS, le Centre Européen de Prévention et de Contrôle des Maladies ECDC, la Commission fédérale pour la santé sexuelle CFSS et l'Aide contre le Sida (Aids-Hilfe), pour n'en citer que quelques unes, accompagnent la mise sur le marché de la PrEP.

D'OÙ VIENNENT CES INFOS ?

Les deux grandes études européennes, l'étude anglaise PROUD et l'étude française IPERGAY, nous livrent des données importantes et fondées. Nous avons rassemblé toutes les informations disponibles sur ce sujet, en ligne, ou lors de réunions. Par la suite, nous avons longuement échangé sur les répercussions et ce que cela signifie pour notre avenir, pour nos vies. Au final, nous nous accordons tous sur le fait que ces données sont tellement importantes, qu'elles doivent être accessibles à tou.te.s – autant à ceux et celles qui ont des pratiques à risques, mais aussi à tou.te.s personnes intéressées.e.s.

QUI A BESOIN D'UNE PrEP ?

La PrEP est conseillée aux personnes qui s'exposent au risque d'être infecté par le VIH. Seul toi peux savoir si tu fais partie de ces personnes. Si ne veux pas ou ne peux pas utiliser de préservatif, si tu as déjà fait un TPE ces 12 derniers mois ou si tu as eu une IST au niveau de l'anus, si pour toi le safer sex est un sujet qui t'effraie ou que tu ne comprends pas, si tu dépasses régulièrement et/ou involontairement tes propres limites lors de relations sexuelles, et ce, éventuellement en association avec des drogues, alors une PrEP est une mesure que tu peux envisager.

En définitive, la réponse doit être individuelle : la simple envie d'avoir une sexualité plus libre avec plus de plaisir et de sensations – et cela sans préservatif – suffit pour se décider à démarrer une PrEP. Chaque personne devrait avoir la possibilité d'élargir son champ d'action afin d'envisager plus de liberté personnelle.

PrEP NOW !

Aux USA, grâce à la PrEP, le taux de nouvelles infections a fortement diminué. Et parce que la PrEP est une pierre importante à l'édifice qui participe à la fin de la crise du SIDA, nous revendiquons prise en charge immédiate de son prix par l'assurance maladie pour tou.te.s ceux/celles qui en ont besoin, sans supplément/franchise, et aussi à ceux/celles qui n'ont pas d'assurance maladie. Une prévention à deux vitesses, la PrEP uniquement pour les riches, doit devenir de l'histoire ancienne.

Tu trouveras tous les liens vers les études/sources sur : www.lovelazers.org (links : www.lovelazers.org/linkX)

OÙ PUIS-JE TROUVER D'AUTRES INFOS ?

aides.org/la-prep-vih-sida
prep-info.fr, prep.jetzt.aidsmap.com
et le fichier pdf „PrEP 2017“ sur hivreport.de (05/2016, en allemand)

Si tu as besoin de parler de la PrEP à quelqu'un, tu peux t'orienter vers :

Checkpoint à Geneve
+41 22 906 40 30
et Lausanne
+41 21 631 01 76
mycheckpoint.ch

Mancheck à Berlin
+49 30 4466 8870
mancheck-berlin.de
(en anglais et allemand)

DR. GAY conseil en ligne
www.drgay.ch

Dans un centre de conseil et de dépistage, ou encore auprès d'une antenne régionale de l'Aide Suisse contre le Sida (aids.ch) ou de la Deutsche Aids-Hilfe (aidshilfe.de)

PrEP NOW !

ACTUPLI