PrEP : mode d'emploi

Petit guide à l'attention des (futur-e-s) utilisateur-trice-s de PrEP

Version février 2016

Ces informations sont susceptibles d'évoluer en fonction des nouvelles connaissances ou si de nouvelles recommandations officielles françaises venaient à être établies.

Illustration couverture

Sommaire

La PrEP, c'est quoi ?.....3

La PrEP, comment ça marche ? 5

Quels effets indésirables ? 9

A qui s'adresse la PrEP ?.....10

Et le préservatif dans tout ça ?.....10

Où trouver de la PrEP ? 11

La PrEP, combien ça coûte ?.....12

Quel suivi sous PrEP ?.....13

Liens utiles :.....15

Bibliographie – ressources :.....15

Qui sommes-nous ?.....16

+ OURS
DATE : février 2016
REMERCIEMENTS : B. Spire, M. Suzan, M. Mangin, M. Dixneuf, D. Rojas Castro, V. Coquelin, C. Mey, M. Danet, S. Morel, K. Moudachirou, F. Pilorge, V. Leclercq.
CREDIT : Directeur de publication : Aurélien Beaucamp
Coordination : Étienne Fouquay
Coordination technique : Audrey Musto
Rédaction : Étienne Fouquay
Graphisme/illustrations: Maya Lambert
Impression : 4 000 exemplaires – Imprimerie ….

GLOSSAIRE
IST : Infection sexuellement transmissible
PrEP : Prophylaxie pré-exposition
TPE : Traitement post-exposition (« traitement d'urgence »)
VIH : Virus de l'immunodéficience humaine
FtM : Female to male
MtF : Male to female

LA PREP, C'EST QUOI ?

Illustration

« **Pr**é » = avant
« **E**xposition » = l'entrée en contact avec le VIH
« **P**rophylaxie » = traitement pour empêcher une infection de se produire

La prophylaxie pré-exposition (PrEP) est une nouvelle stratégie de prévention du VIH. Son principe est simple : 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 de réduire voire d'empêcher le risque de le contracter.
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 (traitement d'urgence)
Il ne faut pas confondre la PrEP avec le traitement d'urgence (dit « traitement post-exposition » ou « TPE ») qui dure un mois et qui doit être pris au plus tard dans les 48h après un risque. Le TPE est un peu comme la « pilule du lendemain » contre le VIH.

La PrEP protège du VIH mais pas des IST
Il est important de noter que la PrEP, comme le TPE, ne protège que du VIH, pas des autres infections sexuellement transmissibles (gonorrhée, condylomes, chlamydia, hépatite A/B/C, syphilis, etc.), ni ne prévient une grossesse non désirée.
Lorsqu'on prend de 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 médicament choisi pour la PrEP. C'est un traitement antirétroviral qui combine deux molécules anti-VIH : l'emtricitabine et le ténofovir disoproxil fumarate.
Il est utilisé depuis une dizaine d'années avec efficacité sur des personnes vivant avec le VIH.
Plusieurs études solides ont montré qu'il était également efficace pour empêcher une infection par le VIH. Voilà pourquoi, depuis novembre 2015, l'Agence nationale de sécurité du médicament (ANSM) a autorisé l'utilisation du Truvada® en PrEP.
À l'heure actuelle, le Truvada® est le seul et unique médicament qui a une efficacité démontrée pour un usage en PrEP. Prendre d'autres médicaments expose à des risques qui n'ont pas été évalués.

Illustration

LA PREP, COMMENT ÇA MARCHE ?

Lorsqu'on est sous PrEP, les antirétroviraux présents dans l'organisme empêchent le VIH de s'installer en bloquant sa réplication. Ainsi, en cas d'exposition, ils évitent une contamination.

La PrEP ça marche bien si on la prend bien !
Toutes les études montrent que plus la personne est assidue à son traitement, plus grande est l'efficacité de la PrEP pour prévenir d'une infection par le VIH.

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 le niveau global de réduction du risque. Les essais montrent que quand le médicament est bien pris selon le schéma indiqué par le protocole de recherche il n'y a pas de contamination.

À San Francisco, un programme distribuant la PrEP à 657 hommes gays et bisexuels a été évalué en 2015 : pas une seule infection par le VIH n'a été constatée depuis 2012, et ce malgré un niveau élevé d'IST et des prises de risques multiples.

Les schémas de prise :

1) **PrEP en « prise continue »**, à savoir un comprimé par jour

Plusieurs recherches ont montré l'efficacité de ce schéma de prise : l'étude américaine iPrEX OLE a démontré une efficacité estimée de 86 % à 99,9 % chez les hommes qui prenaient la PrEP avec assiduité (de quatre à sept prises de Truvada® par semaine), un bon résultat confirmé par l'étude britannique Proud : 86 %.

Le comprimé peut être pris avec ou sans repas. Il est recommandé 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 7 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 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.

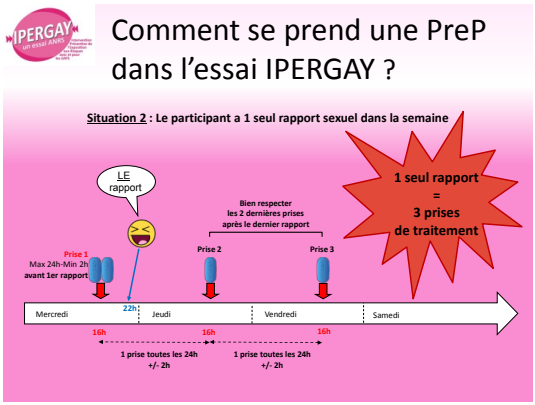
2) **PrEP « intermittente »** ou **« à la demande »**.

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%.

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 :

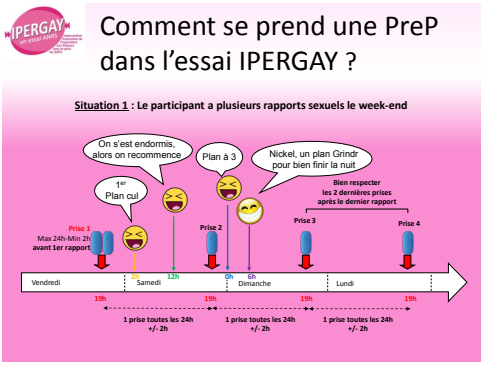
Première prise : deux comprimés de Truvada© en même temps à prendre entre 2h et 24h avant le rapport sexuel
Deuxième prise : un comprimé de Truvada© à prendre environ 24h (à plus ou moins 2h près) après la première prise
Troisième prise : un comprimé de Truvada© à prendre environ 24h (+/- 2h) après la seconde prise

Comme ceci :

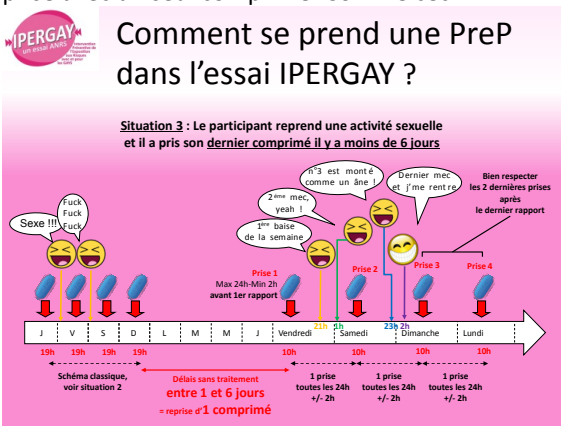


➔ Dans la version définitive de la brochure, les schémas seront redessinés par la graphiste sans le logo Ipergay.

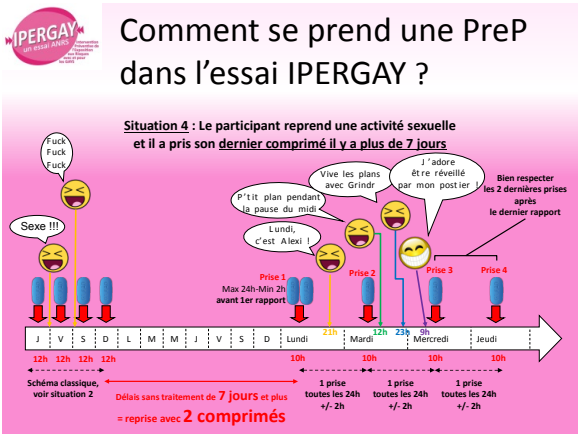
¸ Si vous avez d'autres rapports sexuels, continuez à prendre un Truvada© par jour (même heure, à 2h près), et n'oubliez pas qu'il faut toujours deux prises, espacées de 24h après le dernier rapport sexuel à risque. C'est ainsi qu'une personne ayant des prises de risques régulières passera, de fait, dans un schéma de prise continue. Comme ceci :



Si votre dernier Truvada© date de six jours ou moins, débutez votre nouveau cycle de prise avec un seul comprimé. Comme ceci :



Si votre dernier Truvada© date de sept jours et plus, débutez votre nouveau cycle de prise avec 2 comprimés. Comme ceci :



L'efficacité du Truvada® en PrEP est donc maximale si vous respectez le schéma de prise. Une ou plusieurs prises oubliées ou décalées diminueront votre protection contre le VIH. En effet, le médicament doit être suffisamment concentré dans l'organisme pour protéger du VIH.
Par exemple, il a été démontré que prendre un seul comprimé juste avant un rapport sexuel n'est pas suffisant.

➔ **Si vous avez des doutes, des questions sur la façon de prendre le Truvada® en PrEP, n'hésitez pas à en parler à votre médecin qui vous suit pour la PrEP ou à votre accompagnateur-trice !**

QUELS EFFETS INDÉSIRABLES ?

La 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 maux de tête~~s~~, ou une perte de poids dans les quatre à huit premières semaines de traitement. Dans les études, ces effets secondaires 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 rares cas où ils se produisent, ces problèmes de reins et de densité minérale osseuse disparaissent une fois le médicament arrêté.

En chiffres
• 1 personne sur 10 aura des nausées
• 1 personne sur 100 connaîtra une diminution de la densité minérale osseuse
• 1 personne sur 200 aura des problèmes rénaux

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'effets connus sur la libido et la performance sexuelle.
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. Les soignant-e-s sont tout à fait en capacité de s'assurer de la bonne tolérance du Truvada© par des examens biologiques réguliers.

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, mais aussi, au cas par cas, d'autres publics en situation de vulnérabilité par rapport au VIH notamment les travailleur-se-s du sexe ainsi que les personnes migrant-e-s originaires de région à forte prévalence (Afrique subsaharienne, Guyane, …) et leurs partenaires.
Il revient au médecin d'analyser ce risque avec vous, de vérifier les éventuelles contre-indications médicales et, au final, de décider de prescrire ou non de la PrEP.

ET LE PRÉSERVATIF DANS TOUT ÇA ?

Illustration

Le 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 contre le VIH, contre certaines IST et qui prévient d'une grossesse non-désirée.
La PrEP n'a pas vocation à remplacer le préservatif, tout comme elle n'est pas incompatible avec celui-ci. La PrEP ne s'adresse pas nécessairement à des personnes qui n'utilisent jamais la capote dans leurs relations sexuelles. Certaines personnes mettent des préservatifs au cours de la plupart de leurs rapports sexuels mais ont ponctuellement des difficultés à l'utiliser. 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 préservatif et de gel lubrifiant ;
- le dépistage régulier du VIH et des autres IST ;
- le recours au TPE en cas d'urgence ;
- le recours au traitement comme outil de prévention chez le-la partenaire séropositif-ve (charge virale indétectable = risque quasi nul de transmission).

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.

Illustration pour double page

OÙ TROUVER DE LA PREP ?

Prescription
Le Truvada® étant un médicament antirétroviral, seul un médecin expérimenté dans la prise en charge du VIH peut prescrire de la PrEP.

Seuls 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 (ex centres de dépistage anonyme et gratuit - CDAG) ;
- certaines associations, réseaux ou centres de santé sexuelle.

En revanche il ne sera pas possible pour l'instant de se faire prescrire de la PrEP par un médecin généraliste en ville.

Des consultations dédiées à la PrEP ont commencé à ouvrir dans ces structures 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.aides.org/info-sante/prep

Délivrance :
Avec une ordonnance, il est ensuite possible de récupérer le Truvada® en pharmacie hospitalière ou en pharmacie de ville.

LA PREP, COMBIEN ÇA COÛTE ?

Une 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 à ce jour.

A la suite d'un intense plaidoyer associatif et grâce aux résultats concluants et solides de plusieurs essais, la France est le premier pays au monde à mettre à disposition le Truvada® pour un usage de PrEP de façon totalement remboursée, et ce depuis janvier 2016.

Si le médicament en lui-même est intégralement remboursé par la sécurité sociale, 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 la sécurité sociale 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 mutuelle.**

¸ Les personnes en situation irrégulière peuvent prétendre à l'aide médicale d'Etat (AME) qui prend en charge la PrEP. Rendez-vous au service social de l'hôpital ou dans une permanence d'accès aux soins de santé (PASS).

Illustration pour double page

QUEL SUIVI SOUS PREP ?

La 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.

Avant de commencer la PrEP, une première visite vous sera proposée. Une consultation et des analyses permettront au médecin d'évaluer avec vous a si la PrEP est une stratégie adaptée à votre situation et si vous ne présentez pas de contre-indications médicales.

Tous les trois mois, un suivi régulier permettra de :

- **faire un dépistage régulier du VIH** (tous les trois mois au minimum). 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 le traitement antirétroviral le plus adapté ;

- **faire un bilan régulier des IST :** la PrEP ne prévient pas les 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 ;

- **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 traitement d'urgence (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. Pour savoir où vous rendre vous pouvez téléphoner à Sida-info-service au 0 800 840 800 pour avoir l'adresse du service compétent le plus près de chez vous.

L'accompagnement

Certaines consultations PrEP proposent un accompagnement vous permettant de vous familiariser avec ce nouvel outil, de vous aider dans vos démarches, de faciliter le lien avec l'équipe soignante et de répondre à vos questions.

Généralement, il est également mis à votre disposition d'autres outils de prévention : préservatifs, gel~~s~~, accès à la vaccination des hépatites A et B, accès au TPE, outils de réduction~~s~~ des risques liés à l'usage de drogue, etc.

L'échange avec d'autres utilisateur-trice-s de PrEP
Un guide c'est bien, mais rien ne remplace l'échange avec d'autres utilisateur-trice-s de PrEP :

- **Inscrivez-vous au groupe facebook PrEP'Dial.** C'est un espace d'information, de témoignages et de discussions pour les usager-e-s de la PrEP, les personnes intéressées par cette nouvelle stratégie de prévention ainsi que celles qui en défendent l'accès. 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, etc. ;
  - Dans certaines villes/régions, AIDES met en place des groupes d'échanges entre utilisateur-trice-s de PrEP.

Pour trouver l'antenne de AIDES la plus proche, rendez-vous sur www.aides.org

LIENS UTILES :

- www.prep-info.fr
- www.aides.org/info-sante/prep
- www.facebook.com/groups/prepdial
- www.seronet.info

- Pour les prescripteurs de PrEP : https://www.rtutruvada.fr/

- **Carte des consultations PrEP** : nous nous efforçons de mettre cette carte à jour avec les informations dont nous disposons mais il se peut qu'il y ait des oublis, des manques ou des changements. Pour faire remonter ces informations ou pour toute question, n'hésitez pas à nous écrire à l'adresse suivante : prep@aides.org

BIBLIOGRAPHIE – RESSOURCES :

- Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) : www.ansm.sante.fr
- Organisation mondiale de la santé (OMS) : www.who.int
- Conseil national du sida : www.cns.sante.fr
- Société française de lutte contre le sida : http://www.sfls.aei.fr/
- Site de l’essai ANRS-Ipergay : 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 de France.
Co-investigatrice de l'essai ANRS-Ipergay, AIDES a été une des premières à s'intéresser 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 tou-te-s.
Si vous souhaitez également vous engager à nos côtés, des soirées de découvertes de l'association ont lieu régulièrement dans toutes les villes ou AIDES est implantée.

Logo AIDES
14 rue Scandicci 93500 Pantin – 01 41 83 46 46
www.aides.org
www.facebook.com/aides
www.twitter.com/assoAIDES

Si vous avez des retours à nous faire sur cette brochure, n'hésitez pas à nous écrire à : prep@aides.org