

Mida saad teha ravimi võtmise meeles pidamiseks?



- ▶ Sobita ravimi võtmine oma päevarutiini.
- ▶ Pea alustamisel ravimipäevikut, millest kontrollida, kas Sul on olnud meeles iga päev ravimit võtta.
- ▶ Kasuta tabletkarpi, see on lihtne viis näha, kas kõik nädala tabletid on võetud.
- ▶ Kasuta telefoni meeldetuletust või äppi.

Mida jälgida PrEP-i eel ja selle ajal?

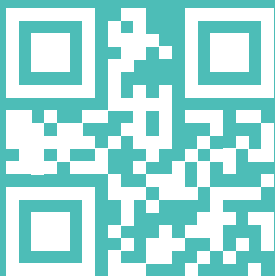
Arsti vastuvõtul tehakse vajalikud analüüsid ravimi sobivuse hindamiseks ning uuritakse sugulisel teel levivate infektsioonide suhtes. Testid tehakse enne profülaktikaga alustamist ning ravimeid võttes iga 3 kuu järel.

Millal pöörduda uuesti nakkushaiguste arsti vastuvõtule?

- ▶ Iga kolme kuu tagant või
- ▶ kui Sul tekib ravimi võtmisel kehv enesetunne või muud kaebused või
- ▶ kui Sa soovid PrEP-i lõpetada.

Käesolev materjal põhineb ravijuhendil „HIV-infektsiooni kokkupuute-eelne ja -järgne profülaktika ning HIV-positiivsete isikute ravi“, mis on leitav aadressil www.ravijuhend.ee.

Vaata ka
www.HIV.ee



HIV-i
kokkupuute-eelne
profülaktika
PrEP
(*pre-exposure prophylaxis*)



Kas PrEP on Sinu jaoks?

Sul ei ole HIV-i, kuid Sul on kõrge risk HIV-i nakatuda.

Risk nakatuda HIV-i on kõrge:

- ▶ meestega seksivatel meestel;
- ▶ kui partner on HIV-i nakatunud;
- ▶ paljude seksuaalpartnerite olemasolul;
- ▶ kondoomi mittekasutamisel;
- ▶ isikutel, kellel on viimase aasta jooksul diagnoositud seksuaalsel teel levivaid infektsioone.



! Mida rohkem esineb eelpool nimetatud riskitegureid, seda kõrgem on Sul risk HIV-i nakatuda.

Mis on PrEP?

PrEP (*pre-exposure prophylaxis*) ehk kokkupuute-eelne profülaktika on HIV-i ravis kasutatavate antiretroviirusravimite (ARV-ravimid) tarvitamine eesmärgiga vähendada HIV-i nakatumise riski.

! PrEP on mõeldud neile, kes ei ole HIV-i nakatunud.

Kuidas PrEP töötab?

Ravimi tarvitamisega väheneb oluliselt HIV-iga kokku puutudes nakatumise risk.

Kuidas saad PrEP-iga alustada?

Pöördu **nakkushaiguste arsti** juurde, et arutada kas PrEP võiks Sulle sobida. Vastuvõtule pöördumiseks on vajalik saatekiri.

Nakkushaiguste arstid võtavad vastu:



Tallinnas

Lääne Tallinna Keskhaiglas Nakkuskliinik
Registratuur tel. 659 8594

Tartus

Tartu Ülikooli Kliinikum
Registratuur tel. 731 9120

Ida-Virumaal

Ida-Viru Keskhaigla nakkuskabinet
tel. 337 8825

Narvas

Narva Haigla nakkuskabinet
tel. 357 2778 ja 357 2779

Pärnus

Pärnu Haigla nakkuskabinet
tel. 447 3388



Kuidas PrEP-i võetakse?

Profülaktikaks võetakse **üks kord päevas** üks tablett, mis sisaldab:

- ▶ tenofoviiri (TDF) 300mg
- ▶ emtritsitabiini (FTC) 200mg

Tegemist on retseptiravimiga, millele **rakendub haigekassa soodustus 50%**. Korraga Saad ravimeid kuni 90 päevaks.

Miks pead PrEP-i regulaarselt ja vastavalt raviskeemile võtma?



PrEP on efektiivne vaid siis kui seda võetakse nii nagu arst on määranud!

Ravimi ebajärjepideva võtmise korral kaitset nakatumise eest ei ole.

Kaitse tekib, kui oled ravimit võtnud **vähemalt seitse päeva**. Profülaktikat katkestades võib ravimi ära jätta seitse päeva pärast viimast kaitsmata seksuaalvahekorda.



PrEP ei kaitse Sind teiste seksuaalsel teel levivate infektsioonide eest. Kasuta koos PrEP-iga alati ka kondoomi!