



6 Ist die PrEP für mich geeignet?

Grundsätzlich spricht bei einer HIV-negativen Person nichts gegen die Einnahme der PrEP. Mögliche gesundheitliche Risiken (z. B. bei einer Vorerkrankung der Nieren oder einer bestehenden Hepatitis B) sollten allerdings im ärztlichen Gespräch geklärt und durch Untersuchungen und Tests vorab ausgeschlossen werden.

Die Durchführung der PrEP erfordert Disziplin und vorausschauende Planung. Das fängt einerseits damit an, die Tabletten verlässlich einzunehmen und dafür zu sorgen, dass der Nachschub organisiert ist. Andererseits gilt dies auch für die regelmäßigen Tests auf HIV und Geschlechtskrankheiten sowie die weiteren begleitenden Untersuchungen.

Wir empfehlen daher, sich vor dem Start der PrEP ausführlich zu informieren und beraten zu lassen. Die Durchführung der PrEP sollte immer ärztlich begleitet werden. Eine PrEP auf eigene Faust durchzuführen, kann mit erheblichen Risiken verbunden sein.

PrEP Prä-Expositions-Prophylaxe

PrEP bedeutet in etwa „Vor-Risiko-Vorsorge“. Negative nehmen dabei vorbeugend HIV-Medikamente ein, um sich vor einer Ansteckung mit HIV zu schützen. Die Medikamente befinden sich dann in bestimmter Konzentration im Blut sowie den Schleimhäuten und verhindern, dass sich HIV vermehren kann. Selbst wenn beim Sex also einzelne Viren übertragen werden, kann sich HIV nicht mehr weiter ausbreiten und im Körper festsetzen: Man bleibt HIV-negativ.

Mit der PrEP gibt es – neben Kondomen und Schutz durch Therapie – nun also eine dritte zuverlässige Safer Sex-Methode zum Schutz vor HIV.

Aber einfach nur „...ein paar Pillen schmeißen“ reicht nicht aus. Wer die PrEP anwendet, sollte sich vorher unbedingt gut informieren und ärztlichen Rat einholen. **Begleitend sind einige Untersuchungen erforderlich und wenn man bei der Einnahme Fehler macht, wirkt die PrEP möglicherweise nicht.**

Im Checkpoint beraten wir dich zu allen Fragen rund um HIV, zu anderen sexuell übertragbaren Erkrankungen (STI) und Safer Sex. Du kannst dich anonym und ohne Voranmeldung auf HIV, Syphilis, Hepatitis C, Chlamydien und Tripper testen lassen.

Öffnungszeiten Beratung und Test:

Montag bis Donnerstag

Erste Annahme 18:45, letzte Annahme 21:30 Uhr

www.schnell-test.de

www.checkpoint-köln.de

checkpoint@aidshilfe-koeln.de

6xSEX

PrEP
Prä-Expositions-
Prophylaxe

CHECKPOINT
Aidshilfe Köln

CHECKPOINT
Aidshilfe Köln

1 Welche Medikamente und wie werden sie eingenommen?

In Deutschland sind lediglich das Medikament **Truvada®** und baugleiche Nachahmer-Präparate („Generika“) zur **täglichen Einnahme** als PrEP zugelassen. Die Kombi-Pille enthält gleich zwei Wirkstoffe (Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil), die HIV an der Vermehrung in den Körperzellen hindern.

Tägliche PrEP

Zu der *Dauer-PrEP* mit täglicher Einnahme einer Tablette gibt es bisher die meisten Erfahrungen und wissenschaftlichen Daten. Die tägliche PrEP ist besonders dann empfehlenswert, wenn man regelmäßig und **spontan** Sex hat. Die Frage, ab wann sich ein verlässlicher Schutz durch die Medikamente aufgebaut hat, ist noch nicht abschließend geklärt. Die meisten Experten jedoch halten einen Vorlauf von 4-5 Tagen für Schwule und andere Männer, die Sex mit Männern haben (MSM) für ausreichend. Wer die *Dauer-PrEP* beenden will, sollte die Tabletten noch mindestens 2 Tage nach dem letzten Sex weiter einnehmen.

PrEP bei Bedarf

Eine Variante ist die *anlassbezogene PrEP* oder *PrEP bei Bedarf*. Hier nimmt man das Medikament nur über eine begrenzte Zeit ein (also etwa vor, während und nach dem Urlaub oder

einem geplanten Sexparty-Wochenende). Dieses Einnahme-Schema ist beispielsweise für Schwule und andere MSM sinnvoll, die nicht so häufig, dafür aber planbarer ungeschützten Analsex haben.

Für die *anlassbezogene PrEP* gelten im Prinzip die gleichen Einnahmeempfehlungen, wie für die *tägliche PrEP*. Das heißt, man startet 4-5 Tage vor der geplanten Risikosituation und nimmt dann alle 24 Stunden eine weitere Tablette ein. Ob ein kurzfristiger **Turbo-Start** (mit 2 Tabletten 2 bis 24 Stunden vor dem Risiko) ähnliche Sicherheit bietet, wird von Experten unterschiedlich beurteilt. Immerhin: die Europäische AIDS-Gesellschaft hält das Vorgehen für sicher und für Schwule/MSM (nicht aber für andere Gruppen oder Frauen) empfehlenswert. Wichtig ist in jedem Fall, die Frage des PrEP-Starts ausführlich in einer Beratung oder beim Arzt seines Vertrauens zu besprechen und dann eine Entscheidung zu treffen, die dem eigenen Sicherheitsbedürfnis entspricht.

Auch für das Beenden der *PrEP bei Bedarf* gilt: Die Tabletten sollten noch wenigstens 2 Tage nach dem letzten Sex weiter eingenommen werden.

2 Die Schutzwirkung

Die Wirksamkeit der *Dauer-PrEP* (tägliche Einnahme) ist durch zahlreiche Studien, unter anderem bei schwulen Männern mit hohem Ansteckungsrisiko, belegt: Das Übertragungsrisiko wurde um 86 % gesenkt. Somit hat die PrEP eine ähnlich gute Schutzwirkung, wie das Benutzen von Kondomen. Entscheidend für die Wirksamkeit ist die **wirklich regelmäßige Einnahme** der Tabletten. Werden die Medikamente äußerst gewissenhaft eingenommen, lag der Schutzeffekt in Studien noch höher, teilweise wurde sogar

3 Zu Risiken und Nebenwirkungen

Die Meisten vertragen die PrEP gut, spüren keine oder kaum Nebenwirkungen. Manche klagen zeitweise über Übelkeit, Durchfall, Kopf-, Bauch- oder Gelenkschmerzen sowie Müdigkeit und Schlafstörungen. Die dauerhafte Einnahme der PrEP-Medikamente kann die Leistungsfähigkeit der Nieren verringern, was für „Nieren-Gesunde“ jedoch i.d.R. unproblematisch ist. Trotzdem

eine Schutzwirkung von 99% berechnet. Wer Schwierigkeiten mit einer disziplinierten Tabletteneinnahme hat, für den ist die PrEP keine geeignete Methode.

Zur Wirksamkeit der *PrEP bei Bedarf* ist die Datenlage derzeit noch deutlich dünner. In einer französischen Studie konnte ein Schutz von 86% nachgewiesen werden. Aber auch in dieser Studie zeigte sich: von den Personen, die die PrEP zuverlässig eingenommen haben, hatte sich niemand mit HIV angesteckt.

muss dies vor Beginn der PrEP sowie durch vierteljährliche Untersuchungen überprüft werden. Bei einer Erkrankung der Niere oder bestehenden Risikofaktoren für eine verminderte Nierenleistung (z. B. Diabetes mellitus, Bluthochdruck oder Alter über 50 Jahren), sind unter Umständen sogar noch engmaschigere Nierenkontrollen notwendig.

4 Verfügbarkeit und Kosten

Truvada® ist in Deutschland seit 2016 zur PrEP zugelassen, muss aber auf Privat Rezept vom Arzt verordnet und daher selbst bezahlt werden. Die Kosten für das Original-Medikament liegen bei über 800 Euro für 30 Tabletten.

Durch den Wegfall des Patentschutzes sind, neben dem Original, seit Ende 2017 auch wirkstoffgleiche Nachbauten von Truvada® auf dem Markt. Diese Generika wirken genauso gut wie das Original, sind aber deutlich günstiger.

Seit Oktober 2017 ist es möglich, ein Generikum der Firma Hexal in einer besonderen Verpackungsform („Kölsche Blister“) in ausgewählten Apotheken einiger deutscher Städte für rund 50 Euro/28 Tabletten zu erhalten – unter anderem auch in Köln. (Übersicht unter www.aidshilfe-koeln.de/blister).

Seit Dezember 2017 ist ein weiteres Generikum von Ratiopharm als PrEP erhältlich. Der Preis liegt bei rund 70 Euro für 30 Tabletten. Der

Vorteil: Dieses Medikament ist mit einem Privat Rezept deutschlandweit in allen Apotheken erhältlich.

Preisgleich ist seit Januar 2018 auch ein Nachahmer-Medikament der Firma Aliud auf dem Markt – dieses Medikament hat allerdings nur eine Zulassung für die HIV-Therapie, nicht für die PrEP. Aber natürlich wirkt es auch als PrEP genauso gut.

In der Vergangenheit waren PrEP-User auf die Beschaffung der Medikamente im Ausland angewiesen, beispielsweise durch Versandapotheken in Indien. In der Zukunft werden diese Beschaffungswege, die meist aufwendig und zum Teil illegal sind, wohl eher eine untergeordnete Rolle spielen.

5 Welche Untersuchungen sind bei der PrEP notwendig?

- Vor dem Start und anschließend alle 3 Monate muss man einen **HIV-Test** machen: Wenn man schon HIV-infiziert ist oder sich trotz PrEP ansteckt (z. B. weil man die Medikamente nicht regelmäßig nimmt), reichen die PrEP-Tabletten nicht zur Behandlung der HIV-Infektion aus und die Viren können unempfindlich (resistent) gegen dieses wichtige Medikament werden.
- Ebenso sollte vor Beginn einer PrEP ein **Hepatitis-B-Test** gemacht, der **Impfschutz** überprüft und ggf. geimpft werden. Da die PrEP-Wirkstoffe auch gegen Hepatitis B wirken, kann es ansonsten beim Absetzen zu einem Wiederaufblammen der Hepatitis kommen.
- Die **Nierenfunktion** muss regelmäßig untersucht werden, denn die PrEP-Wirkstoffe können die Nierenleistung vermindern. Empfohlen wird die Nierenkontrolle alle drei Monate. Nach Absprache

mit dem behandelnden Arzt können möglicherweise andere Untersuchungsintervalle vereinbart werden.

- Nicht zuletzt gehört zur PrEP, sich regelmäßig auf **STI** („Geschlechtskrankheiten“ wie Syphilis, Tripper und Chlamydien-Infektion) und ggf. **Hepatitis C** checken zu lassen. Ein Routine-Check alle 3 Monate ist bei Menschen mit wechselnden Sexpartnern dringend zu empfehlen.

Die Kosten für die notwendigen Untersuchungen vor und während der PrEP werden in der Regel nur teilweise von den Krankenkassen übernommen. Hier sollte man sich direkt mit seinem Arzt austauschen, was abrechenbar ist und welche Kosten man selber tragen muss. Untersuchungen auf Syphilis, Tripper, Chlamydien und Hepatitis C, sowie der routinemäßige HIV-Test werden auch von Testprojekten oder Checkpoints angeboten. So lässt sich manchmal Geld sparen.