مشروع صيدلية PrEP: الموارد عبر الإنترنت V1.5

مقدمة:

PrEP (الوقاية قبل التعرض) هي طريقة جديدة لحماية نفسك من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية. تهدف هذه المعلومات إلى المساعدة في شرح المزيد حول ماهية PrEP ، وكيف تقوم بها وماذا تفعل إذا كنت ترغب في البدء في تناول PrEP.

تغطي هذه المعلومات:

- ما هو PrEP.
- كيف يتم أخذ PrEP.
- لماذا يمكن أن يكون PrEP مناسبًا لك.
- ما هو المفيد معرفته عند التفكير في PrEP.
- PrEP للنساء.
- PrEP للرجال.
- كيفية الوصول إلى PrEP.
- من يحتاج إلى معرفة أنك تستخدم PrEP وماذا يمكنك أن تفعل إذا وجد شخص ما أقراصك.

كلمة عن بعض الكلمات / المصطلحات المستخدمة في المعلومات:

الرجال والنساء / الذكور والإناث: يشمل كلا من الجنس الآخر (الأشخاص الذين تتطابق هويتهم الجنسية مع الهوية التي تم تعيينها لهم عند الولادة) والمتحولين جنسياً (الأشخاص الذين تختلف هويتهم الجنسية عن تلك التي تم تحديدها لهم عند الولادة) الذين قد يتعرفون على أنهم ذكر أو أنثى.

الجنس المهبلي والأمامي: الجنس الأمامي هو المصطلح المفضل للعديد من الرجال المتحولين جنسيًا، خاصةً عندما لم يكونوا قد خضعوا لعملية جراحية في الأسفل. عندما يتم ذكر الجنس المهبلي فهذا يشمل الجنس الامامي.

المهبل الجديد: مهبل تم إنشاؤه أثناء الجراحة الانتقالية الاختيارية للنساء المتحولات.

ما هو PrEP؟

PrEP (الوقاية قبل التعرض) هي حبوب يأخذها الأشخاص غير المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية بشكل منتظم قبل وبعد ممارسة الجنس، مما يقلل من خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية من خلال ممارسة الجنس مع شريك معدي.

عادةً ما تكون الحبوب التي يتم تناولها عبارة عن نسخة عامة من Truvada، وهو أحد الأدوية التي يتناولها الأشخاص المصابون بفيروس نقص المناعة البشرية لعلاج إصابتهم. يمكن للأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية الخاضعين للعلاج أن يصبحوا غير معديين إذا تناولوا الأدوية كما هو موصى به. هذا يعني أنهم لا يستطيعون نقل فيروس نقص المناعة البشرية إلى شركائهم الجنسيين. إذا كان شريكك / شركاؤك يخضعون لعلاجات فيروس نقص المناعة البشرية وكان مستوى الفيروس في أجسامهم عند مستوى يُعرف باسم "غير قابل للكشف" ، فهذا يعني أنه لا يوجد فيروسات كافية في أجسامهم ليتم اكتشافها عن طريق الاختبار وبالتالي لا يوجد ما يكفي من الفيروسات لإصابة شخص آخر، مما يعني أنك لست بحاجة إلى تناول PrEP.

إذا تم تناوله بشكل صحيح، فإن PrEP يوفر حماية بنسبة 100٪ تقريبًا ضد الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، لكل من الرجال والنساء، والجنس المهبلي والشرجي.

PrEP ليس PEP - يتم أخذ PrEP قبل الاتصال المحتمل بفيروس نقص المناعة البشرية و PEP (أو الوقاية بعد التعرض) يتم تناوله بعد الاتصال المحتمل بفيروس نقص المناعة البشرية. يجب تناول PEP لمدة تصل إلى 72 ساعة بعد الاتصال المحتمل بفيروس نقص المناعة البشرية. يوجد المزيد من المعلومات حول PEP على https://www.tht.org.uk/hiv-and-sexual-health/pep-post-exposure-prophylaxis-hiv

على الرغم من أن PrEP يوفر حماية بنسبة 100٪ تقريبًا ضد فيروس نقص المناعة البشرية، إلا أنه لا يحميك من الأمراض الأخرى المنقولة جنسيًا (STIs). يجب أن تظل على دراية بكيفية التعرف على أعراضك وطلب المساعدة إذا كنت تعتقد أنك تعرضت لعدوى منقولة جنسياً. توفر الواقيات الذكرية مستوى عالٍ من الحماية ضد العديد من الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي لأنها تعمل كحاجز بين الشخص المصاب وشريكه. من المهم أن تتذكر أن الواقي الذكري ليس فعالًا بنسبة 100٪ حيث يمكن أن تنتقل العديد من الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي بين الشركاء عن طريق ملامسة الجلد للجلد وعلى الأصابع.

لماذا PrEP؟

يوفر PrEP للرجال والنساء (بما في ذلك الرجال المتحولين والنساء المتحولين جنسيًا) حماية بنسبة 100٪ تقريبًا ضد فيروس نقص المناعة البشرية عند تناوله بشكل صحيح.

يوفر PrEP الحماية لكل من الجنس المهبلي والأمامي والشرجي.

يمكن إضافة PrEP بسهولة إلى روتينك اليومي، خاصة إذا كنت معتادًا على تناول موانع الحمل الهرمونية أو الأدوية الأخرى بشكل منتظم. حتى إذا كنت لا تتناول الأدوية حاليًا بانتظام ، فهناك طرق يسهل اتباعها لتذكر تناول PrEP.

تُظهر البيانات حول الإصابات الجديدة بفيروس نقص المناعة البشرية في عام 2019 أنه حيث يُعرف العرق:

- 44٪ من الأشخاص الذين تم تشخيص إصابتهم حديثًا بفيروس نقص المناعة البشرية ليسوا من العرق الأبيض
- 68٪ من الإناث المصابات حديثًا بفيروس نقص المناعة لم يكن من العرق الأبيض
- 60٪ من اصحاب العلاقات الجنسية الطبيعية الذين تم تشخيص إصابتهم بفيروس نقص المناعة البشرية لم يكونوا من العرق الأبيض
- 28٪ من الرجال المثليين وغيرهم من الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال (MSM) ليسوا من العرق الأبيض

في دراسة حول PrEP، كان 0 (صفر)٪ من الأفارقة السود في الدراسة يستخدمون الواقي الذكري "دائمًا"، و 53٪ "لم يستخدموا الواقي الذكري "أبداً".

كانت النساء الأفريقيات السود في الدراسة على الأرجح لا يستخدمن الواقي مطلقًا، ومع ذلك كان من المرجح أن يكون لديهن شريك جنسي هو جزء من مجتمع / مجموعة تعاني من مستويات عالية من فيروس نقص المناعة البشرية.

100 ٪ من المشاركين الأفارقة السود في الدراسة لم يكونوا على علم بحالة فيروس نقص المناعة البشرية لدى شريكهم / شركائهم الجنسيين.

سيكون PrEP مفيدًا جدًا في كل هذه الحالات.

يمكن أن يكون PrEP مناسبًا لك إذا:

- ليس من السهل عليك استخدام الواقي الذكري، أو لا يتم استخدامه دائمًا عند ممارسة الجنس.
- تم تشخيص إصابتك مؤخرًا أو في العام الماضي بعدوى منقولة جنسيًا عن طريق المهبل أو الأمام أو الشرج.
- لقد تم إعطاؤك PEP مؤخرًا لأنك كنت على اتصال بفيروس نقص المناعة البشرية عن طريق الجنس.
- لديك شركاء جنسيون لا تعرف عن حالة إصابتهم بفيروس نقص المناعة البشرية.
- لديك شركاء جنسيون مصابون بفيروس نقص المناعة البشرية وليسوا "غير معديين" حاليًا - لا يزالون قادرين على نقل فيروس نقص المناعة البشرية على الرغم من أنهم قد يكونون يتلقون علاجات لذلك.
- لديك شركاء جنسيون من المجتمعات المتأثرة بشدة بفيروس نقص المناعة البشرية.
- تمارس الجنس أثناء تواجدك خارج المملكة المتحدة في الأماكن التي توجد بها مستويات عالية من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية بين السكان.

سيكون PrEP مفيدًا جدًا لك في أي من هذه الحالات.

قبل تناول PrEP

إذا كنت ترغب في البدء في تناول PrEP فمن المهم أن تعرف أمرين:

سيُطلب منك إجراء اختبار فيروس نقص المناعة البشرية للتأكد من أنك مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية. يكون PrEP مفيدًا فقط إذا كنت غير مصابًا بفيروس نقص المناعة البشرية.

سيُطلب منك إجراء مجموعة كاملة من الاختبارات للأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي بما في ذلك التهاب الكبد B و C.

إذا كنت مصابًا بعدوى نشطة بالتهاب الكبد B، فسيناقش الطبيب خيارات العلاج لتلك العدوى معك بالإضافة إلى أخذ ذلك في الاعتبار عند وصف PrEP لك.

إذا كانت نتيجة اختبار التهاب الكبد الوبائي سي إيجابية، فسيتم توصيتك بتناول دورة من دواء يسمى سوفوسبوفير، والذي سيعالج العدوى. يمكنك تناول هذا الدواء في نفس وقت بدء علاج PrEP.

سيُطلب منك أيضًا إجراء اختبار وظائف الكلى على أساس منتظم، للتأكد من أن الأدوية الموجودة في PrEP لا تؤثر على عمل الكلى بشكل صحيح.

ستكون معظم هذه اختبارات للدم، وسيتم سحب الدم لإجراء الاختبارات في نفس الوقت.

الأهلية:

يتوفر PrEP للأشخاص من المجتمعات المعرضة لخطر أكبر للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، والذين تكون نتيجة اختبار فيروس نقص المناعة البشرية لديهم سلبية، ويخبرون عن وقائع من ممارسة الجنس بدون واقي ذكري مع شريك إما ذو حالة غير معروفة لفيروس نقص المناعة البشرية أو شريك مصاب بفيروس نقص المناعة البشرية وليس لديه حاليًا حمولة فيروسية غير قابلة للاكتشاف .

اختبار فيروس نقص المناعة البشرية إيجابي؟

إذا كانت نتيجة اختبار فيروس نقص المناعة البشرية إيجابية، فتذكر أنه يمكنك أن تعيش حياة صحية طويلة. سيُقدم لك الدعم والمعلومات جنبًا إلى جنب مع عرض بدء العلاج للسيطرة على فيروس نقص المناعة البشرية وتقليل مستوى الفيروس في جسمك إلى مستويات لا يمكن اكتشافها، لضمان بقائك بصحة جيدة وعدم قدرتك على نقل فيروس نقص المناعة البشرية.

إذا كنت قلقًا بشأن إجراء اختبار في العيادة، فيمكنك الوصول إلى مجموعة أدوات للاختبار الذاتي أو أخذ العينات الذاتية للاختبار في المنزل قبل الذهاب إلى العيادة. إذا اخترت القيام بذلك، فسيظل يُطلب منك إجراء اختبار للتأكد من صحة النتيجة. تعتبر اختبارات فيروس نقص المناعة البشرية في العيادات أكثر حساسية من مجموعة الأدوات المنزلية، وستكون أكثر قدرة على التعرف عليها إذا كنت مصابًا مؤخرًا. فكر في مجموعات الاختبار الذاتي مثل اختبارات الحمل - فهي تعطيك فكرة عن النتيجة ولا يزال يتعين تأكيدها من خلال اختبار الأطباء. [رابط إلى بوابة مجموعات الاختبار الذاتي THT هنا؟]

https://prepster.info/category/my-prep-story/

https://www.prepimpacttrial.org.uk/awareness

https://www.womenandprep.org.uk

https://www.youtube.com/channel/UCtcrwliT4Dhsdyv-CpSI0YQ

PrEP للنساء

"قرص واحد في اليوم" لممارسة الجنس المهبلي / الأمامي والشرجي

تناول PrEP إذا كنت تمارس الجنس المهبلي / الأمامي:

ستحتاج إلى تناول جرعة يومية من الأقراص التي سيتم إعطاؤها لك للتأكد من أن الدواء يتراكم ثم يظل عند مستوى في جسمك ليوفر لك الحماية من فيروس نقص المناعة البشرية.

نظرًا لأن الأدوية تستغرق 7 أيام للوصول إلى هذا المستوى الوقائي في جسمك، إذا مارست الجنس، فستحتاج إلى الاستمرار في استخدام أي تدابير وقائية أخرى ضد فيروس نقص المناعة البشرية (مثل الواقي الذكري) التي قد تستخدمها حاليًا. بعد هذه الأيام السبعة الأولى يمكنك أن تقرر التوقف عن استخدام تدابير أخرى.

يجب أن تستمر في تناول قرص واحد يوميًا طالما تريد أن يكون PrEP هو الشيء الذي تستخدمه لحمايتك من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية.

وينطبق الأمر نفسه بالنسبة للنساء اللائي يتم تعيينهن عند الولادة والنساء المتحولات اللائي يمارسن الجنس المهبلي الجديد.

تفويت جرعة

إذا فات شخص ما عن طريق الخطأ أخذ جرعة من PrEP، فإن النصيحة هي أن تأخذ هذه الجرعة بمجرد أن تتذكرها ثم تواصل مع جرعاتك كالمعتاد. يختلف تفويت جرعة ما عن اتخاذ قرار بالتوقف لمدة تزيد عن يوم أو يومين، أو التوقف نهائيًا.

وقف PrEP ؛ إما بشكل مؤقت أو دائم

يمكنك أن تقرر التوقف عن تناول PrEP في أي وقت تريده، ولكن يجب أن تستمر في تناول الحبوب لمدة 7 أيام بعد آخر مرة مارست فيها الجنس بدون واقي ذكري أو آخر خطر تعرضك للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، بحيث يظل مستوى الأدوية مرتفعًا بما يكفي لحمايتك حتى يزول خطر هذا التعرض. ربما يكون من الأسهل تناول حبوب منع الحمل لمدة 7 أيام بعد آخر مرة مارست فيها الجنس.

بدء PrEP مرة أخرى إذا توقفت عن تناوله.

يمكنك اختيار البدء في أخذ PrEP مرة أخرى عندما تريد ذلك وعندما تكون مستعدًا لذلك، على الرغم من أنه سيتعين عليك تكرار نفس العملية كما هو الحال عند بدء تناول PrEP لأول مرة:

- إجراء اختبار فيروس نقص المناعة البشرية للتأكد من أن النتيجة لا تزال سلبية
- إجراء مجموعة كاملة من اختبارات العدوى المنقولة بالاتصال الجنسي، بما في ذلك التهاب الكبد B و C.
- إجراء اختبار وظائف الكلى
- أخذ الجرعة اليومية لمدة 7 أيام للسماح لمستويات الدواء بالتراكم إلى مستويات الحماية قبل الاعتماد على PrEP فقط لحمايتك من فيروس نقص المناعة البشرية.

موانع الحمل والحمل والرضاعة وتناول الهرمونات

أعربت بعض النساء عن مخاوفهن بشأن كيفية تأثير PrEP على وسائل منع الحمل الهرمونية ("حبوب منع الحمل") أو إذا كان من الجيد الحمل أو الرضاعة إذا كنت تتناولين PrEP.

عندما تتناولين PrEP يمكنك:

تناول "حبوب منع الحمل" - فهي آمنة ولا يؤثر الدواءان على بعضهما البعض. PrEP لن يوقف عمل حبوب منع الحمل الهرمونية. كلاهما سيعمل بشكل جيد إذا أخذتهما بشكل صحيح.

احملي (إذا كان هذا ما تحاولين القيام به): يمنع PrEP الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية وليس الحمل. إذا كنتِ تحاولين الحمل، فلا مانع من التلقيح والحمل، فإن PrEP آمن لكليهما. بالطبع، إذا كنت لا ترغبين في الحمل، فسيتعين عليك الاستمرار في استخدام وسيلة منع الحمل المفضلة لديك.

الرضاعة: إذا كنتِ ترغبي في البدء أو الاستمرار في إرضاع الطفل فمن الآمن تمامًا القيام بذلك أثناء تناولك لـ PrEP.

تناولي العلاج الهرموني للنساء: لن يوقف PrEP عمل الهرمونات أو يتسبب في إعادة توزيع الدهون في وجهك أو جسمك.

هل يتفاعل PrEP مع أي أدوية أخرى قد أتناولها أو يؤثر عليها؟

لا يتفاعل PrEP مع معظم الأدوية الأخرى ويمكنك تناول PrEP والاستمرار في شرب الكحول أو استخدام العقاقير الترويحية. لا يتفاعل PrEP أو يؤثر على حبوب منع الحمل الهرمونية أو معظم الأدوية "التي لا تستلزم وصفة طبية" مثل الأسبرين، على الرغم من أنه يمكن أن يتفاعل مع الأدوية المعروفة باسم NSAIDS أو العقاقير غير الستيرويدية المضادة للالتهابات. وتشمل هذه الأدوية ايبوبروفين وديكلوفيناك ونابروكسين.

إذا كنت تستخدم PrEP، فسيتم وصف الأدوية الأخرى لمضادات الالتهاب غير الستيروئيدية من قبل GP / طبيبك ويقترحها الصيدلي عندما تشتري أدوية "بدون وصفة طبية" في الصيدلية. والسبب في عدم تناولها هو أنها تمارس ضغطًا إضافيًا على وظائف الكلى حيث تتم معالجة كل من PrEP وهذه الأدوية بواسطة الكلى. هذا هو سبب مطالبتك بإجراء اختبارات وظائف الكلى بانتظام للتأكد من عدم تأثرها. هناك أيضًا عقاقير أخرى تستخدم لعلاج مشاكل وظائف الكلى التي قد تتأثر بـ PrEP ومرة أخرى، من الأفضل أن تتحدث مع طبيبك والصيدلي حول هذا إذا كنت تتعالج من مشاكل في الكلى.

إذا كنت قلقًا بشأن تأثير PrEP على أي أدوية أخرى قد تتناولها، فمن المهم التحدث مع GP أو الطبيب / الأطباء الذين تراهم عند الحصول على PrEP أو مع الصيدلي الذي تتعامل معه.

لدى جامعة ليفربول مصدرًا مفيدًا عبر الإنترنت [www.hiv-druginteractions.org] والذي يسمح لك بالبحث والتحقق من أي تفاعلات بين PrEP والأدوية الأخرى التي قد تتناولها.

PrEP للرجال

الجرعات اليومية أو الجرعات عند الطلب - ما الذي يمكن أن يناسبك؟

ستكون هذه المعلومات مناسبة لك إذا مارست الجنس مع النساء أو الرجال أو مع كليهما.

الجرعات اليومية: تناول حبة واحدة كل يوم.

على الرغم من أنه قد يكون من الأفضل تناول PrEP (حبة واحدة) يوميًا لمدة 7 أيام للسماح بتراكم الدواء في جسمك، يمكنك أن تعتمد على أساس الأحداث أو على استخدام روتين الجرعات لمدة 4 أيام حيث يوفر هذا الحماية بعد ساعتين من تناول الحبوب.

يوصى باستخدام PrEP يوميًا للرجال المتحولين جنسيًا.

الجرعات المستندة إلى الحدث أو عند الطلب، والمعروفة أيضًا باسم الجرعات لمدة 4 أيام:

هذه فعالة مثل الجرعات اليومية للرجال، وهو بشكل أساسي للرجال الذين لا يحبون تناول الحبوب يوميًا، أو لا يمارسون الجنس يوميًا أو على أساس معروف ومنتظم.

إذا كنت تعتقد أنك تمارس الجنس ولا تحب أو لا تريد استخدام الواقي الذكري، فإن الروتين هو:

الجرعة الأولى: خذ حبتين بين 2 و 24 ساعة قبل ممارسة الجنس. لا يمكن أن يكون أقل من ساعتين قبل ذلك لأن الدواء لن يكون في المستويات التي تحميك من فيروس نقص المناعة البشرية، أو أكثر من 24 ساعة قبل ذلك، حيث سيكون الدواء قد ترك نظامك، إلا إذا كنت تستخدم الجرعات اليومية.

الجرعة الثانية: خذ حبة **واحدة** بعد 24 ساعة من تناول الجرعة الأولى.

الجرعة الثالثة: تناول **حبة** أخرى بعد 24 ساعة من تناول الجرعة الثانية.

يمكن أيضًا أن تُعرف الجرعات عند الطلب أو الحدث باسم روتين "T و S". تناول حبة واحدة في أيام الثلاثاء والخميس والسبت والأحد، مما يجعل من السهل أن تتناسب مع روتينك.

تفويت جرعة

إذا فات شخص ما عن طريق الخطأ أخذ جرعة من PrEP، فإن النصيحة هي أن تأخذ هذه الجرعة بمجرد أن تتذكرها ثم تواصل مع جرعاتك كالمعتاد. يختلف تفويت جرعة ما عن اتخاذ قرار بالتوقف لمدة تزيد عن يوم أو يومين، أو التوقف نهائيًا.

هل يتفاعل PrEP مع أي أدوية أخرى قد أتناولها أو يؤثر عليها؟

لا يتفاعل PrEP مع معظم الأدوية الأخرى ويمكنك تناول PrEP والاستمرار في شرب الكحول أو استخدام العقاقير الترويحية. لا يتفاعل PrEP أو يؤثر على معظم الأدوية "التي لا تستلزم وصفة طبية" مثل الأسبرين ، على الرغم من أنه يمكن أن يتفاعل مع الأدوية المعروفة باسم NSAIDS أو العقاقير غير الستيرويدية المضادة للالتهابات. وتشمل هذه الأدوية ايبوبروفين وديكلوفيناك ونابروكسين.

إذا كنت تستخدم PrEP، فسيتم وصف الأدوية الأخرى لمضادات الالتهاب غير الستيروئيدية من قبل GP / طبيبك ويقترحها الصيدلي عندما تشتري أدوية "بدون وصفة طبية" في الصيدلية. والسبب في عدم تناولها هو أنها تمارس ضغطًا إضافيًا على وظائف الكلى حيث تتم معالجة كل من PrEP وهذه الأدوية بواسطة الكلى. هذا هو سبب مطالبتك بإجراء اختبارات وظائف الكلى بانتظام للتأكد من عدم تأثرها. هناك أيضًا عقاقير أخرى تستخدم لعلاج مشاكل وظائف الكلى التي قد تتأثر بـ PrEP ومرة أخرى، من الأفضل أن تتحدث مع أطبائك والصيادلة إذا كنت تتعالج من مشاكل في الكلى.

إذا كنت قلقًا بشأن تأثير PrEP على أي أدوية أخرى قد تتناولها، فمن المهم التحدث مع GP أو الطبيب / الأطباء الذين تراهم عند الحصول على PrEP أو مع الصيدلي الذي تتعامل معه.

لدى جامعة ليفربول مصدرًا مفيدًا عبر الإنترنت [www.hiv-druginteractions.org] والذي يسمح لك بالبحث والتحقق من أي تفاعلات بين PrEP والأدوية الأخرى التي قد تتناولها.

وقف PrEP ؛ إما بشكل مؤقت أو دائم

يمكنك أن تقرر التوقف عن تناول PrEP في أي وقت تريده، ولكن يجب أن تستمر في تناول الحبوب لمدة 7 أيام بعد آخر مرة مارست فيها الجنس بدون واقي ذكري أو آخر خطر تعرضك للإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، بحيث يظل مستوى الأدوية مرتفعًا بما يكفي لحمايتك حتى يزول خطر هذا التعرض.

بدء PrEP مرة أخرى إذا توقفت عن تناوله.

يمكنك اختيار بدء تناول PrEP مرة أخرى عندما تريد ذلك وتكون جاهزًا لذلك. إذا توقفت تمامًا عن تناول PrEP لمدة تزيد عن 7 أيام وترغب في البدء في تناوله مرة أخرى، فمن المهم تكرار نفس العملية كما هو الحال عند بدء تناول PrEP لأول مرة:

- إجراء اختبار فيروس نقص المناعة البشرية للتأكد من أن النتيجة لا تزال سلبية
- إجراء مجموعة كاملة من اختبارات العدوى المنقولة بالاتصال الجنسي، بما في ذلك التهاب الكبد B و C.
- إجراء اختبار التهاب الكبد B للتأكد من عدم وجود عدوى نشطة.
- إجراء اختبار وظائف الكلى
- أخذ الجرعة اليومية لمدة 7 أيام أو استخدام إجراءات الجرعات المستندة إلى الأحداث أو 4 أيام للسماح لمستويات الدواء بالتراكم إلى مستويات الحماية قبل الاعتماد على PrEP فقط لحمايتك من فيروس نقص المناعة البشرية.

كيفية الوصول إلى PrEP.

يتوفر PrEP مجانًا في عيادة الصحة الجنسية المحلية. إذا كنت غير متأكد من مكان عيادتك المحلية، أو ترغب في استخدام عيادة ليست محلية لك، فقد يتمكن الصيدلي من إعطائك هذه المعلومات أو يمكنك التحقق عبر الإنترنت على:

https://prepster.info/free-prep-uk/

https://www.better2know.co.uk/clinics/city/london/

من الذي يجب أن يعرف أنني أتناول PrEP؟

فقط أنت والأشخاص الذين يساعدونك في الوصول إليه، مثل طبيبك والصيدلي.

إذا اخترت السماح لشريكك / شركائك الجنسيين بمعرفة أنك تستخدم PrEP الآن لحماية نفسك من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، فهذا هو اختيارك، على الرغم من أنك إذا كنت تشعر بالقدرة على ذلك، فمن الجيد دائمًا أن تكون صريحاً قدر الإمكان مع شريكك /شركاءك.

إذا كنت تستخدم الواقي الذكري سابقًا عند ممارسة الجنس مع شركائك، فمن الأفضل أن تشرح سبب عدم استخدامك لها من الآن فصاعدًا، طالما أنك تستخدم PrEP كحماية ضد فيروس نقص المناعة البشرية.

يواصل العديد من الأشخاص الذين يستخدمون PrEP استخدام الواقي الذكري أيضًا بسبب الحماية الإضافية التي يقدمونها ضد الأمراض المنقولة بالاتصال الجنسي، ويتوقف بعض الأشخاص عن استخدام الواقي الذكري تمامًا. إنه اختيار شخصي لك.

تذكر، إنه جسمك، اختيارك، صحتك الجنسية.

ماذا أفعل إذا وجد شخص ما إمداد PrEP الخاص بي؟

تعتمد الإجابة على هذا على علاقتك بهذا الشخص وما إذا كان بحاجة إلى معرفة ذلك وما الذي يحتاج إلى معرفته. تذكر أن القرار قرارك وليس قرارهم.

يشعر الكثير من الأشخاص بالقلق من أنه إذا اكتشف أحد الشركاء أنهم يتناولون PrEP، فهذا يعني أنك تعتقد أنهم يعرضونك لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية، إلى جانب الوصمة المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشرية التي قد يسببها ذلك. ما تفعله في الواقع هو الاعتناء بنفسك وبصحتك، فأنت لا تصدر حكمًا عليهم، سواء أكانوا مصابين بفيروس نقص المناعة البشرية أم لا. PrEP هي أداة لحماية نفسك من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية المحتمل من شخص قد لا يعرف حالة فيروس نقص المناعة البشرية لديه.

لدى الأشخاص أيضًا مخاوف من أن الشركاء و / أو الآخرين سيعتقدون أنك تتناول PrEP لأنك مختل جنسيًا أو تعمل في مجال الجنس. PrEP هو وسيلة للاعتناء بنفسك وتقليل خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية إلى ما يقرب من 0٪. هذا كل ما في الأمر. لسوء الحظ، يمكن أن تكون هناك وصمة عار مرتبطة بممارسة الجنس والعمل الجنسي تجعل الناس غير مرتاحين لفكرة أن يتخذ الناس قرارات لحماية أنفسهم.

اختيارك لاستخدام PrEP لا يقول شيئًا أكثر من أنك تريد الجنس بحيث يكون آمنًا قدر الإمكان.

هذا هو أن تكون محترمًا ومسؤولًا عن نفسك.