

PEP d'urgence : mode d'emploi

La PEP pour prévenir le VIH



La PEP (prophylaxie post-exposition) est un traitement d'urgence qui peut prévenir une nouvelle infection causée par le VIH (virus de l'immunodéficience humaine).

- Suivez un traitement PEP d'urgence si vous avez été exposé(e) au VIH.
- Commencez la PEP dès que possible, mais pas plus de 72 heures après l'exposition.
- Pour commencer immédiatement un traitement PEP, appelez la ligne d'assistance PEP de la ville de New York, disponible 24h/24 et 7j/7 au 844-373-7692.

Prenez la PEP d'urgence tous les jours pendant 28 jours

- Il existe différents médicaments pour la PEP au VIH. Demandez à votre prestataire de soins de santé comment prendre vos comprimés de PEP.
- Si vous oubliez une dose quotidienne de PEP, ne prenez qu'une seule dose le lendemain.
- Suivez le traitement PEP même lorsque vous voyagez ou les jours où vous consommez de la drogue ou de l'alcool.

Pour prendre la PEP chaque jour :

- Programmez un rappel quotidien sur votre téléphone ou dans votre agenda.
- Prenez la PEP avant ou après une activité quotidienne régulière, par exemple au moment du petit déjeuner ou avant de vous coucher.
- Ayez toujours sur vous un comprimé de PEP dans une petite boîte à pilules ou enveloppé dans du papier d'aluminium. Ainsi, si vous oubliez de le prendre à la maison ou si vos plans changent, vous aurez toujours un comprimé de PEP sur vous.

On vous donnera peut-être une « trousse de départ » contenant une quantité de comprimés suffisante pour les premiers jours de PEP. Faites remplir votre ordonnance pour les 28 jours restants de PEP dès que possible. Pour trouver un prestataire, appelez la ligne d'assistance PEP de la ville de New York, disponible 24h/24 et 7j/7 au 844-373-7692.

Fonctionnement de la PEP pour stopper le VIH

Si vous êtes exposé(e) au VIH, il faut quelques jours pour qu'une infection s'installe dans votre corps. Dès que vous prenez la première dose de PEP, elle commence à empêcher le virus de se multiplier. En continuant la PEP, les cellules porteuses du VIH meurent et le virus ne peut plus se propager au reste de votre corps.

Certaines cliniques de la ville de New York fournissent gratuitement un traitement PEP au VIH aux personnes sans assurance, quel que soit leur statut d'immigration. Vous pouvez obtenir une PEP d'urgence sans l'autorisation d'un parent ou tuteur, et ce quel que soit votre âge.

Faites le point avec votre prestataire de soins de santé

Faites le point avec votre prestataire de soins de santé par téléphone, SMS ou courrier électronique pour qu'il puisse s'assurer que vous prenez la PEP au VIH conformément à l'ordonnance médicale.

- Prévenez immédiatement votre prestataire de soins de santé si vous présentez des symptômes de fièvre, de ganglions enflés ou d'éruption cutanée ; il peut s'agir de signes précoces que vous êtes séropositif(-ve).
- Votre prestataire de soins vous fera passer un test de dépistage du VIH au début de la PEP, à la fin de la PEP et deux mois après la fin de la PEP. Si vous ne terminez pas la PEP, vous devrez quand même passer un test de dépistage du VIH à des fins de suivi.
- Si vous souhaitez arrêter la PEP, parlez-en à votre prestataire pour vous assurer que vous pouvez le faire en toute sécurité.

Traitez les effets secondaires

La PEP au VIH peut provoquer des effets secondaires légers comme des nausées, des maux d'estomac, de la fatigue et des maux de tête. En général, ces effets secondaires s'atténuent ou disparaissent après la première semaine d'administration de la PEP. Si des effets secondaires continuent à vous incommoder, parlez-en à votre prestataire.

- Pour prévenir les nausées, prenez la PEP avec un en-cas, avant d'aller vous coucher, ou les deux. Pour soulager les nausées, essayez les bonbons au gingembre ou le thé à la menthe poivrée.
- Pour atténuer les gaz et les ballonnements, essayez un médicament en vente libre destiné à soulager les gaz intestinaux.
- Si des selles molles vous incommode, essayez un complément de fibres alimentaires.

Vous pouvez prendre la PEP si vous êtes enceinte ou si vous utilisez une forme quelconque de contraception ou de thérapie hormonale. Informez votre prestataire de soins si vous allaitez avant de commencer la PEP.

Prenez la PrEP pour rester protégé(e) contre le VIH

Après la PEP d'urgence, envisagez de suivre un traitement de PrEP (prophylaxie pré-exposition). La PrEP est un traitement efficace et sûr qui empêche l'infection par le VIH. Elle est disponible sous la forme d'un comprimé quotidien ou d'une injection que vous recevez tous les deux mois. La PrEP ne nécessite pas de soins d'urgence et peut vous protéger si vous êtes à nouveau exposé(e) au VIH.

Pour obtenir plus d'informations
et d'autres modes d'emploi, consultez
nyc.gov/health/hiv ou scannez le code QR.

