

SCHUTZ OHNE KONDOM

Alle Infos zur PrEP & PrEP-Checkheft für
Männer*, die Sex mit Männern* haben



BE
PrEPARED

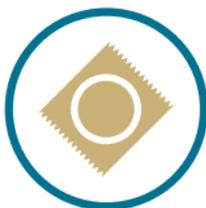
PrEP





WIE KANNST DU DICH VOR HIV SCHÜTZEN?

- 1. DAS KONDOM** | Dies ist der Klassiker in Sachen Safer Sex. Kondome senken zudem das Risiko einer Ansteckung mit anderen sexuell übertragbaren Infektionen.
- 2. DIE PrEP** | Die Prä-Expositions-Prophylaxe bietet Schutz vor HIV durch die vorbeugende Einnahme von HIV-Medikamenten.
- 3. SCHUTZ DURCH THERAPIE** | Diese Safer-Sex-Strategie bedeutet, dass HIV-Positive durch eine funktionierende HIV-Therapie nicht mehr infektiös sind. Sex mit ihnen ist daher Safer Sex.



WAS IST EIGENTLICH DIE PrEP?



1. DAS MEDIKAMENT | Die PrEP steht für Prä-Expositions-Prophylaxe, was so viel heißt wie „Schutz vor einem Risiko“. Dies bezeichnet die Möglichkeit, dass man sich als HIV-negative Person durch die vorbeugende Einnahme einer Tablette pro Tag sicher vor einer HIV-Infektion schützen kann.

2. DER SCHUTZ VOR HIV | Wenn du die PrEP korrekt einnimmst, bist du sicher vor HIV geschützt.

3. DIE WIRKSAMKEIT | Die Wirksamkeit der PrEP ist in vielen Studien nachgewiesen worden, und sie wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als Präventionsmaßnahme für Männer, die Sex mit Männern haben, empfohlen.

FAKT IST...

**PrEP SCHÜTZT SICHER VOR HIV.
SEX AUF PrEP IST SAFER SEX.**



FÜR WEN IST DIE PrEP GEEIGNET?



Die PrEP ist offiziell für Menschen mit einem hohen HIV-Risiko zugelassen. Die PrEP könnte etwas für dich sein, wenn Folgendes auf dich zutrifft.

1. SEX | Du bist ein Mann*, der Sex mit Männern* hat.
(Cis-Männer und Trans*Männer)

2. HIV-STATUS | Du bist dir sicher, dass du HIV-negativ bist.

3. KEINE KONDOME | Du willst oder kannst, beispielsweise wegen einer Allergie oder wegen Erektionsproblemen, keine Kondome verwenden.

4. SORGENFREI | Du möchtest dir und deinem Sexleben Sorgen wegen HIV ersparen.

DAS SIND DIE FAKTEN | Du entscheidest selbst, ob PrEP etwas für dich ist! Wenn du willst, unterstützen dich die Berater_innen von der Halleschen Aidshilfe.



WIE GENAU FUNKTIONIERT DIE PrEP?

Grundsätzlich bieten sich zwei Arten der PrEP-Einnahme als Safer-Sex-Strategie und Schutz vor HIV an:

1. DAUERHAFTES PrEP | Diese PrEP besteht aus der dauerhaften täglichen Einnahme einer Tablette mit zwei Wirkstoffen. Dieses Medikament verhindert, dass das Virus sich in deinem Körper festsetzen kann: Eine Infektion wird dadurch zuverlässig verhindert.

2. ANLASSBEZOGENES PrEP | Diese PrEP wird nur dann eingenommen, wenn du tatsächlich einen sexuellen Risikokontakt planst. Diese Methode ist passend für dich, wenn du nur ab und zu einen Risikokontakt hast. Du nimmst dann 24 bis spätestens 2 Stunden vor dem Risikokontakt 2 Tabletten zum Einstarten ein. Wenn du dann einen weiteren Sex-Risikokontakt planst, kannst du den 24-Stunden-Einnahmezyklus mit je einer weiteren Tablette pro 24-Stunden verlängern. Wichtig ist, dass die letzte PrEP-Einnahme 2 Tage nach dem letzten Sex-Risikokontakt liegt.

DAS SIND DIE FAKTEN | Die PrEP ist bei richtiger Einnahme sicher und funktioniert als Schutz vor HIV. Welche Art der PrEP-Einnahme für dich am besten passt, erfährst du von den erfahrenen und vertrauenswürdigen Berater_innen der Halleschen Aidshilfe.

EINNAHMESCHEMA TÄGLICH



KALENDER

1	2	3 	4 	5  Sex!	6 	7 
8 	9 	10 	11 	12 	13 	14 
15 	16 	17  Sex!	18  Sex!	19 	20 	21 
22 	23 	24 	25 	26 	27 	28 

Einnahmeschema bei Analverkehr



EINNAHMESCHEMA ANLASSBEZOGEN

KALENDER

1	2	3	4 	5  Sex!	6 	7 
8	9	10	11	12	13	14
15 	16  Sex!	17 	18 	19 	20 	21 
22 	23  Sex!	24 	25 	26	27	28

Einnahmeschema bei anlassbezogener PrEP,

nicht empfohlen bei aufnehmendem Vaginal- oder Frontholeverkehr

WAS SPRICHT DAFÜR ODER DAGEGEN?



 **STIS** | Die PrEP schützt dich nicht vor anderen sexuell übertragbaren Infektionen. Du musst dich regelmäßig – alle drei Monate – auf andere sexuell übertragbare Infektionen (STIs) testen lassen.

 **NEBENWIRKUNGEN** | Das PrEP-Medikament kann in seltenen Fällen Nebenwirkungen (wie beispielsweise Nierenprobleme) erzeugen.

 **ENTSPANNTER SEX** | Du kannst Sexualität entspannt leben: Mit HIV kannst du dich nicht infizieren, der Rest der sexuell übertragbaren Infektionen ist relativ gut behandelbar.

 **SELBST IST DER MANN** | Du kannst als passiver Sexualpartner für deinen Schutz selbst sorgen und musst dich nicht auf andere verlassen.

 **HOHER SCHUTZ** | Korrekt nach Vorschrift eingenommen bietet die dauerhafte oder anlassbezogene PrEP einen annähernd 100%-igen Schutz vor HIV.

 **GESUNDHEIT** | Die regelmäßigen ärztlichen Untersuchungen und Check-Ups, die die PrEP-Einnahme begleiten sollen, stellen sicher, dass du gesund bist.

 **KOSTEN** | Die Kosten werden für Männer*, die Sex mit Männern* haben, von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen.

 **DAS SIND DIE FAKTEN** | Die Entscheidung liegt bei dir.



WAS MUSS ICH BEI DER PrEP BEACHTEN?

- 1. HIV-TEST** | Du musst dich vorher testen lassen, um sicher zu gehen, dass du HIV-negativ bist! Solltest du positiv sein, sind die PrEP-Medikamente keine ausreichende Therapie und es könnten sich Resistenzen entwickeln.
- 2. HEP B** | Du und dein Arzt müssen deinen Hepatitis-B-Status kennen, da bei Männern* mit chronischer Hepatitis B besondere PrEP-Regeln gelten.
- 3. CHECK UND ARZTBESUCHE** | Die PrEP-Einnahme erfordert alle 3 Monate einen Check auf HIV, andere sexuell übertragbare Infektionen (Syphilis, Chlamydien, Tripper) und deiner Nierenfunktionswerte. Wir empfehlen zusätzlich einmal im Jahr einen Test auf Hepatitis C. Du solltest als PrEP-User regelmäßig alle 3 Monate Termine für Arztbesuche und Untersuchungen wahrnehmen – im Übrigen auch, um dort dein PrEP-Rezept abzuholen.
- 4. AUFWAND** | Zu Beginn der PrEP-Einnahme wirkt all dies etwas aufwendig, danach ist es lediglich die Einnahme einer Tablette am Tag!
- 5. INFO FÜR TRANS*MÄNNER** | Für Trans*männer mit Vagina/Fronthole, die diese beim Sex benutzen, gelten andere PrEP-Einnahmeregeln. Die Berater_innen der Halleschen Aidshilfe informieren auch Trans*Männer zur PrEP.

DEIN PrEP-CHECK



DU HAST DICH FÜR DIE HIV-PRÄVENTIONSMETHODE PrEP ENTSCHEIDEN?

Dieser PrEP-Check kann dir helfen, den Überblick über deine PrEP zu behalten.

Regelmäßige HIV-Tests, Untersuchungen auf sexuell übertragbare Infektionen (STI) sowie weitere Laboruntersuchungen z.B. Kreatinin-Clearance zur Überprüfung der Nierenfunktion. Bei den Gonokokken- und Chlamydien-Tests wird mithilfe eines Abstrichs im Darm („rektal“) oder im Rachen („pharyngeal“) oder mit einem Urinest („urethral“) festgestellt, ob eine Infektion vorliegt.

Nicht nur die regelmäßige Einnahme der Tabletten mit den Wirkstoffen Tenofovir und Emtricitabin macht eine PrEP aus, sondern auch regelmäßige Untersuchungen.

DENN: wie bei allen Safer Sex Strategien gibt es immer ein Restrisiko. Zum Beispiel gibt es die diagnostische Lücke, in der ein HIV-Test eine frühe Infektion nicht zeigt. Außerdem schützen nur Kondome vor STI.

In diesem Dokument können alle Ergebnisse notiert werden, so dass du und dein_e Ärzt_in immer Bescheid wisst.



ERSTBERATUNG

Umfassende Beratung gemäß den Zulassungsrichtlinien zu allen wesentlichen Aspekten einer HIV-Präexpositionsprophylaxe (PrEP)

Datum der Beratung

Unterschrift/Stempel

HEPATITIS B



Hepatitis B (Serologie)

HBs-Ag negativ

positiv

Anti-HBc negativ

positiv

Anti-HBs (mIE/ml)

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

Hepatitis A / B-Impfung

1. Datum

2. Datum

3. Datum

weitere:

Datum

Datum

Datum



HEPATITIS C

Hepatitis C (Serologie)

Anti-HCV negativ
 positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

Anti-HCV negativ
 positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

Anti-HCV negativ
 positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

Anti-HCV negativ
 positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-TEST



HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel



HIV-TEST

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

HIV-Test
(4. Generation)

negativ

positiv

Datum der Untersuchung

Unterschrift/Stempel

LABORUNTERSUCHUNGEN

STI



Syphilis (Serologie) behandlungsbedürftig

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Syphilis (Serologie) behandlungsbedürftig

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Syphilis (Serologie) behandlungsbedürftig

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Syphilis (Serologie) behandlungsbedürftig

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel



LABORUNTERSUCHUNGEN

STI

Syphilis (Serologie) *behandlungsbedürftig*

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Syphilis (Serologie) *behandlungsbedürftig*

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Syphilis (Serologie) *behandlungsbedürftig*

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Syphilis (Serologie) *behandlungsbedürftig*

nein nein

Gonokokken

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Chlamydien

negativ positiv

rektal urethral pharyngeal

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

LABORUNTERSUCHUNGEN NIERENWERTE



Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel



LABORUNTERSUCHUNGEN NIERENWERTE

Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

LABORUNTERSUCHUNGEN NIERENWERTE



Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel



LABORUNTERSUCHUNGEN

NIERENWERTE

Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Kreatinin-Clearance (ml/min)

normwertig auffällig

Serum-Phosphat

normwertig auffällig

U-Stix

normwertig auffällig

andere _____

Datum der
Untersuchung

Unterschrift
/ Stempel

Tägliche Einnahme Alternative Einnahme

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

 Tägliche Einnahme Alternative Einnahme

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Tägliche Einnahme Alternative Einnahme

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

 Tägliche Einnahme Alternative Einnahme

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	
Mo	
Di	
Mi	
Do	
Fr	
Sa	
So	

 Leipziger Straße 32
06108 Halle (Saale)

 0345 - 58 212 70

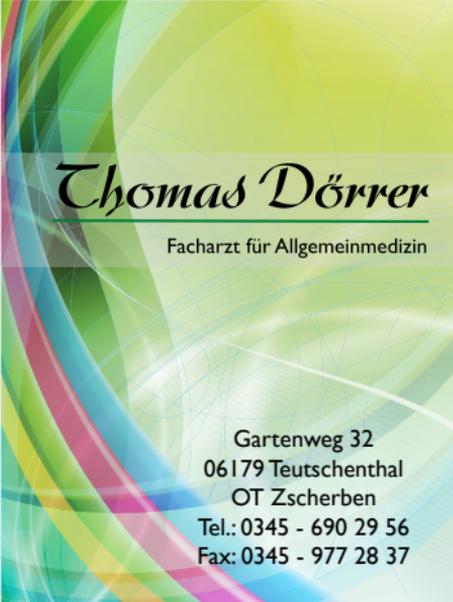
 0345 - 58 212 73

 info@halle.aidshilfe.de

 www.halle.aidshilfe.de



In Kooperation mit:



Thomas Dörner

Facharzt für Allgemeinmedizin

Gartenweg 32
06179 Teutschenthal
OT Zscherben
Tel.: 0345 - 690 29 56
Fax: 0345 - 977 28 37



**Praxis für hormonelle
Gesundheit und Stoffwechsel**
Dr. med. Frank Ackermann
Dirk Haaser

Montag: 8:00 - 12:00 Uhr & 13:00 - 17:00 Uhr
Dienstag: 8:00 - 12:00 Uhr & 14:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch: 8:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag: 8:00 - 12:00 Uhr & 14:00 - 18:00 Uhr
Freitag: 8:00 - 12:00 Uhr

Jägergasse 1
06108 Halle (Saale)

Telefon: 0345 2909838
Telefax: 0345 2909837
E-Mail: halle@hormonpraxis.info