

Dự phòng trước phơi nhiễm (PrEP) để phòng ngừa HIV

Các câu hỏi thường gặp

PrEP là gì?

“PrEP” là Dự phòng trước phơi nhiễm. Từ “dự phòng” có nghĩa là ngăn chặn hoặc kiểm soát sự lây lan của nhiễm trùng hoặc bệnh tật. Mục tiêu của PrEP là ngăn ngừa lây nhiễm HIV nếu bạn bị phơi nhiễm với vi rút này. Điều này được thực hiện bằng cách uống một viên thuốc có chứa 2 loại thuốc kháng HIV mỗi ngày. Đây là những loại thuốc tương tự được sử dụng để ngăn chặn vi rút phát triển ở những người đã nhiễm bệnh.

Tại sao chọn PrEP?

Dịch HIV ở Việt Nam đang gia tăng. Khoảng 9.000 người nhiễm HIV mỗi năm. Ở một số nhóm người và một số khu vực của đất nước có nhiều người nhiễm bệnh hơn những nơi khác.

PrEP có phải là vắc-xin không?

Không. Thuốc PrEP không hoạt động giống như thuốc chủng ngừa. Khi bạn dùng vắc-xin, nó sẽ đào tạo hệ miễn dịch của cơ thể để chống lại nhiễm trùng trong nhiều năm. Bạn sẽ cần uống thuốc PrEP mỗi ngày để bảo vệ bạn khỏi nhiễm bệnh. PrEP không hoạt động sau khi bạn ngừng dùng thuốc. Thuốc được chứng minh là an toàn và giúp ngăn chặn nhiễm HIV được gọi là “Truvada” (phát âm là tru va duh). Truvada là sự kết hợp của 2 loại thuốc (tenofovir và emtricitabine). Những loại thuốc này hoạt động bằng cách ngăn chặn vi-rút HIV thiết lập một nhiễm trùng. Nếu bạn dùng Truvada như PrEP hàng ngày, thuốc trong máu của bạn thường có thể ngăn chặn vi-rút HIV xâm nhập và nhân lên trong cơ thể bạn. Nếu bạn không uống thuốc Truvada hàng ngày, có thể không có đủ thuốc trong máu để ngăn chặn vi rút.

Tôi có nên cân nhắc dùng PrEP không?

PrEP không dành cho tất cả mọi người. Các bác sĩ kê đơn PrEP cho một số bệnh nhân có nguy cơ tiếp xúc với HIV cao do không sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục với người có HIV. Bạn nên xem xét dùng PrEP nếu như bạn là nam giới hoặc nữ giới đôi khi có quan hệ tình dục mà không sử dụng bao cao su, đặc biệt là nếu bạn có một bạn tình mà bạn biết là có HIV. Bạn cũng nên xem xét sử dụng PrEP nếu bạn không biết liệu bạn tình của mình có HIV hay không nhưng bạn biết rằng bạn tình của bạn có nguy cơ (ví dụ, bạn tình tiêm chích ma túy hoặc quan hệ tình dục với người khác ngoài bạn) hoặc nếu gần đây bạn được một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thông báo rằng bạn mắc nhiễm trùng lây qua đường tình dục. Nếu bạn tình của bạn có HIV, PrEP có thể là một lựa chọn để giúp bảo vệ bạn khỏi HIV trong khi bạn cố gắng có thai, trong khi mang thai hoặc trong khi cho con bú.

PrEP hiệu quả tốt như thế nào?

PrEP đã được thử nghiệm trong một số nghiên cứu lớn ở nhóm nam quan hệ tình dục đồng giới, nam giới có quan hệ tình dục với phụ nữ và phụ nữ có quan hệ tình dục với nam giới. Tất cả những người tham gia những nghiên cứu này (1) đã được xét nghiệm vào lúc bắt đầu thử nghiệm để chắc chắn rằng họ không có HIV, (2) đồng ý uống thuốc PrEP hàng ngày, (3) được tư vấn chuyên sâu về hành vi an toàn tình dục (4) đã được xét nghiệm thường xuyên về các bệnh lây truyền qua đường tình dục, và (5) được cung cấp bao cao su thường xuyên.

Một số nghiên cứu cho thấy PrEP giảm nguy cơ nhiễm HIV.

- Ở nhóm nam quan hệ tình dục đồng giới được cho dùng thuốc PrEP, nguy cơ lây nhiễm của họ đã giảm 44% so với những người ở nhóm chứng. 44% là trung bình bao gồm cả những người nam giới không uống thuốc mỗi ngày và những người đã uống thuốc mỗi ngày. Trong số những người nói rằng họ đã uống hầu hết liều hàng ngày của họ, PrEP giảm nguy cơ nhiễm HIV từ 73% trở lên, lên đến 92% đối với một số người.
- Ở các cặp đôi mà một người có HIV và người kia ban đầu không có HIV (cặp đôi "dị nhiễm"), với cả nam giới và phụ nữ dùng thuốc PrEP, đã giảm nguy cơ lây nhiễm của họ tới 75% so với những người thuộc nhóm chứng. Trong số những người nói rằng họ đã uống hầu hết liều hàng ngày của họ, PrEP giảm nguy cơ nhiễm HIV lên đến 90%.
- Trong một nghiên cứu về nam giới và phụ nữ tham gia nghiên cứu với tư cách cá nhân (không phải là cặp đôi), PrEP đã phát huy hiệu quả cho cả nam giới và phụ nữ: ở những người dùng thuốc, nguy cơ lây nhiễm của họ đã giảm 62%; Trong số những người nói rằng họ đã uống hầu hết liều hàng ngày của họ, nguy cơ lây nhiễm của họ đã giảm 85%. Nhưng trong một nghiên cứu khác, chỉ có khoảng 1 trong 4 phụ nữ (<26%) có thuốc PrEP được tìm thấy trong máu của họ khi được kiểm tra. Điều này chỉ ra rằng chỉ một số ít phụ nữ đã thực sự dùng thuốc của họ và nghiên cứu đó không tìm thấy có sự bảo vệ khỏi lây nhiễm HIV.

Bạn có thể tìm thêm thông tin chi tiết về các nghiên cứu này tại www.cdc.gov/hiv/prep.

PrEP có an toàn không?

Các thử nghiệm lâm sàng cũng cung cấp thông tin an toàn về PrEP. Một số người trong các thử nghiệm gặp phải tác dụng phụ sớm như đau bụng hoặc chán ăn nhưng thường nhẹ và tự biến mất trong tháng đầu tiên. Một số người cũng bị đau đầu nhẹ. Không thấy tác dụng phụ nghiêm trọng nào. Bạn nên nói với bác sĩ của bạn nếu những triệu chứng này trở nên nghiêm trọng hoặc không tự biến mất.

Làm thế nào tôi có thể bắt đầu PrEP?

Nếu bạn nghĩ rằng bạn có nguy cơ cao nhiễm HIV, hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn về PrEP. Nếu bạn và bác sĩ của bạn nhất trí rằng PrEP có thể giảm nguy cơ nhiễm HIV, bạn sẽ cần phải đi khám sức khỏe tổng quát, xét nghiệm HIV và xét nghiệm các nhiễm trùng khác mà bạn có thể bị lây từ bạn tình. Máu của bạn cũng sẽ được xét nghiệm để xem thận và gan của bạn có hoạt động tốt hay không. Nếu các xét nghiệm này cho thấy rằng các loại thuốc PrEP có thể an toàn cho bạn sử dụng và sử dụng PrEP có thể có lợi cho bạn, bác sĩ có thể kê đơn cho bạn sau khi thảo luận với bạn.

Việc dùng thuốc PrEP đòi hỏi bạn phải thường xuyên tái khám. Bạn sẽ được tư vấn về hành vi tình dục và xét nghiệm máu về HIV và xem liệu cơ thể của bạn có đáp ứng tốt với Truvada hay không. Bạn nên dùng thuốc mỗi ngày như được kê đơn, và bác sĩ sẽ tư vấn cho bạn về cách giúp bạn uống thuốc thường xuyên để đó là cơ hội tốt nhất để giúp bạn tránh nhiễm HIV. Hãy cho bác sĩ của bạn biết nếu bạn gặp khó khăn khi nhớ phải uống thuốc hoặc nếu bạn muốn ngừng PrEP.

Nếu dùng PrEP, tôi có thể ngừng sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục?

Bạn không nên ngừng sử dụng bao cao su vì lý do dùng PrEP. Nếu PrEP được dùng hàng ngày, nó cung cấp sự bảo vệ chống lây nhiễm HIV, nhưng không phải 100%. Bao cao su cũng là cách bảo vệ tốt chống lại lây nhiễm HIV nếu chúng được sử dụng đúng cách mỗi khi bạn quan hệ tình dục, nhưng không phải là 100%. Các loại thuốc PrEP không bảo vệ bạn khỏi các nhiễm trùng khác mà bạn có thể mắc phải khi quan hệ tình dục, nhưng bao cao su thì có. Vì vậy, bạn sẽ nhận được sự bảo vệ tốt nhất chống lại sự lây nhiễm HIV và các bệnh lây qua đường tình dục khác nếu bạn luôn dùng thuốc PrEP và luôn sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục.

Tôi cần dùng PrEP trong bao lâu?

Bạn nên trao đổi với bác sĩ của bạn. Có nhiều lý do khiến mọi người ngừng dùng PrEP. Nếu nguy cơ nhiễm HIV trở nên thấp do những thay đổi xảy ra trong cuộc sống của bạn, bạn có thể muốn ngừng sử dụng PrEP. Nếu bạn không muốn uống thuốc mỗi ngày hoặc thường quên uống thuốc, những cách khác để tự bảo vệ bạn khỏi HIV có thể hiệu quả hơn cho bạn. Nếu bạn gặp những phản ứng phụ của thuốc và điều này đang gây trở ngại cho cuộc sống của bạn hoặc nếu xét nghiệm máu cho thấy cơ thể bạn đang phản ứng với PrEP theo những cách không an toàn, bác sĩ của bạn có thể ngừng kê đơn PrEP cho bạn.