

mon Passeport PrEP

La **PrEP** est

**fiable**

**efficace**

**sécuritaire**



[maprep.org](http://maprep.org)

# Des questions?

**📞 Téléphone**, du lundi au vendredi  
1-877-Portail (767-8245)

ou

**✉️ Courriel** à [intervention@pvsq.org](mailto:intervention@pvsq.org).

Tous les documents et sources citées dans ce document sont disponibles à l'adresse suivante, section 'PrEP et PEP':  
[pvsq.org/lignes-directrices/](https://pvsq.org/lignes-directrices/)





# Dans mon passeport...

C'est quoi, la PrEP ? .....	<b>1</b>
La PrEP est-elle pour moi? .....	<b>2</b>
Comment utiliser la PrEP? .....	<b>4</b>
J'ai oublié une dose! .....	<b>7</b>
La PrEP injectable .....	<b>8</b>
Comment accéder à la PrEP? .....	<b>10</b>
Combien ça coûte? .....	<b>11</b>
À quoi ressemble un suivi PrEP? .....	<b>12</b>
Est-ce qu'il y a des effets indésirables? .....	<b>13</b>
Ressources pour les intervenant-es de santé .....	<b>14</b>

# C'est quoi, la PrEP?

«PrEP» est le diminutif de 'prophylaxie préexposition', qui signifie «prendre un traitement avant une exposition à un pathogène pour prévenir une infection».

Dans les faits, prendre la PrEP, ça implique de prendre des médicaments avant une activité sexuelle dans le but de prévenir la transmission du VIH.

# La PrEP est-elle pour moi?

## Vrai ou Faux ?

**1-** Je n'ai pas toujours accès à du matériel d'injection stérile à usage unique.

**2-** Je consomme parfois des drogues dans le cadre de ma vie sexuelle («Party&Play» «PnP», «chemsex», etc.).

**3-** J'ai parfois des relations sexuelles vaginales ou anales sans condom avec des partenaires au statut VIH inconnu.

**4-** J'ai parfois des relations sexuelles vaginales ou anales sans condom avec des partenaires séropositifs qui ne prennent pas de médicaments ou qui ont une charge virale détectable ?

**5-** J'ai eu des relations sexuelles anales sans condom avec 2 partenaires ou plus dans les 6 derniers mois.

(suite .....>)

# La PrEP est-elle pour moi?

**6-** J'ai eu des relations sexuelles anales sans condom avec 2 partenaires ou plus dans les 6 derniers mois.

**7-** J'ai reçu un ou plusieurs diagnostics positifs pour la chlamydia, la gonorrhée ou la syphilis dans les 6 derniers mois.

**8-** J'ai utilisé une prophylaxie post-exposition («PPE») 2 fois ou plus dans le passé.

## Résultats

Si tu as répondu **«VRAI»** à une ou à plusieurs de ces questions, la PrEP pourrait peut-être te convenir!

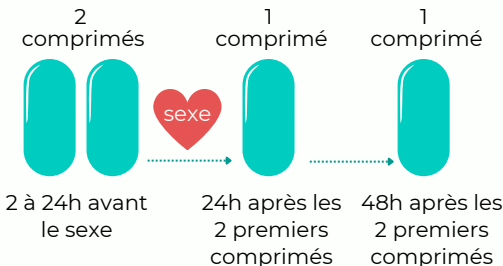
Tu peux consulter un·e professionnel·le de la santé ou visiter le site [maprep.org](http://maprep.org) pour en savoir plus au sujet des critères d'admissibilité au traitement.

# Comment utiliser la PrEP? (comprimés)

Selon la situation, la PrEP peut être prescrite «en continu», soit 1 comprimé par jour à tous les jours, ou «à la demande», soit en formule «2-sexe-1-1» comprimés avant et après une exposition possible au VIH.

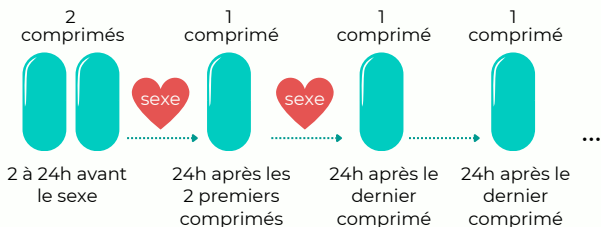
## La formule «2-sexe-1-1»

- 2 comprimés de 2 à 24h avant l'exposition
- 1 comprimé 24h après la première prise
- 1 dernier comprimé 24h après la deuxième prise



# Comment utiliser la PrEP? (comprimés)

On peut étendre la période de protection de la PrEP et continuer d'avoir du sexe en ajoutant la partie «1-1» de la formule après chaque relation sexuelle, ex : 2 comprimés, sexe, 1 comprimé, sexe, 1 comprimé, 1 comprimé, ...



L'idée générale, c'est de toujours prendre au moins 2 comprimés avant, puis 2 comprimés après une relation sexuelle, en respectant bien les délais entre chaque prise.

Petit truc pour t'en souvenir:



«Bonjour!  
Vous avez bien rejoint  
le «1-800-2-sexe-1-1».  
Pour parler à ....»



# Comment utiliser la PrEP? (comprimés)

On peut prendre la PrEP avec ou sans nourriture.



Les drogues et l'alcool n'ont pas d'effet sur l'efficacité de la PrEP, tant que le traitement est suivi comme prescrit.

La PrEP peut être utilisée en même temps qu'une thérapie hormonale.



La PrEP peut être utilisée pendant la grossesse et l'allaitement.



Les produits de santé naturels, les vitamines, les remèdes homéopathiques et les antiacides peuvent avoir un effet sur l'efficacité de certains médicaments/traitements; on

conseille de partager la liste complète des produits que tu utilises avec ta pharmacie ou avec ta clinique, et de les consulter avant d'intégrer un nouveau produit dans ta routine.

# J'ai oublié une dose !

Au moment où tu constates l'oubli, s'il reste:

- 12 heures ou plus avant la prochaine dose: prendre la dose oubliée, puis reprendre avec l'horaire habituel.
- 12 heures ou moins avant la prochaine dose: attendre la dose suivante. Ne pas doubler la dose suivante.

On considère qu'il faut prendre au minimum 1 schéma «2-1-1» complet de PrEP «à la demande» ou au moins 4 jours d'affilés de PrEP «en continu» pour prévenir l'infection au VIH de façon efficace.

Ta·ton pharmacien·ne peut t'aider à établir un plan de match pour la suite si tu constates que la dose oubliée ne te permet pas de compléter adéquatement au moins un de ces schémas 'minimums'.

# La PrEP injectable

En mai 2024, Santé Canada a approuvé l'utilisation en PrEP d'un médicament injectable à longue action, le cabotegravir. La PrEP injectable permet de recevoir une protection continue contre l'infection au VIH en 1 injection dans le muscle fessier 1 fois par mois d'abord, puis aux 2 mois.

Bien que le cabotegravir soit déjà utilisé au Canada pour traiter l'infection au VIH depuis quelques années, au moment d'écrire ces lignes (mai 2024), la PrEP en injectable n'est pas couverte ni par les régimes d'assurances privées, ni par la RAMQ – les négociations devraient aboutir au cours des prochains mois. Tu peux contacter ta pharmacie ou visiter le site [maprep.org](https://maprep.org) pour en savoir plus à ce sujet.

# La PrEP injectable

## Avantages

- Protection continue contre l'infection au VIH
- Pas de comprimés à prendre chaque jour
- Pas d'oublis possibles, pas besoin de rappel
- Avantageux pour les personnes qui ont des difficultés à prendre ou qui n'aiment pas prendre des comprimés

## Désavantages

- Pas couvert par les assurances médicaments/ la RAMQ à ce jour (mai 2024)
- Plusieurs visites médicales à prévoir, surtout au début
- Convient mal aux personnes qui n'aiment pas ou qui ont peur des aiguilles/ des injections
- Requiert d'être assidu·e avec le calendrier d'injection
- Aucune donnée sur la grossesse et l'allaitement à ce jour

# Comment accéder à la PrEP ?

La PrEP est disponible sous ordonnance, c'est-à-dire qu'il faut s'adresser à un·e professionnel·le de la santé pour obtenir une évaluation de santé et une prescription. Les médecins de famille, les cliniques de santé sexuelle et les SIDEP+ peuvent généralement t'aider à accéder au traitement et/ou t'offrir directement un suivi PrEP.

Tu peux communiquer avec le PVSQ ou avec un organisme communautaire VIH de ta région si tu souhaites en savoir plus au sujet de la PrEP et des ressources de santé qui permettent d'y accéder.

 **Nous contacter** : [intervention@pvsq.org](mailto:intervention@pvsq.org).

# Combien ça coûte ?

L'assurance-médicaments du Québec (RAMQ) et les régimes d'assurances collectives ou privées couvrent la plupart des frais et des médicaments utilisés pour la PrEP, mais pas tous; ta·ton soignant·e te guidera vers le traitement le plus abordable pour toi.

## Frais à prévoir pour 30 comprimés de PrEP

- RAMQ : environ 100\$ par mois
- Assurances collectives ou privées : dépend du contrat; autour de 60\$ par mois en moyenne
- Carnet de réclamation : 0\$
- Ni assurances, ni RAMQ : environ 300\$ pour la PrEP en générique, environ 1000\$ pour les marques déposées

## Frais à prévoir pour la PrEP injectable

Au moment d'écrire ces lignes (mai 2024), la PrEP injectable n'est pas couverte par les assurances collectives, les assurances privées ou la RAMQ – le prix pour les particuliers est actuellement inconnu.

# À quoi ressemble un suivi PrEP ?

Si tu souhaites accéder à la PrEP, ta clinique te proposera probablement un premier rendez-vous pour un bilan de santé complet, une visite de «check-in» 30 jours plus tard, puis un suivi médical régulier aux 3 mois par la suite.

## **Ces rendez-vous impliquent généralement :**

- Une évaluation de ta situation et de ton historique médical
- Un dépistage du VIH, de la gonorrhée, de la chlamydia, de l'hépatite C et de la syphilis
- Une évaluation de ton statut immunitaire aux hépatites A et B (la vaccination peut t'être offerte au besoin)
- Une évaluation de la fonction de tes reins
- Une formule sanguine complète
- Un test de grossesse

Ces examens permettront à ton équipe de soins de s'assurer que le traitement te convient bien et que les médicaments n'ont pas d'effet néfaste sur ta santé.

# Est-ce qu'il y a des effets indésirables ?

## **PrEP en comprimés:**

Les comprimés utilisés en PrEP sont généralement bien tolérés. Il est possible de ressentir certains malaises en début de traitement comme des nausées, des maux de tête ou de la fatigue, mais ces effets s'estompent généralement avec le temps et finissent par disparaître.

## **PrEP injectable:**

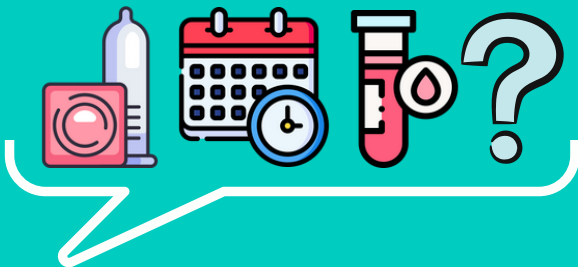
Le médicament utilisé pour la PrEP injectable est généralement bien toléré. Il est possible de ressentir de la douleur au site d'injection, des nausées, des diarrhées, des maux de tête ou de la fatigue, surtout au début du traitement. Ces effets s'estompent généralement avec le temps et finissent par disparaître.

Très rarement, le traitement injectable a été associé à des réactions allergiques, à des troubles rénaux, ou à des troubles de l'humeur; ces effets sont extrêmement rares, et doivent être rapportés rapidement à ton équipe de soins afin d'éviter de possibles complications.



# Ressources pour les Intervenant·es en santé

Au Québec, tous les médecins  
omnipraticien·nes, certains médecins  
spécialistes, et certaines équipes d'infirmier·ères  
praticien·nes (souvent en clinique de santé  
sexuelle) peuvent prescrire la PrEP.





# Dans cette section...

Prescrire la PrEP - Populations cibles .....	<b>16</b>
Prescrire la PrEP - Modalités de traitement .....	<b>18</b>
Prescrire la PrEP - Molécules utilisées .....	<b>19</b>
Le traitement injectable .....	<b>21</b>
Efficacité .....	<b>22</b>
Barrières à l'observance .....	<b>23</b>
Counseling - Prendre la PrEP .....	<b>25</b>
Counseling - Prévention des ITSS .....	<b>27</b>

# Prescrire la PrEP - Populations Cibles



Le Ministère de la Santé du Québec (MSSS) recommande l'utilisation de la PrEP aux personnes susceptibles d'être exposées au VIH dans le contexte de leur sexualité ou de leur utilisation de drogues.



De manière générale, la PrEP **n'est pas recommandée** aux personnes qui ne rapportent pas de relations sexuelles anales ou vaginales sans condom, et/ou qui ne partagent pas leur matériel de consommation.



La PrEP **n'est pas recommandée** aux partenaires de personnes séropositives sous traitement et ayant une charge indétectable, qu'il y ait utilisation du condom ou pas.

## Le traitement comme prévention

Nous savons aujourd'hui que le VIH ne peut pas être transmis aux partenaires sexuels d'une personne séropositive (sexe oral, anal, et/ou vaginal) lorsque cette dernière suit son traitement comme prescrit et maintient une charge virale supprimée, dite «indétectable». Ces informations sont à l'origine du message «Indétectable=Intransmissible», ou «I=I».

# Prescrire la PrEP - Populations Cibles



La PrEP **peut être envisagée** pour toutes les personnes qui pratiquent le chemsex/PnP, qu'il y ait ou non partage du matériel de consommation.



La PrEP **peut être envisagée** pour toutes les personnes qui n'ont pas toujours accès à du matériel de consommation individuel/stérile.



La PrEP **peut être utilisée** par les personnes enceintes ou qui allaitent lorsque les bénéfices du traitement dépassent les risques possibles.



La PrEP **peut être utilisée** parallèlement à une hormonothérapie.



Pour en savoir plus au sujet des recommandations du MSSS :

[publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2018/18-334-02W.pdf](https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2018/18-334-02W.pdf)

# Modalités du traitement (comprimés)

La PrEP en comprimés peut être utilisée en formule «en continu» ('quotidienne') ou «à la demande» ('par intermittence').

- La formule «en continu» (quotidienne) **peut** être utilisée par toutes les personnes et populations admissibles à la PrEP.
- La formule «à la demande» **peut** être envisagée pour les personnes qui ont un pénis (des études sont en cours pour les autres populations).
- La formule «à la demande» **ne peut pas** être utilisée par les personnes qui ont une hépatite B aigüe ou chronique.
- La formule «à la demande» **n'est pas recommandée** pour les personnes pouvant avoir des difficultés à suivre un régime posologique complexe.

# Molécules utilisées (comprimés)

Le TRUVADA et le DESCOVY sont les noms commerciaux de 3 médicaments antirétroviraux («ARV») qui peuvent être utilisés en PrEP afin de prévenir l'infection au VIH. Ces médicaments agissent sur le cycle de réplication du VIH afin d'empêcher le virus de s'installer dans les cellules immunitaires et de se propager dans l'organisme.

## Résistances aux ARV

Les molécules prescrites en PrEP sont parfois utilisées en combinaison à d'autres ARV dans le cadre d'une trithérapie afin de traiter l'infection au VIH; lorsqu'on les utilise en prévention, il est donc essentiel de s'assurer du statut sérologique d'une personne afin de lui éviter d'éventuelles résistances au traitement. Il est également très important de prendre en compte la période fenêtre du test de dépistage utilisé afin de pouvoir détecter les infections au VIH récentes le plus tôt possible.

(suite .....>)

# Molécules utilisées (comprimés)

## «TRUVADA»

emtricitabine(**F**)+ténofovir disoproxil(**TDF**)

- Aussi disponible en forme générique
- Prise 'en continu' ou 'à la demande'
- Peut être utilisé par toutes les personnes et populations
- Couvert par la RAMQ et par la plupart des régimes d'assurances privées
- Sans RAMQ/assurances (30 comprimés): environ 300\$ pour le générique et environ 900\$ pour le TRUVADA

## «DESCOVY»

emtricitabine(**F**)+tenofovir alafenamide(**TAF**)

- Pas de générique disponible
- Prise 'en continu' seulement
- Peut être utilisé par les hommes cisgenres et par les femmes transgenres
- Pas couvert par la RAMQ, mais généralement couvert par les compagnies d'assurances privées
- Sans RAMQ/assurances (30 comprimés) : environ 1000\$

# Le traitement injectable

L'utilisation en PrEP d'un médicament injectable, l'APRETUDE, a été approuvée par Santé Canada en mai 2024; au moment d'écrire ces lignes (mai 2024), les lignes directrices fédérales & provinciales à ce sujet n'ont pas encore été publiées. Vous pouvez visiter le site [maprep.org](http://maprep.org) pour connaître les dernières nouvelles à ce sujet.

## «APRETUDE»

cabotégravir (CAB)

- Usage en PrEP approuvé par Santé Canada en mai 2024
- Pas de générique disponible
- Pas de lignes directrices publiées à ce jour - la monographie du produit est disponible sur le site du fabricant
- Solution à longue action – 1 injection aux 2 mois dans le muscle fessier (site ventrolatérale)
- Contre-indications possibles avec certains anticonvulsifs et avec les antibiotiques de la famille des rifampicines
- Pas couvert par les assurances médicaments privées ou la RAMQ (négociations en cours)



# Prescrire la PrEP - Efficacité

Il existe un lien direct très important entre l'observance thérapeutique et l'efficacité de la PrEP dans le contexte de la sexualité.

En effet, les études rapportent une efficacité ajustée en fonction de l'observance de près de 100% - autrement dit, lorsque le traitement est suivi de façon adéquate, la PrEP permet de prévenir près de 100% des infections VIH transmises dans le cadre des activités sexuelles.

## **«L'observance thérapeutique»**

L'observance thérapeutique réfère au fait de suivre un traitement / de prendre un médicament comme prescrit, à la dose prescrite, au moment prescrit, pour toute la durée prescrite. Certains textes utilisent les expressions «adhésion au traitement» ou «adhérence thérapeutique» pour référer à ce même concept.

# Barrières à l'observance

Certains éléments peuvent nuire à la capacité d'une personne à suivre son traitement comme prescrit, notamment :

- L'expérience de la stigmatisation
- Les relations violentes ou abusives
- L'insécurité du logement
- L'insécurité financière
- Les comorbidités de santé mentale
- La consommation de drogues et d'alcool

En identifiant ces barrières, les intervenant·es de santé peuvent grandement aider les patient·es à développer et à maintenir leur observance thérapeutique.

# Barrières à l'observance

Le maintien d'une relation clinique basée sur la confiance peut permettre aux intervenant·es d'identifier les barrières à l'observance rencontrées par leurs patient·es et, ainsi, de les aider à poser des actions concrètes permettant de les résoudre. Cette relation de confiance peut être encouragée par l'adoption d'une posture professionnelle de non-jugement, basée sur le renforcement des succès.

N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous souhaitez en savoir plus au sujet des pratiques d'intervention favorables au counseling patient·es!



**Nous contacter** : [intervention@pvsq.org](mailto:intervention@pvsq.org).

# Counseling - Prendre la PrEP

Plusieurs stratégies peuvent aider les patient.es à maintenir une bonne adhérence au traitement, par exemple :

- S'assurer que la personne a bien compris les modalités de la prise (jour, fréquence, dose, calendrier d'injection, etc.)
- Pour la prise à la demande, on peut donner le mnémotechnique «1-800-2-sexe-1-1» (voir. p5 de ce livret); on peut aussi suggérer de programmer une alarme sur un téléphone cellulaire
- Pour la prise en continu, on peut suggérer d'intégrer la prise dans la routine quotidienne, par exemple tous les matins en déjeunant

(suite .....>)

# Counseling - Prendre la PrEP

- Pour les injectables, la clinique peut proposer de faire un rappel des rendez-vous la veille des injections (téléphone, courriel, textos, ...)
- Encourager l'adhésion en rappelant le haut taux de succès lorsque la prise est adéquate
- Parler des effets indésirables possibles pour permettre aux patient.es de les anticiper
- Réserver un moment lors des rendez-vous de suivi pour discuter de l'expérience de la personne en lien avec la prise de son traitement; identifier les difficultés, et célébrer les succès!

# Counseling - Prévention des ITSS

Les rendez-vous de consultation ou de suivi PrEP peuvent offrir de belles occasions pour discuter de santé sexuelle avec les patient-es et pour leur proposer de l'information et des conseils en lien avec la prévention du VIH et des ITSS. Par exemple, on peut parler de :

- Modes de transmission des ITSS
- Dépistage des ITSS et période fenêtre
- Prévention combinée : condom, digue dentaire, choix des pratiques sexuelles, ...
- Traitement des partenaires vivant avec le VIH, et 'I=I'
- Prophylaxie post-exposition («PEP»)
- Communication entre les partenaires
- Contraception
- Consommation et réduction des méfaits
- Santé mentale
- etc.

## **Notification aux partenaires**

Le Portail VIH/sida du Québec propose un service de notification anonyme par textos aux personnes qui ont reçu un diagnostic positif pour une ou plusieurs ITSS et qui ont besoin de soutien pour aviser leurs partenaires. Ce service est gratuit et confidentiel:

[pvsq.org/notification-des-partenaires/](https://pvsq.org/notification-des-partenaires/)

# Des questions?

**📞 Téléphone**, du lundi au vendredi  
1-877-Portail (767-8245)

ou

**💬 Courriel** à [intervention@pvsq.org](mailto:intervention@pvsq.org).

Tous les documents et sources citées dans ce document sont disponibles à l'adresse suivante, section 'PrEP et PEP':  
[pvsq.org/lignes-directrices/](https://pvsq.org/lignes-directrices/)





[maprep.org](http://maprep.org)