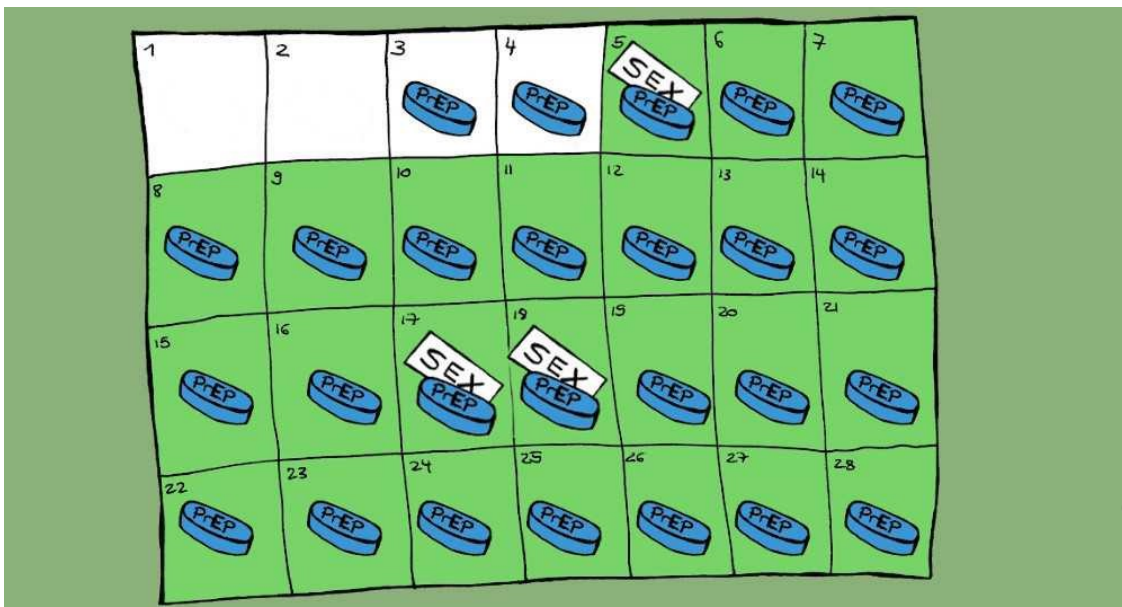


Tägliche PrEP

Bei einer dauerhaften PrEP über mehrere Monate oder länger nimmst du täglich eine Tablette ein.

Du startest mit der Einnahme zwei Tage vorm ersten Sex mit jeweils einer Tablette täglich. Nach dieser Zeit bist du vor HIV geschützt. Auch nach dieser „Aufladephase“ fährst du mit täglich einer Tablette fort. Wichtig: Wenn du mit der PrEP aufhören möchtest, musst du nach dem letzten Sex noch zwei Tage lang jeweils eine Tablette einnehmen. Dein Arzt oder deine Ärztin kann dir aber auch eine längere Ausschleichphase empfehlen.



Einnahmeschema: tägliche Einnahme

PrEP und trans*

Wichtig für trans* Männer, die neben Analsex auch Fronthole-Sex haben und die PrEP nehmen:

- Die Aufladephase dauert hier 7 Tage je 1 Tablette täglich.
- Danach weiter 1 Tablette täglich.



- ❑ Nach dem letzten Fronthole-Sex noch mindestens 7 bis maximal 28 Tage je 1 Tablette täglich.
Die genaue Dauer besprichst du mit deiner Ärztin oder deinem Arzt.

Für Analsex ist nach den Europäischen und den Deutsch-Österreichischen Leitlinien der ärztlichen Fachgesellschaften auch die anlassbezogene PrEP möglich, nicht jedoch für Fronthole-Sex.

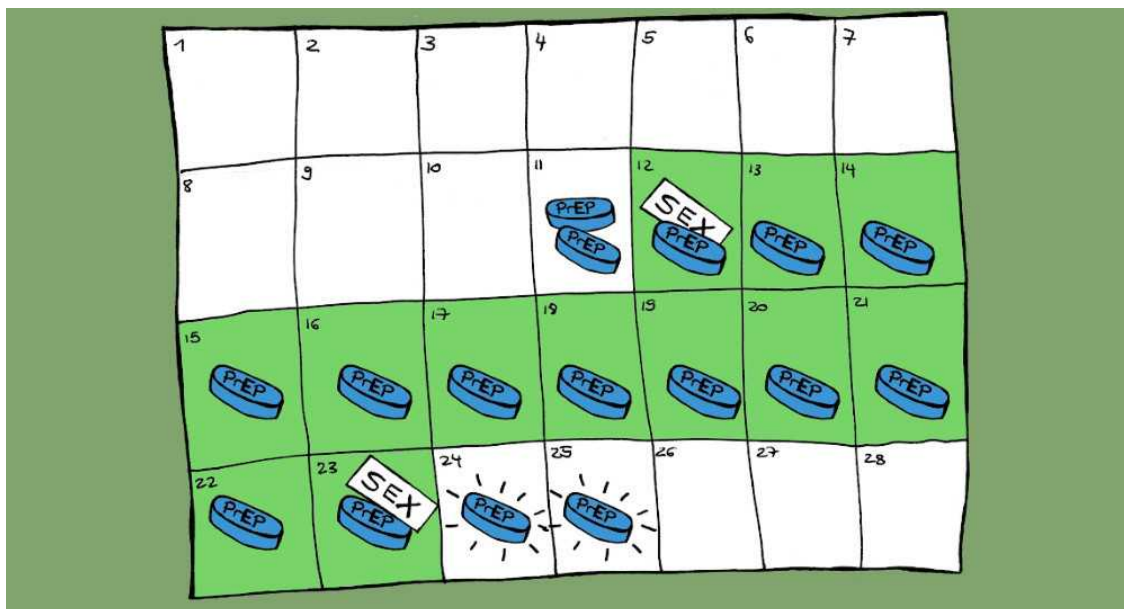
WEITERE INFOS ([HTTPS://WWW.IWWIT.DE/TRANS#8509C2EB-CFF5-4DE7-AEC1-547426BF09](https://www.iwwit.de/trans#8509c2eb-cff5-4de7-aec1-547426bf09))

Anlassbezogene PrEP

Bei der anlassbezogenen PrEP – zum Beispiel bei Sex-Partys oder während eines Urlaubs – nimmst du nach dem IPERGAY-Schema 2 Stunden bis 24 Stunden vor dem Sex ZWEI PrEP-Tabletten ein. Die Einnahme nur zwei Stunden vorher gilt allerdings als sehr knapp, das Medikament muss vom Magen über das Blut in die Schleimhäute gelangen. Daher ist es sicherer, ein paar Stunden früher bzw. eher 24 Stunden vorher zu beginnen.

Dann nimmst du an jedem Tag EINE Tablette ein.

Wenn du mit der PrEP aufhören möchtest, musst du noch zwei Tage nach dem letzten Sex jeweils eine Tablette pro Tag einnehmen. Dein Arzt oder deine Ärztin kann dir aber auch eine längere Ausschleichphase empfehlen.



Einnahmeschema: anlassbezogene PrEP



PrEP-Checks

- ❑ **HIV-Test:** Um zu preppen musst du HIV-negativ sein. Denn bei einer vorliegenden HIV-Infektion reichen die PrEP-Tabletten nicht zur Behandlung aus und es können sich Resistenzen bilden. Vor Beginn einer PrEP, vier Wochen nach dem Start und dann alle drei Monate ist deshalb ein HIV-Test (<https://www.iwwit.de/hiv-aids/hiv-test>) erforderlich.

- ❑ **Hepatitis B:** Auch hier musst du abklären lassen, dass du nicht infiziert bist. Denn sollte doch eine Hep B vorliegen und du setzt irgendwann die PrEP-Tabletten ab, kann sich die Hep-B-Infektion verschlimmern. Übrigens: Gegen Hepatitis B kann man sich impfen (<https://www.iwwit.de/hepatitis/hepatitis-a-b>) lassen. Für schwule Männer bezahlt die Krankenkasse die Impfung.

- ❑ **Nierenwerte:** Die PrEP-Pille kann die Leistung der Niere verringern. Wenn du preppst, solltest du daher vor und während der PrEP regelmäßig deine Nierenwerte überprüfen lassen. Wie oft du deine Niere checken lässt, besprichst du am besten mit deiner Ärztin oder deinem Arzt. Sind die Nierenwerte bedenklich, muss die PrEP abgesetzt werden. Die Niere erholt sich danach wieder. Wenn du bereits ein Nierenleiden hast, ist die PrEP nichts für dich.

- ❑ **Auf Geschlechtskrankheiten checken lassen:** Empfohlen werden außerdem regelmäßige Tests auf Geschlechtskrankheiten, insbesondere Syphilis, Tripper und Chlamydien. Denn die PrEP schützt zwar zuverlässig vor einer HIV-Infektion, aber nicht vor anderen Geschlechtskrankheiten (<https://www.iwwit.de/geschlechtskrankheiten>). Zusätzlich zur PrEP kannst du auch ein Kondom verwenden, um dein Risiko einer Infektion mit einer Geschlechtskrankheit zu senken.

Hinweis:

Der **Oralverkehr** wird hier **nicht angesprochen**, weil das HIV-Risiko beim Oralverkehr verschwindend gering ist (<https://www.iwwit.de/hiv-aids/hiv-oralsex>) - deshalb wird nach Oralverkehr mit einer mutmaßlich HIV-infizierten Person auch keine Post-Expositions-Prophylaxe (PEP) (<https://www.iwwit.de/pep>) angeboten.



Einnahme & PrEP-Checks (/prep/prep-checks-einnahme)

Wie bekomme ich die PrEP? (/prep/kosten-woher-prep-bekommen)

Safer Sex 3.0

Kondome (/kondome)

PrEP (/prep)

Schutz durch Therapie (/schutz-durch-therapie)

Safer-Sex-Unfall / PEP (/pep)

HIV-Übertragung (/hiv-aids/hiv-uebertragung)

Wissenscenter

HIV & AIDS (<https://www.iwwit.de/hiv-aids>)

Safer Sex 3.0 (<https://www.iwwit.de/safer-sex>)

Leben mit HIV (<https://www.iwwit.de/leben-mit-hiv>)

Tripper, Syphilis & Co (<https://www.iwwit.de/geschlechtskrankheiten>)

Hepatitis (<https://www.iwwit.de/hepatitis>)

Drogen (<https://www.iwwit.de/drogen>)


Geh zum Test (<https://www.iwwit.de/geh-zum-test>)


Schwules Leben (<https://www.iwwit.de/schwules-leben>)


Angebote für Beratung (<https://www.iwwit.de/beratung/angebote>)








 **Telefon-Beratung**
(<https://aidshilfe-beratung.de/beratung/telefonische-beratung.html>)



 **Online-Beratung**
(<https://aidshilfe-beratung.de/onlineberatung.html>)

 **Live Chat**
(<https://www.health-support.de/>)

 **Deutsche Aidshilfe**
(<https://www.facebook.com/ICH.WEISS.WAS.ICH.TU/>)
(<https://www.aidshilfe.de/>)

 **Instagram**
(<https://www.instagram.com/ichweisswasichtu/>)

 **YouTube**
(<https://www.youtube.com/user/wwwIWWITde>)

 **B** (<https://www.iwwit.de/blog>) 

Kontakt (/kontakt) Datenschutz (/datenschutz) Impressum (/impressum)

