

PEP

POSTEKSPOZICIJSKA PROFILAKSA

OBSTAJAJO ZDRAVILA,
KI LAHKO PREPREČIJO OKUŽBO S HIVOM,
POTEM KO JE VIRUS ŽE VSTOPIL V TELO.

KAJiščeš.si

VEČ O SEKSU



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

Ta publikacija je nastala s podporo Norveškega finančnega mehanizma. Za njeno vsebino je odgovorno izključno Društvo kulturno, informacijsko in svetovalno središče Legebitra in zanjo v nobenem primeru ne velja, da odraža stališča nosilca programa Norveškega finančnega mehanizma.

PEP – POSTEKSPOZIČIJSKA PROFILAKSA

Povzeto po PEP – POST EXPOSURE PROPHYLAXIS ©
Terrence Higgins Trust 2013

Prevod in priredba: Mitja Čosić

Prva slovenska izdaja. Ljubljana, 2016

Revizija prve slovenske izdaje:

Mitja Blažič, Lovro Centrih, Bojan Cigan, Peter Štangelj

Strokovni pregled:

Blaž Pečavar, dr. med., Tomaž Vovko, dr. med.

Avtorji vsebine o kemseksu:

Lovro Centrih, Bojan Cigan, Miha Istenič

Izdajatelj: DIC Legebitra, Projekt Odziv na hiv

Odgovorna oseba: Miha Lobnik

Lektoriranje: Janoš Ježovnik

Oblikovanje: Jan Vasiljevič

Tisk: Repro studio Lesjak, d. o. o.

Naklada: 1000 izvodov

Za pomoč pri izdaji te brošure se zahvaljujemo
organizaciji Terrence Higgins Trust. www.tht.org.uk

Ali ni za zdravljenje prepozno, če imam hiv že v telesu?

Ne. Ko hiv vstopi v tvoj krvni obtok, traja nekaj časa, preden se trajno okužiš. Če s PEP-om pričneš pravočasno, lahko okužbo preprečiš.

Kako deluje PEP?

PEP je štiritedensko vsakodnevno jemanje kombinacije zdravil za hiv. Ni jutranja tabletko, ki jo vzameš samo enkrat. Je celomesečna terapija, pri kateri moraš vsako dozo zdravila vzeti pravočasno. Terapijo moraš izpeljati do konca, saj lahko le pravilno in dosledno jemanje zdravil prepreči okužbo s hivom.

Bo PEP preprečil, da postanem hiv pozitiven?

PEP lahko prepreči okužbo, a terapija ni vedno uspešna. Razlogi za neuspeh so lahko: prepozen pričetek zdravljenja, nedosledno jemanje zdravil ali izpostavitve sevu virusa, ki je odporen na določena zdravila. Pomembno je, da zdravila jemlješ v predpisanih odmerkih in ob predpisanih urah, brez izpuščanja odmerkov.

Kdaj naj pričnem s PEP-om?

Z zdravljenjem je smiselno pričeti do 72 ur po morebitni izpostavitvi, vendar je najbolje, da prejmeš zdravila čim prej, najbolje še isti dan. Dlje boš čakal, manj verjetno bo, da bo PEP učinkovit.

Več kot 72 ur po izpostavitvi se PEP-a ne predpisuje, saj so raziskave pokazale, da zdravljenje ni uspešno.

Ali so zdravila enaka kot tista, ki jih jemljejo osebe s hivom?

Da, protiretrovirusna zdravila, ki se uporabljajo pri PEP-u, so enaka tistim, ki jih pri t. i. kombiniranem zdravljenju uporabljajo hiv pozitivne osebe.

Je PEP zdravilo za hiv?

Ne. Zdravila za hiv ni. PEP lahko zgolj prepreči okužbo, če z zdravljenjem pričneš največ 72 ur po vstopu hiva v tvoje telo.

Če pride do okužbe, protiretrovirusna zdravila hiva ne morejo odpraviti iz telesa. Ko virus enkrat vstopi v bele krvne celice in se začne razmnoževati, je okužba trajna. Če si hiv pozitiven, lahko protiretrovirusna zdravila sicer preprečujejo razmnoževanje virusa, toda iz telesa ga ne morejo izkoreniniti.

Ima PEP stranske učinke?

Da, PEP lahko pri nekaterih povzroči drisko, glavobole, slabost in bruhanje. Za zmanjšanje stranskih učinkov ti lahko zdravnik oziroma zdravnica predpiše tablete proti slabosti. Stranski učinki po koncu terapije PEP popolnoma izginejo.

Kje dobim PEP?

V Sloveniji je PEP mogoče dobiti samo na Kliniki za infekcijske bolezni in vročinska stanja na Japljevi 2 v Ljubljani.

Če misliš, da si bil izpostavljen HIV in želiš dobiti PEP, se najprej oglasi na urgenci ali pri svojem družinskem zdravniku oziroma družinski zdravnici in zahtevaj nujno napotnico za infektologa. Z njo se odpravi na Kliniko za infekcijske bolezni in vročinska stanja in v tamkajšnji urgentni ambulanti pojasni, kaj se je zgodilo.

Lahko pa pokličeš HIV SOS TELEFON na številko 070 36 16 96, kjer je svetovalec na voljo 24 ur na dan, vse dni v tednu. Če bo v skladu s smernicami presodil, da potrebuješ PEP, bo poskrbel, da bo zdravnik na kliniki že seznanjen s tvojim primerom.

Pomembno je, da z zdravljenjem pričneš čim prej, najbolje takoj po morebitni izpostavitvi. Če to ni mogoče, je dobro, da se na kliniki oglasiš še isti dan. Časa imaš le 72 ur.

Si seksal brez kondoma ali pa ti je kondom počil? Kdaj je smiselno zahtevati PEP?

Če misliš, da si bil izpostavljen HIV, moraš čim prej do zdravnika specialista, s katerim se boš pogovoril o smiselnosti PEP-a. Ni nujno, da PEP vsakdo, ki ga želi, tudi dobi. Zdravnik specialist bo ocenil tveganje, in če bo menil, da je v tvojem primeru tveganje za okužbo s HIV nizko, ti PEP-a ne bo predpisal.

Če želiš o PEP-u izvedeti več, pokliči HIV SOS TELEFON na številko 070 36 16 96.

Kakšne možnosti imam, da dobim PEP?

Zdravniki PEP predpišejo na osnovi smernic in strokovnih meril. Tveganje za prenos HIV je namreč večje pri nekaterih vrstah seksa. Preden se bo odločil za PEP, te bo zdravnik povprašal kako, kdaj in s kom si seksal.

Če misliš, da si bil izpostavljen HIV, če si seksal brez kondoma, če je ta med seksom počil ali zdrsnil ali pa se je partnerjeva sperma izlila v tvoja usta ali v oko, je smiseln razmislek o PEP-u.

Kakšna vprašanja mi bodo postavili, če zaprosim za PEP?

Vprašali te bodo:

- Ali poznaš status hiv osebe, s katero si seksal. Če je ta oseba hiv pozitivna, te bo zdravnik vprašal, ali morda veš, ali se zdravi s protiretrovirusnimi zdravili. Pri osebah s hivom, ki redno uživajo zdravila, je možnost, da bi prišlo do prenosa virusa, veliko manjša, zato v tem primeru PEP-a verjetno ne boš potreboval.
- Ali sodi oseba, s katero si seksal, v katero od skupin z večjim tveganjem za prenos okužbe s hivom. Med skupine z večjim tveganjem za prenos hiva sodijo moški, ki seksajo z moškimi, in osebe iz nekaterih predelov sveta.
- Ali bi se bila oseba, s katero si seksal, pripravljena testirati na hiv.
- Kako in kdaj si seksal.

Kaj pa če mi ne uspe priti na kliniko v 72 urah?

Več kot 72 ur po tveganem dogodku ti PEP-a ne bodo predpisali, saj je le malo verjetno, da bo terapija uspešna. Zato je pomembno, da po kakršnikoli morebitni izpostavitvi oziroma tveganem dogodku ne čakaš, temveč čim prej obišeš zdravnika specialista na Kliniki za infekcijske bolezni in vročinska stanja.

Ali lahko zaradi PEP-a moje telo postane odporno na zdravila za hiv in ta v primeru, da bom kdaj v prihodnosti hiv pozitiven, ne bodo delovala?

Ne. Hiv lahko postane odporen na zdravila, tvoje telo pa ne. Če je PEP uspešen, prepreči, da bi se hiv »ugnezdil« v tvojem telesu, zato v njem seveda ne bo virusa, ki bi lahko postal odporen na zdravila. Če boš kdaj v prihodnosti postal hiv pozitiven, pretekla uporaba PEP-a ne bo vplivala na tvoje zdravljenje.

Če boš jemal PEP in kljub temu postal hiv pozitiven, je možno, da je hiv v tvojem telesu že odporen na nekatera zdravila, vključno s tistimi, ki so ti jih predpisali za PEP.

Če je oseba, s katero si seksal, hiv pozitivna in okužena z virusom, odpornim proti nekaterim zdravilom, bo zdravnik specialist temu ustrezno prilagodil tvoj PEP.

Ali sem zaradi jemanja PEP-a odslej imun na hiv?

Ne. Če po terapiji s PEP-om ostaneš hiv negativen, se lahko kot vsaka druga hiv negativna oseba še vedno okužiš s hivom.

Vedi, da PEP ni nadomestilo za kondome. Nezaščiten seks v času, ko jemlješ PEP, lahko poveča možnost okužbe s hivom in ostalimi spolno prenosljivimi okužbami.

Razlogi zakaj je smiselno uporabljati kondome, kljub temu, da lahko dobiš PEP:

1. PEP ni nadomestilo za kondome, temveč izredni ukrep, ki se predpiše v nujnih primerih.
2. Dosledna in pravilna uporaba kondoma bolj učinkovito preprečuje prenos hiva kot PEP.
3. Za razliko od PEP-a uporaba kondomov nima stranskih učinkov.
4. Kondome uporabljaš samo med seksom, PEP pa moraš štiri tedne jemati vsakodnevno.
5. Medtem ko imaš kondome lahko vedno pri roki, je do PEP-a včasih v predpisanem času težje priti.
6. Odločitev o PEP-u je v rokah zdravnika. Lahko se odloči, da ga ne bo predpisal.
7. Za razliko od PEP-a te kondom ščiti tudi pred drugimi spolno prenosljivimi okužbami.

Kolikokrat lahko dobim PEP?

Če te skrbi, da si bil izpostavljen hivu, lahko zaprosiš za PEP, četudi si ga dobil že kdaj prej. Zdravnik bo na podlagi ocene tveganja presodil o smiselnosti PEP-a, vsakič ko boš zaprosil zanj.

Ne pozabi pa, da PEP pomeni jemanje močnih zdravil, ki imajo lahko stranske učinke. Če imaš pogosto tvegane spolne odnose in se zanašaš na PEP, ti lahko z nasveti o varnejši spolnosti pomaga zdravnik na kliniki, lahko pa se obrneš tudi na naše svetovalke in svetovalce na telefonski številki 070 36 16 96 ali na e-pošto info@kajisces.si.

Se bom moral testirati na hiv?

Da. Če ti bo zdravnik predpisal PEP, mora biti prepričan, da nisi že hiv pozitiven. V tem primeru bi bil PEP namreč nesmiseln. Tudi po zaključku terapije s PEP-om ter dva in štiri mesece po koncu jemanja PEP-a boš opravil test na hiv, da se bosta z zdravnikom prepričala, ali je bila terapija uspešna.

Stvari, ki jih moraš vedeti o PEP-u:

- PEP lahko v primeru izpostavitve virusu prepreči, da postaneš hiv pozitiven.
- Pri preprečevanju okužbe PEP ni vedno uspešen.
- Dobiš ga brezplačno na Kliniki za infekcijske bolezni in vročinska stanja v Ljubljani.
- S PEP-om moraš začeti čim prej po izpostavitvi, najbolje še isti dan, a ne po preteku 72 ur od izpostavitve.
- PEP pomeni štiritredensko jemanje protiretrovirusnih zdravil za hiv.
- Stranski učinki so precej pogosti, a jih je mogoče obvladovati.
- PEP ni zamenjava za kondome, temveč izredni ukrep v nujnih primerih.

TO KNJIŽICO SHRANI.

Informacije, ki jih vsebuje, lahko
tebi ali tvojemu partnerju
nekoč pridejo prav.

**Misliš, da si bil izpostavljen HIV-u?
Želiš prejeti PEP?**

**Pokliči
HIV SOS TELEFON
070 36 16 96**

Anonimno in zaupno svetovanje
pri dostopu do PEP-a.

Svetujejo izkušeni skupnostni delavci.

Metamfetamin (Crystal meth)
Povzroča povišano pozornost in živahnost, po drugi strani pa tudi razburjenost in paranojo. Metamfetamin lahko povzroča povišan srčni utrip in krvni tlak, kar lahko vodi k težavam s srcem. V nekaterih primerih lahko metamfetamin povzroči psihozo in dolgotrajne duševne težave ter poškodbe možganov.

Za več informacij o drogah obišči
Kajisce.si/seks/alkohol-droge

Speed povečuje raven energije, budnost in samozavest ter povzroča povišano pozornost in veselo počutje. Povzroča tudi zmanjšanje apetita, pospeši srčni utrip in dihanje ter povečuje krvni pritisk.

Mefedron povečuje zgovornost in samozavest ter povzroča zvišano pozornost. Prav tako povzroča evforijo in močnejše čutne zaznave. Mefedron lahko povzroči slabost, tesnobo, paranojo ter bruhanje in glavobole. Drugi neželeni učinki so lahko halucinacije, nespčnost, zmanjšan apetit, omotica in potenje.

GHB in GBL

Povzročata evforijo in močnejše čutne zaznave ter ti zavore). GHB in GBL prav tako povzročata zaspantost in ob predoziranju zmanjšujeta srčni utrip, zato sta lahko tudi usodna, še posebej, če ju mešaš z alkoholom. Včasih je težko vedeti, koliko droge si vzel, zato se lahko zelo hitro predoziraš, še posebej v primeru GHB, ki se odmerja v kapljicah. GBL se po zaužitju v telesu pretvori v GHB. Tveganje je veliko, saj lahko oba povzročita nezavest, komo ali celo smrt. Nemóčen uživalec je lahko tudi hitro izpostavljen nevarnosti spolnega napada oz. posilstva.

V Sloveniji se pri kemseksu najpogosteje uporabljajo sladled (3MMC), speed, ekstazi (MDMA), GBL, marihuana in poppers. Prav tako se pojavljajo tudi kokain, mefedron in ketamin, vendar ne tako pogosto. Pri ekstaziju (MDMA) in amfetaminih kemseks traja le nekaj ur. Za uporabnike MDMA ni značilno večkratno ponovno doziranje, saj pri preveliki količini pride do zmanjšanja zelenih in povečanja neželenih učinkov. Pri uporabi sladleda (3MMC) pa kemseks traja dalj časa in uporabniki ga težko prekinajo, saj ponovno doziranje večinoma zagotavlja želeni učinek. Poleg tega ima 3MMC mnogo bolj kompulziven značaj kot MDMA.

Sladled (3MMC)

Pojavlja se v kristalnih različnih velikosti ter črna prahu bele barve. Povzroča intenzivne spremembe zavesti (občutke ugodja, evforije, topline, ljubezni, sproščenosti). Pri visjih odmerkih ali večjih količinah je možnost za nastanek izredno nevarnih stranskih učinkov večja (zmedenost, tresenje, tahikardija, aritmije, bolečine v prsnem košu, bolečine v želodcu).

Ekstazi (MDMA)

MDMA je entaktogena droga, kar pomeni, da povzroča občutke evforije, empatije in povezanosti z drugimi ljudmi. Spada v razred fenetilaminov in amfetaminov. Je univerzalna droga, saj deluje tako stimulatивно kot tudi psihedelično. Prav tako zmanjšuje občutek strahu.

KAJIŠČEŠ.SI/PEP

070 36 16 96

HIV SOS

zaupen | anonimno | nonstop



**Sumiš, da si bil
izpostavljen HIVu?**
Ukrepaj hitro.
Zdravila je najbolje
prejeti čim prej,
največ do 72 ur po
izpostavitvi.



Štirje nasveti za zmanjšanje tveganja

1. Vedno uporabi paketeček za varnejši seks, ki vsebuje kondom in lubrikant.
2. Zapomni si, katere droge si zaužil in kakšni so njihovi možni učinki.
3. Redno se testiraj na hiv, hepatitisa B in C ter na druge spolno prenosljive okužbe.
4. Če si injiciraš droge, nikoli ne uporabi že uporabljene igle.

Če presodiš, da si imel spolni odnos, pri katerem bi lahko prišlo do prenosa hiva, ti je na voljo PEP, postekspozicijska profilaksa oziroma zaščitno protiretrovirusno zdravljenje, ki lahko prepreči okužbo s hivom.

Zdravljenje je treba začeti v čim krajšem času po morebitni izpostavitvi virusu, najbolje v 2 do 4 urah, a ne več kot 72 ur od dogodka.

Če pokličeš našo telefonsko številko (070 36 16 96), ki deluje vse dni v tednu, 24 ur na dan, ti bodo usposobljeni svetovalci nudili vse potrebne informacije v zvezi s PEP-om.

Pomembno je poudariti, da je kemseks raznoлик in kompleksen pojav, ki se ga ne sme posploševati. Ljudi, ki uporabljajo droge pri seksu, ne gre enačiti z ljudmi, ki so resno zasvojeni z drogami.

psihična zasvojenost, težave z erekcijo, zategovanje mišic, trzanje, slabo počutje naslednjih nekaj dni (čas, ko droga popušča), depresija po kemseksu, slaba vest, izguba spomina in občutka za čas, strah pred SPO, monotono, nezmožnost ejakulacije, nevarnost predoziranja.

Minusi kemseksa:

Droge lahko pozitivno vplivajo na spolno zadovoljstvo. A z jemanjem drog so povezane tudi številne fizične, duševne in socialne težave ter težave v partnerskem odnosu. Pri uporabi GHB in GBL pogosto prihaja do predoziranja. Pri predoziranju lahko pride do napadov panike, krčev in izgube zavesti. GHB in GBL sta prav tako največkrat uporabljeni drogi pri spolnem napadu oz. posilstvu. Pri uporabi ostalih drog se lahko pojavljajo paranoja, tesnoba ali agresija, akutni napadi manije in psihične epizode, ki včasih zahtevajo zdravniško obravnavo.

Neželeni učinki kemseksa

Kako droge vplivajo na spolno vedenje?

Veliko moških, ki imajo spolne odnose z moškimi, uporabljajo droge, da presežejo težave s samopodobo ali seksualno nesamozavestjo. Droga pomaga odpraviti ali zacasno prekriti problem samopodobe. Večini droga pomaga izboljšati spolno vzburjanje, ti isti tudi opozarjajo, da postanejo od nje hitro odvisni na način, da imajo spolne odnose brez jemanja droge težko ali jih sploh ne morejo imeti.

Droge lahko povzročijo bolj intenzivno spolno izkušnjo ter izboljšano sposobnost povezovanja z drugimi, vendar je ta učinek kratkotrajen. Prav tako uporaba drog omogoča daljše spolne odnose (spolni odnos z več moškimi ali daljši spolni odnos z vsakim moškim), ki so raznoliki in avanturistični. Medtem ko nekaterim uporaba drog pomeni le občasno spolno avanturo, se pa mnogim zgodi, da ob uporabi prestopijo svoje seksualne meje in jih kasneje obžalujejo.

Plusi kemseksa:

sproščeno, manj inhibicij, evforija, čustvena povezanost, močnejše čutne zaznave, pod vplivom drog si lažje receptivni partner, pozabiš na težave v življenju.

Kemseks je seks pod vplivom drog. Je pogosto uporabljen izraz med moškimi, ki imajo spolne odnose z moškimi in opisuje seks pod vplivom drog, zaužitih tik pred ali med spolnim odnosom. Najpogostejše za kemseks vzete droge so metamfetamin, GHB in GBL, medfedron, v manjšem obsegu tudi kokain in ketamin. Vse, razen ketamina, so stimulativne droge, ki povečajo srčni utrip, zvišajo krvni tlak in sprožijo pozitivna čustva ter evforijo. Metamfetamin, GHB, GBL in medfedron imajo tudi skupni učinek povečanja občutkov spolnega vznburjenja.

Omenjene droge niso znane samo po povečanju užitka ali evforije, ampak so tudi povezane s neželjenimi tveganji. Posebno skrb vzbuja vloga metamfetamina, GHB, GBL in medfedrona na povečanje tveganj za prenos HIVa in drugih SPQ, saj omenjene droge vodijo v dezinhibirano stanje, ko je oseba na videz bolj sproščena ter si lažje dopusti vedenje, ki ga sicer brez prisotnosti drog ne bi. To lahko vpliva tudi na bolj tvegano spolno vedenje, opuščanje rabe kondoma ali opuščanje pogovora o spolnem zdravlju med partnerji pred seksom. Omenjene droge omogočajo tudi daljše spolne odnose z več partnerji, s tem se večja nevarnost poškodbe tkiv ali odrgnin, kar večja verjetnost prenosa spolno prenosljivih bolezní. Prihaja pa tudi do težav, povezanih s predoziranjem, posebno z GHB in GBL, ki se običajno uporabljata v majhnih, natančno časovno določenih odmerkih.

UVOD

Kemseks je raznolik in kompleksen pojav. Je obnašanje širokega spektra moških, ki v različnih časovnih obdobjih, točkah življenja in prostori eksperimentirajo z vrsto drog, lahko pa ima kompleksne, na videz neopazne posledice. Za kemseks ni enotne formule: kako se moški obnašajo in kakšni so razlogi za uporabo drog med seksom je specifično za vsakega posameznika. V knjižici smo se potrudili zapisati osnovne informacije o pojavu kemseksa, brez da bi podajali vrednostne sodbe.

Ta publikacija je nastala s podporo Norveškega finančnega mehanizma. Za njeno vsebino je odgovorno izključno Društvo kulturno, informacijsko in svetovalno središče Legebitra in zanjo v nobenem primeru ne velja, da odraža stališča nosilca programa Norveškega finančnega mehanizma.

REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO



norway
grants



KAJIŠČEŠ.SI!

VEČ O SEKSU

SEKS, DROGE,
IN TVEGANJA

KEMSEKS