

แผ่นข้อมูลเกี่ยวกับยาเพร็บบ (PrEP)

www.getprepd.org.au/th/

GET PrEP'D

การเตรียมพร้อม (PrEP'D) เป็นความริเริ่มแห่งชาติของออสเตรเลียเพื่อชายเกย์และชายอื่นๆ (ซิสหรือแทรนส์) เพศที่ไม่จำกัดตายตัวว่าเป็นชายหรือหญิง ผู้ซึ่งมีเพศสัมพันธ์กับชายเกี่ยวกับยา PrEP (ยาป้องกันก่อนสัมผัสสำหรับผู้ที่ยังไม่ติดเชื้อ)

ยาเพร็บบ (PrEP) คืออะไร?

PrEP ย่อมาจาก Pre-Exposure Prophylaxis (ยาต้านไวรัสที่ให้กับผู้ที่ยังไม่ได้ติดเชื้อเอชไอวี) ยาเพร็บบ (PrEP) เป็นยาเม็ดซึ่งคนที่ไม่ติดเชื้อเอชไอวีสามารถกินได้เพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี การกินยาเพร็บบ (PrEP) ก่อนสัมผัสเชื้อเอชไอวีหมายความว่า ในระบบของคุณมียาเพียงพอที่จะหยุดเชื้อเอชไอวี หากมันเข้าสู่ร่างกายของคุณ หากคุณกินยาเพร็บบ (PrEP) ตามแพทย์สั่ง มันได้รับการพิสูจน์แล้วว่า มีประสิทธิภาพมากสำหรับการป้องกันเชื้อเอชไอวีและลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อเอชไอวีได้เกือบ 100%

ยาเพร็บบ (PrEP) เป็นยาสำหรับใคร?

ยาเพร็บบ (PrEP) ได้รับการแนะนำให้ทุกคนที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวีกิน

ผู้ชายที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย (รวมถึงชายข้ามเพศและบุคคลที่ไม่จำกัดเพศว่าเป็นชายหรือหญิง (non-binary) อาจมีความเสี่ยง หากคุณ:



เคยมีความสัมพันธ์ทางเพศหรือมีแนวโน้มที่จะไม่ใช้ถุงยางอนามัย (หรือหากถุงยางอนามัยปริหรือหลุดออก) กับคู่นอนชั่วคราว



เคยมีความสัมพันธ์ทางเพศหรือมีแนวโน้มที่จะไม่ใช้ถุงยางอนามัย (หรือหากถุงยางอนามัยปริหรือหลุดออก) กับคู่นอนที่มีเชื้อเอชไอวี ซึ่งไม่ได้รับการรักษา หรือได้รับการรักษาแต่มีปริมาณไวรัสที่สามารถตรวจเจอ



ใช้ยาเสพติดเพื่อความบันเทิง เช่น คริสตัล (เมธแอมเฟตามีน) หรือ GHB (แกมมา ไฮดรอกซีบูทีเรต)



เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เมื่อเร็วๆ นี้ เช่น โรคหนองในในทวารหนัก โรคคลามีเดียในทวารหนักหรือโรคซิฟิลิส

ฉันสามารถเริ่มต้นกินยาเพร็บบ (PrEP) ได้อย่างไร?

ก่อนจะเริ่มกินยาเพร็บบ (PrEP) คุณจะต้องไปหาแพทย์ของคุณเพื่อขอใบสั่งยา แพทย์จีพีทุกคนสามารถเขียนใบสั่งยาเพร็บบ (PrEP) ได้ ก่อนกินยาเพร็บบ (PrEP) คุณต้องไม่มีเชื้อเอชไอวี ดังนั้น คุณจึงจำเป็นต้องตรวจหาเชื้อเอชไอวี แพทย์ของคุณจะตรวจหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ และตรวจสอบสุขภาพโดยรวมของคุณด้วย เมื่อคุณเริ่มกินยาเพร็บบ (PrEP) แล้ว คุณจะต้องตรวจสอบสุขภาพทางเพศเต็มรูปแบบทุก ๆ สามเดือน เมื่อคุณกลับไปรับใบสั่งยาเพร็บบ (PrEP) ใบต่อไป และแพทย์ของคุณอาจตรวจสอบสุขภาพของคุณด้วย



ฉันสามารถรับยาเพร็บบ (PrEP) ได้ที่ไหนและจะมีค่าใช้จ่ายเท่าไร?

หากคุณเป็นผู้มีถิ่นที่อยู่ในออสเตรเลียพร้อมบัตรเมดิแคร์ ท่านที่ที่คุณได้รับใบสั่งยาจากแพทย์ของคุณ คุณสามารถนำใบสั่งยาไปรับยาเพร็บบ (PrEP) ของคุณได้จากร้านขายยาใกล้บ้านคุณที่สุด เหมือนกับที่คุณทำกับใบสั่งยาอื่นๆ (แม้ว่าร้านขายยาบางร้านอาจต้องสั่งยามาให้คุณ) เหมือน กับใบสั่งยาอื่นๆ ที่ได้รับเงินอุดหนุนจากรัฐบาล คุณจะต้องจ่ายค่ายาเมื่อคุณรับยาเพร็บบ (PrEP)

ที่ร้านขายยา ปัจจุบันยาเพร็บบ (PrEP) ราคา \$30 ต่อหนึ่งใบสั่ง (30 เม็ด) และราคา \$7.30 สำหรับผู้ถือบัตรลดราคา นอกจากนี้

	ราคา	สำหรับผู้ถือบัตรลดราคา
30 เม็ด	\$30	\$7.30

คุณยังสามารถซื้อยานี้ได้จากร้านขายยาในต่างประเทศทางออนไลน์ และนำยาเข้าออสเตรเลียได้อย่างถูกกฎหมายด้วย ราคายาจะแตกต่างกัน ดังนั้นจะมีประโยชน์ที่จะเปรียบเทียบราคาที่ เว็บไซต์ต่างๆ คิด

คุณสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีที่คุณจะได้ยาเพร็บบ (PrEP) ได้ที่: www.getprepd.org.au/th/ways-to-get-prep/

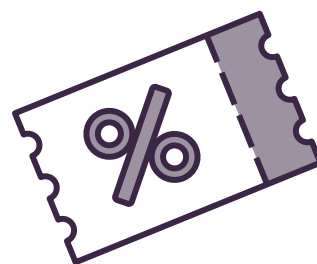


ฉันสามารถเข้าถึงยาเพร็บบ (PrEP) ได้อย่างไร หากฉันไม่มีบัตรเมดิแคร์?

หากคุณไม่มีบัตรเมดิแคร์ คุณสามารถนำเข้ายาเพร็บบ (PrEP) ได้อย่างถูกกฎหมาย ที่มีมูลค่าครั้งละ 3 เดือน ผ่านเว็บไซต์ร้านขายยาในต่างประเทศทางออนไลน์ อย่างไรก็ตาม คุณจะยังคงต้องมีใบสั่งยาจากแพทย์ของคุณ ก่อนที่คุณจะสั่งยาทางออนไลน์ เว็บไซต์นี้มีข้อมูลเพิ่มเติม รวมถึงวิธีค้นหาร้านขายยาในต่างประเทศทางออนไลน์เหล่านี้ : www.getprepd.org.au/th/ways-to-get-prep/#personalimportation

หากฉันมีเงินไม่พอที่จะซื้อยาเพร็บบ (PrEP) ละ?

หากคุณมีเงินไม่พอที่จะซื้อยาเพร็บบ (PrEP) คุณสามารถขอความช่วยเหลือผ่านโครงการบัตรคูปอง คุณสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ได้ที่: www.getprepd.org.au/th/cant-afford-prep/



แล้วโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์อย่างอื่นล่ะ?

ยาเพร็บบ (PrEP) ป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี แต่ไม่ป้องกันการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์อย่างอื่นหรือการตั้งครรภ์ การตรวจสุขภาพทางเพศเป็นประจำเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ชายทุกคนที่มีเพศสัมพันธ์ หากคุณมีเพศสัมพันธ์ คุณควรตรวจสุขภาพทางเพศทุกสามเดือน หาก คุณกำลังกินยาเพร็บบ (PrEP) การตรวจหาโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของการไปหาแพทย์ของคุณทุกครั้งเพื่อรับใบสั่งยาเพร็บบ (PrEP) ของคุณ เพื่อ ให้มั่นใจว่าหากคุณเป็นโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ คุณจะได้รับการวินิจฉัย ily โรคและได้รับการรักษาอย่างรวดเร็ว โรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์อาจไม่แสดงอาการ ซึ่งนี่คือเหตุผลว่าทำไมการตรวจอย่างสม่ำเสมอจึงเป็นสิ่งสำคัญ

ฉันทกรกนยาเพรืบ (PrEP) อย่างไร?

การกนยาเพรืบ (PrEP) มีหลายวิธีต่างกน มันยังคงเป็นยาตัวเดียวกัน เพียงแค่มีวิธีกนต่างกัน คุณสามารถเลือกวิธีที่ใช้งานได้สำหรับคุณ



การกนยาเพรืบ ประจำทุกวัน (DAILY PrEP)

หากคุณเป็นผู้ชายตรงเพศ (ไม่ใช่ผู้ชายข้ามเพศ) ที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย คุณสามารถเริ่มต้นด้วยการกนยาสองเม็ด ก่อนมีเพศสัมพันธ์อย่างน้อย 2-24 ชั่วโมง เพื่อให้มีการป้องกันระดับสูง

แล้วต่อจากนั้นให้กนยารวันละหนึ่งเม็ดทุกวัน

หากคุณเป็นผู้ชายตรงเพศ (ไม่ใช่ผู้ชายข้ามเพศ) ที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย		
วันที่ 1	วันที่ 2	วันที่ 3
 การป้องกันระดับสูง		

หากคุณเป็นผู้ชายข้ามเพศหรือเป็นผู้มีความหลากหลายทางเพศที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย แพทย์แนะนำให้กนยาเพรืบประจำวัน (daily PrEP) ทั้งนี้เพื่อให้มั่นใจว่าการปกป้องเต็มรูปแบบ หากคุณกำลังกนยาฮอร์โมนยืนยันเพศและหากคุณมีเพศสัมพันธ์ทางรูดานหน้าหรือช่องคลอด กนยาประจำวันวันละหนึ่งเม็ดจนครบเจ็ดวันเต็ม เพื่อให้ได้การปกป้องเต็มรูปแบบ แล้วต่อจากนั้นกนวันละหนึ่งเม็ดทุกวัน

คนอืนละ:			
วันที่ 1	วันที่ 2	วันที่ 3	วันที่ 4
			
วันที่ 5	วันที่ 6	วันที่ 7	
		 การปกป้องเต็ม	

การกนยาเพรืบประจำวัน (daily PrEP) สามารถรวมถึงการกนยาเพรืบ (PrEP) เป็นระยะเวลาหนึ่ง เมื่อคุณต้องการที่จะปกป้องตัวเองจากเชื้อเอชไอวี เช่น ระหว่างฤดูร้อน ช่วงวันหยุดหรือกิจกรรมแห่งความภาคภูมิใจของคนหลากหลายทางเพศ

การกนยาเพรืบตามความ ต้องการ (ON-DEMAND PrEP) (หรือการกนยาเพรืบตาม เหตุการณ์ (EVENT-BASED PrEP))

คุณอาจต้องการกนยาเพรืบตามความต้องการ (On-demand PrEP) หากคุณไม่ได้มีเพศสัมพันธ์มากพอที่จะกนยาเพรืบประจำวัน (daily PrEP) เพื่อลดค่าใช้จ่าย หากคุณไม่ต้องการกนยาประจำวัน คุณจำเป็นต้องมีการวางแผนล่วงหน้าว่าคุณอาจมีเพศสัมพันธ์เมื่อไร หรือสามารถถ่วงการมีเพศสัมพันธ์ไปได้อย่างน้อย 2 ชั่วโมงหรือไม่ หากคุณกนยาเพรืบตามความต้องการ (On-demand PrEP) คุณจำเป็นต้องกนยาตามกำหนดโดสของยา เพราะการกนยาโดสใดไปหมายถึงมันอาจไม่ป้องกันเชื้อเอชไอวีได้ หากคุณเป็นคนชอบลืบกนยา นี้อาจไม่ใช่ทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับคุณ

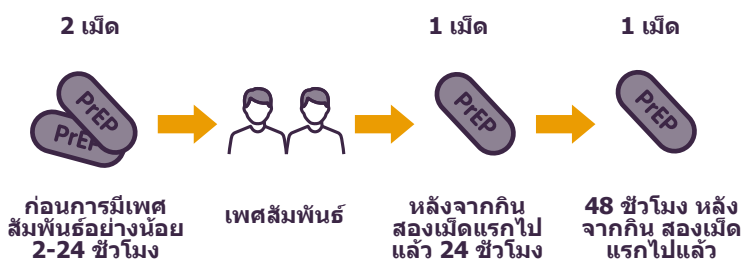
หากคุณเป็นผู้ชายข้ามเพศหรือเป็นผู้หลากหลายทางเพศ เราไม่ขอแนะนำให้คุณกนยาเพรืบตามความต้องการ (On-demand PrEP) แต่ขอแนะนำให้กนยาเพรืบประจำวัน (daily PrEP) เพื่อให้มั่นใจว่ามีการปกป้องเต็มรูปแบบ หากคุณกำลังกนยาฮอร์โมนเพื่อยืนยันเพศและหากคุณมีเพศสัมพันธ์ทางรูดานหน้าหรือช่องคลอด

เพื่อที่จะกนยาเพรืบตามความต้องการ (On-demand PrEP) คุณจำเป็นต้อง:

- กนยาสองเม็ด ก่อนการมีเพศสัมพันธ์อย่างน้อย 2-24 ชั่วโมง
- กนยาหนึ่งเม็ด หลังจากกนยาสองเม็ดแรกไปแล้ว 24 ชั่วโมง
- กนยาหนึ่งเม็ด หลังจากนั้น 24 ชั่วโมง (48 ชั่วโมง หลังจากกนยาสองเม็ดแรกไปแล้ว)

วิธีจำง่ายคือ 2+1+1

หากคุณมีเพศสัมพันธ์อีกในเวลานี้ คุณจำเป็นต้องกนยารวันละหนึ่งเม็ดทุกวันไปจนกว่าหลังการมีเพศสัมพันธ์ครั้งสุดท้ายแล้วสองวัน



คุณจำเป็นต้องกนยารวันละหนึ่งเม็ดทุกวันไปจนกว่าหลังการมีเพศสัมพันธ์ครั้งสุดท้ายแล้วสองวัน

ฉันสามารถหยุดการกินยาเพร็บบ (PrEP) ได้อย่างปลอดภัยอย่างไร?

หากคุณเป็นผู้ชายตรงเพศ (ไม่ใช่ผู้ชายข้ามเพศ) ที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายคนอื่น เพื่อที่จะหยุดกินยาเพร็บบ (PrEP) คุณจะต้องกินยารวันละหนึ่งเม็ดเป็นเวลา 48 ชั่วโมงหลังการมีเพศสัมพันธ์ครั้งสุดท้ายของคุณ หากคุณเป็นผู้ชายข้ามเพศหรือบุคคลที่มีเพศหลากหลาย คุณจะต้องกินยารวันละหนึ่งเม็ดเป็นเวลา 28 วันหลังการมีเพศสัมพันธ์ครั้งสุดท้ายของคุณ

ฉันควรเริ่มต้นกินยาเพร็บบ (PrEP) อีกอย่างไรหลังจากหยุดกินไปแล้ว?

ผู้ชายหลายคนหยุดกินยาเพร็บบ (PrEP) ระหว่างการระบาดใหญ่ของโรคโควิด-19 เพราะการล็อกดาวน์และข้อจำกัดอื่นๆ หมายความว่าพวกเขามีเพศสัมพันธ์น้อยลง หากหลังจากที่คุณหยุดกินไปแล้วกำลังกลับมาเริ่มต้นกินยาเพร็บบ (PrEP) อีก สิ่งแรกที่ต้องพิจารณาคือ คุณตรวจสุขภาพทางเพศครั้งสุดท้ายเมื่อไร เพื่อให้มั่นใจว่าคุณไม่มีเชื้อเอชไอวี หากคุณไม่ได้ตรวจในสามเดือนที่ผ่านมา คุณควรไปตรวจ นอกจากนั้น คุณควรตรวจดูว่าคุณมียาเหลืออยู่กี่เม็ด คุณเก็บมันไว้อย่างปลอดภัยหรือไม่ ดูว่ายาหมดอายุหรือยัง และคุณมีใบสั่งยาที่ยังใช้ได้หรือไม่



เมื่อคุณเริ่มต้นกินยาเพร็บบ (PrEP) อีกครั้งหนึ่ง ให้มั่นใจว่าคุณกินยาเพร็บบ (PrEP) ตามที่คุณได้รับคำแนะนำให้กิน และกินตามกำหนดโดสของยาเพื่อให้มั่นใจว่าคุณได้รับการปกป้องเต็มรูปแบบ

มีผลข้างเคียงอะไรหรือไม่?

ยาที่ใช้สำหรับยาเพร็บบ (PrEP) เป็นยาที่ปลอดภัยและไม่มีผลข้างเคียง คนส่วนมากกินแล้วไม่มีผลข้างเคียงเลย บางคนจะมีผลข้างเคียงปานกลางเช่น คลื่นไส้ ท้องเสียและปวดศีรษะเมื่อเริ่มต้นกินยาเพร็บบ (PrEP) ตาม ปกติผลข้างเคียงเหล่านี้จะหายไปภายในสองสามวันหรือสองสามสัปดาห์



น้อยมากที่ยาเพร็บบ (PrEP) จะสามารถมีผลต่อการทำงานของไตของคุณ นอกจากนี้ยังมีผลต่อความหนาแน่นของกระดูกในกระดูกเล็กน้อยมากด้วยเช่นกัน แต่นี้จะกลับไปเป็นปกติหลังจากหยุดกินยาเพร็บบ (PrEP) แพทย์ของคุณจะเฝ้าติดตามดูแลผลข้างเคียงของคุณด้วยการตรวจเลือดดูการทำงานของไต

แล้วทางเลือกอื่นสำหรับการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีล่ะ?

เวลานี้มีทางเลือกสำหรับการป้องกันเชื้อเอชไอวีมากกว่าเคย คุณสามารถเลือกอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างผสมกันที่ใช้ได้ดีที่สุดสำหรับคุณ ยาเพร็บบ (PrEP) เป็นทางเลือกหนึ่ง ส่วนทางเลือกอื่นๆ ได้แก่:

- **ถุงยางอนามัย** เมื่อใช้อย่างถูกต้อง มีประสิทธิภาพในการป้องกันเชื้อเอชไอวีและการตั้งครรภ์ และยังช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ (ถึงแม้ว่ามันจะไม่ได้กำจัดความเสี่ยงนั้นก็ตาม)
- **ระดับปริมาณไวรัสในร่างกายตรวจไม่เจอ (UVL)** มีผลในการป้องกันการแพร่เชื้อเอชไอวี หากคนที่มีเชื้อเอชไอวีกำลังรับการรักษาตัวและมีระดับปริมาณไวรัสในร่างกายตรวจไม่เจอ นี่หมายความว่าพวกเขาไม่สามารถแพร่หรือส่งต่อเชื้อเอชไอวีไปยังคู่นอนของเขาได้ นี่เป็นที่รู้จักกันในนามว่า การรักษาคือการป้องกัน คุณอาจเคยได้ยินเกี่ยวกับเรื่องนี้มาแล้วที่เรียกว่า 'U=U' ซึ่งหมายถึง 'ไม่เจอเท่ากับไม่แพร่ (Undetectable equals Untransmittable)'
- **ยาต้านไวรัสหลังการสัมผัสเชื้อ (PEP)** ก็มี หากคุณคิดว่าคุณได้สัมผัสเชื้อเอชไอวีไปแล้ว ยานี้ไม่ใช่อย่างเดียวกับยาเพร็บบ (PrEP) ยาเพ็บ (PEP) เป็นยาชุดหนึ่งที่ต้องกินเป็นเวลาหนึ่งเดือนหลังจากที่เป็นไปได้ว่ามีการติดเชื้อเอชไอวี ควรเริ่มกินยา เพ็บ (PEP) โดยทันที มันจะมีประสิทธิภาพมากที่สุดหากเริ่มกินภายใน 24 ชั่วโมงหลังการสัมผัสเชื้อ แต่ต้องเริ่มกินภายใน 72 ชั่วโมงของการสัมผัสเชื้อ ดูข้อมูลเพิ่มเติมที่ www.getpep.info.

มีข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี ที่นี้:

www.getprepd.org.au/th/other-ways-to-prevent-hiv/

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม: www.getprepd.org.au/th/