



PrEP 101

Votre guide sur la PrEP
pour les communautés
queers et trans

Qu'est-ce que la PrEP au VIH?

PrEP est l'abréviation de *prophylaxie pré-exposition*.



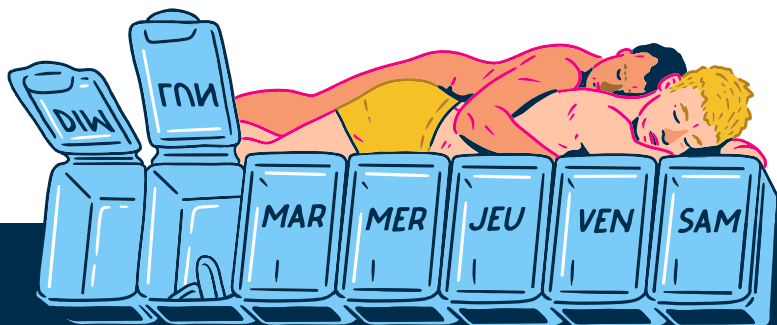
La PrEP est un médicament que les personnes séronégatives prennent pour prévenir le VIH.

Il s'agit d'un outil que vous pouvez utiliser pour vous protéger et protéger vos partenaires et votre communauté.



La plupart des personnes qui utilisent la PrEP prennent ce traitement sous forme de comprimés, mais il existe également une option sous forme d'injection à longue durée d'action.

La PrEP est très efficace pour prévenir le VIH lorsqu'elle est prise selon les directives.



À qui s'adresse la PrEP?

La PrEP peut être utilisée par toute personne qui le souhaite.

Pour maintenir votre séronégativité, vous pourriez envisager d'utiliser la PrEP dans les cas suivants :

- vous n'utilisez pas de condoms à chaque fois;
- vous ne connaissez pas le statut sérologique d'un-e ou de plusieurs de vos partenaires sexuel-le-s;
- vous avez un-e partenaire sexuel-le qui vit avec le VIH et dont la charge virale n'est pas indétectable;
- vous vous injectez des drogues et partagez parfois des aiguilles ou d'autres articles pour l'injection.



**indétectable =
intransmissible (I=I)**

Saviez-vous qu'une personne vivant avec le VIH qui suit un traitement et dont la charge virale est indétectable ne peut pas transmettre le VIH par voie sexuelle?

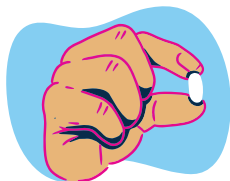
C'est ce qu'on appelle I=I

Veillez consulter votre prestataire de soins de santé afin de déterminer si la PrEP vous convient.

Quelles sont les options offertes pour la PrEP?

La PrEP est offerte sous forme de comprimés ou d'injections administrées par un-e prestataire de soins de santé.

Il existe deux façons de prendre les comprimés de PrEP.



La PrEP quotidienne

consiste à prendre un comprimé chaque jour. Tout le monde peut utiliser la PrEP quotidienne.

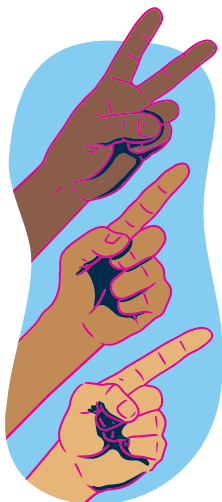
La PrEP sur demande

consiste à suivre un schéma posologique 2-1-1 :

- **2** comprimés entre 2 et 24 heures *avant* la relation sexuelle;
- **1** comprimé 24 heures après la première dose;
- **1** autre comprimé 24 heures plus tard.

Si une personne a des relations sexuelles plusieurs jours de suite, elle doit continuer à prendre autre 1 autre comprimé toutes les 24 heures jusqu'à 2 jours après la dernière relation sexuelle.

La PrEP sur demande est une option offerte uniquement aux hommes cis et aux femmes trans.





La PrEP est également offerte sous forme d'injection à longue durée d'action, administrée par un-e prestataire de soins de santé selon un calendrier défini.

La PrEP injectable est accessible à tou-te-s.

Quels sont les éléments à prendre en considération pour choisir la PrEP qui me convient le mieux?

Choisissez une PrEP que vous pouvez facilement prendre telle qu'elle est prescrite. Cet aspect est important, car si vous oubliez de prendre vos comprimés ou de vous présenter pour vos injections, les taux de médicament dans votre organisme peuvent diminuer et ces médicaments pourront être moins efficaces pour prévenir le VIH.

De nombreux facteurs peuvent influencer sur votre choix de PrEP, par exemple :

- les options de PrEP qui seront efficaces pour vous et s'adapteront à votre mode de vie;
- votre préférence pour les comprimés ou les injections, qui peut être influencée par :
 - votre capacité à conserver les comprimés et à respecter la posologie;
 - votre capacité à vous rendre régulièrement chez un-e prestataire de soins de santé pour recevoir les injections;
- votre couverture d'assurance.

Vous pouvez trouver une option de PrEP qui répond à vos besoins. Discutez avec un-e prestataire de soins de santé ou contactez un organisme de lutte contre le VIH dans votre région pour savoir quelle option pourrait vous convenir le mieux.

En dehors de la prise de médicaments, qu'implique la PrEP?

Suivre une PrEP implique également des visites régulières chez un-e prestataire de soins de santé pour des tests et un suivi.



Avant de commencer la PrEP, vous devrez subir un test de dépistage du VIH pour vous assurer que vous êtes séronégatif-ve.

Amorcer une PrEP alors que vous êtes séropositif-ve (sans le savoir) pourrait avoir de graves conséquences sur le traitement du VIH.

Il est également important de se faire tester pour d'autres infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS, comme la syphilis, la gonorrhée, la chlamydie [infection à *Chlamydia*] et les hépatites B et C).



En fonction de la PrEP que vous aurez choisie, votre prestataire de soins de santé pourra effectuer des tests supplémentaires afin de s'assurer que cette option vous convient.

Après avoir commencé la PrEP, vous devrez consulter régulièrement un-e prestataire de soins de santé.

Vous aurez une première visite de suivi un mois après le début du traitement, puis des visites régulières tous les deux à trois mois, la fréquence dépendant de la PrEP que vous avez choisie.

Les visites de suivi peuvent inclure des tests de dépistage du VIH et d'autres ITSS et la surveillance des effets secondaires du médicament.

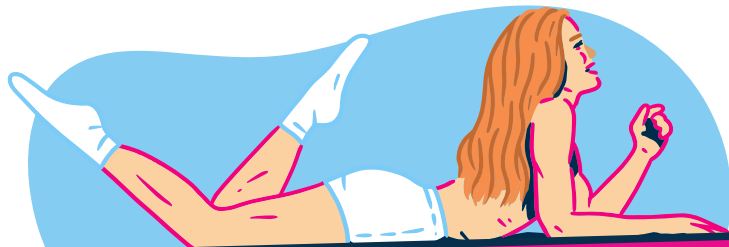
Ce sont des occasions idéales pour demander du soutien si vous en avez besoin.



Quels sont les effets secondaires possibles de la PrEP?

La plupart des personnes qui prennent la PrEP sous forme de comprimés ne signalent aucun effet secondaire. Lorsque des effets secondaires surviennent, ils sont généralement très légers et peuvent inclure nausées, diarrhée, maux de tête ou fatigue. Les effets secondaires disparaissent généralement d'eux-mêmes en quelques jours ou semaines, à mesure que l'organisme s'habitue au médicament. Chez certaines personnes, les comprimés de PrEP peuvent affecter la santé des reins ou des os, mais ces cas sont rares et les altérations disparaissent généralement après l'arrêt de la PrEP.

Pour les personnes qui reçoivent des injections de PrEP, l'effet secondaire le plus courant est une sensibilité au point d'injection, mais celle-ci a également tendance à diminuer après les premières injections.



Puis-je prendre la PrEP si je prends des hormones d'affirmation de genre?

Oui, la PrEP est sûre et efficace pour les personnes qui prennent des hormones masculinisantes ou féminisantes.

Veillez informer votre prestataire de soins de santé de tous les médicaments que vous prenez, y compris les hormones d'affirmation de genre.

Puis-je arrêter de prendre la PrEP ou changer de PrEP après avoir amorcé ce traitement ?

Oui, vous pouvez arrêter complètement la PrEP ou passer à un autre schéma de PrEP, mais il est important de le faire en toute sécurité et en consultation avec un-e prestataire de soins de santé.

La meilleure stratégie pour arrêter la PrEP ou passer à un autre schéma dépend du type de PrEP que vous prenez.

Veillez consulter votre prestataire de soins de santé si vous souhaitez :

- arrêter de prendre la PrEP
- reprendre la PrEP après une période d'arrêt
- passer à un autre type de PrEP



Comment puis-je obtenir la PrEP?

Pour suivre une PrEP, vous devez obtenir une ordonnance auprès d'un-e prestataire de soins de santé.

Un-e médecin ou un-e infirmier-ère praticien-ne peut vous prescrire la PrEP. Dans certaines régions, d'autres prestataires de soins de santé, telle-s que les pharmaciens, peuvent également la prescrire.



Certaines personnes queers et trans peuvent se sentir mal à l'aise à l'idée de discuter de leurs activités sexuelles ou de leur usage de drogues avec un-e prestataire de soins de santé. Dans la mesure du possible, essayez de trouver un-e prestataire avec qui vous vous sentez à l'aise pour parler ouvertement, afin qu'il ou elle puisse évaluer correctement votre risque d'infection par le VIH et vous aider à choisir la PrEP qui vous convient le mieux. Il existe peut-être dans votre région des cliniques spécialisées dans le soutien aux communautés queers et trans.

Il existe également des services de prescription de PrEP en ligne, qui peuvent constituer une bonne option pour les personnes qui préfèrent ne pas se rendre chez un-e prestataire de soins de santé de leur localité.

La PrEP peut être couverte par certains régimes d'assurance publics ou privés. Pour en savoir plus, veuillez consulter votre prestataire de soins de santé, un-e pharmacien-ne, une clinique de santé sexuelle ou un organisme de lutte contre le VIH.

Consultez le site oualler.catie.ca pour trouver près de chez vous des prestataires offrant la PrEP.





La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C



CATIE remercie le Centre de recherche communautaire (CBRC) d'avoir apporté son expertise en tant que partenaire dans l'élaboration de cette ressource.

La production de cette ressource a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans le présent document ne reflètent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada.

CATIE s'efforce de fournir de l'information à jour et exacte au moment de la publication, mais celle-ci ne doit pas être considérée comme des conseils médicaux. Les décisions concernant des traitements médicaux particuliers doivent toujours être prises en consultation avec un-e médecin qualifié-e. Les ressources de CATIE peuvent contenir des descriptions ou des représentations de sexe, de sexualité ou d'usage de drogues, dans le but de promouvoir la santé publique. Les opinions exprimées dans le présent document ne reflètent pas nécessairement les politiques ou les opinions de CATIE, de ses partenaires ou de ses bailleurs de fonds.



/CATIEinfo

catie.ca

© 2026, CATIE (Réseau canadien d'info-traitements sida).
Tous droits réservés.

N° du Centre de distribution de CATIE : ATI-40333_F (also available in English, ATI-40333)