

CỤC PHÒNG, CHỐNG HIV/AIDS
DỰ ÁN TĂNG CƯỜNG HỖ TRỢ KỸ THUẬT
PHÒNG, CHỐNG HIV/AIDS (EPIC)



Có thuốc **ARV**
Không lo **HIV**

NĂM 2021

THUỐC KHÁNG HIV

Thuốc kháng HIV (tên tiếng Anh: Antiretroviral viết tắt là ARV) là nhóm các thuốc có men sao chép ngược có khả năng ức chế sự phát triển của HIV.



SỬ DỤNG THUỐC ARV HIỆN NAY VỚI 2 MỤC ĐÍCH:

-  Điều trị HIV
-  Dự phòng lây nhiễm HIV.

PHẦN 1

DỰ PHÒNG LÂY NHIỄM HIV BẰNG THUỐC ARV

DỰ PHÒNG LÂY NHIỄM HIV BẰNG THUỐC ARV

Dự phòng lây nhiễm HIV bằng thuốc ARV:

Là sử dụng thuốc ARV để dự phòng lây nhiễm HIV.

Dự phòng bằng thuốc ARV thường được sử dụng trong các trường hợp sau:



Dự phòng trước phơi nhiễm HIV: (Pre-Exposure Prophylaxis - PrEP): Là sử dụng thuốc ARV cho người chưa nhiễm HIV nhưng có hành vi nguy cơ cao lây nhiễm HIV để dự phòng lây nhiễm HIV. Đây là biện pháp dự phòng chủ động.



Dự phòng sau phơi nhiễm HIV: (Post-exposure prophylaxis- PEP): Là sử dụng thuốc ARV cho người âm tính với HIV bị phơi nhiễm với HIV để dự phòng lây nhiễm HIV (ví dụ kim tiêm đâm, rách bao cao su khi quan hệ tình dục v.v..).

Dự phòng trước phơi nhiễm HIV (PrEP) là biện pháp chủ động và có hiệu quả cao trong dự phòng lây nhiễm HIV, do vậy tài liệu này chủ yếu đề cập về dự phòng trước phơi nhiễm bằng thuốc kháng HIV (PrEP).

TẠI SAO PrEP CÓ KHẢ NĂNG DỰ PHÒNG LÂY NHIỄM HIV?



ARV sử dụng trong PrEP là thuốc có chứa Tenofovir, ở Việt Nam, chương trình PrEP đang sử dụng chủ yếu là loại phối hợp 2 thuốc: Tenofovir và Emtricitabine (TDF/FTC).



Khi uống, nồng độ thuốc ARV trong máu ngăn chặn không cho vi rút HIV xâm nhập và nếu vi rút có xâm nhập được vào cơ thể cũng không nhân lên trong cơ thể. Từ đó dự phòng được lây nhiễm HIV.



Người sử dụng PrEP nếu tuân thủ tốt theo đúng hướng dẫn của thầy thuốc có thể làm giảm nguy cơ lây nhiễm HIV tới hơn 90%.

Uống PrEP để phòng ngừa HIV

**YÊU MỜI KHỎ,
PrEP - CÓ NGẠI GÌ**

PrEP (Điều trị dự phòng trước phơi nhiễm) là một loại thuốc ngăn chặn và biến quả giúp hạn chế tỷ lệ lây nhiễm, an toàn với HIV. Sử dụng bao cao su tiếp tục thêm khả năng bảo vệ bạn khỏi các bệnh lây truyền qua đường tình dục.

Hãy truy cập vào video hướng dẫn: <https://youtu.be/PrEP-PrEP-PrEP> hoặc quét mã QR



PrEP ĐƯỢC SỬ DỤNG ĐỂ DỰ PHÒNG LÂY NHIỄM HIV CHO MỘT SỐ NHÓM SAU:

-  Nam có quan hệ tình dục đồng giới.
-  Người chuyển giới nữ.
-  Người bán dâm.
-  Người tiêm chích ma túy.
-  Bạn tình của người nhiễm HIV mà người nhiễm HIV đó chưa điều trị ARV hoặc điều trị ARV nhưng tải lượng HIV chưa đạt dưới ngưỡng phát hiện (≥ 200 bản sao/ml máu);

Người có nhu cầu sử dụng PrEP cần phải đến các cơ sở cung cấp dịch vụ PrEP để được các bác sĩ khám, tư vấn, xét nghiệm, chỉ định điều trị và kê đơn, hướng dẫn sử dụng.

MỘT NGƯỜI ĐỦ TIÊU CHUẨN SỬ DỤNG PREP SẼ SỬ DỤNG THẾ NÀO?

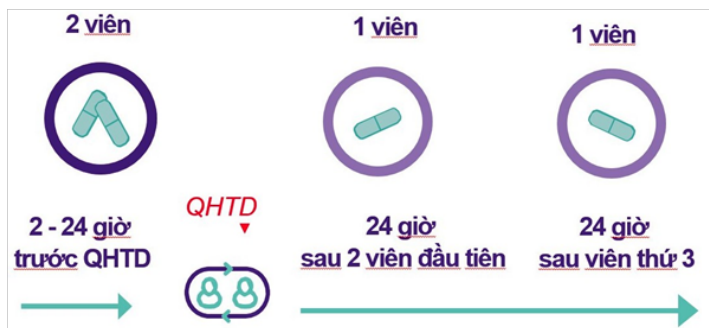
Một người khi được bác sĩ đánh giá đủ tiêu chuẩn sử dụng thuốc sẽ được tư vấn với 2 lựa chọn:

Sử dụng PrEP hàng ngày:

-  PrEP hàng ngày có thể chỉ định cho tất cả người đủ tiêu chuẩn điều trị PrEP. Người sử dụng PrEP sẽ uống thuốc hàng ngày, mỗi ngày một viên. Nên uống vào một thời điểm nhất định để tạo ra thói quen uống thuốc đều đặn.
-  Nếu quên liều, cần uống ngay khi nhớ ra. Tuy nhiên không được uống quá 2 liều trong một ngày (trong 24 giờ).

Sử dụng PrEP theo tình huống:

-  PrEP theo tình huống chỉ được chỉ định sử dụng cho nam quan hệ tình dục đồng giới (MSM) nhưng không có quan hệ tình dục thường xuyên (tần suất quan hệ tình dục trung bình dưới 2 lần/tuần).
-  Khách hàng đủ tiêu chuẩn sử dụng PrEP nếu muốn sử dụng PrEP theo tình huống, sẽ được bác sĩ tư vấn trước khi đưa ra quyết định.
-  PrEP theo tình huống sử dụng theo công thức:
2 + 1 + 1 tức là:
 - + Uống 2 viên (liều đầu tiên) trước khi quan hệ tình dục từ 2 - 24 giờ.
 - + Uống viên thứ 3: sau 24 giờ tính từ khi uống liều đầu tiên
 - + Uống viên thứ 4: sau 24 giờ tính từ khi uống liều thứ hai.



CÓ THỂ CHUYỂN ĐỔI TỪ SỬ DỤNG PREP HÀNG NGÀY SANG SỬ DỤNG PREP THEO TÌNH HUỐNG VÀ NGƯỢC LẠI ĐƯỢC KHÔNG?

PrEP theo tình huống chỉ sử dụng cho nam quan hệ tình dục đồng giới, do vậy việc chuyển đổi từ sử dụng PrEP hàng ngày sang sử dụng theo tình huống và ngược lại chỉ áp dụng với nam quan hệ tình dục đồng giới:



Đang sử dụng PrEP hàng ngày có thể chuyển đổi sang PrEP theo tình huống khi tần suất quan hệ tình dục trung bình dưới 2 lần/tuần và bảo đảm uống thuốc trước 24 giờ hoặc chậm nhất là 2 giờ trước khi quan hệ tình dục.



Chuyển đổi từ PrEP tình huống sang PrEP hàng ngày nếu tần suất quan hệ tình dục từ 2 lần trở lên trong một tuần.



Tất cả nam quan hệ tình dục đồng giới muốn chuyển đổi cần thảo luận và tuân thủ điều trị theo đúng hướng dẫn của thầy thuốc.

SAU SỬ DỤNG BAO LÂU PREP ĐẠT HIỆU QUẢ TỐT NHẤT?



Đối với người có nguy cơ lây nhiễm HIV qua quan hệ tình dục đường âm đạo hoặc qua đường máu: PrEP chỉ có tác dụng bảo vệ tối đa sau khi sử dụng đủ 21 ngày thuốc ARV liên tục.



Đối với nam quan hệ tình dục đồng giới qua hậu môn: hiệu quả tối đa sau 7 ngày uống liên tục hoặc uống 2 viên trước khi quan hệ tình dục 2-24 giờ.

Tuy nhiên cần lưu ý:

-  Đối với người quan hệ tình dục qua đường âm đạo và nguy cơ lây nhiễm qua đường máu: PrEP cần được tiếp tục sử dụng đến hết 7 ngày sau lần phơi nhiễm cuối cùng.
-  Đối với người nam quan hệ tình dục đồng giới qua hậu môn: cần tiếp tục sử dụng thuốc PrEP 2 ngày sau lần quan hệ tình dục cuối cùng.



LIỆU CÓ PHẢN ỨNG NÀO XẢY RA VỚI NGƯỜI SỬ DỤNG PrEP KHÔNG?

-  Hầu hết những người sử dụng PrEP không gặp tác dụng phụ nào nghiêm trọng. Chỉ một số ít người có thể gặp phải một số tác dụng phụ như: buồn nôn, tiêu chảy, đau bụng, chóng mặt, đau đầu, chán ăn...Thông thường, các tác dụng phụ này sẽ hết sau một đến hai tuần. Cần gọi điện và đến gặp bác sĩ ngay nếu những biểu hiện này kéo dài và ảnh hưởng đến sinh hoạt của khách hàng.



Với những người sử dụng PrEP trong thời gian dài có thể gây loãng xương hoặc ảnh hưởng đến thận tuy nhiên rất ít gặp. Vì vậy, người sử dụng PrEP được khám, xét nghiệm trước khi sử dụng và cần theo dõi định kỳ.

KHI NÀO NGỪNG SỬ DỤNG PREP?

PrEP không phải sử dụng suốt đời, có thể ngừng sử dụng PrEP trong các trường hợp sau:



Không muốn sử dụng PrEP nữa: Vì các lý do cá nhân, có thể không còn nguy cơ lây nhiễm HIV hay tác dụng phụ của thuốc...



Thầy thuốc chỉ định dừng thuốc: Khi nhiễm HIV; Khi gặp tác dụng phụ nghiêm trọng; Khi không còn cần thiết sử dụng nữa.



Trao đổi với thầy thuốc trước khi ngừng sử dụng PrEP và thực hiện theo các chỉ dẫn của thầy thuốc trước khi ngừng sử dụng PrEP.



ĐÃ SỬ DỤNG PREP, CÓ CẦN SỬ DỤNG BAO CAO SU KHI QUAN HỆ TÌNH DỤC KHÔNG?

Người sử dụng PrEP vẫn cần sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục, bởi vì:



PrEP giúp phòng lây nhiễm HIV mà không phòng được các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác, không có tác dụng tránh thai. Vì vậy sử dụng bao cao su song song với sử dụng PrEP giúp dự phòng các bệnh lây truyền qua đường tình dục như lậu, giang mai viêm gan B, C...và tránh mang thai ngoài ý muốn.

SỬ DỤNG BAO CAO SU SONG SONG VỚI SỬ DỤNG PREP



PrEP làm giảm nguy cơ lây nhiễm HIV nhưng vẫn có một tỷ lệ nhỏ có khả năng lây nhiễm. Vì vậy để an toàn, bạn luôn sử dụng PrEP và sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục như biện pháp bổ sung cho nhau.

PHẦN 2

ĐIỀU TRỊ ARV - ĐỂ DỰ PHÒNG HIV

ĐIỀU TRỊ BẰNG ARV ĐỂ DỰ PHÒNG LÂY NHIỄM HIV



Là sử dụng thuốc ARV điều trị cho người đã nhiễm HIV để đạt được và duy trì lượng vi rút HIV thấp dưới ngưỡng phát hiện (< 200 bản sao/ml máu), từ đó không còn nguy cơ lây truyền HIV cho người khác qua đường tình dục. (Không phát hiện = Không lây truyền; K=K).



Thuốc ARV sử dụng trong điều trị cho người nhiễm HIV luôn kết hợp 3 loại thuốc khác nhau.

LỢI ÍCH CỦA ĐIỀU TRỊ HIV BẰNG ARV

Với người đã được chẩn đoán nhiễm HIV, sử dụng thuốc ARV và tuân thủ điều trị tốt sẽ có tác dụng:



Giảm nguy cơ mắc các bệnh nhiễm trùng cơ hội và tử vong liên quan tới HIV: Thuốc ARV ngăn chặn sự nhân lên của vi rút. Do đó duy trì được tình trạng bình thường của hệ miễn dịch, giảm nguy cơ mắc các bệnh nhiễm trùng cơ hội và giảm tử vong liên quan đến HIV.



Dự phòng lây truyền HIV sang người khác: Khi điều trị ARV, lượng vi rút HIV trong máu rất thấp, do vậy giảm nguy cơ lây truyền HIV từ người nhiễm HIV ra những người khác trong cộng đồng.



Dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con: Khi phụ nữ mang thai được điều trị ARV sớm, HIV trong máu sẽ bị ức chế ở mức dưới ngưỡng phát hiện, do vậy giảm nguy cơ lây truyền HIV từ mẹ sang con trong quá trình mang thai, khi sinh và sau khi sinh.



Cải thiện chất lượng sống cho người nhiễm HIV: Khi được điều trị ARV, người nhiễm HIV có thể sống khỏe mạnh, làm việc như người không nhiễm HIV và tự tin sống hòa nhập với cộng đồng.

Một số nghiên cứu chỉ ra rằng, người nhiễm HIV được điều trị ARV sớm và duy trì điều trị tốt cũng có tuổi thọ tương đương người không nhiễm HIV.

KHI NÀO NGƯỜI NHIỄM HIV BẮT ĐẦU ĐIỀU TRỊ BẰNG THUỐC KHÁNG VI RÚT?

-  Với các bằng chứng về lợi ích của điều trị sớm ARV đối với giảm mắc các bệnh nhiễm trùng cơ hội, giảm nguy cơ tử vong và tăng tuổi thọ cũng như tăng chất lượng sống của người nhiễm HIV, hiện nay tất cả các trường hợp được chẩn đoán nhiễm HIV đều được điều trị ARV sớm.
-  Điều trị ARV sớm để hệ miễn dịch của người nhiễm HIV không bị phá hủy bởi HIV. Điều trị càng sớm càng tốt, tốt nhất là ĐIỀU TRỊ NGAY khi biết nhiễm HIV kể cả khi thấy còn rất mạnh khỏe.

CHẬM ĐIỀU TRỊ HAY ĐIỀU TRỊ MUỘN CÓ TÁC HẠI GÌ?

-  Hiện nay rất nhiều người nhiễm HIV chỉ đến các cơ sở y tế để điều trị HIV khi sức khỏe đã bị suy giảm hoặc mắc các bệnh nhiễm trùng cơ hội. Như vậy là đã muộn hoặc quá muộn.
-  Hầu hết người nhiễm HIV điều trị ARV muộn do tâm lý chủ quan, họ thường thấy mình còn khỏe. Một số người lo sợ bị kỳ thị và phân biệt đối xử nên không muốn bộc lộ danh tính và ngại tiếp cận với các dịch vụ y tế.



Khi người nhiễm HIV điều trị muộn hoặc không điều trị ARV sẽ không ức chế được sự phát triển của HIV, khi đó hệ thống miễn dịch suy giảm, người nhiễm HIV sẽ nhanh chóng chuyển sang giai đoạn AIDS, dễ mắc các nhiễm trùng cơ hội nặng, đặc biệt là mắc bệnh lao, làm cho việc điều trị ARV ít hiệu quả và nguy cơ tử vong cao.

K=K LÀ CHÌA KHÓA CỦA ĐIỀU TRỊ LÀ DỰ PHÒNG?



K=K được viết tắt từ cụm từ Không phát hiện = Không lây truyền, có nghĩa là: Khi một người nhiễm HIV được điều trị ARV mà đạt đến mức ức chế vi rút dưới ngưỡng phát hiện, nghĩa là tải lượng HIV dưới 200 bản sao/ml máu, sẽ không lây truyền HIV cho người khác qua đường tình dục.



Như vậy muốn dự phòng để không làm lây truyền HIV từ người nhiễm HIV sang người khác, người nhiễm HIV cần điều trị sớm, tốt nhất là ngay khi được chẩn đoán nhiễm HIV và tuân thủ điều trị để đạt được K=K. Khi đạt được và duy trì tải lượng vi rút dưới ngưỡng phát hiện sẽ thực sự không lây truyền HIV qua đường tình dục cho bạn tình chưa nhiễm HIV của họ.

MỘT NGƯỜI NHIỄM HIV ĐIỀU TRỊ BẰNG ARV SAU BAO LÂU ĐẠT TẢI LƯỢNG VI RÚT DƯỚI NGƯỠNG PHÁT HIỆN?



Hầu hết mọi người nhiễm HIV điều trị bằng ARV nếu tuân thủ điều trị tốt sẽ đạt được tải lượng vi rút dưới ngưỡng phát hiện (dưới 200 bản sao/ml máu) sau 3-6 tháng điều trị.



Để biết sau khi điều trị bằng ARV có được tải lượng vi rút dưới ngưỡng phát hiện hay chưa cần phải xét nghiệm tải lượng vi rút định kỳ.



Người nhiễm HIV khi điều trị ARV năm đầu tiên xét nghiệm tải lượng vi rút 2 lần (6 tháng 1 lần). Sau đó xét nghiệm tải lượng vi rút 12 tháng 1 lần.



Xét nghiệm tải lượng vi rút định kỳ là rất cần thiết, không chỉ giúp để biết một người có đạt được tải lượng vi rút dưới ngưỡng phát hiện hay không mà còn giúp theo dõi hiệu quả điều trị. Do vậy người nhiễm HIV cần phải biết tải lượng vi rút của mình trong khi điều trị bằng thuốc ARV.



LÀM THẾ NÀO ĐỂ ĐẠT ĐƯỢC TẢI LƯỢNG VI RÚT DƯỚI NGƯỠNG PHÁT HIỆN?



Tuân thủ điều trị ARV là điều kiện quyết định để đạt tải lượng vi rút dưới ngưỡng phát hiện.



Tuân thủ điều trị là sử dụng đúng thuốc, đúng liều, đúng giờ, đúng đường và đúng cách.

+Đúng thuốc nghĩa là không uống nhầm thuốc, trong trường hợp phải uống nhiều loại thuốc.

+Đúng liều là uống đủ số lượng mà thầy thuốc đã chỉ định, đúng số viên (liều) một ngày.

+Đúng giờ là uống vào cùng một thời điểm nhất định trong ngày phù hợp với từng người bệnh. Việc thực hiện uống thuốc đúng giờ nhằm đảm bảo duy trì nồng độ thuốc cần thiết trong máu.



+Đúng đường là chỉ sử dụng đường uống, hiện nay ARV ở Việt Nam chỉ sử dụng qua đường uống.

+Đúng cách là tuân thủ đúng theo lời dặn của bác sĩ như uống thuốc trước ăn hoặc sau ăn.

-  Tuân thủ điều trị tốt sẽ làm tăng hiệu quả của thuốc. Để kiểm chế được vi rút không phát triển phụ thuộc chủ yếu vào nồng độ thuốc đó trong máu người bệnh, do vậy cần uống thuốc theo đúng hướng dẫn của thầy thuốc.
-  Tuân thủ điều trị không tốt hoặc không tuân thủ điều trị dẫn đến kháng thuốc, thất bại điều trị và tử vong.
-  Để tăng mức độ tuân thủ điều trị, ngoài việc lựa chọn giờ uống thuốc phù hợp cho mình, người nhiễm HIV có thể sử dụng các biện pháp hỗ trợ như: nhờ người nhắc uống thuốc, hẹn giờ bằng đồng hồ hoặc điện thoại, ghi lịch hàng ngày.

KHÔNG PHÁT HIỆN = KHÔNG LÂY TRUYỀN CHỈ ÁP DỤNG CHO ĐƯỜNG TÌNH DỤC?

-  Việc duy trì tải lượng HIV dưới ngưỡng phát hiện sẽ không làm lây truyền HIV sang bạn tình qua quan hệ tình dục.
-  K=K không áp dụng đối với đường lây truyền từ mẹ sang con. Tuy nhiên, nếu duy trì tải lượng HIV dưới ngưỡng phát hiện sẽ làm giảm đáng kể nguy cơ lây truyền HIV từ mẹ sang con trong khi mang thai, khi sinh con hoặc khi cho con bú bằng sữa mẹ.
-  K=K cũng không áp dụng cho đối với lây truyền HIV qua đường máu. Do vậy không sử dụng chung bơm kim tiêm khi tiêm chích, sử dụng các biện pháp an toàn khi tiếp xúc với máu để tránh bị lây nhiễm HIV.



K=K cũng không áp dụng cho các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác: Ngay cả khi một người đạt được tải lượng vi rút dưới ngưỡng phát hiện cũng không phòng được các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác như lậu, giang mai, sùi mào gà...Do vậy vẫn nên sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục ngay cả khi đã đạt được tải lượng vi rút HIV dưới ngưỡng phát hiện để dự phòng các bệnh lây truyền qua đường tình dục.

CÓ THUỐC ARV - KHÔNG LO HIV

-  Hãy xét nghiệm HIV định kỳ để biết tình trạng HIV.
-  Chủ động hỏi bác sĩ để được tư vấn về dự phòng lây nhiễm HIV bằng thuốc.
-  Người chưa nhiễm HIV hãy sử dụng PrEP để dự phòng HIV.
-  Người nhiễm HIV cần điều trị ARV ngay để sống khỏe mạnh và phòng lây nhiễm HIV cho người thân (K=K).
-  Tuân thủ điều trị sẽ quyết định hiệu quả điều trị.
-  Hãy đề nghị bác sĩ xét nghiệm tải lượng vi rút định kỳ trong quá trình điều trị.

**ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN CHI TIẾT
XIN VUI LÒNG LIÊN HỆ VỚI:**



Trung tâm Kiểm soát bệnh tật các tỉnh, thành phố, cơ sở y tế gần nhất.



Các nhóm nhân viên tiếp cận cộng đồng.



Bạn cũng có thể quét mã QR để xem các địa điểm hiện đang cung cấp dịch vụ trên toàn quốc.

