

प्रि-एक्सपोजर प्रोफाइलेक्सिस (प्रेप) अन डिमान्ड लिन

कोभिड १९ को अध्यावधिक जानकारी

सम्पूर्ण न्यूयॉर्कवासीहरु घरमा बस्नुपर्छ र अरुसँगको सम्पर्क कम गर्नुपर्छ ।

- सुरक्षित यौनको आनन्द लिने वार निर्देशनहरु हेर्नुहोस् ।
- यदि डाक्टरले लेखिदिएको प्रेप थप्नुपरेमा अथवा प्रेपवारे पशनहरु छुन् भने घरमा बस्नुहोस् र स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई फोन वा इमेल गर्नुहोस् ।
- टूभाडा भन्ने प्रेप तपाईंले दैनिक रुपमा लिइरहनुभएको छ अथवा (तपाईं) सिसजेन्डर पुरुष हुनुहुन्छ जसले पुरुषसँग यौन सम्पर्क राख्छ, भने तपाईंले **प्रेप अन डिमान्ड** लिएर आफ्नो औषधीलाई सुरक्षित राख्न सक्नुहुन्छ ।

प्रेप लिने दुइ तरिका

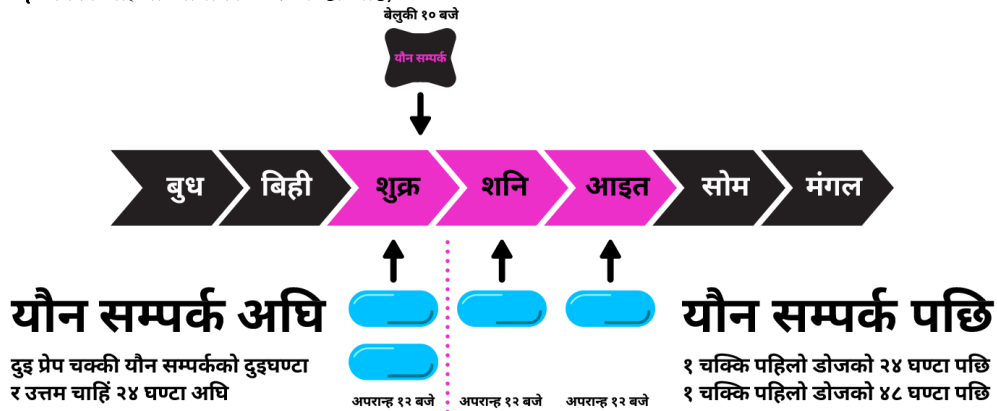
एचआइभीको रोकथामका लागि प्रेप लिने **दुइ तरिकाहरु** छन् । प्रेपवारेको थप जानकारीका लागि nyc.gov/health मा जानुहोस् र **PrEP(प्रेप)** लेखेर खोजीगर्नुहोस् ।

1. **डेली प्रेप:** दिनको एउटा चक्की एकपटक लिनुहोस्, तपाईंले कुनैपनि प्रकारको (मुख, गुदद्वार, योनी इत्यादी) यौन सम्पर्क नगरेपनि अथवा लागूपदार्थ सुइवाट हालेपनि । **टूभाडा** र **डिस्कोभी** दैनिक प्रेपको लागि स्वीकृत गरिएका छन् ।
2. **प्रेप अन डिमान्ड:** यदि तपाईं सिसजेन्डर पुरुष हुनुहुन्छ जसले पुरुषसँग यौन सम्पर्क गर्छ, गुदद्वारबाट यौन सम्पर्क गर्नु अगाडि र पछाडि प्रेप मात्र लि पनि एचआइभीको रोकथाम हुनसक्छ । प्रेप अन डिमान्डको लागि **टूवेडा** मात्र लिनुपर्छ ।
 - **नोट:** प्रेप अन डिमान्ड लिन सबैका लागि स्वीकृत गरिएको छैन । यसले दुवै यौनसाथीलाई **गुदद्वारबाट यौन सम्पर्क** गर्दा सुरक्षा दिन्छ तर **योनीबाट यौन सम्पर्क** गर्दा एचआइभीबाट सुरक्षा नगर्न सक्छ । प्रेप अन डिमान्डले **समलिंगी उभयलिंगी सिसजेन्डर पुरुषमा** मात्र काम गर्ने देखिएको छ ।

प्रेप अन डिमान्ड लिने २-१-१ तालिका

यदि तपाईंले **एक** चोटी यौन सम्पर्क गर्नुभएको भए, लिनुहोस्:

- २ चक्की यौन सम्पर्क गर्नु अघि कम्तिमा २ देखी २४ घण्टा अघि
- १ चक्की पहिलो मात्राको २४ घण्टा पछि
- १ चक्की पहिलो मात्राको ४८ घण्टा पछि



(i-Base.info बाट लिइएको)

यदि तपाईं पहिलो दोब्बर मात्रा लिएको २४ घण्टा पछि पनि यौन सम्पर्क जारी राख्नुहुन्छ भने, सिंगल प्रेप चक्की हरेक २४ घण्टामा लिनुहोस जवसम्म तपाईंले अन्तिमपटक यौन सम्पर्क गरेपछिको दुइवटा मात्रा हुँदैन ।

प्रेप अन डिमाण्ड कसले प्रयोग गर्न सक्छन्

सिसजेण्डर पुरुषहरु जसले पुरुषसँग यौन सम्पर्क गर्छन् र जसले नियमित रूपमा यौन सम्पर्क गर्दैनन् उनीहरुको लागि प्रेप अन डिमाण्ड लिनु ठिक हुन सक्छ ।

यदि तपाईं हरेक मात्रा लिनुहुन्छ भने प्रेप अन डिमाण्ड गुदद्वार मैथुन गर्दा एचआइभीको रोकथाम गर्न प्रभावकारी हुन्छ ।

- सिसजेण्डर समलिंगी र उभयलिंगीको प्रयोगका लागि मात्र यसको अध्ययन गरिएको छ ।
- यो ट्रान्सजेण्डर महिला वा अन्य जसले गुदद्वार मैथुन गर्छन् उनीहरुको प्रयोगको अध्ययन गरिएको छैन ।

योनीबाट वा अगाडिबाट यौन सम्पर्क गर्नेहरुले प्रेप अन डिमाण्डको प्रयोग गर्नुहुँदैन ।

- योनीको तन्तु(टिस्यु)मा प्रेप औषधी जानलाई लामो समय लाग्दछ ।
- योनीबाट गरिने ग्रहणशील यौन सम्पर्कका लागि डेली प्रेप राम्रो अध्ययन गरिएको विकल्प हो ।

डेली प्रेप भर्सस प्रेप अन डिमाण्ड

	डेली प्रेप	प्रेप अन डिमाण्ड
कसले प्रयोग गर्न सक्छ	जसले पनि	योनीबाट गरिने ग्रहणशील यौनका लागि होइन ।
के प्रयोग गर्ने	टुवाडा अथवा डेस्कोभी	टुभाडा मात्र
कहिले प्रयोग गर्ने	हरेक दिन	यौन सम्पर्क अगाडि र पछाडि
योजना	केही छैन—केवल हरेक दिन लिनुहोस	यौन सम्पर्क अगाडि पहिलो मात्रा लिनुहोस् ।
यदि तपाईंले यौन सम्पर्क भन्दा अगाडि लिनुभएन भने	सिसजेण्डर पुरुषहरु जसले पुरुषसँग यौन सम्पर्क राख्छन्, यदि उनीहरुले मात्रा लिन विर्सिए भने पनि काम गर्छ, अरुले कुनैपनि मात्रा नछुटाउने प्रयास गर्नुपर्छ ।	कण्डोमको प्रयोग गर्नुहोस, अथवा इमर्जेन्सी परेको खण्डमा पोष्ट-एक्सपोजर प्रोफाइलियाक्सिस (पेप) लिनुहोस् ।
यदि तपाईंले यौन सम्पर्क पछि मात्रा लिन विर्सनुभयो भने	सिसजेण्डर पुरुषहरु जसले पुरुषसँग यौन सम्पर्क गर्छैन, यदि उनीहरुले मात्रा लिन कहिलेकाहीं विर्सिए भने पनि काम गर्छ, अरुले मात्रा लिन नविर्सने प्रयास गर्नुपर्छ ।	मात्रा छुटाउनु मिल्दैन
साइड इफेक्ट	फरक छैन	फरक छैन

थप जानकारीको लागि:

- [PrEP On Demand: Guidance for Medical Providers](#) (प्रेप अन डिमाण्ड: स्वास्थ्यसेवकलाई निर्देशन)
- [PrEP to prevent HIV](#) (एचआइभी रोकथामको लागि प्रेप)
- [Emergency PEP to prevent HIV](#) (एचआइभी रोकथामका लागि आकस्मिक पिइपी)
- [Where to get PrEP and PEP in New York City](#) (न्यूयोर्कमा प्रेप र पेप कहाँ प्राप्त गर्ने)

एनवाइसी स्वास्थ्य विभागका सुझावहरु बदलिंदो परिस्थितिसँगै परिवर्तन हुन सक्नेछन् ।

6.17.20