

JETZT BEREIT FÜR NUTZER*INNEN IN DEUTSCHLAND

Die datenschutzfreundliche PrEP- und doxyPEP-App My PrEP ist jetzt vollständig auf die DAIG-Leitlinien abgestimmt.

Nach sieben Jahren und mehr als **50.000 Nutzer*innen** in Europa unterstützt der in Frankreich entwickelte Sexualgesundheits-Begleiter My PrEP nun vollständig die Deutsch-Österreichischen Leitlinien zur HIV-Präexpositionsprophylaxe: das anlassbezogene **2-1-1**, das kontinuierliche **1-3-2-Schema** und das **Schema für rezeptiven Vaginalverkehr** (7-Tage Aufsättigung + 7-Tage Fortsetzung). Die App bleibt kostenfrei, enthält **kein einziges Tracking** und speichert sämtliche Daten ausschließlich auf dem Gerät der nutzenden Person.

My PrEP wurde 2019 vom unabhängigen Entwickler Basile Bruneau gestartet und schickt alle 15 Minuten eine Erinnerung, bis die Tablette bestätigt eingenommen wurde. Die App berechnet das Schutzfenster in Echtzeit und führt eine vollständige Historie über Einnahmen, sexuelle Begegnungen und STI-Tests. Alles bleibt auf dem Gerät: kein Konto, keine Cloud, kein Tracking.

Lange war die App rund um ein einziges Schema gebaut, das anlassbezogene **2-1-1**, das in der schwulen und bisexuellen Community europaweit verbreitet ist. Mit Version 5 (Mai 2026) wurde der Schutzalgorithmus komplett neu geschrieben: er unterstützt jetzt **neun verschiedene Schemata** und richtet sich nach den offiziellen Empfehlungen von **vierzehn Ländern**. Die deutsche Leitlinie steht dabei im Zentrum.



„Die Deutsch-Österreichische PrEP-Leitlinie gehört zu den differenziertesten weltweit. Beide für MSM zugelassenen Schemata – das 2-1-1 und das tägliche 1-3-2 – sauber abzubilden war mir wichtig.“

3
DAIG-konforme Schemata (2-1-1, 1-3-2, vaginal)

14
Länder mit integrierten klinischen Empfehlungen

100%
der Daten bleiben auf dem Gerät

7
Jahre kontinuierliche Weiterentwicklung

FÜR
DEUTSCHLAND

Eine PrEP-App, die der DAIG-Leitlinie folgt – Bildschirm für Bildschirm.

Grün
Sie sind geschützt

Blau
Aktion erforderlich

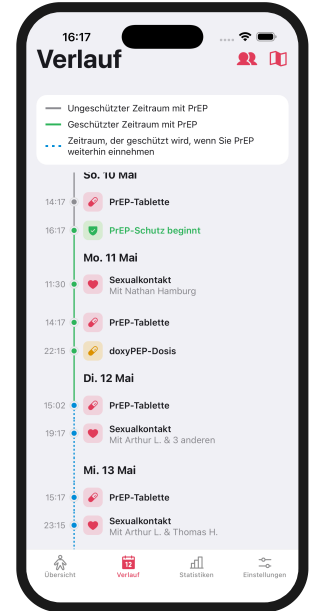
Rot
etwas stimmt nicht

1

Die Grundlagen, sauber umgesetzt.

My PrEP deckt jeden Schritt der täglichen PrEP-Routine ab und achtet auf die Details, die bei der Adhärenz wirklich zählen.

- **Intelligente Erinnerungen** alle 15 Minuten, bis Sie die Einnahme bestätigen.
- **Schutzstatus in Echtzeit:** ab wann der Schutz greift und bis wann er anhält, präzise nach Ihrem verordneten Schema berechnet.
- **Vollständige Historie** von Einnahmen, Begegnungen und STI-Tests auf einer übersichtlichen Zeitleiste, mit farbcodierten Schutzfenstern.
- **Reisesicher:** Zeitonenwechsel und Sommerzeit werden automatisch berücksichtigt.



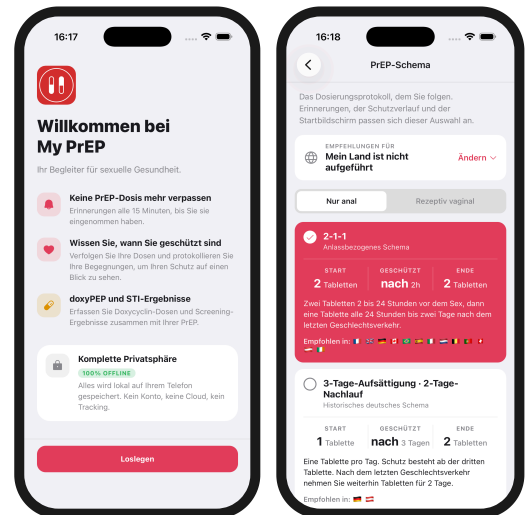
2

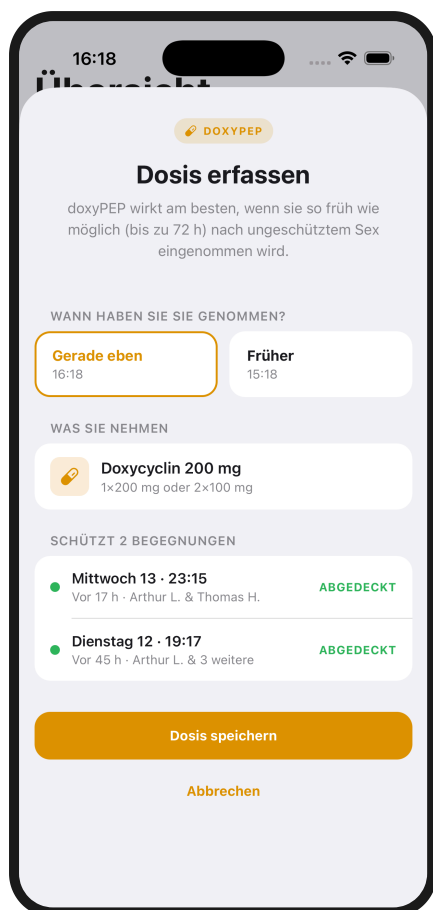
Alle drei DAIG-anerkannten Schemata, integriert.

Die meisten PrEP-Apps gehen von einem einzigen Schema aus. My PrEP beginnt bei Ihrem Land und Ihren sexuellen Praktiken und schlägt das Schema vor, das Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt wahrscheinlich verschrieben hat. Die deutsche Leitlinie ist vollständig abgedeckt, einschließlich beider für MSM zugelassenen Optionen.

2-1-1	Anlassbezogen, DAIG-konform für MSM
1-3-2	Tägliche PrEP, DAIG-konform für MSM
7 · 7	Vaginalverkehr: 7 Tage Aufsättigung, 7 Tage Fortsetzung
+ 6	Weitere nationale Protokolle (ANRS-MIE, BHIVA, CDC, GeSIDA ...)

Das **Onboarding** fragt nach Land und nach rezeptivem Vaginalverkehr und schlägt dann das passende Schema vor. **14 Länder** abgedeckt.




3

doxyPEP ist jetzt Teil der App.

doxyPEP (200 mg Doxycyclin innerhalb von 72 Stunden nach ungeschütztem Sex) senkt das Risiko von Syphilis und Chlamydien erheblich. Die DSTIG empfiehlt sie aktuell nur im Einzelfall; international (CDC, BASHH, GeSIDA) liegt eine formale Empfehlung vor. My PrEP unterstützt die Erfassung mit Sicherheitsgrenzen.

- Eine Dosis lässt sich **direkt vom Startbildschirm** mit zwei Tipps erfassen.
- Für **MY PREP+** -Abonent*innen zeigt die App auf einen Blick, **welche zurückliegenden Begegnungen abgedeckt sind**.
- Integrierte Sicherheitsgrenzen: Warnung, wenn zwei Dosen innerhalb von 24 Stunden eingenommen werden oder die wöchentliche Obergrenze (≤ 3 Dosen pro 7 Tage) überschritten wird.

“

Deutschland zählt seit Jahren zu den europäischen Vorreitern bei der PrEP-Versorgung – mit der GKV-Kostenübernahme seit 2019 und einer differenzierten DAIG-Leitlinie, die beide Schemata für MSM vorsieht. Beide sauber zu unterstützen war überfällig.

Basile Bruneau, Gründer von My PrEP

IN ARBEIT

Ausblick : PrEP per Injektion und STI-Therapiebegleitung.

Zwei große Arbeitsstränge sind bereits in Vorbereitung für kommende Versionen von My PrEP.

Injizierbare PrEP

Unterstützung für **Cabotegravir** (Apretude, alle zwei Monate) und **Lenacapavir** (Yeytugo, alle sechs Monate) als Alternativen zur oralen PrEP, mit Erinnerungen und Schutzfenstern, die jeweils auf das Verfahren zugeschnitten sind.

STI-Therapiebegleitung

Sobald ein positiver Befund erfasst wird, begleitet My PrEP künftig die **antibiotische Behandlung** (Chlamydien, Gonorrhö, Syphilis, Mycoplasma genitalium ...) : Erinnerungen bis zum Ende der Therapie und Hinweis auf die Nachkontrolle.

ÜBER DIE APP

My PrEP im Überblick.

Auf iOS und Android verfügbar, kostenfrei, werbefrei: My PrEP begleitet den gesamten PrEP-Weg. Über die DAIG-Konformität hinaus leistet die App das hier.

Intelligente Erinnerungen

Eine Erinnerung alle 15 Minuten, bis die Einnahme bestätigt ist. Vergessen wird praktisch unmöglich.

Schutzstatus in Echtzeit

Der Algorithmus berechnet exakt, ab wann der PrEP-Schutz beginnt und bis wann er anhält, auf Basis Ihres verordneten Schemas.

STI-Test-Dokumentation

Quartalsergebnisse erfassen, Laborbericht als PDF oder Foto anhängen. Alles bleibt auf dem Gerät.

Reisesicher standardmäßig

Zeitonenwechsel und Sommerzeit werden automatisch berücksichtigt, ohne Zutun.

Statistik & Verlauf

Alle Einnahmen, Begegnungen und Tests übersichtlich dargestellt – für 4 Wochen, 3 Monate oder seit Beginn.

Vollständiger Datenexport

CSV, Excel oder rohes SQLite: Ihre Daten gehören Ihnen, und Sie können sie jederzeit ausleiten.

DATENSCHUTZ ZUERST · DSGVO-KONFORM BY DESIGN

Ihre sexuellen Gesundheitsdaten verlassen nie Ihr Smartphone.

My PrEP ist die datenschutzfreundlichste PrEP-App auf dem Markt. Die gesamte Architektur ist so gebaut, dass sensible Daten das Gerät der nutzenden Person nie verlassen.

-  Kein Konto erforderlich
-  Keine Cookies, kein Analytics, kein Tracking
-  Lokale, verschlüsselte Speicherung
-  Funktioniert im Flugmodus
-  Keine Werbung, niemals
-  Vollständige Datenlöschung mit einem Tipp

Pressekontakt

Visuals in hoher Auflösung (iOS- und Android-Aufnahmen in vier Sprachen, Deutsch inklusive) sind über den Drive-Link nebenan frei zugänglich. Bei Fragen, Interview- oder Demo-Wünschen antworten wir innerhalb von 24 bis 48 Stunden.

E-Mail contact@myprep.app

Website myprep.app/de/

Pressemappe drive.google.com/.../myprep-visuals

App Store apps.apple.com/app/my-prep/id1456478617

Play Store play.google.com/.../details?id=fr.ntag.myprep.android

Instagram [@myprepapp](https://www.instagram.com/myprepapp)