

# YOUR FIRST STEPS

## WHAT TO DO AFTER YOU'VE TESTED POSITIVE FOR HIV

### I'VE JUST TESTED POSITIVE FOR HIV. WHAT DO I DO NOW?

The first 48 hours after a positive HIV test are very important. Here are the steps you should take to get the virus under control and maximize your chances for a healthy outcome.

**1**

#### **DON'T PANIC!**

You probably feel afraid and overwhelmed. But remember that HIV can be treated effectively with today's medicines.

**2**

#### **CONTACT YOUR HEALTHCARE PROVIDER, EVEN IF YOU DON'T FEEL SICK.**

They can get you started on an HIV treatment plan to lower the amount of the virus in your body.

**3**

#### **ASK QUESTIONS!**

Your initial visit and physical exam with your healthcare provider is a great time to ask questions — about your treatment plan, lifestyle changes, how to talk to your partner about HIV, and more.

**4**

#### **START TAKING YOUR PRESCRIBED HIV MEDICINES.**

You'll get started immediately on HIV medication, also called antiretroviral therapy (ART). Over time, ART can reduce the amount of HIV in your body to undetectable levels, so the virus will be untransmittable to other people.

**5**

#### **SEEK OUT SUPPORT.**

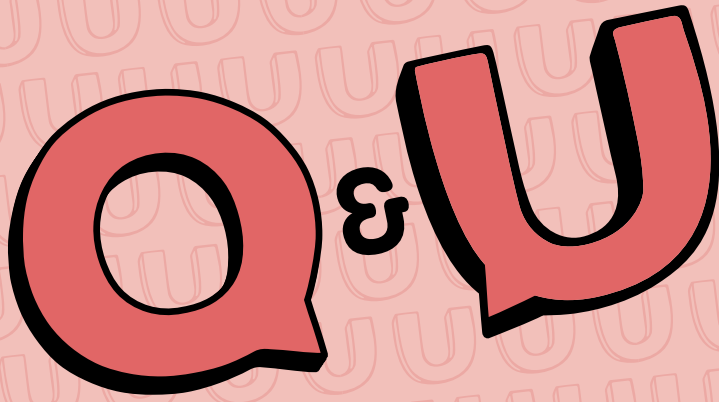
You don't have to go on your journey alone! Austin Public Health can connect you to peer support groups, counseling, prescription assistance, and more.

**HIV  
ENDS  
WITH U**

**APH** Austin  
Public  
Health  
PREVENT. PROMOTE. PROTECT.



Connect with resources and support at:  
**HIVendswithU.org | 512-972-5000**



# TUS PRIMEROS PASOS

## QUÉ HACER SI TU PRUEBA PARA EL VIH ES POSITIVA

### MI PRUEBA PARA EL VIH ACABA DE SALIR POSITIVA. ¿QUÉ DEBO HACER AHORA?

Las primeras 48 horas después de una prueba positiva para el VIH son muy importantes. Estos son los pasos que deberías seguir para mantener el virus bajo control y maximizar tus chances de tener una larga vida saludable.

**1**

#### ¡NO ENTRES EN PÁNICO!

Seguramente estás atemorizado y abrumado, pero recuerda que el VIH puede tratarse efectivamente con las medicinas de hoy en día.

**2**

#### CONTACTA A TU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA, AUNQUE NO TE SIENTAS ENFERMO.

Ellos pueden ayudarte a iniciar un plan de tratamiento para el VIH para reducir la carga viral en tu cuerpo.

**3**

#### ¡HAZ PREGUNTAS!

Tu visita inicial y examen físico con tu proveedor de atención médica es una excelente oportunidad para hacer preguntas — acerca de tu plan de tratamiento, cambios en tu estilo de vida, cómo hablarle a tu pareja acerca del VIH, y más.

**4**

#### EMPIEZA A TOMAR LAS MEDICINAS PRESCRITAS PARA EL VIH.

Inmediatamente debes empezar a tomar los medicamentos para el VIH, también conocidos como terapia antirretroviral (TAR). A medida que pasa el tiempo, TAR puede reducir la cantidad de VIH en tu cuerpo hasta niveles no detectables, para que el virus sea no transmisible a otras personas.

**5**

#### BUSCA APOYO.

¡No tienes que emprender este camino solo! Austin Public Health te puede conectar con grupos de apoyo, orientadores, ayuda para medicinas bajo receta médica, y más.



Conéctate con recursos y apoyo en:  
**HIVendswithU.org | 512-972-5000**