

Si vous venez d'apprendre...

Il se peut que vous soyez tout retourné d'apprendre que vous avez le VIH. Vous n'avez pas à vivre ce moment seul : il y a de l'aide. Avec un traitement, des soins et du soutien continus, le VIH peut être géré. Vous pouvez vivre longtemps et bien avec le VIH.

Vous avez fait le premier pas en passant un test de dépistage. Il est maintenant important de commencer un traitement aussitôt que possible.

- 1. On peut traiter le VIH.** Pour trouver un médecin en VIH, parlez à la personne qui vous a remis votre résultat. Si elle ne peut pas vous donner les coordonnées d'un médecin ou d'une clinique VIH, téléphonez à CATIE au 1-800-263-1638 ou visitez VIH411.ca.
- 2. Le traitement anti-VIH est peut-être plus simple que vous ne le pensez.** Les nouveaux médicaments anti-VIH sont plus faciles à prendre et causent généralement moins d'effets secondaires. Le traitement peut vous aider à rester en santé et réduit considérablement votre risque de transmettre le VIH à d'autres.
- 3. Une infirmière de santé publique pourrait vous contacter** et vous fournira de l'information sur le VIH. L'infirmière vous suggérera d'aviser vos partenaires sexuels et de consommation de drogues (si vous consommez des drogues) passés et actuels de passer un test VIH. Elle peut contacter ces partenaires de façon anonyme sans dévoiler votre nom.
- 4. Vous n'avez pas à dire à tout le monde que vous avez le VIH,** mais vous avez l'obligation légale d'informer votre ou vos partenaire(s) sexuel(s) avant d'avoir des relations sexuelles s'il y a un risque de transmission.
- 5. Renseignez-vous pour savoir comment vous protéger et protéger les autres.** Le VIH peut être transmis lors de relations sexuelles ou en partageant du matériel pour utiliser des drogues (comme des aiguilles). Mais il y a des choses que vous pouvez faire pour avoir des relations sexuelles plus sécuritaires, comme utiliser des condoms et prendre des médicaments anti-VIH pour maintenir une charge virale indétectable. Si vous consommez des drogues, vous pouvez réduire le risque de transmission, en utilisant de matériel neuf chaque fois que vous consommez.

Pour en savoir plus sur les relations sexuelles plus sécuritaires et la consommation de drogues de façon plus sécuritaire, parlez avec une infirmière de la santé publique ou un autre professionnel de soins de santé ou appelez CATIE.
- 6. Il est important d'obtenir du soutien.** Les organismes de lutte contre le VIH peuvent vous fournir de l'information et du counseling et vous orienter vers des services dans votre région. Pour trouver un organisme en VIH près de chez vous, visitez VIH411.ca ou contactez CATIE.





Pour plus d'information :

Visitez VIH411.ca

Appelez CATIE au 1-800-263-1638

si vous avez des questions ou si vous avez besoin d'aide pour trouver un organisme près de chez vous ou **visitez notre site à catie.ca/fr/prochaines-etapes**.

CATIE offre des services en français et en anglais.



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

Appelez une **ligne d'écoute sans frais sur le VIH dans votre province ou territoire** pour trouver réponses à vos questions sur le VIH.

Alberta : 1-800-772-2437

Colombie-Britannique : 1-800-661-4337

Île-du-Prince-Édouard : 1-800-314-2437

Manitoba : 1-800-782-2437

Nouveau-Brunswick : 1-800-561-4009

Nouvelle-Écosse : 1-800-566-2437

Nunavut et Arctique de l'Est : 1-800-661-0795

Ontario : 1-800-267-7432 (en français)
1-800-668-2437 (en anglais)

Québec : Contactez votre CLSC
ou Info-Santé au 811

Saskatchewan : 1-800-667-6876

Terre-Neuve-et-Labrador : 1-800-563-1575

Territoires du Nord-Ouest : 1-800-661-0844

Yukon : 1-800-661-0408, poste 8323

