

Jag har **CELIAKI**

Jag blir sjuk av gluten och måste äta en glutenfri diet.

Gluten finns i vete, råg, korn och havre, exempelvis i bröd, pasta, panering och såsredning.

Tack för hjälpen.



Svenska



Hindi • हन्दी

मुझे केलआक रोग है।

इसका अर्थ है मुझे ग्लुटेन मुक्त आहार खाना होगा क्योंकि ग्लुटेन मुझे बीमार करता है।

गेहूँ, राई, जौ और जई में ग्लुटेन होता है और वे, उदाहरण के लिए, ब्रेड, पास्ता, ब्रेड लगे उत्पाद जैसे फिशि-फगिर्स, और गेहूँ के आटे से गाढ़े किये गये ग्रेवी/सॉस में होते हैं।

आपकी सहायता के लिए धन्यवाद!

www.celiaki.se