

# 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



Ryska • Русский



# У меня **ЦЕЛИЯКИЯ**

Если я употребляю глютен, то заболеваю. Я должен/жна быть на безглютеновой диете.

Глютен содержится в пшенице, ржи, ячмене и овсе, например, в хлебе, вермишели, панировке и загустителе для соуса.

Спасибо за помощь.

[www.celiaki.se](http://www.celiaki.se)