

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



Arabiska • العربية

أنا مريض بالسيلياك (مرض حساسية القمح)

إنني أمرض عند تناول الغلوتين ولذا فإنه ينبغي عليّ تناول وجبات غذائية خالية من الغلوتين.

يوجد الغلوتين في القمح والجاودر (الشليم) والشعير والشوفان، على سبيل المثال في الخبز والمعكرونة وفتات الخبز الجاف ومخلوط الدهن والدقيق الخاص بعمل الصلصة.

شكراً على المساعدة.

www.celiaki.se