

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 

Farsi • فارسی

من بیماری سلیاک (Celiaki) دارم

گلوتن من را بیمار میکند و باید یک رژیم غذایی بدون گلوتن داشته باشم.

گلوتن در گندم، چاودار، جو و جو دو سر وجود دارد. بعنوان نمونه در نان، پاستا، مواد مورد استفاده برای سوخاری کردن و تهیه سس.

از کمک شما سپاسگزارم

www.celiaki.se