

קומיקס לחיות טוב מציגים:

דוקטור לחיות טוב

בעקבות הצליאק: מסע אל המעי!



בתוך ה-ק.ק.מ

לחץ על

הperfume, וככל

צטלאק פונמה ולבאות איך

חדק שלך – וזה אפשר

להתמודד עם זה!



מה זה
הדברים הקטנים
האלו?

אלם הם סיסיים,
מבנהים צערומים
בחומראים הממיימים
מהואכל.

בואר
נסתכל יותר
מקרוב.

וואא!

אפילו אם
אוכלים אותם
מיוז ובריא.

הענק הזה יכול
לגרום לכאבי בטן,
שלשולים וירידיה
במשקל...

סיסים חולמים

אבל כאשר צטלאק
עליל, מערכת החיסון
פוגעת בsistems האלו
וגורמת להם להיות
שעוחחים.

סיסים בריאות
נראים כמו שטיחים
רכים ופולומטיים, שסופגים
את כל החומראים
המייניס מהואכל.

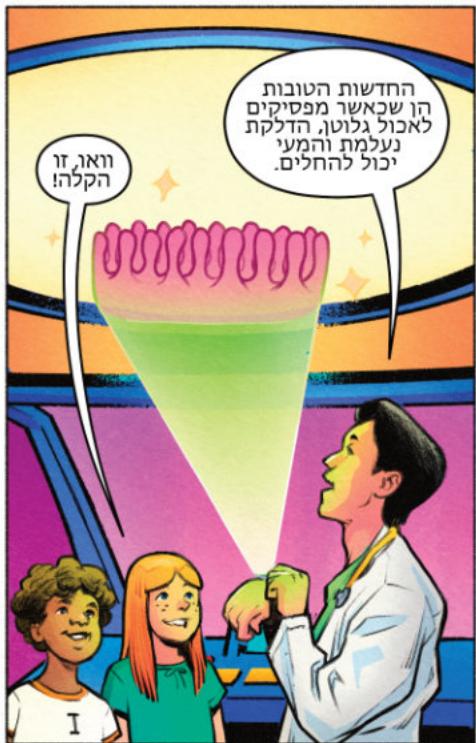
סיסים בריאות

אצל אנשים עם
צטלאק, מערכת החיסון מגיבה
בזרחה, מושבת להרבה ולגלוון, זה לא
רק גורם לנוכח לללקתי*, אלא
גם מנע מהמעי
להחלים.

גולגולות



* דלקת = מערכת חיסון שעובדת על טורבו' בצוואר מוגזמת





פענוו את תעלומת הצליאק:

- תזונה לא גלוטן תעוזר למען שלך בחלילם!
- התמקדו במזונות טריים ולא גלוטן – כמו פירות, ירקות וחלבונים.
- תמיד קראו תווית – גלוטן עלול להסתתר במקומות לא צפויים.
- הקפדה על התזונה מפחיתה סיכונים לסיבוכים ועזרה לך להריגש במשברך!
- צלייך לא תמיד גורם לתסמינים ברורים – יש אנשים עם צלייך שכמעט לא מרגשים דבר.
- לאחר האבחון, ניתן לעקוב אחרי הצליאק בעדות בדיקת דם פשוטה בשם (Anti TTG – Anti Tissue Transglutaminase)
- אם יש לך צלייך, חשוב להיפגש עם רופא/ה לפחות פעמי שנה!