



ΤΟ ΚΑΤΑΛΑΒΑΪΝΩ ΤΩΡΑ! ΕΙΜΑΙ ΕΤΟΙΜΟΣ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΩ ΤΗΝ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ ΚΑΙ ΝΑ ΝΙΩΘΩ ΥΠΕΡΟΧΑ!

ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ!

ΑΝ ΘΕΛΕΤΕ ΝΑ ΜΑΘΕΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ, ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΟ CELIAC.ORG ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ!

ΦΟΒΕΡΟ!

ΑΠΟΚΡΥΠΤΟΓΡΑΦΗΣΤΕ ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΤΗΣ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗΣ!

- ΜΙΑ ΔΙΑΙΤΑ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΘΑ ΒΟΗΘΗΣΕΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΑΣ ΝΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΕΙ!
- ΕΣΤΙΑΣΤΕ ΣΕ ΦΥΣΙΚΑ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΤΡΟΦΙΜΑ, ΟΠΩΣ ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΠΡΩΤΕΪΝΕΣ.
 - ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΑΝΤΑ ΤΙΣ ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΓΙΑ ΚΡΥΜΜΕΝΗ ΓΛΟΥΤΕΝΗ.
- Η ΤΗΡΗΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΣΑΣ ΜΕΙΩΝΕΙ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ ΕΠΙΠΛΟΚΩΝ ΚΑΙ ΣΑΣ ΒΟΗΘΑ ΝΑ ΑΙΣΘΑΝΕΣΤΕ ΣΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΣΑΣ!
- Η ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΠΑΝΤΑ ΕΜΦΑΝΗ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ. ΜΕΡΙΚΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΛΙΓΑ Η ΚΑΘΟΛΟΥ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ.
- ΜΟΛΙΣ ΔΙΑΓΝΩΣΤΕΙ Η ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ, ΜΙΑ ΑΛΗΘΕΣΤΑΞΗ ΑΙΜΑΤΟΣ ΠΟΥ ΟΝΟΜΑΖΕΤΑΙ ΤΡΑΝΣΓΛΟΥΤΑΜΙΝΑΣΗ ΙΣΤΟΥ (ΤΤG) ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΘΕΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΑΣ.
 - ΕΑΝ ΕΧΕΤΕ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ, ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΝΑ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣΤΕ ΤΟΝ ΓΙΑΤΡΟ ΣΑΣ ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ ΜΙΑ ΦΟΡΑ ΤΟ ΧΡΟΝΟ.

ΕΥ ΖΗΝ COMICS ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΥΝ: Δρ ΕΥ ΖΗΝ

ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗΣ ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ : ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΟ ΕΝΤΕΡΟ!



ΔΡ ΕΥΖΗΝ , Ο ΓΙΑΤΡΟΣ ΜΟΥ ΛΕΕΙ ΟΤΙ ΕΧΩ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ .

ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ ΕΡΩΤΗΣΗ!

Η ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΠΑΘΗΝ, ΟΠΟΥ ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΠΙΤΙΘΕΤΑΙ ΣΤΟ ΛΕΠΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΤΑΝ ΤΡΟΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ.

ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΑΥΤΟ?

ΓΛΟΥΤΕΝΗ? ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΨΩΜΙ, ΣΕΛΕΤΑ?

ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΚΑΘ'ΕΑΥΤΟ...

ΑΛΛΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΩΣ ΚΑΤΣΕ ΝΑ ΣΟΥ ΔΕΙΞΩ !

ΔΕΝ ΤΟ ΚΑΤΑΒΑΙΝΩ -- ΓΙΑΤΙ ΤΟ ΨΩΜΙ ΝΑ ΕΠΙΤΙΘΕΤΑΙ ΣΤΑ ΕΝΤΕΡΑ?



ΣΚΕΦΟΥ ΤΟ ΛΕΠΤΟ ΣΟΥ ΕΝΤΕΡΟ ΣΑΝ ΕΝΑ ΥΠΕΡ -- ΑΠΟΔΟΤΙΚΟ ΣΦΟΥΓΓΑΡΙ.

ΑΠΟΡΡΟΦΑ ΟΛΑ ΤΑ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΤΡΟΦΕΣ ΓΙΑ ΝΑ ΚΡΑΤΑ ΔΥΝΑΤΟ ΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ

ΑΛΛΑ ΣΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ, Η ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΕΡΕΘΙΖΕΙ ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΒΛΑΒΕΣ ΣΤΟ ΣΦΟΥΓΓΑΡΙ...

...ΕΝΝΩ ΤΟ ΛΕΠΤΟ ΕΝΤΕΡΟ...

...ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΔΥΣΚΟΛΗ ΤΗΝ ΑΠΟΡΡΟΦΗΣΗ ΤΩΝ ΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ

ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΗΚ Ο ΣΥΣΤΗΜΑ ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ ?

ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ ΕΡΩΤΗΣΗ!

ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΠΟΥ ΜΑΣ ΠΡΟΤΑΣΤΕΥΕΙ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΚΙΤΗΡΕΣ ΟΠΩΣ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΚΡΥΟΛΟΓΗΜΑ.

ΟΤΑΝ ΕΧΕΙΣ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗ , ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΒΛΕΠΕΙ ΤΗ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΣΑΝ ΑΠΕΙΛΗ ΚΑΙ ΔΙΕΓΕΙΡΕΤΑΙ ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ



ΕΧΩ ΜΙΑ ΙΔΕΑ !

ΠΑΜΕ ΣΕ ΜΙΑ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑ ΣΤΟ ΚΟΣΜΟ ΤΗΣ ΚΟΙΛΙΟΚΑΚΗΣ!

ΟΧ...ΤΙ ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΗ?



ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΤΟΥ ΔΡ ΕΥΖΗΝ

ΜΕΣΑ ΣΤΑ ΚΑ.ΚΑ!

ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΑΝΘΙΔΑΤΙΚΟ ΜΕ ΚΑΝΕΝΑ ΤΡΟΠΟ !

ΣΥΓΝΩΜΗ ΟΧΙ ΚΑΚΑ...

ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΚΑΦΟΣ ΜΟΥ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΠΑΕΙ ΟΠΟΥΔΗΠΟΤΕ!

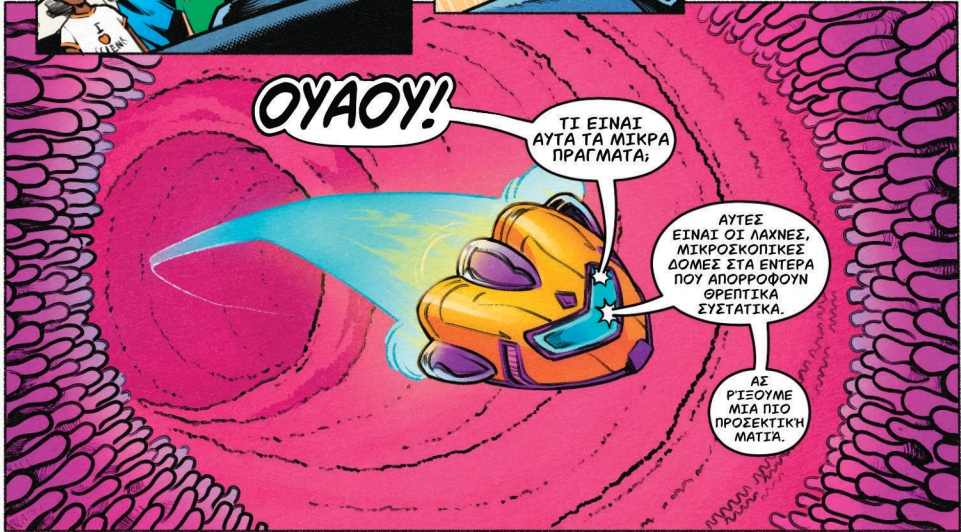
ΑΛΛΑ ΚΑ.ΚΑ, ΤΗΝ ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΚΑΘΟΥΛΑ ΠΑΝΤΟΣ ΚΑΙΡΟΥ ! ΚΑ.ΚΑ!

ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΚΑΦΟΣ ΜΟΥ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΠΑΕΙ ΟΠΟΥΔΗΠΟΤΕ!

ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΣΚΑΦΟΣ ΜΟΥ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΠΑΕΙ ΟΠΟΥΔΗΠΟΤΕ!

ΜΕΣΑ ΣΤΗ ΚΑ.ΚΑ

ΠΑΤΗΣΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΟΥΜΠΙ ΚΑΙ ΘΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΖΟΥΜ ΓΙΑ ΝΑ ΔΟΥΜΕ ΠΩΣ Η ΚΟΙΛΟΚΑΚΗ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ ΤΟ ΛΕΠΤΟ ΕΝΤΕΡΟ—ΚΑΙ ΠΩΣ ΝΑ ΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΕΙΤΕ!

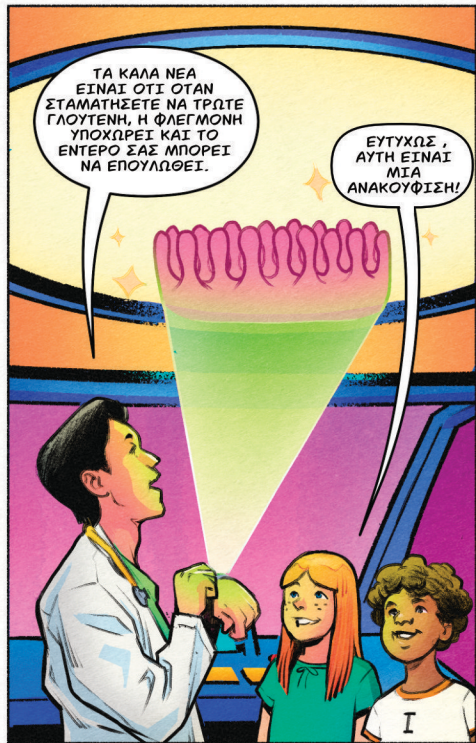


ΟΥΑΟΥ!

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΑ ΤΑ ΜΙΚΡΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ;

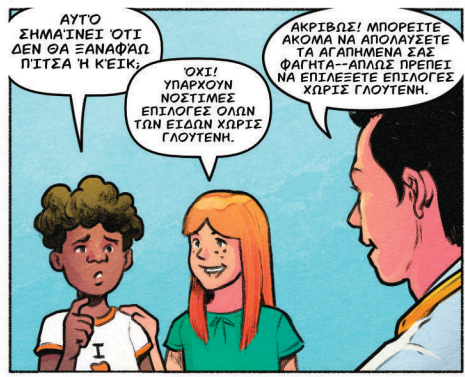
ΑΥΤΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΛΑΧΝΕΣ, ΜΙΚΡΟΣΚΟΠΙΚΕΣ ΔΟΜΕΣ ΣΤΑ ΕΝΤΕΡΑ ΠΟΥ ΑΠΟΡΡΟΦΟΥΝ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ.

ΑΣ ΡΙΞΟΥΜΕ ΜΙΑ ΠΙΟ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΗ ΜΑΤΙΑ.



ΤΑ ΚΑΛΑ ΝΕΑ ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ ΟΤΑΝ ΣΤΑΜΑΤΗΣΕΤΕ ΝΑ ΤΡΩΤΕ ΓΛΟΥΤΕΝΗ, Η ΦΛΕΓΜΟΝΗ ΥΠΟΧΡΕΙ ΚΑΙ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΣΑΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΠΟΥΛΩΘΕΙ.

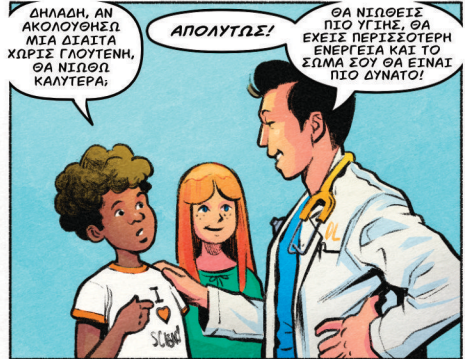
ΕΥΤΥΧΩΣ, ΑΥΤΗ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΗ!



ΑΥΤΟ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΟΤΙ ΔΕΝ ΘΑ ΞΑΝΑΦΑΛ ΠΙΤΣΑ Η ΚΕΪΚ.

ΟΧΙ! ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΝΟΣΤΙΜΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΙΔΩΝ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ.

ΑΚΡΙΒΩΣ! ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΑΚΟΜΑ ΝΑ ΑΠΟΛΑΥΣΕΤΕ ΤΑ ΑΓΑΠΗΜΕΝΑ ΣΑΣ ΦΑΓΗΤΑ—ΑΠΛΩΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΠΙΛΕΞΕΤΕ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ.



ΔΗΛΑΔΗ, ΑΝ ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΕΙ ΜΙΑ ΔΙΑΙΤΑ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ, ΘΑ ΝΙΩΘΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ;

ΑΠΟΛΥΤΩΣ!

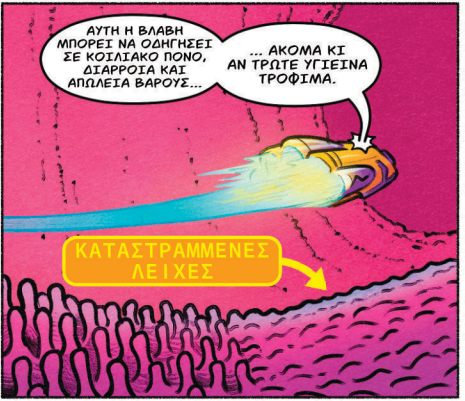
ΘΑ ΝΙΩΘΕΙΣ ΠΙΟ ΥΓΙΗΣ, ΘΑ ΕΧΕΙΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΩΜΑ ΣΟΥ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΠΙΟ ΔΥΝΑΤΟ!



ΟΙ ΥΓΙΕΙΣ ΛΑΧΝΕΣ ΜΟΙΣΤΑΖΟΥΝ ΜΕ ΜΑΛΑΚΑ, ΑΦΡΑΤΑ ΧΑΛΙΑ, ΑΠΟΡΡΟΦΩΝΤΑΣ ΤΑ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ.

ΑΛΛΑ ΟΤΑΝ Η ΚΟΙΛΟΚΑΚΗ ΕΙΝΑΙ ΕΝΕΡΓΗ, ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΤΙΣ ΒΛΑΠΤΕΙ ΠΡΟΚΑΛΩΝΤΑΣ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΠΙΟ ΚΟΝΤΕΣ.

ΥΓΙΕΙΣ ΛΑΧΝΕΣ



ΑΥΤΗ Η ΒΛΑΒΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΟΔΗΓΗΣΕΙ ΣΕ ΚΟΙΣΙΑΚΟ ΠΟΝΟ, ΔΙΑΡΡΟΙΑ ΚΑΙ ΑΠΛΕΙΑ ΒΑΡΟΥΣ...

... ΑΚΟΜΑ ΚΙ ΑΝ ΤΡΩΤΕ ΥΓΙΕΙΝΑ ΤΡΟΦΙΜΑ.

ΚΑΤΑΣΤΡΑΜΜΕΝΕΣ ΛΕΙΧΕΣ



ΓΙΑ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΚΟΙΛΟΚΑΚΗ, ΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΤΟΥΣ ΣΥΣΤΗΜΑ ΑΝΤΙΔΡΑ ΑΣΧΗΜΑ ΣΤΗ ΓΛΟΥΤΕΝΗ, ΟΧΙ ΜΟΝΟ ΠΡΟΚΑΛΩΝΤΑΣ ΒΛΑΒΗ ΚΑΙ ΦΛΕΓΜΟΝΗ*, ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΜΕ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΤΟ ΕΝΤΕΡΟ ΝΑ ΜΗΝ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΠΟΥΛΩΘΕΙ.

ΓΛΟΥΤΕΝΗ

* ΦΛΕΓΜΟΝΗ = ΔΙΕΓΕΡΜΕΝΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ



Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΚΟΙΛΟΚΑΚΗΣ ΞΕΚΙΝΑ ΜΕ ΤΟ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΜΕ ΤΙ ΝΑ ΤΡΩΜΕ.

ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΛΛΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΓΛΟΥΤΕΝΗ, ΟΠΩΣ ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ ΚΑΙ ΚΡΕΑΤΑ.

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΕΞΤΕ ΓΙΑ ΚΡΥΜΜΕΝΗ ΓΛΟΥΤΕΝΗ!

ΚΑΙ ΑΝ ΔΕΝ ΕΙΣΤΕ ΣΙΓΟΥΡΟΙ, ΡΩΤΗΣΤΕ ΕΝΑΝ ΓΙΑΤΡΟ Η ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟ, ΣΕΪΤΑ;



ΑΚΡΙΒΩΣ! ΤΟ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ ΕΡΕΤΗΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ.

Η ΤΗΡΗΣΗ ΜΙΑΣ ΔΙΑΙΤΑΣ ΧΩΡΙΣ ΓΛΟΥΤΕΝΗ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΑΝΤΑ ΕΥΚΟΛΗ, ΑΛΛΑ ΑΞΙΖΕΙ ΤΟΝ ΚΟΠΟ ΓΙΑ ΝΑ ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΙΣ ΥΓΙΗΣ.

ΚΑΙ ΝΑ ΘΥΜΑΣΑΙ - ΔΕΝ ΕΙΣΤΑΙ ΜΟΝΟΣ.

ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΛΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΜΕ ΚΟΙΛΟΚΑΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΥ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΕΚΕΙ ΕΞΩ!