

## Dobro je vedeti

**Na to, ali bomo zboleli za sladkorno boleznijo tipa 1 ali ne, lahko vplivamo sami.**

- Ne, pojava sladkorne bolezni tipa 1 ne moremo preprečiti.
- Da, s pravilno prehrano in gibanjem lahko preprečimo sladkorno bolezen tipa 1.

**Na to, ali bomo zboleli za sladkorno boleznijo tipa 2 ali ne, lahko vplivamo sami.**

- Da, tveganje za to, da zbolimo za sladkorno boleznijo tipa 2 lahko bistveno znižamo z zdravim načinom življenja.
- Ne, pojava sladkorne bolezni tipa 2 ne moremo preprečiti.