

## Çalışma

Down sendromu olan pek çok genç yetişkin, çalışma sırasında önemli olabilecek görevleri yerine getirmeyi öğrenebilir. Onlar için çalışmanın çeşitli biçimleri vardır. Normal bir şirkette, genellikle bir miktar ek rehberlikle ücretli bir işte çalışan down sendromlu kişiler vardır. Daha büyük bir sıklıkta, zihinsel engeli olan kişilere yönelik özel projeler örneğinde olduğu gibi, öğle yemeği yenen lokantalar, sanat atölyeleri ve mağazalar gibi yerlerde, ücretsiz işlerde çalışırlar.



## Daha fazla bilgi

Down sendromu hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak isteyen herkes Stichting Downsyndroom ile iletişime geçebilir. Hamile kadınlar ve eşleri, yeni çocukları olmuş anne-babalar, büyük anne ve büyük babalar, profesyoneller ve ilgililer telefonla ya da e-posta ile iletişime geçebilirler. SDS, istek üzerine büyüme ve yetiştirme ile ilgili bilimin geldiği en son aşamaya dayanarak, yaşam boyu ve yaşamın her alanına yayılı

tavsiyeler verir. Ayrıca okullar, birlikler, belediyeler ve işverenler de SDS'den bilgi alabilir. Tüm ülkede, bilgi verici ya da rahatlatıcı niteliğe sahip toplantılar organize etmek üzere etkinlik gösteren anne-babalar vardır.

## Yardım etmek ister misiniz?

SDS sadece bağışçılar sayesinde ayakta kalabilir. Mevcut olasılıklar için [www.downsyndroom.nl/home/doneer-nu](http://www.downsyndroom.nl/home/doneer-nu) internet adresine bakın ya da kodu tarayın.



[www.downsyndroom.nl](http://www.downsyndroom.nl)



[facebook.nl/stichtingdownsyndroom](https://facebook.nl/stichtingdownsyndroom)



@downsyndroom



Industrieweg 5 • 7944 HT MEPEL • 0522 281377 • [info@downsyndroom.nl](mailto:info@downsyndroom.nl)

STICHTING **Down** syndroom



**Down sendromu  
olan herkes  
toplumsal yaşama  
katılır!**



## Down sendromu olan herkes toplumsal yaşama katılır!

Herkes down sendromu olan bir çocuk ya da yetişkin görmüştür. Birçok kişi downsendromlu bireylerin birbirine benzediğini düşünür. Oysa bu doğru değildir. Bu broşürde down sendromu ile ilgili bilgi bulacaksınız. Herkes down sendromu hakkında biraz daha bilgiye sahip olursa, down sendromu olan çocuk ve yetişkinler daha iyi anlaşılır. Böylece, herkes onların da katılım sağlayabilecekleri bir dünyaya katkı sunabilirler.



### Down sendromu

Down sendromu olan kişilerde, 21. kromozomdaki genetik bilgi, iki değil, üç kez mevcuttur. Bu nedenle down sendromuna trisomi 21 de denir. Down sendromu, daha yumurta hücresinin döllenmesi sırasında ya da nadiren de olsa ilk hücre bölünmelerinin birinde mevcuttur. Down sendromunun nedeni, anne-babanın hamilelikten önce veya hamilelik sırasında yaptıkları değildir. Rastlantıdır. Bununla birlikte annenin yaşı arttıkça, bebeğin down sendromlu doğması riski de artar. Vakaların yaklaşık yüzde birinde, down sendromunun az görülen ve translokasyon denen bir biçimi söz konusudur. Sadece bu biçimde anne-babaların down sendromu olan bir çocuklarının daha olması olasılığı oldukça yüksektir. Down sendromunun belirlenmesi sırasında daima bu nadir görülen biçimi de söz konusu olup olmadığı belirlenir.



### Çocuklar özellikle anne-babalarına benzer

Down sendromlu insanlar birkaç ortak özelliğe sahiptir. Bu nedenle down sendromlu herkesin birbirine benzediği kolayca düşünülebilir. Oysa bu doğru değildir. Tüm diğer çocuklar gibi onlar da, dış görünüm ve karakter açısından anne-babalarına ve kardeşlerine benzerler. Diğer tüm çocuklar gibi, ailelerinde genel kabul gören davranışları, günlük rutinleri ve hobileri öğreneceklerdir.

### Bağımsızlık ve destek

Neredeyse down sendromu olan herkes konuşmayı öğrenebilir; ancak telaffuz bazen zor olabilir. Down sendromu olan çocukların bir bölümü okumayı öğrenebilir. Bazıları sadece kolay metinleri okumayı öğrenebilir; ancak down sendromlu olmasına rağmen çok iyi okuyabilen insanlar da vardır. Down sendromlu insanların çoğu, yeme-içme, tuvalete çıkma, yıkanma, dişlerini fırçalama, tıraş olma gibi kişisel bakım işlerini kendileri yapmayı öğrenebilir. Bunların çoğu, bulaşık ve çamaşır yıkama, elektrik süpürgesi ile yerleri süpürme, alışveriş ve yemek yapma gibi ev işlerini öğrenebilir. Ya da bunları, birinin gözetimi altında yapmayı öğrenebilirler.

Down sendromlu çocukların küçük bir bölümüne başka ek tanılar konur. Bu çocuklar genellikle daha az gelişirler. Okula gidemezler ve çok fazla bakıma ihtiyaçları olur.

Down sendromlu tüm yetişkinlerin ek desteğe ihtiyacı vardır. Ek desteğin miktarı ve hangi konularda gerektiği kişiden kişiye değişir. Down sendromlu yetişkinlerin bazılarının günün pek çok anında rehberliğe ihtiyacı vardır. Bu takdirde yanlarında, karşılaştığı sorunlara onunla birlikte bakan ve onunla birlikte düşünen ve gerektiğinde yardım eden biri olur. Buna karşın, sadece kişisel bakımlarını değil, ev işlerini ve işler de dahil neredeyse her şeyi kendi başlarına yapan down sendromlu yetişkinler de vardır.



### Okula normal katılım

Hem ulusal, hem de uluslararası çok sayıda araştırma, down sendromlu çocukların, normal okullara devam ettiklerinde daha iyi gelişim gösterdiklerini göstermiştir. Bazı çocukların normal okula devam edemediklerine de rastlanır; bu takdirde onlar için özel okullar vardır. Ayrıca (ana okul öncesi çocuklara yönelik) jimnastik, yüzme, diğer sporlar, müzik ve izciliğin de entegrasyona faydası olabilir.