



# Σύνδρομο Down

Εκπαιδευτικός: Σολομωνίδου Σοφία  
Δημοτικό Σχολείο Αγίου Γερμανού, Πρέσπες  
Σχλ. Έτος: 2023-24

# Ελάτε να μάθουμε για το Σύνδρομο Down μέσα από ερωτήσεις...

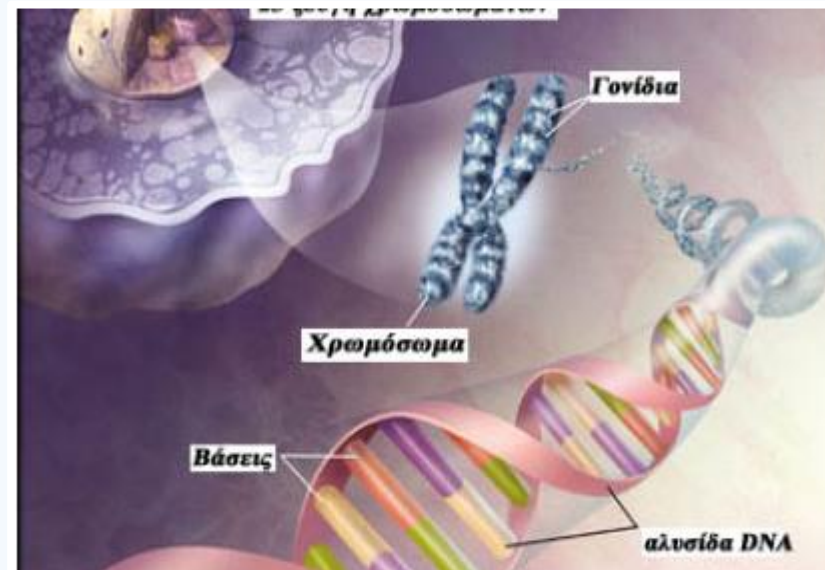
- Τι είναι το σύνδρομο Down?

Το σύνδρομο Down είναι η πιο συνηθισμένη **χρωμοσωμική διαταραχή** στους ανθρώπους. Αφορά μια γενετική κατάσταση, που προκύπτει από την εμφάνιση ενός επιπλέον χρωμοσώματος στο 21ο ζευγάρι, για τον λόγο αυτό ονομάζεται Τρισωμία 21.

# Τι είναι τα χρωμοσώματα;



Το σώμα μας αποτελείται από εκατομμύρια κύτταρα. Το γενετικό υλικό εντοπίζεται κυρίως στον πυρήνα και σχηματίζει νηματοειδείς δομές οι οποίες ονομάζονται **χρωμοσώματα που είναι ορατά με οπτικό μικροσκόπιο μόνο κατά την κυτταρική διαίρεση**. Το χρωμόσωμα είναι μια οργανωμένη δομή DNA και πρωτεϊνών οι οποίες χρησιμεύουν για να συσκευάσουν το DNA και να ελέγξουν τις λειτουργίες του. Το DNA περιλαμβάνει πολλά γονίδια και άλλες ακολουθίες νουκλεοτιδίων.



Κάθε άνθρωπος έχει 46 χρωμοσώματα που ανήκουν σε 23 ζεύγη. Το σπερματοζώαριο έχει 23 χρωμοσώματα και το ωάριο άλλα 23. Όταν γίνεται η σύλληψη και αρχίζει να διαμορφώνεται ένας νέος άνθρωπος το πρώτο κύτταρο σχηματίζει 46 χρωμοσώματα. Μερικές φορές όμως γίνονται λάθη και προκύπτουν χρωμοσωμικές ανωμαλίες. Στο σύνδρομο Down, κατά τη σύλληψη, στο ζεύγος χρωμοσωμάτων νούμερο 21 εισέρχεται και ένα τρίτο χρωμόσωμα (εξ ου και ο όρος τρισωμία 21).

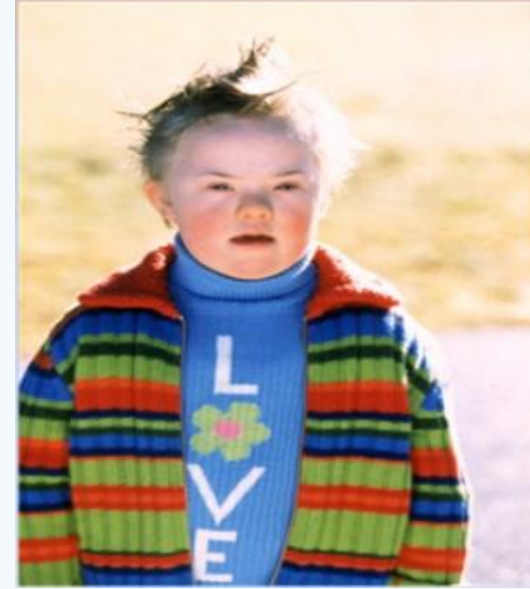
# Γιατί ονομάζεται Σύνδρομο Down?



Γιατί οι γονείς  
«πέφτουν»-down  
ψυχολογικά...



Πήρε το όνομά του από τον  
Άγγλο John Langdon Down,  
που πρώτος το περιέγραψε  
το 1866...



Γιατί βρήκαν ένα παιδί  
με αυτό το σύνδρομο  
κάτω-down από μια  
γέφυρα...

### Φυσικά χαρακτηριστικά

- Μυϊκή υποτονία με χαλαρές αρθρώσεις.
- Μύτη κοντή και πλατιά στη βάση της.
- Όραση πιθανόν ελαττωματική (στραβισμός, μυωπία, καταρράκτης).
- Προβλήματα ακοής λόγω συχνών ωτίτιδων.
- Μικρό στόμα με χαμηλωμένα άκρα. Ουρανίσκος υπέρμετρα αφιδωτός. Η γλώσσα συχνά προεξέχει λόγω μυϊκής υποτονίας.
- Δόντια μικρά και αραιά με ακανόνιστη διάταξη.
- Φωνή βαθιά, λαρυγγική, με χαμηλή ένταση.
- Λαιμός κοντός και πλατύς.
- Χέρια κοντά και πλατιά με κοντά, χοντρά δάκτυλα όπου το μικρό δακτυλάκι σχηματίζει καμπύλη προς τα μέσα, ενώ η παλάμη έχει μόνο μια γραμμή κατά μήκος.
- Πόδια κοντά και χοντρά. Μεγάλο διάστημα μεταξύ πρώτου και δεύτερου δαχτύλου του ποδιού.
- Κοντόχοντρη δομή σώματος κατά την ενηλικίωση.
- Τάση για παχυσαρκία.
- Δυσκολίες στον οπτικοκινητικό συντονισμό και στις λεπτές κινητικές δεξιότητες.
- Προδιάθεση για ασθένειες του αναπνευστικού συστήματος, καρδιακές παθήσεις και θυρεοειδισμό.

- Νοητική υστέρηση η οποία εμφανίζεται σε διάφορους βαθμούς.
- Δυσκολίες στην κατανόηση εννοιών, στην αφηρημένη σκέψη και την οπτική αντίληψη.
- Εκφραστική ικανότητα συνήθως χαμηλότερου επιπέδου από την αντιληπτική ικανότητα. Προβλήματα άρθρωσης και φωνολογίας.
- Ευαισθησία και κλίση στο ρυθμό και στη μουσική.

- Κοινωνική προσωπικότητα, ευχάριστη και φιλική συμπεριφορά προς τους άλλους και με αίσθηση του χιούμορ.
- Δυσκολίες στην ακουστική επεξεργασία πληροφοριών και φτωχή ακουστική μνήμη.
- Περιορισμένος χρόνος συγκέντρωσης.
- «Στρατηγικές αποφυγής» με εκδήλωση ανάρμοστης ή και επίμονης συμπεριφοράς.

Τι είναι τα χαρακτηριστικά του Συνδρόμου;

Φυσικά χαρακτηριστικά

Νοητικά-κοινωνικά χαρακτηριστικά

21 Μαρτίου - Παγκόσμια ημέρα ατόμων  
με Σύνδρομο Down ...γιατί;



# ΑΛΗΘΕΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ DOWN

Δεν είναι όλοι οι άνθρωποι ή τα παιδιά με σύνδρομο Down ίδιοι. Το να γνωρίζεις κάποιον με σύνδρομο Down, δε σημαίνει ότι είναι ίδιος με κάποιον άλλο. Είμαστε όλοι οι άνθρωποι διαφορετικοί μεταξύ μας, ανεξάρτητα από το πόσα χρωμοσώματα έχουμε. Οι άνθρωποι με σύνδρομο Down είναι όμορφοι.

Οι αληθινότητες του συνδρόμου είναι ομορφότερες

Οι άνθρωποι με σύνδρομο Down μπορούν να σπουδάσουν, να δουλέψουν και να κάνουν οικογένεια.

Οι άνθρωποι δεν υποφέρουν από το σύνδρομο Down. Μια μελέτη του Brian Skotko, αποκαλύπτει ότι το 99% των ενηλίκων με σύνδρομο Down δηλώνουν χαρούμενοι με τη ζωή τους.

Οι άνθρωποι με σύνδρομο Down πληγώνονται όπως εσύ και εγώ.

Οι άνθρωποι με σύνδρομο Down έχουν ελπίδες και όνειρα. Θέλουν να αλλάξουν τον κόσμο.

Μια από την πιο σημαντικές προκλήσεις για τους ανθρώπους με σύνδρομο Down είναι ο χαμηλός μυϊκός τόνος. Αυτό επηρεάζει την ομιλία και τις κινητικές δεξιότητες.

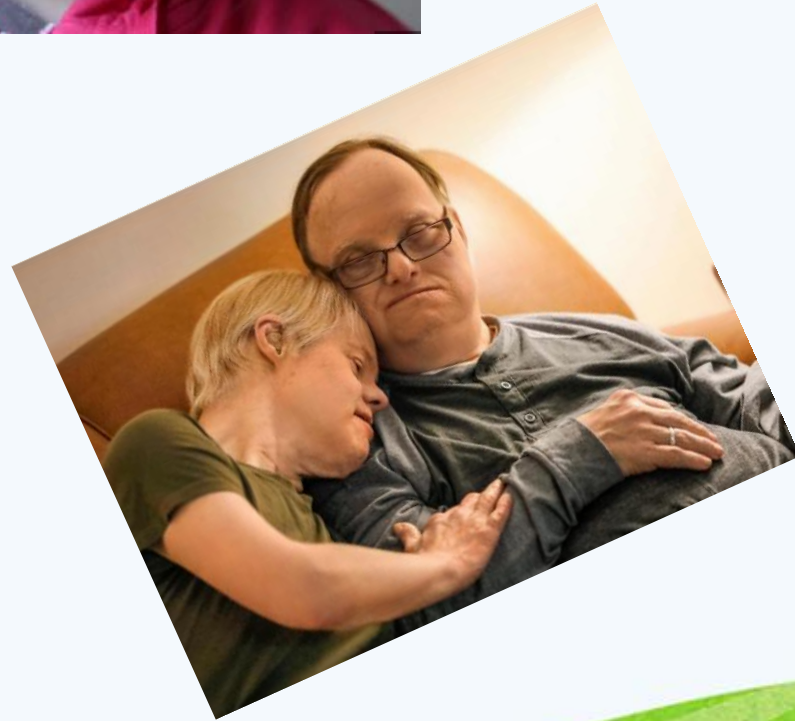
Η κοινωνία μπορεί να είναι προσβλητική και να πληγώσει έναν άνθρωπο με σύνδρομο Down. Όλοι οι άνθρωποι αξίζουν σεβασμό.

Τα παιδιά και οι ενήλικες με σύνδρομο Down έχουν να πουν πολλά. Έχουν ωραίες ιδέες, κάνουν έξυπνες σκέψεις και απολαμβάνουν τις συζητήσεις. Δώσε χρόνο για να ακούσεις και να γίνεις φίλος με έναν άνθρωπο με σύνδρομο Down!



Φωτογραφικό γλίκό



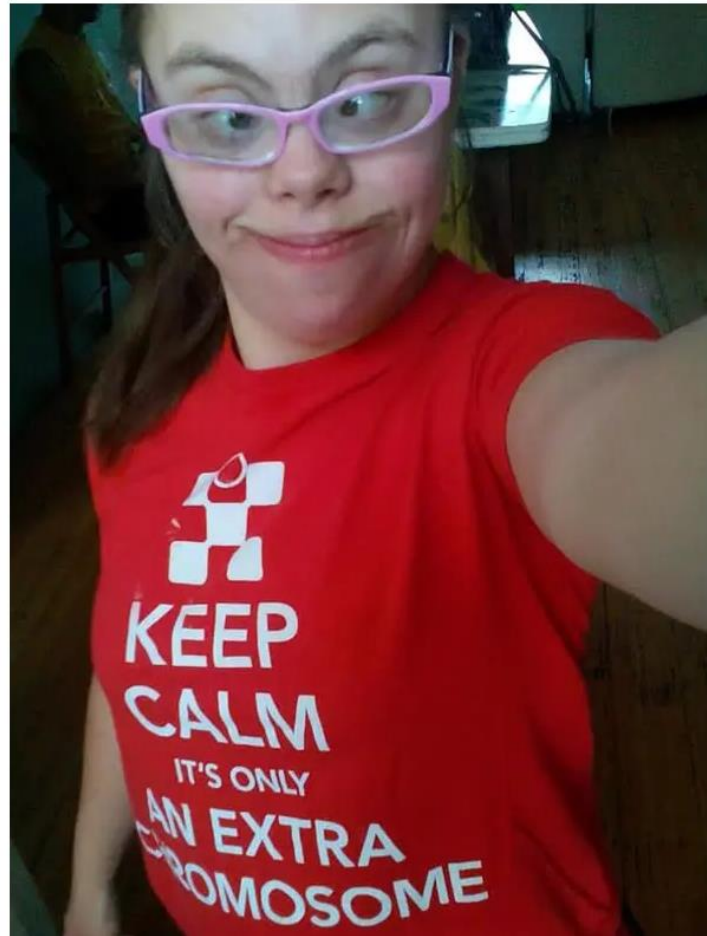


# Διάσημοι με Σύνδρομο Down



Η [Σοφία Χιράου](#) ένα μοντέλο από το Πουέρτο Ρίκο με σύνδρομο Down γίνεται το πρώτο μοντέλο της Victoria's Secret.

Λωξάνδρα Λούκας



Ο 21χρονος Chris Νίκις έγραψε ιστορία καθώς έγινε ο πρώτος αθλητής με σύνδρομο Down που ολοκλήρωσε τρίαθλο τύπου Ironman



Ο Ισπανός Πάμπλο Πινέδα είναι ο πρώτος στην Ευρώπη πτυχιούχος πανεπιστημίου που έχει σύνδρομο Down.



- [https://youtu.be/Mf\\_4dsQJAXE](https://youtu.be/Mf_4dsQJAXE)
- <https://www.facebook.com/watch/?v=279286629428348>