



HALK SAĞLIĞI UZMANLARI DERNEĞİ

Down Sendromu Günü

Down sendromu, dünya genelinde 700-800 doğumda bir görülen ve ileri anne yaşı dışında bilinen bir nedeni bulunmayan genetik bir farklılıktır. Son 30 yılda her iki cinsiyette ve yüksek- orta SDI (sosyo demografik index) bölgeleri dışında kalan tüm bölgelerde prevalansının arttığı görülmektedir. Buna karşılık, bu hastalığa bağlı ölüm oranları ve hastalığa atfedilen Engelliliğe Bağlı Yaşam Yılı (DALY) azalma göstermiştir. Bununla birlikte, düşük SDI düzeyine sahip bölgeler Down sendromu açısından hâlâ daha yüksek risk taşımaktadır. (1,2)

Hastalığa fazladan bulunan 21. kromozom kopyası neden olmaktadır (trizomi 21). Bu durum bireyleri bazı sağlık risklerine açık hale getirir de günümüzde 60'lı yaşlara kadar yaşayabilmektedirler. Genellikle bulunan zihinsel engellilik durumu, erken destek ve eğitimle aşılabilmekte ve bireylerin potansiyelleri en üst düzeye çıkarılabilmektedir. Down sendromlu kişilerin yaşam kalitesi, sağlık ihtiyaçlarının karşılanmasıyla iyileştirilebilmektedir. Bu bireyler, ebeveyn bakımı ve desteği, tıbbi rehberlik ve her seviyede kapsayıcı eğitim gibi toplum temelli destek sistemleri aracılığıyla en iyi yaşam kalitesine ulaşabilirler.(3,4)

Bireylerin yüksek bir yaşam kalitesine ulaşabilmesi, kendilerine tanınan hakların etkin biçimde sağlanmasıyla mümkündür. Down sendromlu bireyler; eğitim, istihdam, sağlık hizmetlerine erişim ve toplumsal katılım gibi alanlar da dâhil olmak üzere herkesle aynı temel insan haklarına sahiptir. Bu haklar, engelliliğe yönelik ayrımcılığı önlemeyi amaçlayan yasal düzenlemelerle korunmaktadır. Söz konusu haklar, bireylerin özerklik kazanmasına katkı sağlayarak bağımsız bir yaşam sürmelerine, kendi seçimlerini yapabilmelerine ve sömürü ya da istismardan korunmalarına olanak tanır. Bununla birlikte, Down sendromlu bireyler için özellikle farkındalık ve sosyalleşme olanaklarının artırılması, kapsamlı destek hizmetlerine erişim ve istihdam fırsatlarının geliştirilmesi gibi alanlar, hâlen daha fazla destek gerektiren başlıca konular olarak öne çıkmaktadır.(4)

Down sendromlu insanların hayatlarını anlamak ve onların herkesle aynı özgürlüklere ve fırsatlara sahip olmalarını sağlamak amacıyla 2012 yılından bu yana 21 Mart Dünya Down Sendromu Günü kutlanmakta ve her yıl bu kapsamda bir tema belirlenmektedir. **Bu yılın teması "Yalnızlığa Karşı Birlikte" olarak belirlenmiş ve Down sendromlu ve diğer zihinsel engelli kişileri ve ailelerini yalnızlığın orantısız şekilde nasıl etkilediğine dair farkındalık yaratmaya odaklanılmıştır.** Engeli bulunmayan bireylere kıyasla, zihinsel engelli bireylerin yalnız kalma olasılığının yaklaşık yedi kat daha fazla olduğu bildirilmektedir. Herkes zaman zaman yalnızlık hissi yaşayabilse de, Down sendromlu ve diğer zihinsel engelli birçok birey için yalnızlık daha yaygın ve daha acı verici bir deneyim olabilmektedir. Yalnızlığın; anksiyete, depresyon ve çeşitli fiziksel sağlık sorunlarına yol açabilen, çoğu zaman sosyal dışlanma ve damgalanma ile ilişkilendirilen ciddi bir sağlık sorunu olduğu kabul edilmektedir. (3,5)



HALK SAĞLIĞI UZMANLARI DERNEĞİ

Sonuç olarak, 2026 yılı teması kapsamında “yalnızlık”, temel bir insan hakkı meselesi olarak ele alınmaktadır. Bu bağlamda, Birleşmiş Milletler Engelli Hakları Sözleşmesi'nin öngördüğü ilkeleri somut bir değişime dönüştürmek; izolasyonu sona erdirerek Down sendromlu bireylerin topluma tam katılımını sağlamak adına güçlü bir eylem çağrısı yapılmaktadır. (3)

HASUDER Engelsiz Toplum Çalışma Grubu tarafından hazırlanmıştır.

Kaynakça

1-Down Syndrome (2026). <https://www.un.org/en/observances/down-syndrome-day/>. Erişim tarihi:18.03.2026

2-Q., Qiang, R., Cheng, H., Wang, A., Chen, H., & Pan, Z. (2022). Analysis of the Global Disease Burden of Down Syndrome Using YLDs, YLLs, and DALYs Based on the Global Burden of Disease 2019 Data. *Frontiers in pediatrics*, 10, 882722. <https://doi.org/10.3389/fped.2022.882722>

3-World down syndrome day Theme (2026). <https://www.worlddownsyndromeday.org/>. Erişim tarihi:18.03.2026

4-My Rights My community (2022). https://www.downs-syndrome.org.uk/wp-content/uploads/2022/02/2021_My-Rights-My-Community-Being-Included-and-Discrimination_frm_2.pdf#:~:text=Reasonable%20adjustments%20could%20be%20providin g%20easy%20read,read%20format%20than%20a%20small%20sports%20club. Erişim tarihi 18.03.2026.

5-ONS, Disability, well-being and loneliness, UK: 2019 Report, December 2019. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/disability/bulletins/disabilitywellbeingandlonelinessuk/2019>. Erişim tarihi:18.03.2026