

Skolotāja materiāls Nr. 1

Kas ir Dauna sindroms?

Dauna sindroms ir ģenētisks stāvoklis. Tā nav slimība.

Mūsu ķermenis sastāv no miljoniem šūnu. Katrā šūnā ir 46 hromosomas, kas sakārtotas 23 pāros. Piemēram, 23. pāris ir tā sauktās “dzimuma hromosomas”, kas nosaka, vai mazulis ir zēns vai meitene. Cilvēkiem ar Dauna sindromu šūnās ir 47 hromosomas – 21. hromosomu pāri ir papildu hromosoma, tāpēc Dauna sindromu medicīnā dēvē arī par 21. hromosomas trisomiju.

Šo hromosomu stāvokli nosauca tā atklāja Dr. Džona Lengdona Dauna vārdā.

Lai gan zinātnieki zina, **kā** rodas Dauna sindroms, viņi vēl nezina, **kādēļ** tas rodas. Dauna sindroms rodas visās etniskajās un sociālajās grupās un visu vecumu vecākiem. Tas ir pasaulē izplatītākais izmainīto hromosomu stāvoklis – ne vecāki, ne bērns nevar izvēlēties, vai piedzimt ar Dauna sindromu, un neviens nav vainīgs pie tā, ka tas notiek. Latvijā katru gadu piedzimst ap 10–15 cilvēku ar Dauna sindromu. Dauna sindroms nav slimība, tas nelīp, un to nevar izārstēt.

Papildus hromosoma ģenētiskajā kodā atstāj ietekmi uz cilvēka ķermeni. Tāpēc cilvēkiem ar Dauna sindromu ir vairākas raksturīgas iezīmes, piemēram, uz augšu vērsti ārējie acu kaktiņi, īsāks augums un plāni mati. Cilvēkiem ar Dauna sindromu var būt atšķirīgi veidota mutes muskulatūra, tāpēc ir grūtības runāt. Tāpat var būt vairākas blakusslimības un intelektuālās attīstības traucējumi. Tomēr tas nenozīmē, ka cilvēki ar Dauna sindromu nevar mācīties vai strādāt. Viņi ir intelektuāli spējīgi, vienīgi tas prasa vairāk laika un pūļu. Tāpat kā mēs, arī cilvēki ar Dauna sindromu cits no cita atšķiras, un nav divu vienādu cilvēku ar Dauna sindromu. Tāpat kā mums cilvēkiem ar Dauna sindromu patīk labi pavadīt laiku, priecāties, būt kopā ar draugiem, palīdzēt citiem un darīt to, kas labi padodas.

Saskarsmē ar cilvēkiem ar Dauna sindromu nozīmīga ir iekļaujoša, cieņpilna attieksme, kā arī princips “cilvēks vispirms”. Tas nozīmē, ka svarīgāk par diagnozi ir informācija par cilvēka personību, piemēram, Līgai ir 12 gadi, viņai ir divas māšas, viņa labprāt iet uz dejošanas nodarbībām, un viņai patīk dzimšanas dienas ballītes. Tikai pēc tam var minēt, ka Līgai ir Dauna sindroms, jo tā ir tikai viena no viņas iezīmēm. Lai veicinātu cieņpilnu un iekļaujošu attieksmi, nozīmīgi ir izcelt kopīgo. Tomēr atšķirības nevajag noliegt, jo, tikai atzīstot atšķirības un pieņemot tās kā normālas, var iemācīties pieņemt dažādību cilvēkos.

Vārds “daunis” sarunvalodā ieguvis ļoti negatīvu nokrāsu, tas ir aizskarošs un nav attiecināms ne uz cilvēkiem ar Dauna sindromu, ne jebkuru citu.

Kas ir hromosomas?

Hromosomas ir struktūras, kas satur iedzimtības informāciju un atrodas katras šūnas kodolā. Hromosomas sastāv no DNS. DNS veido gēnus. Katrā hromosomā ir tūkstošiem gēnu. Mūsu



attīstību kontrolē mūsu gēni, tādēļ, ja cilvēkam ir par daudz vai par maz hromosomu, tas var ietekmēt viņa attīstību.

Kā radusies Dauna sindroma diena?

2011. gada decembrī ANO Ģenerālā asambleja pasludināja 21. martu par Dauna sindroma dienu (A/RES/66/149). 21. marts simbolizē trešo hromosomu divdesmit pirmajā hromosomu pāri (3-21). Tika nolemts, sākot ar 2012. gadu, katru gadu 21. martā atzīmēt Dauna sindroma dienu, lai veicinātu sabiedrības izpratni par Dauna sindromu. Šajā dienā cilvēki tiek aicināti vilkt dažādas, nesaderīgu krāsu zeķes, lai apliecinātu cieņu un draudzīgumu pret katru cilvēku ar Dauna sindromu un paustu savu atbalstu dažādībai. Ideja radusies, ievērojot 21. hromosomas formu – aplūkojot mikroskopā, tā līdzinās zeķītei.