BÀI GIẢNG: HEALTH & HEALTHY LIFESTYLE

CHUYÊN ĐỀ: TỪ VỰNG

MÔN TIẾNG ANH - LỚP 11

GIÁO VIÊN: NGUYỄN THU HẢI – TUYENSINH247.COM

STT	Từ mới/Cụm từ	Phiên âm	Từ loại	Nghĩa
1	a nutritious lifestyle	/ə njuːˈtrɪʃəs ˈlaɪfstaɪl/	n. phrase	lối sống giàu dinh dưỡng
2	adopt a lifestyle	/əˈdɒpt ə ˈlaɪfstaɪl/	v. phrase	bắt đầu một lối sống
3	stay healthy and live longer	/steɪ ˈhelθi ænd lɪv ˈlɒŋgər/	v. phrase	giữ lành mạnh và sống lâu
4	lose weight	/luːz weɪt/	v. phrase	giảm cân
5	burn out = fatigue	/bɜːrn aʊt/ = /fəˈtiːg/	v./n.	kiệt sức, khủng hoảng
6	fight off	/faɪt ɒf/	v. phrase	chống lại, chiến đấu
7	look after	/lʊk ˈæftər/	v. phrase	chăm sóc
8	inactive lifestyle	/ɪnˈæktɪv ˈlaɪfstaɪl/	n. phrase	lối sống thụ động
9	food poisoning	/fuːd ˈpɔɪzənɪŋ/	n.	ngộ độc thức ăn
10	health supplement	/helθ ˈsʌplɪmənt/	n.	chất bổ sung cho sức khỏe
11	institutive action	/ˈɪnstɪtjuːtɪv ˈækʃən/	n.	hành động không lành mạnh
12	mental health	/ˈmentl helθ/	n.	đời sống tinh thần
13	sedentary lifestyle (= couch potato lifestyle)	/ˈsedntri ˈlaɪfstaɪl/	n. phrase	lối sống ít vận động
14	medical operation	/ˈmedɪkl ˌɒpəˈreɪʃn/	n.	phẫu thuật
15	boost the immune system	/buːst ðɪ ɪˈmjuːn ˈsɪstəm/	v. phrase	tăng cường hệ miễn dịch
16	relieve stress	/rɪˈliːv stres/	v. phrase	giải tỏa căng thẳng
17	on the mend (= getting better)	/ɒn ðə mend/	adj. phrase	đang hồi phục, chuyển biến tốt
18	wake-up call	/ˈweɪk ʌp kɔːl/	n.	lời cảnh tỉnh
19	under the weather	/ˈʌndər ðə ˈweðər/	adj. phrase	cảm thấy không khỏe
20	in good shape >< out of shape	/ɪn gʊd ʃeɪp/ >< /aʊt əv ʃeɪp/	adj. phrase	cơ thể cân đối >< cơ thể không cân đối

21	take measures	/teɪk ˈmeʒərz/	v. phrase	đưa ra biện pháp
22	toxin >< nutrient	/ˈtɒksɪn/ >< /ˈnjuːtriənt/	n.	chất độc tố >< chất dinh dưỡng
23	in moderation	/ɪn ˌmɒdəˈreɪʃn/	adv. phrase	vừa phải, có chừng mực
24	untreated stress	/ʌnˈtriːtɪd stres/	n.	căng thẳng không được giải quyết kịp thời
25	psychological disorder	/ˌsaɪkəˈlɒdʒɪkl dɪsˈɔːrdər/	n.	rối loạn tâm lý
26	medical practitioner	/ˈmedɪkl prækˈtɪʃənər/	n.	bác sĩ hành nghề
27	processed food	/ˈprəʊsest fuːd/	n.	đồ ăn đóng hộp
28	minimize = cut down on	/ˈmɪnɪmaɪz/ = /kʌt daʊn ɒn/	v.	cắt giảm, giảm
29	take in	/teɪk ɪn/	v.	hấp thu
30	the amount of fat	/ði əˈmaʊnt əv fæt/	n. phrase	lượng chất béo
31	get over	/get ˈoʊvər/	v. phrase	hồi phục
32	flush out	/flʌʃ aʊt/	v. phrase	đào thải
33	nutrition	/njuːˈtrɪʃn/	n.	sự dinh dưỡng
34	consume	/kənˈsuːm/	v.	tiêu thụ
35	consumption	/kənˈsʌmpʃn/	n.	sự tiêu thụ
36	overconsumption	/ˌoʊvərkənˈsʌmpʃn/	n.	tiêu thụ quá đà
37	prevent	/prɪˈvent/	v.	ngăn chặn
38	preventable	/prɪˈventəbl/	adj.	có thể ngăn ngừa
39	unpreventable	/ˌʌnprɪˈventəbl/	adj.	không thể ngăn chặn
40	hepatitis	/ˌhepəˈtaɪtɪs/	n.	viêm gan
41	typhoid	/ˈtaɪfɔɪd/	n.	bệnh thương hàn
42	immunize	/ˈɪmjənaɪz/	v.	gây miễn dịch
43	nourishment	/ˈnʌrɪʃmənt/	n.	sự nuôi dưỡng
44	exposure to	/ɪkˈspoʊʒər tuː/	n. phrase	sự tiếp xúc, sự tiếp cận
45	injure	/ˈɪndʒər/	v.	làm bị thương
46	injurious	/ɪnˈdʒʊriəs/	adj.	có hại cho…