

## UNIT 3: SUSTAINABLE HEALTH

### New words (Từ mới)

| Words           | Type | Pronunciation     | Meaning                 |
|-----------------|------|-------------------|-------------------------|
| 1. ankle        | n    | /'æŋkl/           | mắt cá chân             |
| 2. calf         | n    | /kɑ:f/            | bắp chân                |
| 3. elbow        | n    | /'elbəʊ/          | khủy tay                |
| 4. eyebrow      | n    | /'aɪbrəʊ/         | lông mày                |
| 5. eyelid       | n    | /'aɪlɪd/          | mí mắt                  |
| 6. forehead     | n    | /'fɔ:hed/         | trán                    |
| 7. heel         | n    | /hi:l/            | gót chân                |
| 8. hip          | n    | /hɪp/             | hông                    |
| 9. intestine    | n    | /ɪn'testɪn/       | ruột                    |
| 10. jaw         | n    | /dʒɔ:/            | hàm                     |
| 11. kidney      | n    | /'kɪdni/          | thận                    |
| 12. rib         | n    | /rɪb/             | xương sườn              |
| 13. scalp       | n    | /skælp/           | da đầu                  |
| 14. shin        | n    | /ʃɪn/             | cẳng chân               |
| 15. spine       | n    | /spain/           | sống lưng               |
| 16. thigh       | n    | /θaɪ/             | đùi                     |
| 17. waist       | n    | /weɪst/           | eo                      |
| 18. wrist       | n    | /rɪst/            | cổ tay                  |
| 19. treatment   | n    | /'tri:tment/      | sự điều trị             |
| 20. antibiotics | n    | /,æntɪbaɪ'ɒtɪk/   | thuốc kháng sinh        |
| 21. bandage     | n    | /'bændɪdʒ/        | bang gạc                |
| 22. dressing    | n    | /'dresɪŋ/         | băng (quấn vết thương)  |
| 23. medicine    | n    | /'medsn/          | thuốc                   |
| 24. painkiller  | n    | /'peɪnkɪlə(r)/    | thuốc giảm đau          |
| 25. concept     | n    | /'kɒnsept/        | ý tưởng, nguyên tắc     |
| 26. contempt    | n    | /kən'tempt/       | sự khinh thường         |
| 27. crouch      | v    | /kraʊtʃ/          | ngồi xổm                |
| 28. dehydrated  | adj  | /,di:haɪ'dreɪtɪd/ | mất nước (trong cơ thể) |
| 29. envious     | adj  | /'enviəs/         | ghen ty                 |
| 30. fragile     | adj  | /'frædʒaɪl/       | yếu ớt và dễ bị bệnh    |
| 31. genetics    | n    | /dʒə'netɪks/      | di truyền học           |
| 32. measure     | n    | /'meʒə(r)/        | biện pháp               |
| 33. medallist   | n    | /'medəlɪst/       | người đạt huy chương    |
| 34. nosebleed   | n    | /'nəʊzbli:d/      | sự chảy máu cam         |
| 35. nostril     | n    | /'nɒstrəl/        | lỗ mũi                  |

|                         |     |                  |                                              |
|-------------------------|-----|------------------|----------------------------------------------|
| <b>36. organ</b>        | n   | /ˈɔːgən/         | cơ quan, bộ phận (trong cơ thể)              |
| <b>37. practicality</b> | n   | /ˌpræktɪˈkæləti/ | tính thực tế, thực dụng                      |
| <b>38. practitioner</b> | n   | /prækˈtɪʃənə(r)/ | người làm một nghề nào đó, như y học và luật |
| <b>39. radiation</b>    | n   | /ˌreɪdiˈeɪʃn/    | bức xạ                                       |
| <b>40. remedy</b>       | v   | /ˈremədi/        | sửa chữa, cải thiện                          |
| <b>41. self-defence</b> | n   | /ˌself dɪˈfens/  | sự tự vệ                                     |
| <b>42. silhouette</b>   | n   | /ˌsɪluˈet/       | bóng người/ vật gì trên nền sáng             |
| <b>43. sports gear</b>  | n   | /ˈspɔːts ɡɪə(r)/ | dụng cụ, thiết bị thể thao                   |
| <b>44. sprain</b>       | v   | /spreɪn/         | làm bong gân, làm trật khớp                  |
| <b>45. stiff</b>        | adj | /stɪf/           | xơ cứng                                      |
| <b>46. tackle</b>       | v   | /ˈtækl/          | xử lý, giải quyết                            |
| <b>47. tissue</b>       | n   | /ˈtɪʃuː/         | mô, tế bào                                   |
| <b>48. twist</b>        | v   | /twɪst/          | làm sai, trật khớp                           |

### Phrasal verb/ Collocations/ Phrases

| Cụm từ/ Cụm động từ     | Nghĩa               |
|-------------------------|---------------------|
| <b>1. commit a foul</b> | phạm lỗi (thể thao) |
| 2. bang one's head      | đập đầu             |
| 3. break a bone         | gãy xương           |
| 4. bruise oneself badly | bầm tím             |
| 5. burn oneself         | phồng               |
| 6. cut oneself badly    | đứt tay (vết sâu)   |
| 7. have a bad nosebleed | chảy máu mũi nặng   |
| 8. twist one's ankle    | trật mắt cá chân    |