**adhere** [ədˋhɪr] v. 遵守；坚持[（+to）]

**back down**放弃, 打退堂鼓

**alleviate** [əˋlivɪ͵et] v. 减轻；缓和

**earth-shattering** [ˋɝθ͵ʃætərɪŋ] adj. 惊天动地的；极其重大的

**resurrect** [͵rɛzəˋrɛkt] v. 使复活

**neurodegenerative** [͵njʊrədɪˋdʒɛnərətɪv] adj.【医】神经退化性的（含盖了老年痴呆症，帕金森氏病等疾病）

**self-worth** [ˌsɛlfˈwɝθ] n.自我价值; the value you give to your life and achievements

**bravo** [ˋbrɑvo] int. 好极了

**caregiver** [ˈkɛrˌɡɪvɚ] n.【主美】照顾孩子（或老弱病残者）的家人；受雇照顾孩子（或老弱病残者）的人

**the 11th hour**最后一刻，最后时刻; the last moment or almost too late

**cataclysmic** [͵kætəˋklɪzmɪk] adj. 激变的，大变动的

**afoot** [əˋfʊt] adj. 在进行中的；活动着的