

# Bladder irritants checklist

## The Continence Service

### Patient Information Leaflet

#### Which food and drinks may irritate the bladder?

- Carbonated drinks
- Aspartame artificial sweetener
- Avocado
- Soy sauce
- Citrus fruits
- Brewer's yeast
- Sprouts
- Vinegar
- Tomatoes and tomato products
- Hydrogenated fats including margarine containing hydrogenated fat
- Cheese or foods with mould
- Corned beef
- Mayonnaise
- Onions
- Smoked foods
- Fried foods
- Heavily spiced foods
- Sour cream
- Barbecued foods

If you have any questions, or if there is anything you do not understand about this leaflet, please contact:

The Continence Service  
Brierley Hill Health and Social Care Centre  
Venture Way  
Brierley Hill  
DY5 1RU  
01384 321517 (8.30am to 4.30pm, Monday to Friday)

**This leaflet can be downloaded or printed from:**

<http://dudleygroup.nhs.uk/services-and-wards/continence-service-community/>

If you have any feedback on this patient information leaflet, please email [patient.information@dgh.nhs.uk](mailto:patient.information@dgh.nhs.uk)

**This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 073 0510.**

للحصول على هذه النشرة بحجم أكبر، وعلى شكل إصدار صوتي و بلغات أخرى، الرجاء الاتصال بالرقم 08000730510.

此宣传单可提供大字版本、音频版本和其它语言版本，请拨打电话：0800 073 0510。

Ulotka dostępna jest również w dużym druku, wersji audio lub w innym języku. W tym celu zadzwoń pod numer 0800 073 0510.

ਇਹ ਪਰਚਾ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ, ਬੋਲ ਕੇ ਰੀਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, 0800 073 0510 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

Aceasta brosură poate fi pusă la dispoziție tipărită cu caractere mari, versiune audio sau în alte limbi, pentru acest lucru vă rugăm sunați la 0800 073 0510.

یہ کتابچہ آپ کو بڑے حروف کی لکھائی، سمعی صورت اور دیگر زبانوں میں مہیا کیا جا سکتا ہے۔ برائے مہربانی فون نمبر 08000730510 پر رابطہ کریں۔