

Früher als gedacht – bin ich schon in den Wechseljahren?

XbyX® wurde von zwei Berliner Start-up-Gründerinnen speziell für die Frau ab 40 entwickelt und bietet pflanzenbasierte, nicht-medizinische Lösungen für hormonelle Balance in den Wechseljahren und gesundes Altern.

Peri-Menopause? Nie gehört! Menopause? Noch ewig hin! Für viele von uns sind die Wechseljahre weit weg. Dabei geht es viel früher los, als bekannt ist. Die Peri-Menopause beginnt bereits vier bis zehn Jahre vor dem Ende der Periode. Bei den meisten Frauen in ihren Vierzigern, wenn sie mit Familie, Job und manchmal sogar noch Nachwuchsplanung mitten in der Rush-Hour des Lebens stehen. Oft werden die ersten Symptome der Hormonumstellungen völlig falsch eingeordnet, als Stress abgetan oder gar Anti-Depressiva verschrieben. Unnötiges Leiden durch diese Wissenslücke ist so vorprogrammiert. Und auch mit „Fünfzig plus“ sind die für die späte Phase der Wechseljahre typischen Beschwerden ein Thema, das frau eher für sich behält - Hitzewallungen oder Scheidentrockenheit taugen eben nur bedingt für Small Talk.

Dies wollen Peggy Reichelt und Monique Leonhardt, die beiden Gründerinnen von XbyX ändern. Nicht nur, um endlich ein Tabu zu brechen, sondern vor allem, weil wir Frauen es in der Lebensmitte selbst in der Hand haben, wie es uns geht und wie wir älter werden. Wir stellen die Weichen, wie es um Gesundheit, Aussehen, Wohlbefinden und Libido in Zeiten der hormonellen Umstellung und in den vielen Lebensjahrzehnten danach bestellt ist. Die XbyX-Gründerinnen stehen uns Frauen dabei zur Seite. Mit ihrer Lifestylemarke, die mit hochwertigsten und smarten Nahrungsergänzungen viele Symptome mildert und Potential freilegt. Die mit ihrer Digital-Plattform nahezu einzigartiges Expertenwissen zusammengetragen haben und nutzerfreundlich und motivierend vermitteln. Und die ein Bewusstsein dafür schaffen, dass die Wechseljahre kein Tabu sein dürfen, mit dem frau sich verstecken muss.



XbyX-Gründerinnen Monique Leonhardt und Peggy Reichelt - Produkte

Smarte Nahrungsergänzungen und digitale Plattform für hormonelle Balance

„Die mittleren Lebensjahre sind für uns Frauen ein kritischer Zeitpunkt. Spätestens jetzt müssen gesunder Lebensstil, Self-Care und Prävention im Vordergrund stehen. Auf XbyX erfahren Frauen, was in ihrem Körper passiert und warum“, so XbyX-Gründerin Peggy Reichelt. Die heute 45-Jährige wurde mit Anfang 40 zum ersten Mal mit dem Thema konfrontiert und hat sich tief in die Materie eingearbeitet. Der Schlüssel zu Pro-Aging und hormoneller Balance und damit Energie, Gelassenheit und Wohlbefinden, sind Wissen, Ernährung und ein bewusster Lebensstil, ist die Expertin überzeugt.

Nach über einem Jahr Recherche, Produktentwicklung gemeinsam mit Fachkoryphäen und vielen Selbsttests gingen die ersten XbyX-Produkte im Februar 2020 auf den Markt. Sie kombinieren natürliche Wirkstoffe, die typische Beschwerden der Wechseljahre und hormoneller Disbalancen reduzieren. Alle Produkte kommen in Pulverform, sind in Deutschland hergestellt, vegan, frei von Zuckerzusätzen, unnötigen Zusatzstoffen, Soja, Gluten und Laktose. Die relevanten Inhaltsstoffe sind zudem in höchster Qualität und wirksamer Konzentration enthalten.

Die Basis bildet der Protein Superfood Shake "ENERGIE", der Power ohne Aufputschen und eine Rund-um-Basisversorgung bringt. Perfekt als Start in den Tag für mehr Energie und Balance. Individuelle Ergänzung bieten aktuell drei Pflanzenextrakt-Mixe, "GANZ GELASSEN", "KLAR DENKEN" und "VOLLE LUST". Die hochkonzentrierten Mixe in Pulverform werden einfach in Smoothies, Saft, Joghurt oder Müsli eingerührt. Monique Leonhardt erklärt: "Wir verzichten bewusst auf Kapsel- oder Tablettenform. Denn als Pulver werden die Produkte natürlicher in den Alltag integriert, nicht als Medizin wahrgenommen und können mit frischen Zutaten kombiniert werden. Außerdem vermeiden wir so wirkungslose Zusatzstoffe und unnötige Trägerstoffe."

Und woher weiß frau, was sie braucht? Über ihre Digitalplattform motivieren die Gründerinnen zum Selbsttest, dem XbyX-Check, und geben mit einer Auswertung passgenaue Empfehlungen zu den optimalen Nahrungsergänzungen, aber auch Tipps zur Ernährung, Bewegung und Lifestyle. Wer mag, findet dort ganz viel Wissenswertes, Fragen auf die drängendsten Antworten und auch hormongesunde Rezepte. Tägliche Motivation und Begleitung verspricht ein siebenwöchiger Audiokurs. "Mit dem MenoBalance Audio Kurs möchten wir all das Wissen rund um hormonelle Balance und Wechseljahre vermitteln. Wenn jede von uns Frauen versteht, was sich in ihrem Körper während der Wechseljahre ändert, warum es geschieht und wie man damit umgeht, dann ist dieser ganze Prozess wesentlich weniger verwirrend und frustrierend", so Gründerin Peggy Reichelt.

Die richtige Kombination wirksamer Inhaltsstoffe

Die innovativen Formeln von XbyX enthalten wirksame natürliche Inhaltsstoffe. Der Protein-Superfood-Shake "ENERGIE" kombiniert fünf Pflanzenproteine und damit alle essentiellen Aminosäuren, natürliche Ballaststoffe und Probiotika für eine gesunde Darmflora, die Antioxidantien Taurin, Q10 und Olivenfrucht-Extrakt, sowie Enzyme, 13 Vitamine und 12 wichtige Mineralien. Individuelle Ergänzung bieten drei Pflanzenextrakt-Mixe, "GANZ GELASSEN", "KLAR DENKEN" und "VOLLE LUST". Die konzentrierten Mixe in Pulverform werden in Smoothies, Saft, Joghurt oder Müsli eingerührt.

„GANZ GELASSEN“ fördert Stimmung und Ausgeglichenheit mit L-Theanin aus Grüntee-Extrakt, der Aminosäure 5-HTP – einer Vorstufe des Glückshormons Serotonin - sowie Vitaminen und dem Adaptogen Ashwagandha, einem bewährten natürlichen Helfer im indischen Ayurveda.

„KLAR DENKEN“ unterstützt Denkleistung, Fokus und Konzentration. Dafür sorgen B-Vitamine gemeinsam mit dem Adaptogen Ginseng, der Blaualge Spirulina und Igelstachelbart, einem beliebten Vitalpilz der traditionellen chinesischen Medizin.

„VOLLE LUST“ wirkt vitalisierend und energetisierend. Es enthält Kakao-Extrakt, die Aminosäure L Arginin und das Adaptogen Maca, das schon bei den peruanischen Inkas für seine anregende Wirkung geschätzt wurde.

Superfood-Shake "ENERGIE" 500g ab 29,90 Euro
Pflanzenextrakt-Mixe "GANZ GELASSEN", "KLAR DENKEN" 90g ab je 34,90 Euro und
"VOLLE LUST" 90g ab 32,90 Euro
Sieben-wöchiger Audiokurs MenoBalance 49,90 Euro



Wissenslücke Menopause

Die 40er gelten als die neuen 30er. Frauen stehen mitten im Leben, kümmern sich um Familie, Job und älter werdende Eltern, nicht selten ist auch eigener Nachwuchs noch ein Thema. In dieser Rush-Hour des Lebens kommen Ernährung, Sport und mentaler Ausgleich oft zu kurz. Doch bereits in dieser Phase setzen die ersten Symptome der hormonellen Umstellung ein. Und die haben es in sich, sind aber zugleich sehr diffus: Schlafstörungen, Energielosigkeit, Gewichtsveränderungen und Stimmungsschwankungen zählen dazu, auch eine unregelmäßige Periode und weniger Lust auf Sex sind erste Anzeichen. Nicht selten werden Frauen in dieser Zeit einfach Anti-Depressiva verschrieben oder ihre Beschwerden werden als Stress abgetan. Selbst Frauenärzte stellen oft nur die Frage nach der Periode.

Dabei beginnt die Peri-Menopause bereits vier bis mitunter sogar zehn Jahre vor den eigentlichen Wechseljahren. „Gerade in Deutschland ist die Informationslücke noch riesengroß, typisch Gender Gap in Medizin und Öffentlichkeit“, wissen Peggy Reichelt und Monique Leonhardt, die im Herbst 2019 eine groß angelegte Umfrage zu dem Thema durchgeführt haben. „Dabei sollte jede Frau wissen, was während der Wechseljahre in ihrem Körper passiert und wie sie diese Lebensphase bestmöglich meistern kann.“

Und so haben sich die XbyX Gründerinnen Peggy Reichelt und Monique Leonhardt zur Mission gemacht, Frauen über die Wechseljahre aufzuklären und ihnen dabei zu helfen, diese Phase mit mehr Gelassenheit und körperlichem Wohlbefinden zu erleben.

Umfrage zum Wissen um die Peri-Menopause und Wechseljahre

XbyX führte im Herbst 2019 eine groß angelegte Umfrage unter mehr als 1.000 Frauen durch. Die Ergebnisse zeigten, dass Frauen über entscheidende Veränderungen in ihrem Körper ab vierzig nicht Bescheid wissen: 88 Prozent aller Frauen kennen den Begriff "Peri-Menopause" nicht oder haben sich noch nicht damit beschäftigt. 85 Prozent haben drei oder mehr typische Beschwerden der Wechseljahre, doch knapp zwei Drittel (65 Prozent) bringen die Symptome nicht mit der Menopause in Verbindung oder sind sich unsicher. Die Mehrheit, 79 Prozent, weiß nicht, was sie gegen ihre Beschwerden tun kann. Den Frauenärzten wird bei diesem Thema nicht ausreichend vertraut: 65 Prozent der Frauen haben das Gefühl, dass ihr Frauenarzt nicht bei ihren Beschwerden helfen kann.

Über XbyX

XbyX® ist eine neue Digitalplattform für die Frau ab 40, die das Thema "Wechseljahre" neu denkt. Die beiden Gründerinnen Peggy Reichelt und Monique Leonhardt setzen auf Ernährung und Änderung des Lebensstils als ersten Schritt gegen Wechseljahresbeschwerden. Neben Wissensvermittlung, XbyX® Check und Community unterstützen sie Frauen mit pflanzlichen Produkten zur Nahrungsergänzung und einem begleitendem Audiokurs.

Der Name setzt sich zusammen aus dem Prinzip „step by step“ kombiniert mit dem weiblichen X-Chromosom. Das Digital Health Start-Up XbyX® wurde 2019 von Peggy Reichelt und Monique Leonhardt in Berlin gegründet.

www.xbyx.de

Weitere Informationen und Online-Shop unter: <https://www.xbyx.de/>

Bildmaterial als Download hier: <https://we.tl/t-OmM9J2ziKu>