

WOMEN IN BALANCE

## Wie das Berliner Start-up XbyX® endlich das Tabu um die Wechseljahre bricht

Die Menopause – jede Frau durchlebt sie und doch geniert sich fast jede darüber zu sprechen. Wie kann es sein, dass über ein gesellschaftlich so relevantes Thema, von dem regelmäßig circa 12 Millionen Frauen<sup>1</sup> deutschlandweit betroffen sind, auch heute noch so wenig berichtet und kaum Aufklärungsarbeit geleistet wird? Denn was die wenigsten wissen: Die sogenannte Peri-Menopause beginnt bereits vier bis zehn Jahre vor der letzten Periode und geht mit diversen Symptomen einher, die fälschlicherweise oft nicht mit den Wechseljahren in Verbindung gebracht wird.

Auch Peggy Reichelt, Unternehmerin und Food Coach, war irritiert, als sie mit damals 43 erste Anzeichen spürte, diese jedoch überhaupt nicht zuordnen konnte. „Ich erfuhr durch eigene Recherche, dass viele Veränderungen meines Körpers genau mit dieser Peri-Menopause zusammenhängen – darunter Energielosigkeit, Schlafprobleme, Konzentrationsstörungen und Stimmungsschwankungen. Ich stellte mir selbst die Frage: Warum wusste ich von all dem nichts und wieso spricht niemand darüber?“ Sie beschloss, das Thema selbst in die Hand zu nehmen und das Tabu „Wechseljahre“ in Deutschland zu entstigmatisieren. Mit ihrer Geschäftspartnerin Monique Leonhardt gründete sie daher 2019 XbyX®. Zusammen möchten sie seit jeher aufklären, Zugang zu verlässlichen Informationen gewähren, eine starke Community etablieren und hochwertige Produkte an die Hand geben, damit jede Frau das Beste aus dieser Lebensphase machen kann.

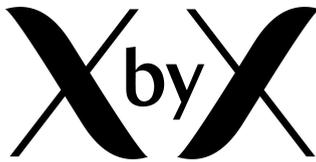
Viele Frauen spüren in den 40ern erste Veränderungen in ihrem Körper. Sie fühlen sich energielos, sind leichter erschöpft, reizbarer, weniger stressresistent und schlafen oft nicht mehr gut. Das Gewicht zu halten fällt trotz passender Ernährung und Bewegung schwer. Dass dies die ersten Anzeichen der Peri-Menopause sein können, kommt den wenigsten in den Sinn: Lediglich 12 % der Frauen wissen um diesen Zustand.<sup>2</sup> Gesellschaftlich herrscht oft noch der Irrglaube, dass die Wechseljahre erst mit über 50 losgehen, wenn die Periode aufhört und die ersten Hitzewallungen kommen. Die Realität ist aber, dass es schon vier bis zehn Jahre davor, mit der sogenannten Peri-Menopause, mit weniger bekannten Symptomen wie Energielosigkeit, weniger Stressresistenz, Stimmungsschwankungen, dem sogenannten „Gehirnnebel“ und Libido-Verlust losgeht.

Um genau das zu verstehen und darüber aufzuklären, arbeitet sich Peggy Reichelt durch Hunderte wissenschaftlicher Studien und merkt, dass die Informationslücke riesengroß ist. Erst

---

<sup>1</sup> Statista 2019

<sup>2</sup> XbyX Umfrage 2019



WOMEN IN BALANCE

durch englischsprachige Quellen lernt sie, welchen großen Einfluss jede Frau selbst auf den Verlauf ihrer Wechseljahre haben kann – durch nährstoffreiche Ernährung und unterstützende Pflanzenextrakte. Gemeinsam mit Monique Leonhardt, die selbst begeisterte Autodidaktin zum Thema Ernährung und Superfoods ist, gründet sie XbyX®, ein Name, der sich aus „Step by Step“ für die schrittweise Änderung der Ernährung und „X X“ für die weiblichen Chromosomen zusammensetzt. Nach über einem Jahr Recherche und Produktentwicklung gemeinsam mit ausgewählten ExpertInnen, wurden im Februar 2020 die ersten Produkte, fundierte Ratgeber und eine private Community gelauncht: Vom XbyX®-Check, einem Selbsttest mit personalisierten Empfehlungen, über umfassende Online-Video- und Audioprogramme bis hin zu wissenschaftlich formulierten, pflanzlichen Produkten bietet XbyX® eine breite Palette an Lösungen, um Frauen durch die körperlichen und emotionalen Gegebenheiten der Wechseljahre und darüber hinaus zu begleiten. Mit Erfolg: Immer mehr begeisterte Kundinnen und engagierte ProAge-Botschafterinnen zeigen, dass XbyX® den Zeitgeist trifft und Studien bestätigt, nach denen 95 % der Frauen alternative, natürliche Methoden für ihre Wechseljahre bevorzugen.

### **XbyX – Women in Balance**

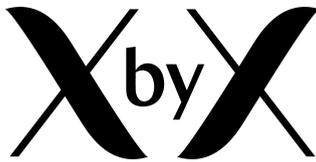
Speziell entwickelt für die Frau ab 40, bietet XbyX® pflanzenbasierte, nicht-hormonelle Lösungen für hormonelle Balance, Menopause und gesundes Altern. Die 100% pflanzlichen XbyX® Produkte geben Frauen ab der Lebensmitte ihre Energie und Vitalität zurück. Sie kombinieren natürliche Inhaltsstoffe, die nachweislich typische Beschwerden der Wechseljahre und hormonelle Dysbalancen reduzieren.

Die Range besteht momentan aus elf Produkten, darunter „Energie“ und „Energie Pur“, Protein Superfood Shakes, die Frauen helfen, mit mehr Energie und Balance in den Tag zu starten. Neu sind die Produktinnovationen „Peri Balance“, speziell für Frauen in der Perimenopause und „Phyto Power“ für Frauen in der Menopause und Postmenopause. Außerdem gibt es drei Pflanzenextrakt-Vitalstoff-Mixe, „Klar Denken“, „Ganz Gelassen“ und „Volle Lust“, sowie den Triple-Magnesium-Komplex „Lass Locker“, die Vitamin D3-Tropfen „Sonne Satt“, ein veganes Omega 3-Öl „Alles Omega“ und das Elixier „Bauch Gefühl“ mit 18 erlesenen Kräutern und Gewürzen.

Bei XbyX® wird komplett auf Kapsel- und Tablettenform verzichtet und auf Pulver gesetzt, damit die Produkte natürlicher in den Alltag integriert und wirkungslose Füllstoffe vermieden werden können. Die hochkonzentrierten Mixe werden daher in Smoothies, Saft, Joghurt oder Müsli eingerührt. Alle Produkte sind in Deutschland hergestellt, vegan, frei von Zuckerzusätzen, unnötigen Zusatzstoffen, Gluten und Laktose.

### **More to come**

Doch das ist erst der Anfang, beide Gründerinnen haben noch viel vor. „Das Feedback unserer Kundinnen ist großartig. Es ist uns darüber hinaus eine große Herzensangelegenheit, auch



WOMEN IN BALANCE

jenseits der Produkte über die beste Ernährung in den Wechseljahren aufzuklären“, so Peggy Reichelt. Bisher absolvierten bereits 67.000 Frauen den XbyX® Check und erhielten eine individuelle Analyse ihrer Menopause-Phase sowie hilfreiche Tipps zu ihrem Lebensstil. “Mit dem Feedback unserer Kundinnen entwickeln wir unsere Angebote kontinuierlich weiter. Aufklärung und Austausch rund um die Wechseljahre und wie wir gesund durch’s Leben gehen können haben für uns oberste Priorität.“

### **Über XbyX®**

XbyX® - Women in Balance ist eine führende Marke für Ernährung in den Wechseljahren, die wissenschaftliche, natürliche und ganzheitliche Lösungen für hormonelle Balance, Menopause und gesundes Altern bietet. Vom XbyX®-Check, einem Selbsttest mit personalisierten Empfehlungen, über umfassende Online-Video- und Audioprogramme bis hin zu wissenschaftlich formulierten pflanzlichen Mitteln bietet XbyX® eine breite Palette an Lösungen, um die körperlichen und emotionalen Gegebenheiten der Wechseljahre und darüber hinaus zu lindern. 2019 von Monique Leonhardt und Peggy Reichelt in Berlin gegründet und seit dem ersten Tag von einem erfahrenen medizinischen Beirat beraten, haben es sich beide Gründerinnen zum Ziel gesetzt, das Narrativ der Wechseljahre zu verändern. Ihr größter Antrieb ist ihre starke Leidenschaft für die weibliche Gesundheit ab der Lebensmitte und die Vision einer Welt, in der Frauen mit Zuversicht und Gelassenheit durch die Menopause gehen kann. Innerhalb kürzester Zeit konnte XbyX® einen loyalen Kundenstamm aufbauen, erhielt begeisterte Produktrezensionen und wird von hoch engagierten Pro-Age-Botschafterinnen unterstützt.

### **Pressekontakt:**

Annabella Wostbrock  
bella@xbyx.com  
Telefon: +49 173 6634769