

智齿是进化论的证据吗？

大多数人对智齿的了解都停留在高中或大学时期需要拔除的后槽牙。无论你是少数幸运儿之一，从未长过智齿，还是智齿是自然长出的，亦或是后来被拔除的，只要年纪稍长，都能在某种程度上感同身受。就我个人而言，我的智齿长得很整齐，也从未出现过任何问题，但我曾为许多患者拔过智齿。

为什么人类智齿问题如此之多？这是否意味着造物主的设计存在缺陷？在主流科学观点中，人类的智齿被认为不过是进化过程中遗留下来的无用器官，是基因突变和自然选择的产物。人们常用“退化器官”一词来形容智齿，这在某种程度上暗示了这种进化论的观点。2016年《科学美国人》杂志的一篇文章中，作者这样阐述了这一论点：

退化结构是进化历史的标志。白垩纪蛇类**帕氏蛇** (*Pachyrhachis problematicus*) 的后肢很短小，而如今大多数蛇类的后肢已经消失。现代鲸鱼保留了其陆生哺乳动物祖先的后肢骨盆。……当然，**人类身上也充满了无用的退化结构——这是我们进化祖先的一个显著标志——例如智齿、男性乳头、体毛、阑尾和尾骨。**

显而易见，智齿仍然被认为是退化器官，并被视为[进化论](#)的证据。但事实果真如此吗？

找出问题的根源

人类智齿空间不足和/或智齿阻生是近代才出现的现象，其起源可追溯到 18 至 19 世纪的工业革命时期。在此之前，种种迹象表明，智齿问题很少发生，甚至几乎没有。² [各种](#)理论试图解释这一现象。然而，最令人满意且易于论证的解释是，许多智齿问题可以追溯到前工业时代人类的饮食习惯和牙齿使用方式。

许多智齿问题都可以追溯到工业化前人类的饮食和牙齿的使用方式。

18 世纪以前，人类的饮食普遍较为粗糙；因此，人们的牙齿磨损加剧，即[牙齿磨耗](#)。³ 牙齿磨耗会导致牙冠（牙齿顶部）高度降低。如果这种降低持续到一定程度，实际上会在牙弓中创造更多空间，使智齿能够正常萌出并像其他磨牙一样发挥功能。工业革命前的人类就表现出这种牙齿磨损模式，而且几乎所有人的智齿都已萌出，没有明显的病理迹象。⁴ 此外，当人们食用更多坚硬、粗糙的食物时，颌骨会变得更大更强壮。这是由于咀嚼肌在颌骨发育期间以及个体一生中对骨骼施加的力增加所致。牙齿的磨损以及由此导致的颌骨生长发育，共

同为所有臼齿创造了更大的空间，这使得智齿不仅有用且有利，而且对于人们在工业化前时代应对牙齿系统所承受的严苛压力而言也至关重要。此外，智齿的优势不仅在于咀嚼和研磨食物，而且在过去和现在，许多人仍然将其用作工具（例如，撕裂、抓握、切割）。

仔细想想

我们观察到，磨损和颌骨增大的特征不仅存在于 18 世纪以前的人群中，也存在于某些仍然依赖非现代饮食维持日常生存的现代人群中。在这些人群中，功能性智齿和阻生减少之间往往存在很强的相关性。例如，研究人员发现，尼日利亚农村居民的智齿阻生率（1.1%）远低于城市居民（10.7%），同时他们也注意到“尼日利亚农村居民的饮食富含纤维”以及“明显的磨损”。

5

此外，针对食用加工食品和未加工食品的澳大利亚原住民群体的研究发现，对于食用未加工食品的个体而言，由此产生的强烈摩擦和咀嚼力可能有助于缓解第三磨牙阻生。⁶因此我们可以看出，人类在采用非现代饮食方式时，通常能够更好地利用智齿，并避免许多困扰食用软质现代饮食人群的问题。

智齿问题似乎被严重夸大了。

即使在颌骨普遍较小、磨损较少的现代人群中，智齿问题似乎也被严重夸大了。尽管仅在美国，每年就有大约 1000 万颗智齿被拔除，但其中**很多**是预防性拔除，也就是说，拔除智齿是为了防止未来出现任何病理状况。弗里德曼指出，“至少三分之二的拔牙、相关费用和损伤都是不必要的。”**事实上**，据估计，只有大约 12%的阻生智齿与囊肿和肿瘤等病理状况有关。**拔除**智齿也存在一些固有风险，尽管风险较低，例如肿胀、出血、颞下颌关节损伤、暂时性/永久性感觉异常（嘴唇、舌头或脸颊麻木）以及颌骨骨折等等。因此，虽然许多智齿确实需要出于正当理由拔除，但这个问题远没有拔牙数量所显示的那么严重。

一个显而易见的案件

总之，研究表明，前工业时代（以及部分现代）饮食较为原始的人群也拥有功能性智齿，而加工食品的摄入和咀嚼力的减弱是导致牙齿磨损减少和颌骨尺寸缩小的主要原因。因此，牙齿系统的设计是为了承受高强度使用，即使是最具磨蚀性的食物也能应对自如。一位充满爱、远见卓识并精心安排其造物的**上帝**，理应将这些因素纳入牙齿设计的考量之中。医护人员应采取一切预防措施来保护这些牙齿，避免认为它们普遍有害且毫无用处。智齿是坚固实用的结构，具有特定且有用的功能。如今智齿阻生/错位现象日益普遍，

但这并不能说明人类从灵长类动物进化而来的问题，也不能说明智齿设计存在缺陷。智齿绝非退化器官。你最好还是摒弃这种想法。

读完这篇文章，你心里是否有一些触动？有没有一些新的想法，或者值得你认真思考的问题？或许，你也开始重新思考自己的信仰和人生的方向。

如果你愿意，现在就可以向上帝祷告，打开心门，成为祂的儿女。祷告不需要华丽的言辞，只要一颗真诚的心。你可以这样祷告：

天父上帝，

今天我来到你面前，愿意立定心志，宣告我相信耶稣基督是我的救主，是我生命的主。我愿意离开过去那些不讨你喜悦的生活方式，求你赦免我的过犯。靠着你的恩典，帮助我学习顺服你、爱人如己，活出你所赐的新生命。求圣灵每天引导我、扶持我，使我一生荣耀你的名。奉主耶稣基督的名祷告，阿们。

如果你已经做了这个祷告，愿你知道，你并不孤单。信仰的道路需要陪伴和成长。鼓励你在自己居住的地方，寻找一间合适的教会，与弟兄姐妹一同聚会、学习和成长。

如果你有任何疑问，或在信仰上需要帮助，欢迎随时写信与我们联系。我们愿意倾听，也愿意与你一同前

行。