

中国分省系列地图册

祝贺西藏自治区
铁路通车特别版

བོད་ལྗོངས་ས་ཁྲུལ་དཔེ་ཐོག་



西藏自治区

藏  地图册

湖南省重点学科图书



中国地图出版社



བོད་ལྗོངས་ས་བྲའི་དེབ་ཐོ

西藏自治区地图册

藏



Y0105850

中国地图出版社



顾问：次仁土登 边巴

主编：尹嘉珉

责编：王民

编辑：张会霞

审校：钱明德 胡湘云

验收：荣亦安

参加人员：李侠 嘎瓦单增

制作：山西省地图集编纂委员会编辑部

西藏自治区地图册

中国地图出版社编制出版发行
(北京市白纸坊西街3号 邮编100054)

天津人民印刷厂印刷

新华书店经销

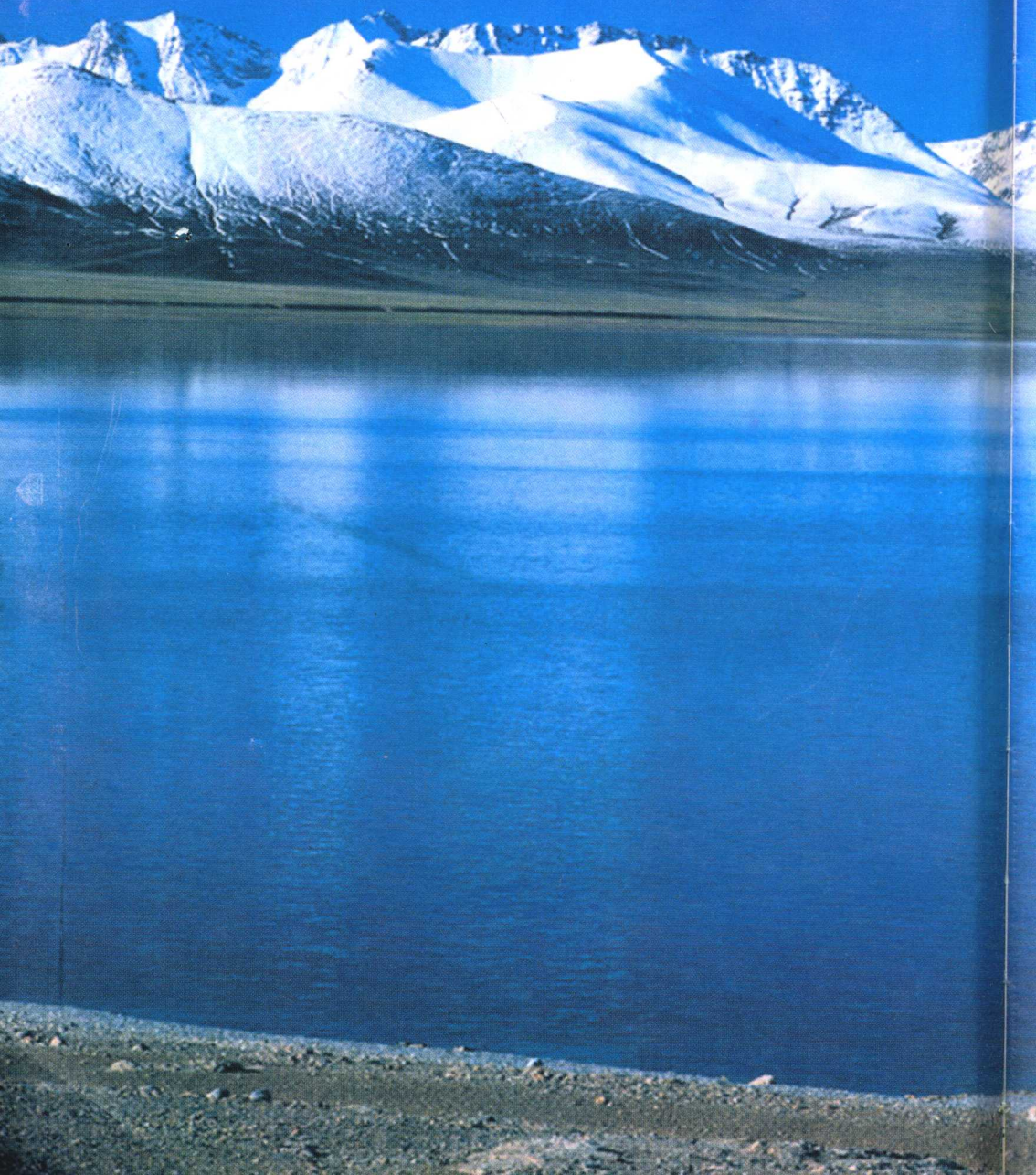
890×1240 32开 5印张

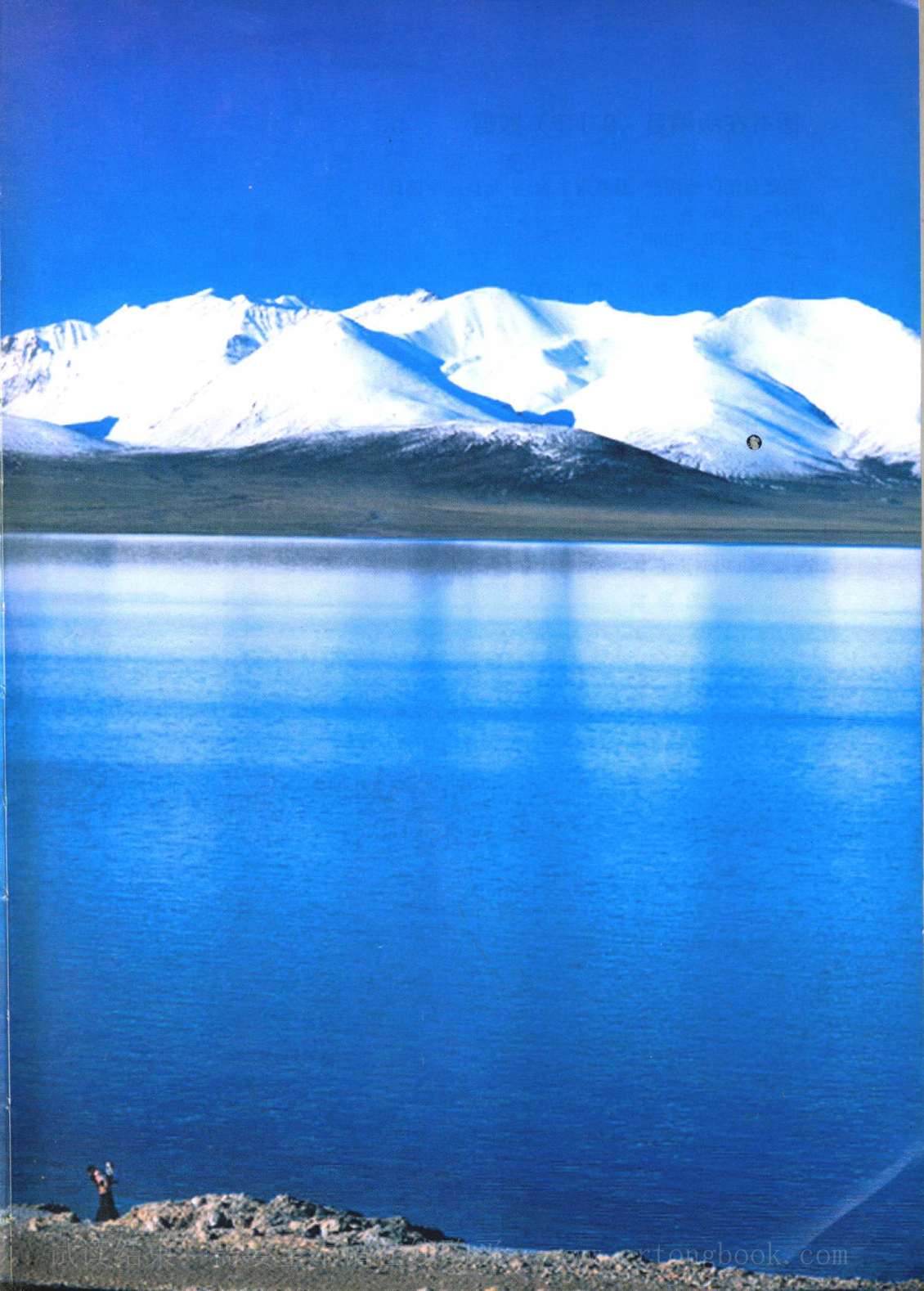
2005年8月第1版 2006年6月天津第3次印刷

ISBN7-5031-3958-7/k·2262 印数:12001-17000

藏S(2005)004 定价20.00元

版权所有，侵权必究
本书如有残缺，请与发行部联系调换





市区县索引图

序图

西藏自治区概况	1-3
西藏自治区政区	4-5
西藏自治区地形	6-7
西藏自治区交通	8-9
西藏自治区旅游	10-11
拉萨市城区	12-13

拉萨市

拉萨市城关区	14-15
林周县	16-17
当雄县	18-19
尼木县	20-21
曲水县	22-23
堆龙德庆县	24-25
达孜县	26-27
墨竹工卡县	28-29

那曲地区

那曲县	30-31
嘉黎县	32-33
比如县	34-35
聂荣县	36-37
安多县	38-39
申扎县	40-41
索县	42-43
班戈县	44-45
巴青县	46-47
尼玛县	48-49
尼玛县双湖特别区	50-51

昌都地区

昌都县	52-53
江达县	54-55
贡觉县	56-57
类乌齐县	58-59
丁青县	60-61
察雅县	62-63
八宿县	64-65
左贡县	66-67
芒康县	68-69
洛隆县	70-71
边坝县	72-73

林芝地区

林芝县	74-75
工布江达县	76-77
米林县	78-79
墨脱县	80-81
波密县	82-83
察隅县	84-85
朗县	86

山南地区

乃东县	87
扎囊县 贡嘎县	88-89
桑日县	90-91
琼结县 曲松县	92-93
措美县	94-95
洛扎县	96-97
加查县	98-99
隆子县	100-101
错那县	102-103
浪卡子县	104-105

日喀则地区

日喀则市	106-107
南木林县	108-109
江孜县	110-111
定日县	112-113
萨迦县	114-115
拉孜县	116-117
昂仁县	118-119
谢通门县	120-121
白朗县 仁布县	122-123
康马县	124-125
定结县	126-127
仲巴县	128-129
亚东县 岗巴县	130-131
吉隆县	132-133
聂拉木县	134-135
萨嘎县	136-137

阿里地区

噶尔县	138-139
普兰县	140-141
札达县	142-143
日土县	144-145
革吉县	146-147
改则县	148-149
措勤县	150-151

西藏自治区位于中国的西南边疆，地处世界上面积最大、海拔最高的高原——青藏高原。北界昆仑山、唐古拉山与新疆维吾尔自治区和青海省毗邻，东隔金沙江与四川省相望，东南与云南省相连，南界喜马拉雅山与尼泊尔、不丹、印度、缅甸等国接壤。国境线长度约4000公里。地理位置介于东经 $78^{\circ}15'$ — $99^{\circ}07'$ ，北纬 $26^{\circ}50'$ — $36^{\circ}29'$ 之间。东西宽约1967公里，南北长约1078公里，面积120多万平方公里，约占中



国陆地面积的12.5%，居全国第二位。简称“藏”。

政区 西藏自治区是一个以藏族为主的民族自治区。现设1地级市，6地区，1市辖区，1县级市，71县和1副县级特别区。其中拉萨市辖7个县和1个县级区。自治区首府设在拉萨市，是西藏政治、经济、文化的中心；日喀则地区辖17个县和1个县级市，地区行署设在日喀则市；昌都地区辖11个县，地区行署设在昌都县城关镇；山南地区辖12个县，地区行署设在乃东县泽当镇；林芝地区辖7个县，地区行署设在林芝县八一镇；那曲地区辖10个县和1个特别区，地区行署设在那曲县那曲镇；阿里地区辖7个县，地区行署设在噶尔县狮泉河镇。

人口 西藏是藏民族的发源地和聚居区，藏族遍布西藏各地，是西藏自治区人口最多的民族。2004年自治区总人口为259万，其中藏族246.47万，占人口总数的95.1%。汉族10.54万，占人口总数的4%，还有回族、门巴族、珞巴族、怒族、纳西族、傈僳族、蒙古族、土族、独龙族、满族等民族以及登人、夏尔巴人共2.2万人。人口分布极不均匀，全区近一半的人口居住在雅鲁藏布江及其支流的河谷地带，在广阔的藏北高原和阿里高原人口密度为全国最低的区域。拉萨市人口为42.8万，昌都地区人口为58.34万，山南地区人口为32.01万，日喀则地区人口为64.81万，那曲地区人口为38.72万，阿里地区人口为7.78万，林芝地区人口为15.47万。

地形地貌 青藏高原平均海拔在4000米以上被誉为“世界屋脊”和“地球第三级”，其中海拔在3000米以上的区域占自治区总面积的94.5%。青藏高原地貌壮观，气势磅礴。其间绵亘着众多巨大的山脉，仅7000米以上的山峰就有50多座，8000米以上的山峰有11座。西藏是我国大河分布最多的省区之一，

境内流域面积大于10000平方公里的河流有20余条，大于2000平方公里的河流有100余条，亚洲许多著名的大河都发源或流经这里。西藏又是我国湖泊最多的地区，1500多个大小湖泊星罗棋布于高原，湖泊总面积为24183平方公里，约占我国湖泊总面积的30%。其中面积大于1000平方公里的湖泊就有3个，面积超过100平方公里的有35个。整个高原的地势由西北向东南倾斜，按地形地貌可分为四个区：

（一）藏北高原：位于昆仑山-唐古拉山和冈底斯山-念青唐古拉山之间，约占自治区总面积的三分之二，平均海拔在4500米以上。为系列浑圆而平缓的山丘所组成，显得苍茫而辽阔。是西藏主要的牧业区。

（二）藏南谷地：在冈底斯山和喜马拉雅山之间，即雅鲁藏布江及其支流流经的地方，也称雅鲁藏布江宽谷区。这一带有许多宽窄不一的河谷平原，如拉萨河、年楚河、尼洋河等河谷平原。谷宽一般在5~8公里，长70~100公里。海拔平均在3500米左右，这里地形平坦，土质肥沃，为西藏主要的农业区。

（三）藏东高山峡谷：大致位于西藏东部地区，为一系列由东西走向逐渐转为南北走向的高山深谷，即横断山脉、三江流域地区。该区域北高南低，北部海拔5200米左右，山顶平缓；南部海拔4000米上下，山势陡峻；山顶与谷底高差可达2500米。山顶的积雪终年不化，山腰茂密的森林与山麓四季常青的田园，构成了峡谷区奇特的景色，显得富庶而秀丽。

（四）喜马拉雅山地：位于西藏南部。分布在我国与印度、尼泊尔、不丹等国接壤的地区，由几条大致东西走向的山脉组成，全长2400公里，南北宽约200~350公里，平均海拔6000米左右，是世界上最高的山脉。山地西部海拔较高，气候干燥而寒冷；东部气候温和，雨量充沛，森林茂密，植物繁多，显得巍峨而瑰丽。

气候 由于青藏高原奇特多样的地形地貌和气候因素的影响，形成了复杂多样的独特气候。从总体上讲，西藏气候具有西北严寒干燥、东南温暖湿润的特点，并呈现出由东南而西北的带状更替，即：亚热带-暖温带-温带-亚寒带-寒带；湿润-半湿润-半干旱-干旱。独特之点为：日照多，辐射强烈，全区的年平均日照时数在1600~3400小时之间；气温较低，温差大，无霜期短，一般在120~140天左右，藏北一带有明显冰封期；干湿季分明，降水普遍偏少，且多集中在夏季，藏南谷地和藏东高山峡谷地带的降水量明显多于其他地区，高原中部和西部广大地区的降水量仅占高原全年降水量的8%~20%，常年连续干旱日数一般在130天左右；冬春干燥，多大风，多集中在一至五月，尤以二至四月的大风日数最多；西藏气压年平均大都在625百帕以下，仅为海平面气压的一半；氧气含量较少，由于地处高海拔地区，境内绝大部分地区的空气含氧量比海平面减少35%~40%。

自然资源 西藏地域辽阔，各种资源十分丰富。现已发现矿产101种，矿产地2000余处，查明资源储量的矿产41种、矿产地107处。其中资源储量居全

国前10位的有17种。铬、铜、菱镁矿和硼的保有资源储量分别居全国前4位。铅锌矿、金矿、石油、铁、锂、钾盐等显示出良好的勘察前景。

西藏是我国森林和原始森林最大的林区之一，森林总面积为1389.61万公顷，名列全国第五。活立木总蓄积量为22.94亿立方米，名列全国第一。96%以上的森林为天然林或原始森林，绝大部分林区资源仍保持原生状态。

西藏野生动植物资源也十分丰富，野生动物种类继云南、四川之后居全国第三位；大、中型动物的数量居全国第一。藏羚羊数量占世界整个种群数量的70%以上；黑颈鹤数量占世界整个种群数量的80%；野牦牛数量占世界整个种群数量的78%。1996年还发现了被世界动物学界认为已绝种半个世纪的马鹿西藏亚种。现有野生动物中被列为国家一级重点保护的有41种，国家二级重点保护动物有84种；被《濒危野生动植物种国际贸易公约》所附录的动物种达140余种。由于受青藏高原自然地理、气候的影响，境内植物区系和多样性非常丰富。共有高等植物6400多种，其中：苔藓植物700余种，维管束植物（蕨类和种子植物）5700余种。还有藻类植物2376种，真菌878种。就种子植物而言，其种的数量在我国名列第三位。在众多的植物资源中，有木本植物1700余种，药用植物1000余种，油脂、油料植物100余种，工业原料植物300余种，可食用菌415种，药用菌238种，有300余种植物被列为国家重点保护和《濒危野生动植物种国际贸易公约》附录。

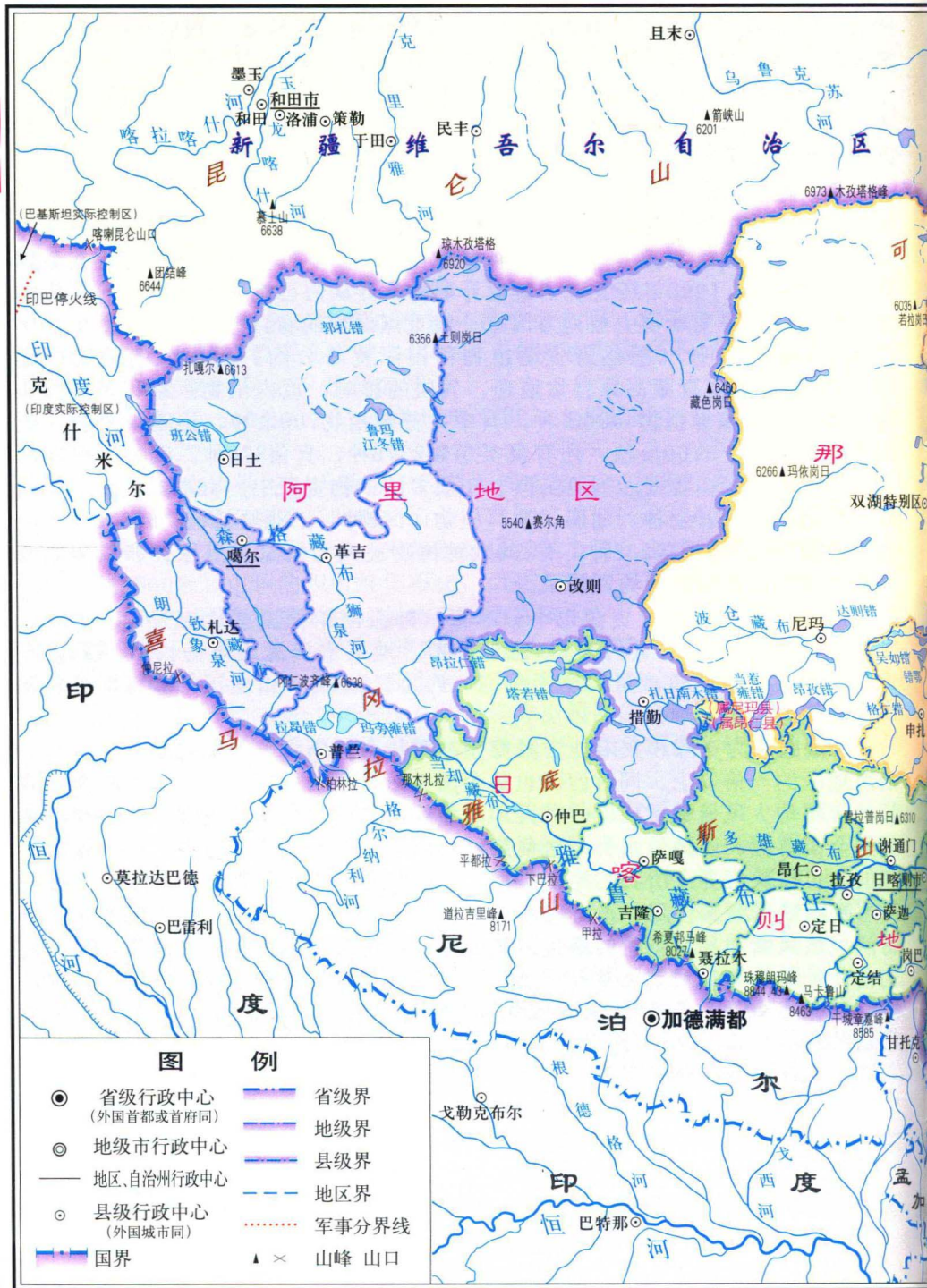
西藏水资源和水能资源也十分丰富，外流河年径流总量约为4280亿立方米，内流河年径流总量约为202亿立方米。地下水资源总量为1107.3亿立方米。西藏天然水能蕴藏量居全国首位，约为2亿千瓦，占全国的30%，可开发的水资源为5659万千瓦。

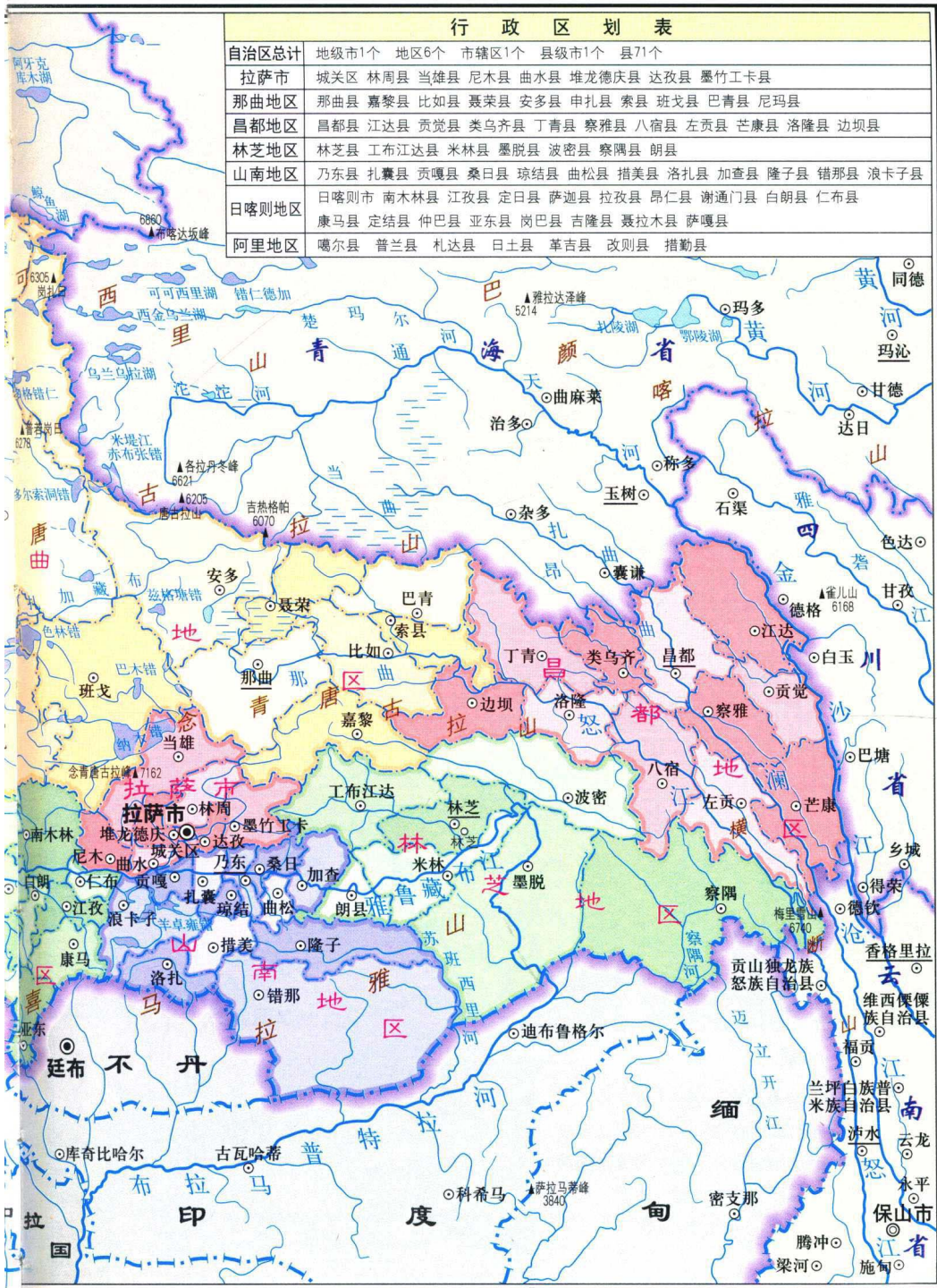
西藏的风力资源和太阳能资源得天独厚。全区年太阳总辐射量是中国东部沿海地区的一倍以上。同时西藏也是全国大风最多的地区之一，大风持续时间长，年平均大风日数达100~150天。西藏的地热资源也非常可观，地热能蕴藏量居全国首位。西藏地热类型之复杂，热活动之强烈，是其他省（区）无法比拟的。可以说世界上所有的地热类型，在西藏几乎都可见到。

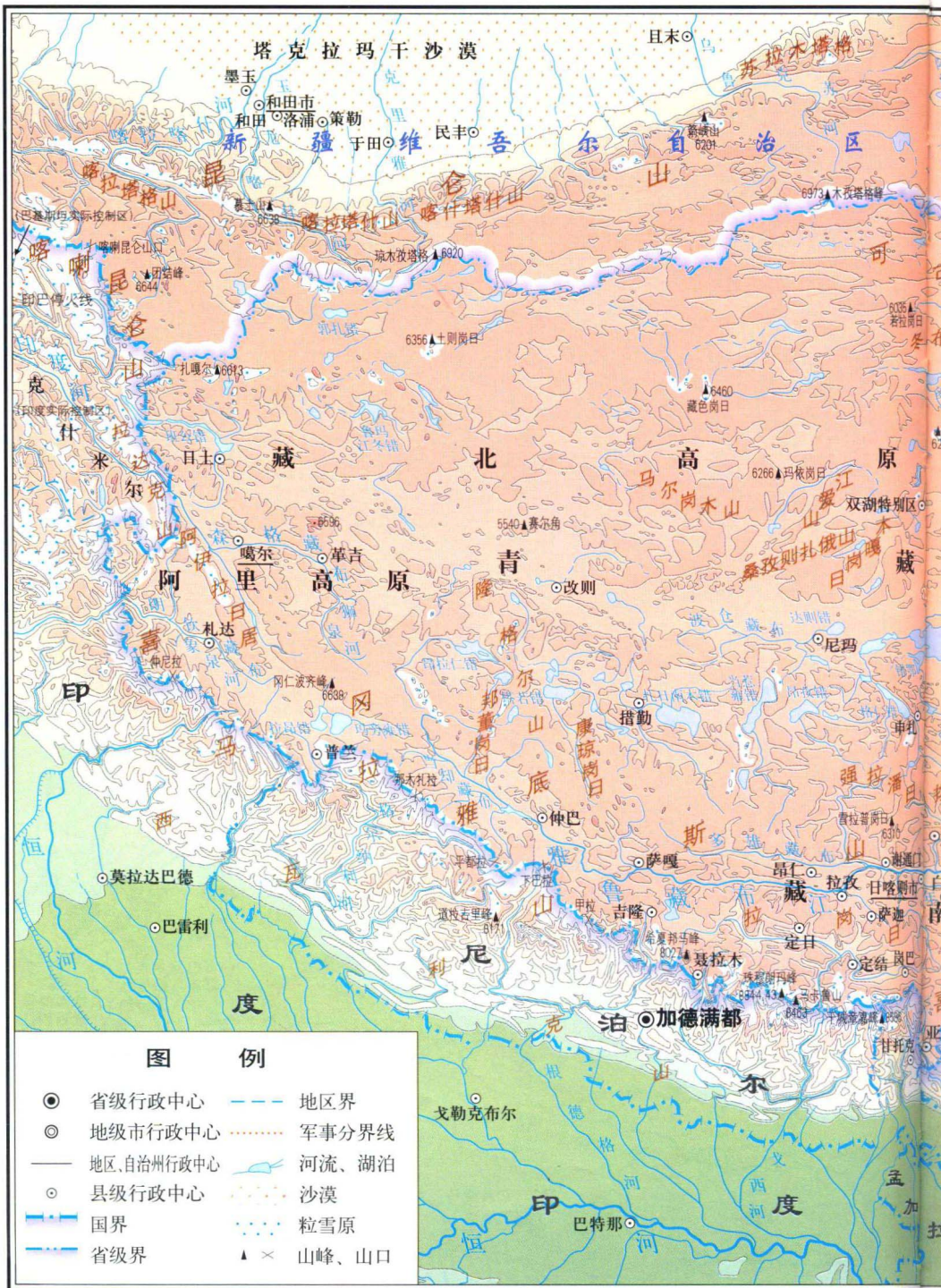
西藏以其雄伟壮阔、神奇瑰丽称著环宇，她悠久的历史、灿烂的文化、奇特的民族风情和独具特色的藏传佛教文化，都深深地吸引着中外游客，成为人们向往的地方和朝拜者心中的圣地。目前全区已有100多处旅游景点，其中，AAAA级景点有5处，2004年来藏旅游的人数已突破百万人次。

4 西藏自治区政区

序图









比例尺 1 : 8 000 000



